

Zahlen, Daten Fakten zur Lattoflex-Schlafstudie

Der Einfluss des Bettes auf

- ▶ Rückenschmerzen
- ▶ Schlafzufriedenheit
- ▶ Tagesbefinden

Lattoflex-Schlafstudie 2019 ◀

Der Fragebogen Teil 1

Bitte ankreuzen, was am ehesten zutrifft ...	immer	oft	50:50	selten	nie
Ich bin tagsüber konzentrationsfähig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich bin mit meiner Schlafqualität zufrieden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich bin schnell erschöpft	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich gehe motiviert an meine Aufgaben	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich kann gut durchschlafen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich kann gut einschlafen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich bin leicht reizbar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich habe abends vor dem Zubettgehen Rückenschmerzen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich habe morgens nach dem Aufstehen Rückenschmerzen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich fühle mich tagsüber leistungsfähig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Der Fragebogen Teil 2

Ich schlafe ...		Die Matratze ...	
auf einer Federkern-Matratze <input type="checkbox"/>		liegt auf einem Boxspring-Bett <input type="checkbox"/>	
auf einer Schaumstoff-Matratze <input type="checkbox"/>		liegt auf einem starren Rollrost <input type="checkbox"/>	
auf einer Latex-Matratze <input type="checkbox"/>		liegt auf einem Holzlattenrost <input type="checkbox"/>	
auf einem Wasserbett <input type="checkbox"/>		liegt auf einer Flügelfederung <input type="checkbox"/>	
auf:		liegt auf:	
seit: Monaten darauf		habe ich online gekauft <input type="checkbox"/>	
seit: Jahren darauf		habe ich im Fachgeschäft gekauft <input type="checkbox"/>	
Die Markenbezeichnung ist: (sofern bekannt)		Die Markenbezeichnung ist: (sofern bekannt)	
.....		

Die Antworten zu Teil 1

Positive Aspekte	nie - selten	50:50	oft - immer
Ich bin mit meiner Schlafqualität zufrieden	54 %	32 %	14 %
Ich kann gut einschlafen	32 %	25 %	43 %
Ich kann gut durchschlafen	58 %	23 %	19 %
Ich fühle mich tagsüber leistungsfähig	17 %	51 %	32 %
Ich bin tagsüber konzentrationsfähig	9 %	45 %	45 %
Ich gehe motiviert an meine Aufgaben	12 %	37 %	51 %

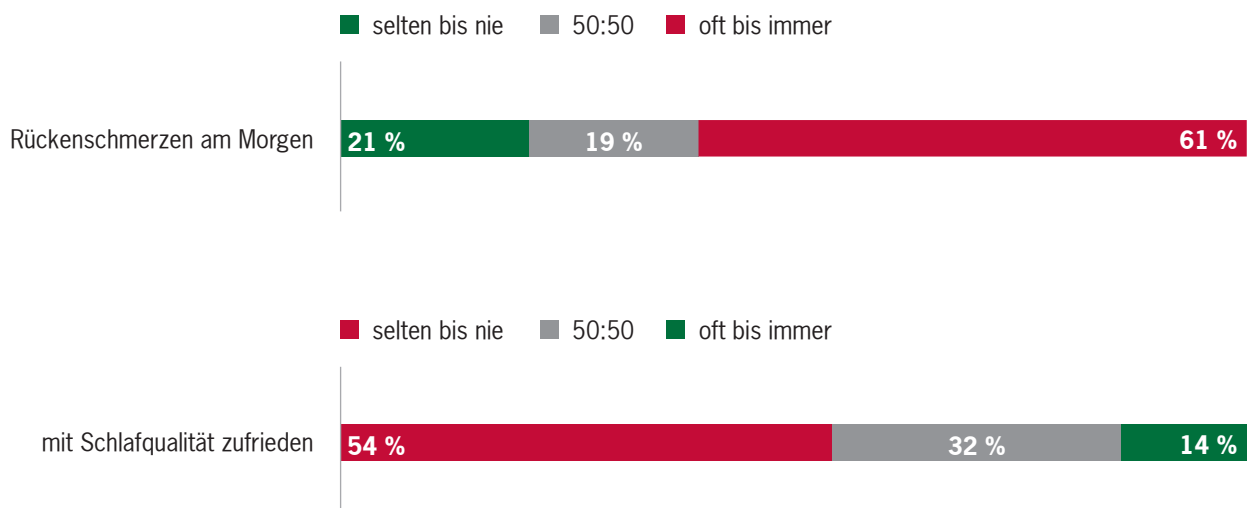
Die Antworten zu Teil 1

Negative Aspekte	oft - immer	50:50	nie - selten
Ich habe morgens nach dem Aufstehen Rückenschmerzen	61 %	19 %	21 %
Ich habe abends vor dem Zubettgehen Rückenschmerzen	34 %	21 %	46 %
Ich bin schnell erschöpft	50 %	30 %	21 %
Ich bin leicht reizbar	30 %	33 %	36 %

