



## **bett1.de warnt vor zu wenig Schlaf**

Von *PR-Gateway*

Erstellt am 10 Jun 2011 - 14:09

bett1.de weiß, dass Schlafmangel den Blutdruck erhöht

Berlin, 10.06.11 - bett1.de ist ein Onlineshop, welcher unter der URL [www.bett1.de](http://www.bett1.de) [1] erreichbar ist. In diesem erhält man alles rund ums Schlafzimmer: Matratzen, Lattenroste, Bettwaren. Die Geschäftsführerin Nicole Kotterba warnt schon lange vor den gesundheitlichen Folgen von Schlafmangel.

Eine US-Studie erwies jetzt, dass Schlafmangel den Blutdruck deutlich in die Höhe treibt. Jede fehlende Stunde Schlaf steigert langfristig das Risiko für eine Hypertonie, eine Druckerhöhung über die Norm hinaus, um 37 Prozent.

Die Studienteilnehmer schliefen im Mittel nur sechs Stunden. Mediziner empfehlen als optimales Schlafpensum mindestens acht Stunden. Lediglich ein Prozent schliefen täglich acht Stunden oder mehr. Ein erhöhter Blutdruck steigert die Gefahr für viele Erkrankungen. Herzinfarkt, Diabetes, Nierenversagen, Demenz und vor allem Schlaganfälle können die Folge sein. Frau Kotterba fügt hinzu: "Wer seinen Körper schützen will, sollte auf ausreichend viel Schlaf achten. Dafür empfehlen wir eine anpassungsfähige Matratze. Die Euphoria 24 aus der Blackline von Panther zeichnet sich durch ein besonders wohliges Liegegefühl und eine exzellente Körperanpassung in jeder Schlafposition aus. Ausführlichere Informationen erhält man online unter [www.bett1.de](http://www.bett1.de) [1] oder telefonisch von unserem Kundenservice."

7 Zonen GmbH ([www.bett1.de](http://www.bett1.de) [1]) ist ein Online-Wohnausstatter, der sich auf Matratzen, Betten, Möbel und diverse Accessoires für das Wohn- und Schlafzimmer spezialisiert hat. Er ist im Internet unter der URL <http://www.bett1.de> [1] zu erreichen und legt Wert auf direkten Kundenkontakt und Kundenzufriedenheit.

7 Zonen GmbH

Nicole Kotterba

Friedrichstraße 200

10117 Berlin

[presse@bett1.de](mailto:presse@bett1.de) [2]

+49 (0)30 688 32 70

<http://www.bett1.de> [1]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 30 Dez 2020 - 22:10):** <http://medkom24.eu/node/14286>

### **Links:**

[1] <http://www.bett1.de>

[2] <mailto:presse@bett1.de>