

# หยุดปล่อยสัญญาณร้ายต่อการนอน จากการเลือก

## หมอนหนุนหัวผิดๆ



หยุดปล่อยสัญญาณร้ายต่อการนอน จากการเลือกหมอนหนุนหัวผิดๆ

ด้วย หมอน HLS ที่ตอบโจทย์ทุกไลฟ์สไตล์ของการนอน

สำหรับชาวเราที่ทำงานหนักมาตลอดสัปดาห์ทุกวัน ย่อมต้องการห้วงเวลาแห่งการพักผ่อนจากการนอนอย่างเต็มที่ที่สุด เพื่อรีเซ็ตร่างกายให้สดชื่นพร้อมรับวันใหม่

ในช่วงการนอนหลับนั้น อวัยวะภายในของร่างกายทุกส่วน ย่อมได้พักและผ่อนคลายไปด้วย โดยเฉพาะสมอง หัวใจ และหลอดเลือด ส่วนฮอร์โมนมีการสร้างและปรับสมดุลขณะนี้ด้วย ซึ่งช่วงการนอนหลับนั้นร่างกายจะปรับเข้าสู่ 2 โหมดสลับกัน คือ ระยะหลับลึก และระยะหลับฝัน หากชาวเรามีการนอนหลับที่ไร้คุณภาพ จะพบว่าคลื่นสมองมีการตื่นตัวบ่อยตลอดการนอนหลับ

ดังนั้นการนอนหลับแบบถูกสุขลักษณะจึงต้องให้ความใส่ใจต่อหมอนหนุนเป็นสำคัญ ลักษณะหมอนหนุนที่ดีควรมีความสูงประมาณ 4-6 นิ้ว มีความนุ่มในระดับที่เหมาะสม มีการออกแบบเพื่อรองรับศีรษะตั้งแต่ศีรษะจรดต้นคอ ซึ่งหมอนที่ดีก็ยังจะช่วยจัดท่านอนให้คอ กระดูกสันหลัง และสะโพก รักษาระดับตรงให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้

‘หมอน’ ทำจากวัสดุสองประเภทใหญ่ คือ

1. วัสดุธรรมชาติ เช่น ขนนุ่มละเอียดของสัตว์ปีก หรือเส้นใยธรรมชาติ
2. วัสดุสังเคราะห์ เช่น โฟม และยางพารา

ข้อดีของวัสดุธรรมชาติ จะไม่ค่อยมีไรฝุ่น สามารถพับหรือจัดรูปง่าย แถมยังรักษาความเย็น และมีอายุการใช้งานนาน ส่วนข้อดีของหมอนที่ทำจากวัสดุสังเคราะห์ จะรักษารูปทรงคืนตัวโดยการพองอากาศ

สุดท้ายนี้ ‘HLS’ Home Living Style ขอเสริมหมอนเพื่อสุขภาพที่ดี และตอบโจทย์การนอนพักผ่อนตามความแตกต่างของไลฟ์สไตล์แต่ละคน ภายใต้คุณภาพในราคาที่เหมาะสม และการผลิตด้วยเทคโนโลยีที่ทันสมัย อีกทั้งใช้วัสดุผ้าหุ้มหมอนที่ป้องกันแบคทีเรีย ทำให้ชาวเราที่หันมาใส่ใจดูแลตัวเองได้นอนหลับพักผ่อนอย่างเต็มที่ และห่างไกลปัญหาสุขภาพ ปวดต้นคอ ภูมิแพ้ หรือเป็นหวัด

เริ่มต้นที่หมอนหนุนท่าน โดย HLS ได้พัฒนาระบบนวัตกรรมเทคโนโลยี นำไฟเบอร์มาทดแทน แต่ทุกการสัมผัสให้ความรู้สึกนุ่มสบาย ต่อทุกอิริยาบถแห่งการพักผ่อนเทียบเท่าการนอนหมอนหนุนท่านอย่างแท้จริง ราวกับพักผ่อนใน

## โรงแรมระดับ 5 ดาวทุกคำคืน

หมอนชาร์โคล เป็นวัสดุทางธรรมชาติ อีกหนึ่งความมหัศจรรย์ของถ่านไม้ไผ่ ที่ผ่านการเผาไหม้คุณสมบัติมากกว่า 1000 องศา ที่หนุนนอนได้แบบไร้กังวลเรื่องกลิ่นอับชื้น ทั้งลดเชื้อแบคทีเรีย ทั้งดูดซับสารพิษ ช่วยกระตุ้นการไหลเวียนเลือดและคลายความร้อนขณะนอนหลับด้วย

ส่วนหมอนยางพารา มีความยืดหยุ่น และมีความหนาแน่นสูงมากกว่าหมอนทั่วไป สามารถรองรับน้ำหนักและกลับคืนสภาพโดยเร็ว การออกแบบให้มีความโค้งรับตามลักษณะการนอนแต่ละแบบ เช่น ผู้ชอบนอนตะแคงเหมาะกับหมอนสูงรูปทรงถั่ว เพราะส่วนเว้าช่วยรองรับระดับต้นคอกับระดับศีรษะ สำหรับผู้ที่ชอบนอนหงายและนอนคว่ำ ควรนอนระนาบกับหมอน ไม่ควรเลือกนอนหมอนที่สูงมาก ลักษณะหมอนยางพาราบางรุ่นมีปุ่มรังไข่ เพื่อช่วยนวดศีรษะ ทำให้หลับสนิทงายยิ่งขึ้น

ขณะที่ หมอนเมมโมรี่โฟม นับเป็นอีกหนึ่งวัสดุทางเลือก ซึ่งนอกจากมีคุณสมบัติยืดหยุ่นได้ดีตามแรงกดทับของศีรษะของแต่ละบุคคลภายในบ้านแล้ว เราได้คิดค้น และผลิต หมอนสำหรับเด็ก โดยได้คัดสรรวัสดุที่อ่อนโยนต่อผิวที่บอบบางของเด็ก ซึ่งไม่ก่อให้เกิดอาการระคายเคืองต่อผิวที่แพ้ง่าย พร้อมปรับระดับความสูงให้เหมาะสมกับสรีระของเด็กได้ด้วย

ต่อไปนี้ชาวเราต้องหยุดการปล่อยให้ร่างกายส่งสัญญาณร้ายของการนอนไม่หลับต่อสุขภาพ โดยลองเลือกหมอนที่ใส่ใจตนเอง เพื่อสุขภาพกายและใจที่ดี ตามความชอบ และไลฟ์สไตล์ เพื่อการนอนหลับพักผ่อนที่ดีที่สุด

เลือกสรรหมอนคุณภาพ HLS - Home Living Style เพื่อตอบโจทย์ของทุกคนในบ้าน ได้แล้วที่ โฮมโปร ทุกสาขาทั่วประเทศ หรือดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ [www.homepro.co.th](http://www.homepro.co.th) ...Exclusive @ HomePro