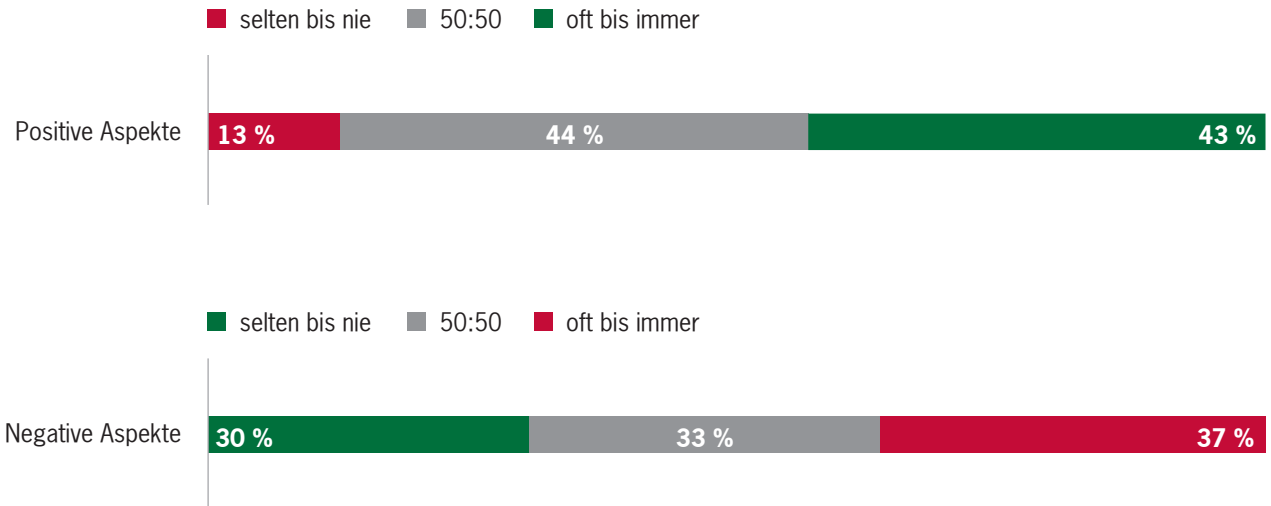
Die Antworten zu Teil 1

Tagesbefinden	nie - selten	50:50	oft - immer
Positive Aspekte	13 %	44 %	43 %
Negative Aspekte	30 %	33 %	37 %

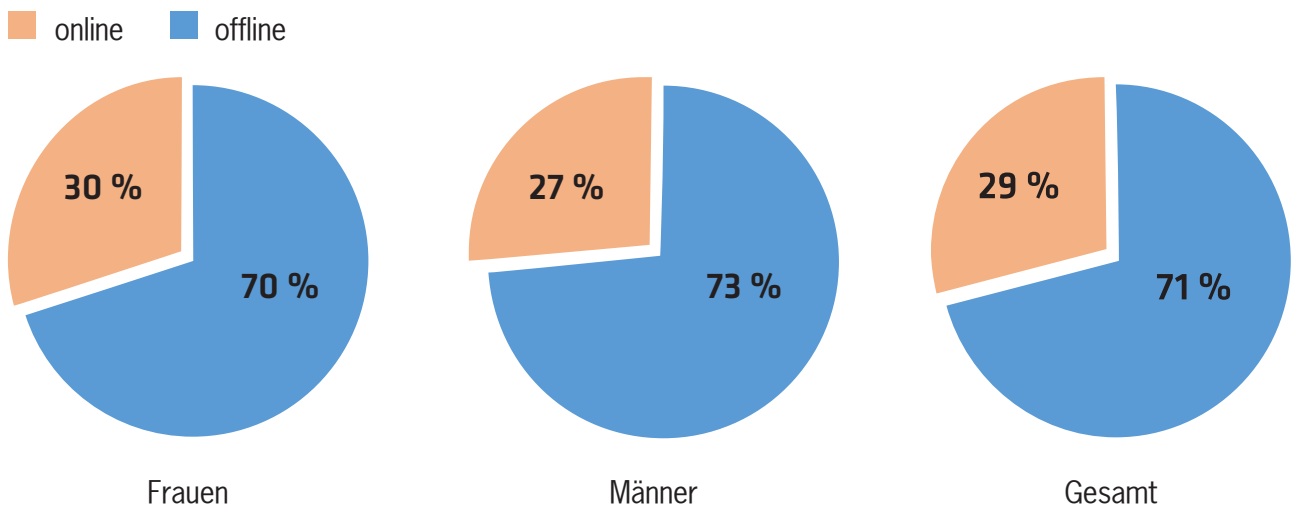
Rückenschmerzen und Schlafqualität in der DACH-Region



