

# 品牌巴贝格床垫 巴贝格GARDAFLEX

产品名称	品牌巴贝格床垫 巴贝格GARDAFLEX
公司名称	天津法琴床垫有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	天津市宝坻区口东工业园区广阔道28号
联系电话	18302299208 18002029755

## 产品详情

怎么才能买到适合自己的床垫？

身体类型、睡眠偏好、关节或肌肉的需求以及生活方式如何，都将影响床垫选择。

遵循以下步骤也许能让你更快的选择到适合自己的床垫。

### 预算

在开始对比研究各种床垫之前，首先要确定你能花多少钱。特别是预算紧张的情况下，可选的价格区间有限，高性价比更适合您。

### 床垫类型

睡眠科学家不断用技术推进着床垫的类型，开发出多种不同样式和不同硬度的床垫。一些床垫为了给使用者提供更大的支撑，一些床垫为喜欢睡柔软类型的人们提供服务。

### 尺寸

如果你和伴侣睡，你可能会考虑买一张更大的床，或者如果你有一个小卧室，那么更小一点的床垫可能更经济。

遵循以上三原则，会更快的选到适合自己的床垫。

### 床垫软硬度怎么选

注意啦，这是选择床垫的重点。因为，床垫的软硬度，对保持脊柱健康有非常重要的影响。

毫无疑问，床垫太硬或太软当然都是不行的，问题是，软硬的标准是什么呢？什么叫软硬适中呢？

软硬适中就是：你的床垫，应该能轻松地接受你的体型，均衡地承托你的体重，让你在侧睡或平躺的时候，脊柱保持放松的直线状态。

听起来有点绕？为了便于理解，大家可以看看下面这张图，如果是这种状态，那就是张好床垫。

### 硅胶床垫

优点：自动调整到人体适宜的软硬度，释放身体压力，给身体各部位完整的支撑和舒适的承托。

缺点：由于硅胶使用于床垫中是近几年的事，因此其确切的使用年限尚不明了，但实验室测试显示其寿命应可达7~8年。

### 充气床垫

优点：折叠起来如枕头那么大，非常容易携带搬家，不用搬一次家扔掉一张床垫。

缺点：充气难掌握，充气太饱（尤其在夏天）容易；使用过程中产生浮动感干扰睡眠质量。