

Выбор подушки.

Третью своей жизни, а то и больше мы проводим во сне, в этот момент организм восстанавливает свои силы. И от того как организм отдохнет будет зависеть то, как вы проведете следующий день. По этому человек во время сна должен пребывать в положении максимально благоприятном для организма и непосредственно для спины (позвоночника) и в особенности шеи. Исходя из строения человека можно видеть что даже физиологически человек нуждается в чем то чтобы поддерживало голову человека и тем самым расслабляла шейные позвонки. Так исходя из естественных потребностей человек наверное и избрал подушку и другое постельное белье. Ну хватит лирических отступлений, вернемся к нашей теме. Подушку выбирают по трем таким основным факторам: ширина плеч человека, обычного положения во время сна и жесткость матраса. Чем более широкоплечий человек тем большей высоты подушки необходимы ему. Так к примеру обычному человеку нужна подушка высотой 10-14 см, а более широкоплечим людям необходима высота 14-17см. При положении на боку подушка должна быть большей высоты чем на спине. Ну и на конец когда на кровати имеется мягкий матрас необходимо подушку меньшей высоты чем на жестком. Что касается размеров и формы подушки то тут можно сказать следующее: по размеру стандартные подушки бывают длинной от 40 до 80 см, ширина 30 до 50 см, однако есть и 80х80 и более. Они бывают стандартных размеров: 50х70 и 70х70, естественно, можно пошить самому или на заказ наволочки любых размеров. По форме подушки бывает не только привычные нам формы квадратов но и так называемые ортопедические с полуваликом для поддержки шеи. Отдельный разговор уделим наполнителю подушек.

Самым наверное распространенным наполнителем, по крайней мере из натуральных наполнителей является пух. Если у вас нет аллергии на перьевых клещей то это будет для вас самым лучшим выбором из натуральных наполнителей. Благодаря пуху соблюдается хорошая теплоизоляция, и быстро сохнет. Перед покупкой такой подушки обязательно проверьте ее швы иначе ваша подушка может очень быстро «похудеть». Овечья шерсть - положительно влияет на здоровье человека. Благодаря тому, что: соприкасаящиеся волокна образуют электростатическое поле это благоприятно влияет на здоровье человека. Минусом такого наполнителя есть сама шерсть которая через довольно малое время может сваляться и восстановить первичные качества не удастся. Подушки из ваты - неплохая замена пуховым, однако как и в шерстяных у них есть недостаток. Довольно быстро вата сваляется и придется покупать новую подушку. Еще одним природным наполнителем является гречневая лузга. Она обладает хорошими

лечебными свойствами, вероятно по этому и такая дорогая. Благодаря своему аромату она помогает расслабиться и поможет при бессонице. Так как внутри подушки лужа свободно перемещается то подушка повторяет контур головы и обеспечивает хорошую опору головы и благоприятно воздействует на позвоночник.

Синтетические наполнители наиболее подойдут тем кто страдает аллергией. В таких подушках не заводятся паразиты и некоторые можно стирать даже в стиральной машине. Наиболее распространенным наполнителем в них является комфорель - шарики из пушистого синтетического волокна. При выборе такой подушке как и при пуховой необходимо осмотреть швы. Надеюсь вы уяснили написанный мой материал и вы с легкостью выберете себе постельное белье, то есть подушку. Если у вас все таки есть проблема выбрать подушку или другое постельное белье заходите на сайт artvitte.ru и мы вам обязательно поможем.

История подушки.

В цивилизованном мире наверное нет такого человека который бы не видел постельное белье или не знал что такое подушка. Большая часть и не мыслит жизни без нее. Однако были времена когда ее не было. По

историческим данным первая подушка появилась еще в Египте. Да...м Египет много дал человечеству вот и казалась бы такое простое как подушка! Основным предназначением ее являлось сохранить

прическу во время сна, которую с таким трудом удавалось сделать. Первые подушки делали из дерева и представляли собой изогнутые под форму головы дощечки прибитые к подставке. В последствие

эти "подушки" начали украшать росписью и изображением богов для защиты спящего от темных сил.

В Греции же подушки были совсем другого плана. Так как они любили роскош и уют то подушки уже

были мягкими и напоминали привычные нам современные. В качестве наполнителя в ней использовались: шерсть животных, трава, пух, перья птиц; а чехол делался из кожи или ткани. В связи с

развитием в Греции науки и технологий появились красители и усовершенствовалась техника шитья. Это повлекло за собой переход от создания обыденной вещи к настоящему искусству. Однако позволить

этот атрибут могли позволить себе отнюдь не все, а лишь богатые люди.

В последствие римляне переняли у греков это постельное белье. По первах они с неохотой или даже недоверием относились

к подушкам. В последствии римляне их полюбили, особенно им понравились подушки с перьевым наполнителем.

Но наибольшего культа, пожалуй, подушки обрели в арабском мире. Вы многие наверное

по фильмам видели как расписные подушки с кружевами лежат в доме у богатого купца. Это было атрибутом крутизны - говоря современным языком. Считалось чем

наиболее расшиты и украшены
подушки тем больший достаток имеет хозяин.

В смутные средние века подушки ложились под ноги для согрева ног, так как в тогдашних замках отопление было недостаточным.

Были подушки и в наших краях. Перьевые использовали в основном богатые, бедняки же наполняли подушки в основном сеном.

Пожалуй одна из самых известных и удобных подушек была перьевая подушка. Однако ее позиции

пошатнулись когда в девятнадцатом веке лекарь Отто Штайнер обнаружил в подушке кучу паразитов. Он выяснил что при малейшей влажности начинается процесс гниения кожи птицы которая была

выдернута с перьями. Также, как выяснилось впоследствии, в такой подушке могут обитать клещи которые питаются отмершей кожей человека и их продукты жизнедеятельности могут являться причиной

аллергической астмы. Возможно по этому, а также из-за практичности появились современные подушки с искусственным наполнителем в виде шариков из пушистого химического волокна.

Если вы хотите купить постельное белье и не знаете где это сделать, то добро пожаловать на наш сайт ["artvitte.ru"](http://artvitte.ru). У нас широкий выбор продукции и мы всегда вам поможем.