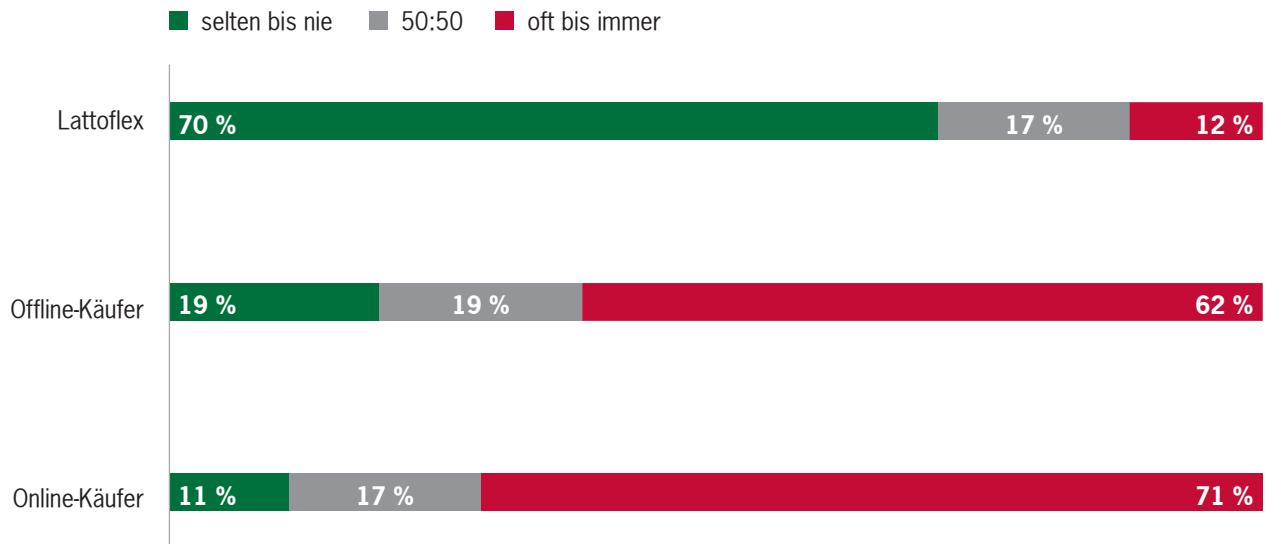
Tagesbefinden in der DACH-Region



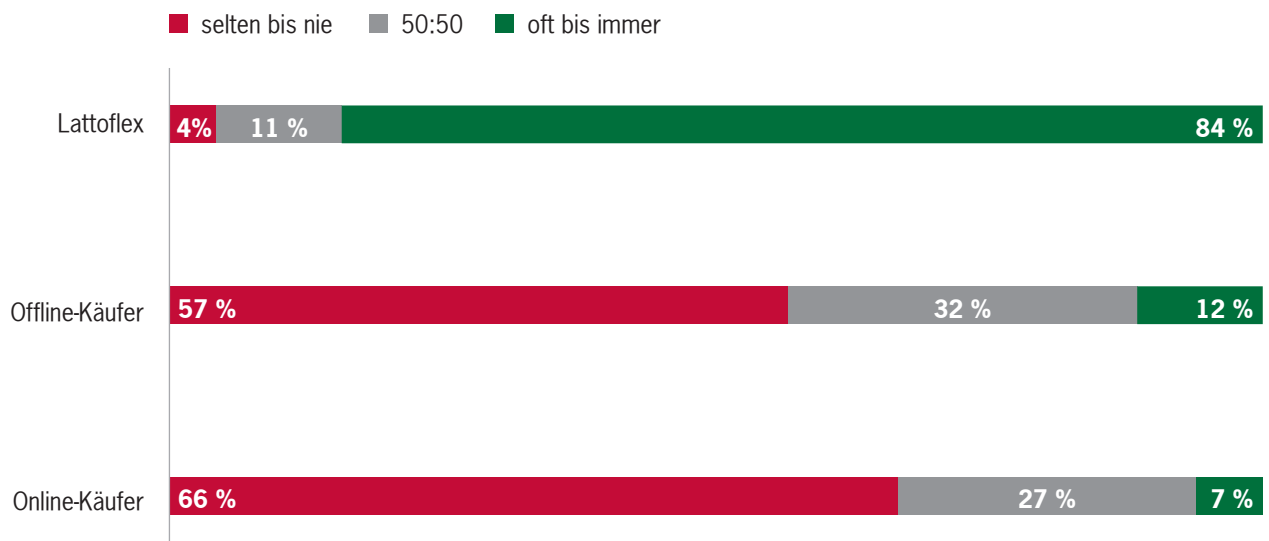
Matratzen-Kauf in der DACH-Region, m: 1.008; w: 1.749



