



Bekvämt även som stödkrage och resekrage
Mer utvilad utan nackspärr/muntorrhet



EEZYFLOW SOVKRAGE – Sovpositionen som reducerar snarkning

Sov skönt i liknande framstupa (stabil) sidoläge. Eezyflow ger den möjligheten genom att hålla huvudet uppåt, lätt bakåt, något framskjuten käke och stängd mun. Vakna mer utvilad utan muntorrhet.

EEZYFLOW SOVKRAGE

CE-märkt medicinteknisk produkt
Patenterad

Nära & Schysst
Tillverkning i Sverige & Danmark



EEZYFLOW – ETT HANTVERK – PATENTERAD
Gjuts i specialtillverkade formverktyg
Inställbar i höjdlägen



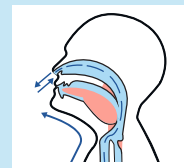
- Mjuk, fjäderlätt och luftig
- Tryckavlastande skum
- Skönt stöd för hakan
- Formas av kroppsvärmen
- Hudvänlig
- Överdrag av härlig svensk bomullstrika
- 100 % ekologisk bomull



Snarkning uppstår i de vävnader som vibrerar i de övre luftvägarna. Vibrationerna kan ske högt upp i näsan, i den mjuka gommen eller bakom tungan, men oftast är det en kombination av dessa.

Prova hur tungt det känns att andas med huvudet framåtböjt istället för bakåtböjt. Prova igen med huvudet bakåtböjt, även i sängläge, på sidan, nu helt avslappnad. Känn det friare luftflödet. Eezyflow hjälper dig att sova i denna position liknande framstupa (stabil) sidoläge.

Vid sömn bör andning ske genom näsan av flera anledningar. Näsan renar, temperaturreglerar och befuktar inandningsluften. Man får bättre syresättning och sover lugnare.



RÅD FÖR EGENVÅRD

Undvik att böja halsen framåt under sömn, det kan täppa till/göra svalget trängre. Sträck ut halsen bakåt för lättare andning. Viktigt, undvik munandning då tungan tenderar att sjunka/falla bakåt.

SOCIAL SNARKNING & OBSTRUKTIV SÖMN-APNÉSYNDROM (OSAS) – EN SJUKDOM VÄRDEN:

- Normala värden "social snarkning", färre än 5 andningsuppehåll per sömntimme.
- Lindrig sömnapné, 5-15 andningsuppehåll per sömntimme.
- Måttlig sömnapné, 16-30 andningsuppehåll per sömntimme.
- Grav sömnapné, fler än 30 andningsuppehåll per sömntimme.

Obehandlad sömnapné syndrom (OSAS) ökar risken för högt blodtryck, hjärt-kärlsjukdomar, stroke samt diabetes II.

För mer information om Eezyflow, snarkning och dess orsaker, olika råd för egenvård av professionen m.m.

www.eezyflow.com

Tel. 08 636 50 30



eezyflow[®]

Bättre sömn - Bättre liv!