

## **Medienmitteilung**

### **Ungenügende Hygiene in Schweizer Schlafzimmern**

**Zürich, 15. Oktober 2002 – Im Schlafzimmer von Frau und Herr Schweizer steht es mit der Hygiene nicht zum Besten. Dies zeigen die repräsentativen Ergebnisse einer Umfrage von DemoScope Research & Marketing bei 605 Deutsch- und Westschweizern. Matratzen und Duvets werden zu wenig häufig und zu wenig gründlich gereinigt und erst in „überaltertem“ Zustand ersetzt. Die Studie wurde vom Verband Schweizer Bettwarenfabriken (VSB) in Auftrag gegeben.**

Matratzen, Duvets und Kopfkissen werden beim Schlafen arg strapaziert. Der Schläfer scheidet pro Nacht durchschnittlich einen halben Liter Flüssigkeit mit körpereigenen Stoffen wie Salz, Harnstoffe und Säuren aus. Und im Kopfkissen sammeln sich Speichel und andere Absonderungen. Zwar werden gemäss der Befragung die Matratzen regelmässig gesaugt, gewendet und gelüftet. 94 Prozent der Befragten haben jedoch ihre durchschnittlich rund acht Jahre alte Matratze noch nie reinigen lassen und 81 Prozent planen auch nicht, dies in den nächsten drei Jahren zu tun! Zudem beabsichtigen nur 34 Prozent der Befragten, ihre Matratze in den nächsten drei Jahren zu ersetzen. Kein besseres Ergebnis zeigt sich bei den Duvets: 50 Prozent der Befragten haben ihr durchschnittlich über sechs Jahre altes Duvet noch nie gewaschen oder noch nie reinigen lassen. Und rund 60 Prozent planen dies in den nächsten drei Jahren auch nicht nachzuholen. Nur gerade 30 Prozent der Befragten beabsichtigen ihr Duvet in den nächsten drei Jahren zu ersetzen.

### **Schlaf und Hygiene**

Rund einen Drittel des Lebens wird im Bett verbracht. Der Schlaf dient zur Erholung, zur Regeneration von Kräften, er beeinflusst die Vitalität und das Wohlbefinden. Dabei wird die Qualität des Schlafes massgeblich geprägt von den geeigneten Bettwaren, vom Bett, von der Temperatur und der Luftfeuchtigkeit, kurzum vom Schlafhöhlenklima. Darunter versteht man das Klima rund um den schlafenden menschlichen Körper zwischen Matratze und Duvet, ein äusserst heikler Balance-Akt zwischen zu trocken und zu feucht, zwischen zu warm und zu kalt. Während des Schlafes wird durch die Haut in grossen Mengen Feuchtigkeit ausgeschieden. Bleibt diese auf dem Körper gestaut, entstehen Kälte- und Unbehaglichkeitsgefühle. Daunen verfüg-

en über ein hohes Feuchtigkeitsaufnahmepotenzial und ein gutes und rasches Feuchtigkeitstransportvermögen. So absorbieren Daunen die aufgenommene Feuchtigkeit und geben sie beim Auslüften wieder ab. Während des Schlafes sinkt die Körpertemperatur um rund ein halbes Grad, zudem variiert die Zimmertemperatur. Eine gute Daunendecke nach den Normen „Swiss Guaranty VSB“ vermag die Wärme konstant zu halten, ohne dass sich die Hitze staut. Voraussetzung ist allerdings, dass die Daunen und Federn nicht verunreinigt und nicht verklebt sind. Und da herrscht in vielen Schlafzimmern offenbar dringender Handlungsbedarf.

### **Pflege und Hygiene**

Die menschlichen Schweißdrüsen scheiden Flüssigkeit mit körpereigenen Stoffen wie Salz, Harnstoffe und Säuren aus. Hochgerechnet auf sechs Jahre – dem Durchschnittsalter eines Schweizer Duvets – ergibt dies 1'000 Liter Flüssigkeit, die vorwiegend von den Bettwaren absorbiert werden müssen. Der Verband Schweizer Bettwarenfabriken (VSB) empfiehlt, folgende Pflegetipps zur Sicherstellung der Hygiene zu beachten:

- **Matratze** mit einem Bezug schützen, der regelmässig gewaschen werden kann. Regelmässig lüften, wenden und mit einer Bürste entstauben. Nach ein paar Jahren Matratze reinigen lassen. Ohne Reinigung der Matratze ist ein Ersatz nach acht bis zehn Jahren empfehlenswert.
- **Duvet** täglich lüften und aufschütteln und wenn möglich einmal jährlich waschen. Nicht waschbare Duvets nach spätestens fünf Jahren auffrischen lassen. Duvets nach acht Jahren ersetzen. Vor greller Sonnenbestrahlung, Teppichklopfer und Staubsauger verschonen.
- **Kopfkissen** nach drei bis fünf Jahren ersetzen, da sie noch stärker beansprucht werden als Duvets.

Weitere Tipps zur richtigen Wahl und Pflege des Bettinhaltes sind auf der Internetseite [www.vsb-info.ch](http://www.vsb-info.ch) zu finden.

Für weitere Informationen:

Verband Schweizer Bettwarenfabriken (VSB), Sekretariat, Weinbergstrasse 31, 8006 Zürich  
Tel. 01 266 64 44  
[www.vsb-info.ch](http://www.vsb-info.ch)