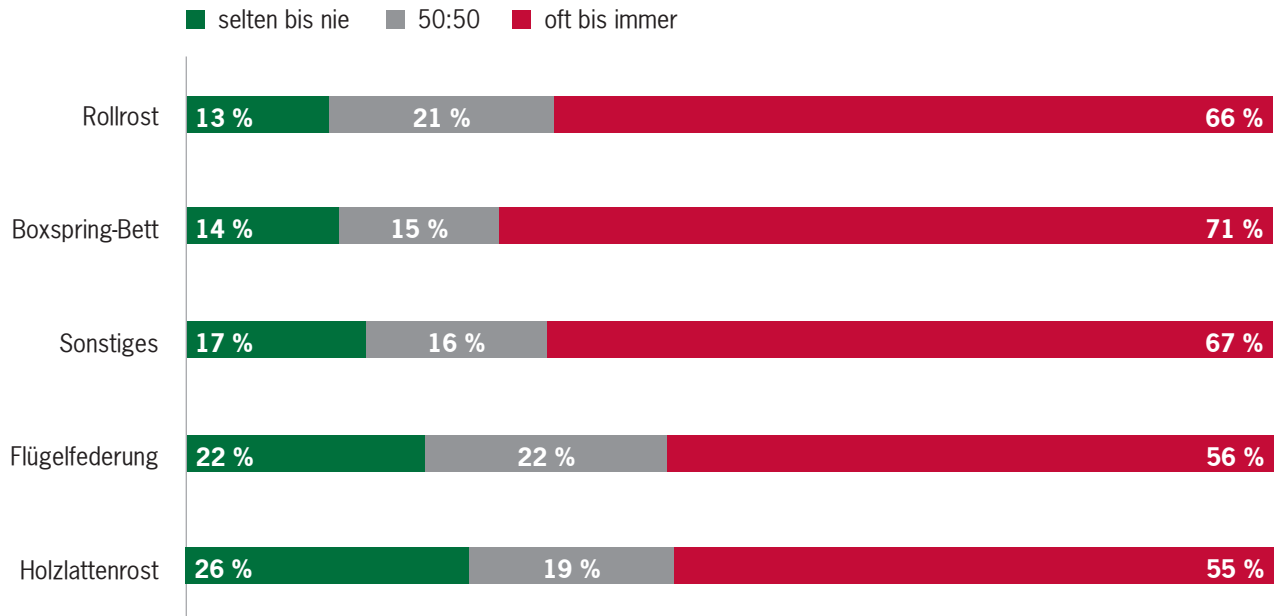
Rückenschmerzen von Online- und Offline-Käufern



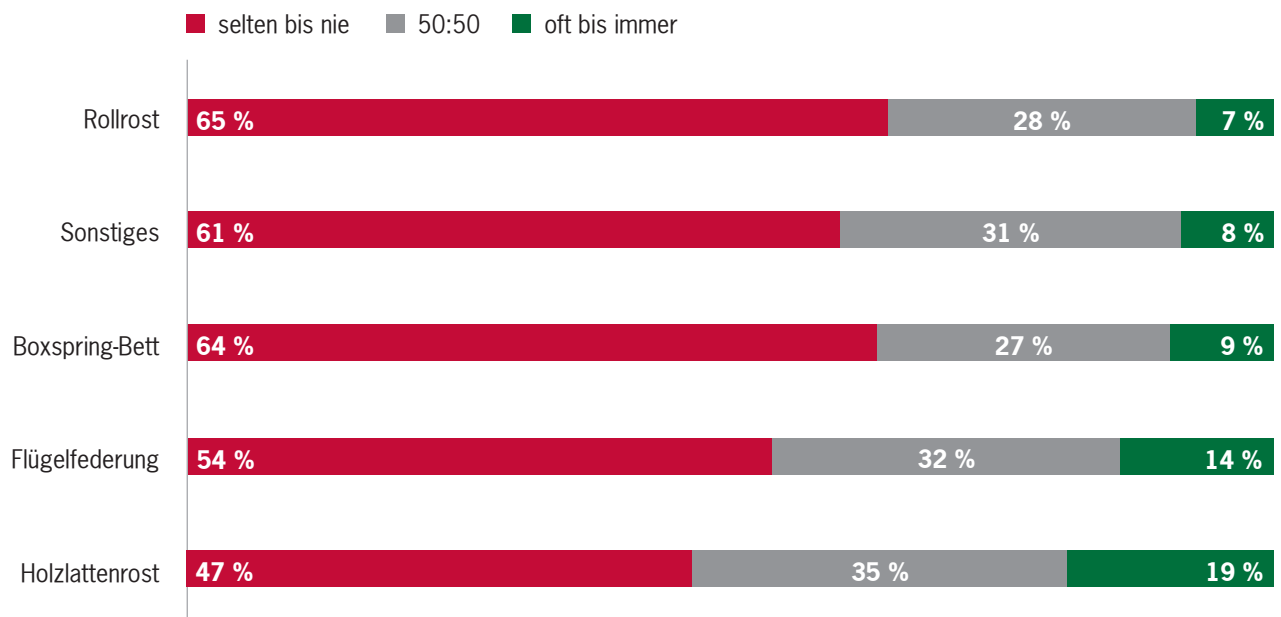
Schlafzufriedenheit von Online- und Offline-Käufern



