**Ортопедический матрас: его разновидности и свойства**

Перед тем как классифицировать ортопедические матрасы нужно, прежде всего, уяснить, что же такое есть этот вид матрасов.

 Выражение «ортопедический матрас» не будет совсем корректным. Вернее будет сказать «матрас с ортопедическим эффектом», поскольку он относится к виду матрасов, которые надают вашему позвоночнику возможность всегда быть в естественном прямом положении, и обеспечивает максимально комфортный и здоровый сон. Независимо от положения, которое вы примите во время сна, ортопедический матрас не будет прогибаться, в то же время не будут растянуты или сжаты ваши сосуды, мышцы, позвоночник и связки.

 Несмотря на наши убеждения, ортопедические матрасы не связаны с медициной, поскольку они не имеют возможности вылечить болезни спины, однако благодаря ортопедическому эффекту данный вид матрасов может помочь расслабить спину, и снять напряжённость с позвоночника.

 Ортопедические матрасы также рекомендуются в качестве профилактики для таких заболеваний как сколиоз, радикулит, язва желудка, при сердечных пороках, проблемами с давлением и других болезнях которые укорачивают длительность жизни.

 При классификации матрасов следует учесть, что есть два основных типа матрасов - это пружинные и безпружинные матрасы.

 Достоинством пружинных матрасов заключается в том, что их пружины делаются из закалённой стали, благодаря чему строк их службы становит от 10 до 15 лет. Пружинные матрасы также делятся на два подвида: более дешевые и доступные с пружиной «бонеллю», и более дорогие, но и более качественные матрасы, в которых каждая пружина в пружинном блоке находиться на расстояние и отдельно одна от другой в отдельном «кармане». Эта система позволяет равномерно распределять нагрузку на матрас. При выборе пружинного матраса следует учитывать, что чем больше пружин на единицу площади матраса, тем лучше он будет исполнять свое задание.

 Безпружинные ортопедические матрасы, прежде всего, рассчитаны для детей или людей больных на излишний вес и не только. Они изготавливаться из одного нескольких или одного слоев различных материалов. Качество таких матрасов будет зависеть от материала наполнителя, использованного для изготовления его.

 Для людей с явными болезнями суставов и позвоночника лучше всего рекомендуют использовать жесткие ортопедические матрасы. При правильном выборе наполнителя, однако, такой матрас может стать эластичным , нежным и наделяет его необходимыми ортопедическими свойствами.

 Следует заметить, что выбор ортопедического это строго индивидуальный процесс, поскольку один и тот же матрас не может подойти двум людям. При выборе матрас нужно учитывать вес человека, рост, пол и от вкуса человека.

 Так что можно утверждать, что ортопедический матрас это не только удобство во время сна, а также и эффективный метод по профилактике и борьбе с многочисленными болезнями.