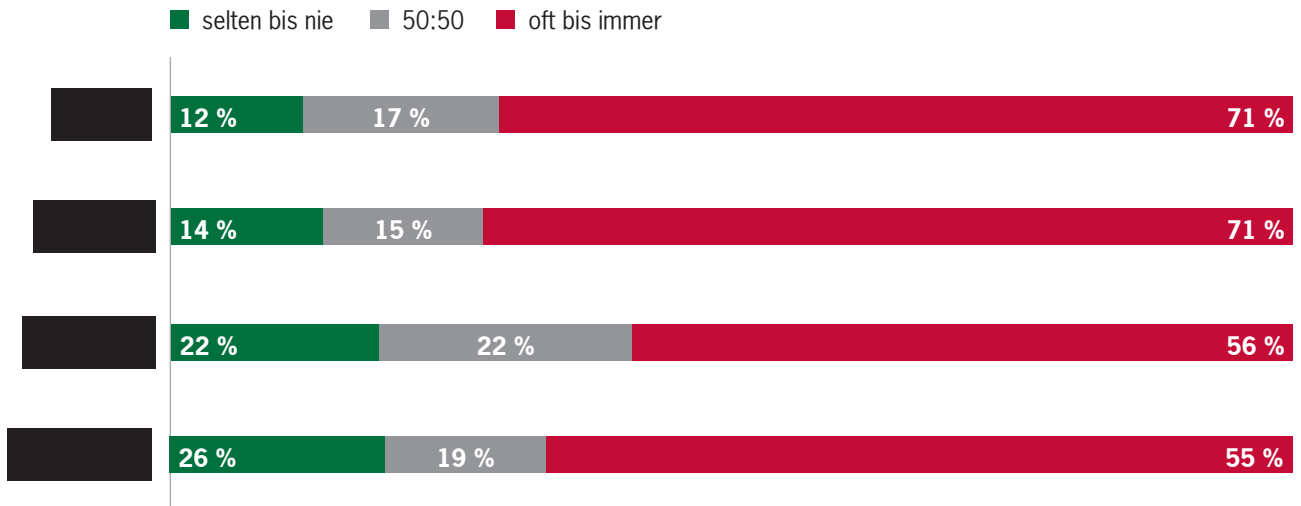
Rückenschmerzen am Morgen nach Bett-Typen



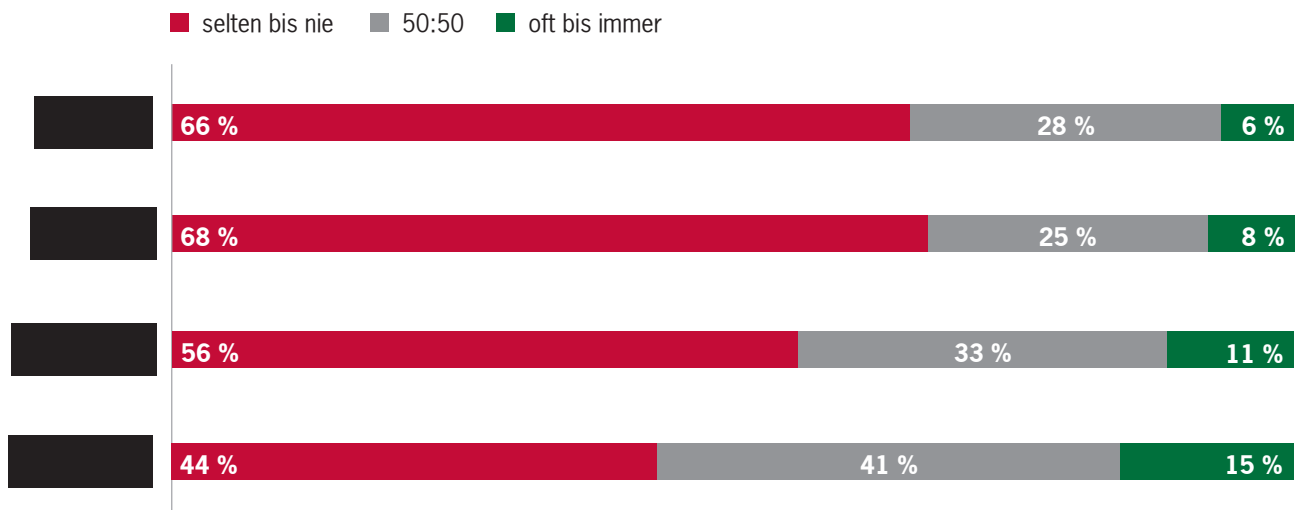
Schlafzufriedenheit nach Bett-Typ



Rückenschmerzen am Morgen nach Matratzen-Marken



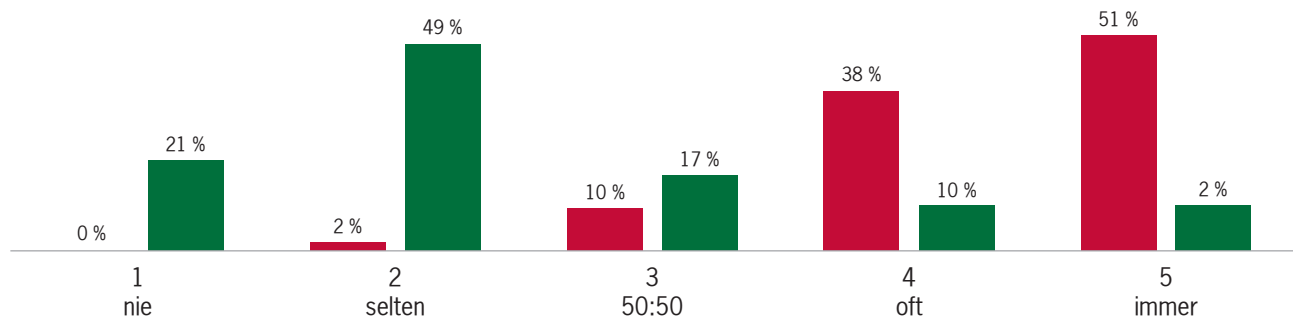
Schlafzufriedenheit nach Matratzen-Marken



Lattoflex-Testschläfer-Erfahrungen ◀

Rückenschmerzen am Morgen auf Lattoflex

■ auf dem alten Bett ■ auf Lattoflex

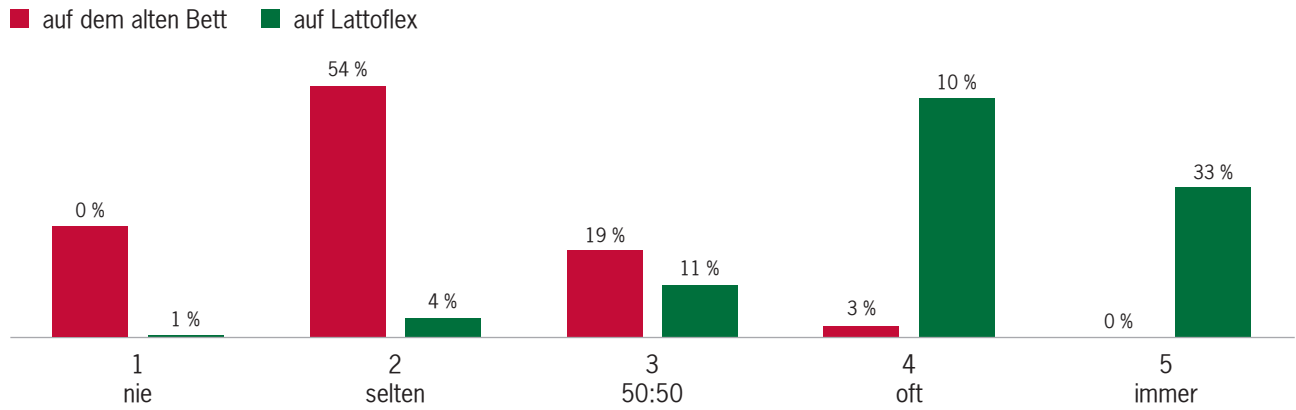


Rückenschmerzen der Testschläfer am Morgen auf Lattoflex

■ selten bis nie ■ 50:50 ■ oft bis immer



Schlafzufriedenheit auf Lattoflex



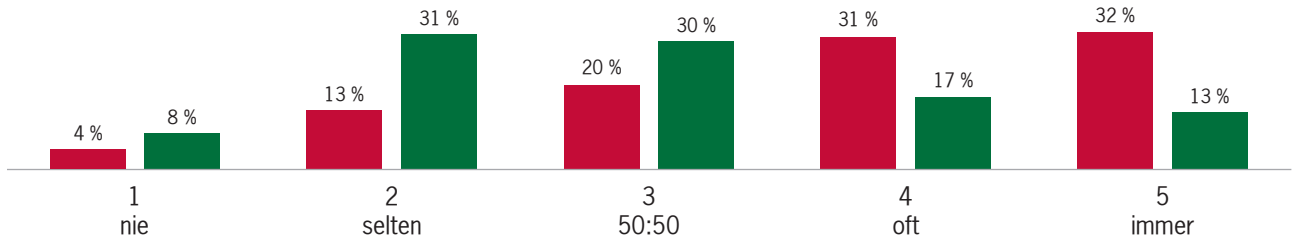
Schlafzufriedenheit der Testschläfer auf Lattoflex

■ selten bis nie ■ 50:50 ■ oft bis immer



Rückenschmerzen am Abend auf Lattoflex

■ auf dem alten Bett ■ auf Lattoflex



Rückenschmerzen der Testschläfer am Abend auf Lattoflex

■ selten bis nie ■ 50:50 ■ oft bis immer



OverAllScore RSTB

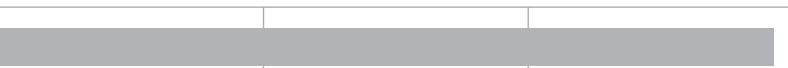




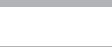
OverAllScore RSTB	Testschläfer vorher	Testschläfer nachher	Delta in %
Tagesbef.- Index	2,86	3,76	+ 31 %
Positive Aspekte	3,03	3,85	+ 27 %
Negative Aspekte	3,39	2,38	- 30 %
Schlaf-Index	2,49	4,13	+ 66 %
mit Schlafqual. zufrieden	2,00	4,12	+ 106 %
Schmerz-Index	4,06	2,59	- 36 %
Rückenschm. morgens	4,38	2,23	- 49 %
Rückenschm. abends	3,74	2,94	- 21 %
RSTB-Wert	2,57	3,80	+ 48 %

RSTB-Werte der Lattoflex-Testschläfer im Vergleich ◀

Bett-Typen

Häufig auftretende positive Aspekte und selten auftretende negative Aspekte summieren sich in dieser Darstellung auf maximal 400 Punkte.

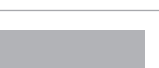








Lattoflex erreicht 292 von 400 Punkten; Boxspring-Betten erreichen 68 von 400 Punkten.

Lattoflex		292
Holzlattenrost		133
Flügelfederung		108
Sonstiges		80
Rollrost		74
Boxspring-Bett		68

Matratzen-Marken

Häufig auftretende positive Aspekte und selten auftretende negative Aspekte summieren sich in dieser Darstellung auf maximal 400 Punkte.

Lattoflex erreicht 292 von 400 Punkten; die am schlechtesten bewertete Matratze erreicht 73 von 400 Punkten.

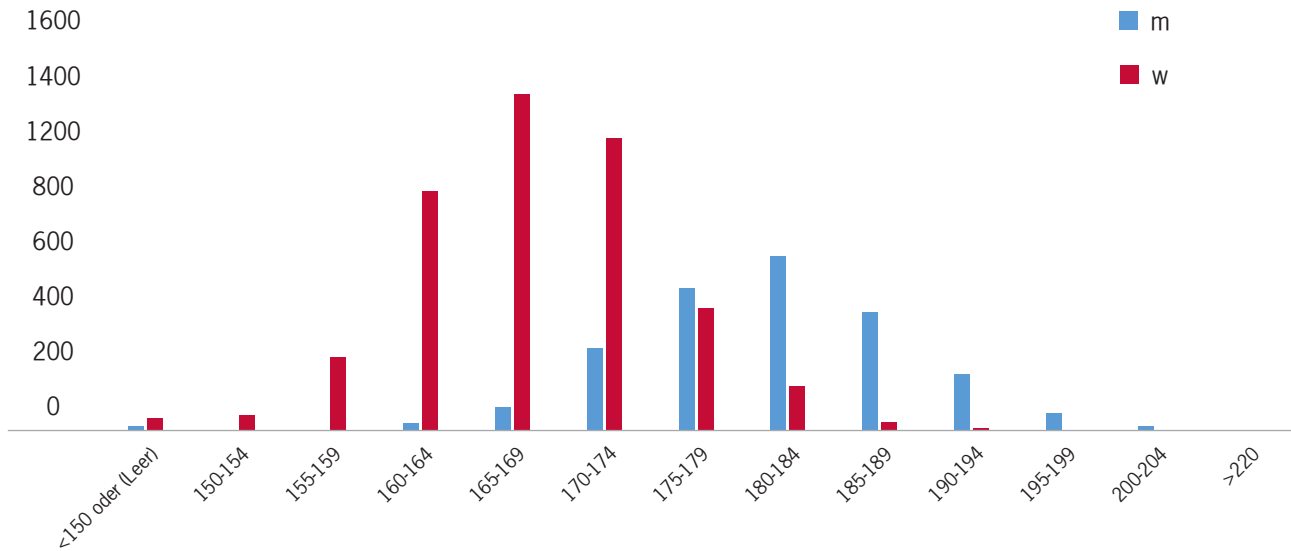
Lattoflex		292
		107
		93
		78
		73 ◀

Empfehlung der Stiftung Warentest ◀

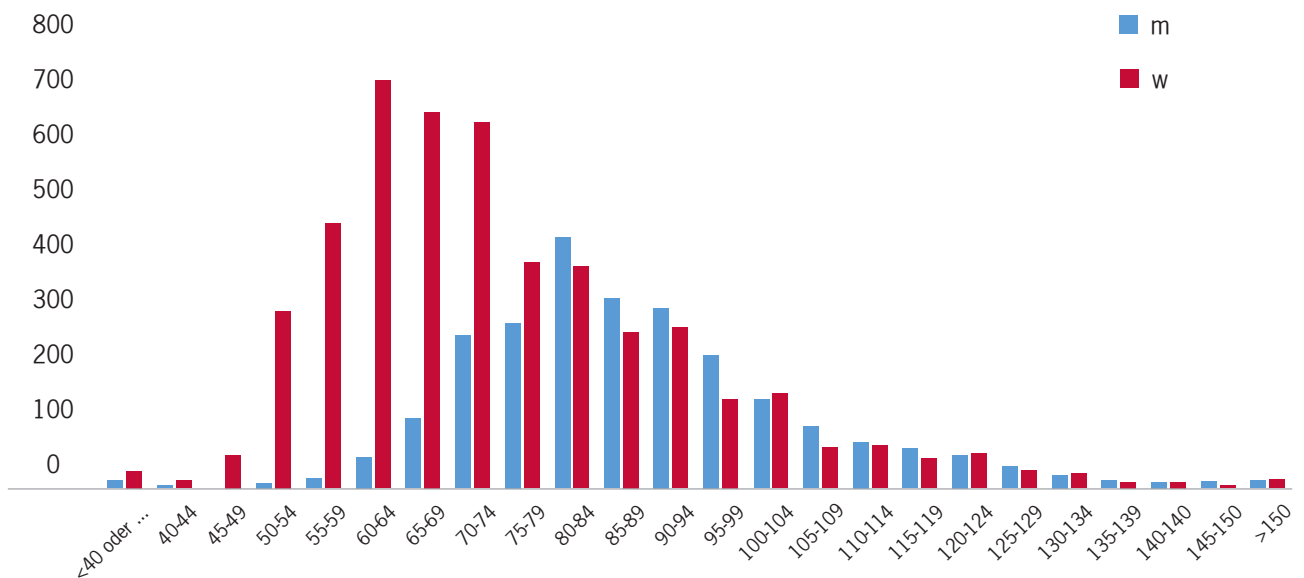
Aus wettbewerbsrechtlichen Gründen sind die mit Lattoflex verglichenen Matratzen-Marken im öffentlichen Teil der Studie unkenntlich gemacht.

Persönliche Merkmale der Studienteilnehmer ◀

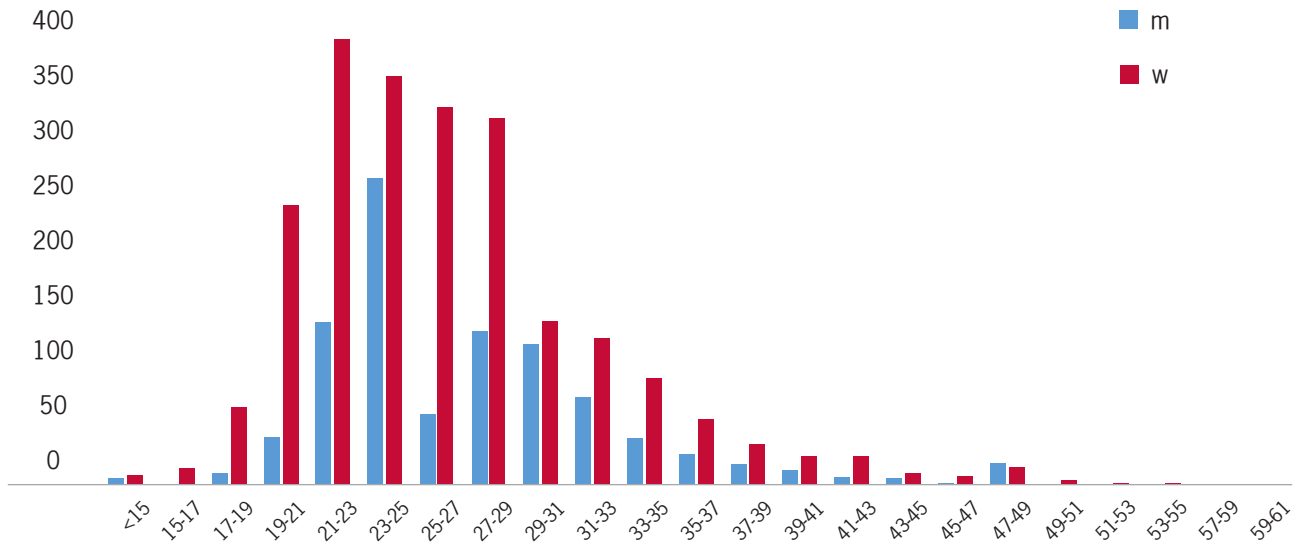
Körpergröße der Studienteilnehmer, m: 2.607; w: 4.768



Körpergewicht der Studienteilnehmer, m: 2.607; w: 4.768



Body-Mass-Index der Studienteilnehmer, m: 1.152; w: 1.952



Lebensalter der Studienteilnehmer, m: 2.607; w: 4.768

