

TÜV SÜD gibt Orientierung beim Matratzenkauf

13. September 2022

Gut gebettet

München. Statistisch gesehen verbringen wir etwa ein Drittel unseres Lebens im Schlaf. Kaum ein Haushaltsgegenstand ist demnach so häufig in Gebrauch oder wirkt sich so stark auf unser Wohlbefinden aus wie unsere Matratze. Entsprechend hoch sind die Anforderungen.

TÜV SÜD-Experte Moritz Becker gibt Orientierung im Dschungel der Angebotsvielfalt.



Eine Matratze beeinflusst die Gesundheit eines Menschen auf viele Arten. Stützt sie den Körper nicht ausreichend, können Rückenleiden und sogar langfristige Haltungsschäden begünstigt werden. Austretende Schadstoffe können Allergien auslösen und leichte Entflammbarkeit stellt ein Sicherheitsrisiko dar. Darüber hinaus sind das Temperaturverhalten und die

Luftdurchlässigkeit wichtig für einen erholsamen Schlaf. Gründliche Tests, die all diese Aspekte berücksichtigen, sind also unerlässlich. TÜV SÜD prüft und zertifiziert daher die verschiedensten Matratzentypen – von Federkern- und Luftkernmatratzen über Kaltschaum-, Viskoschaum- oder Polyesterschaummatratzen bis hin zu Latex- und Naturmatratzen. Die Tests setzen sich aus Funktionsprüfungen, wie der Belastung unter Einfluss des Körperklimas, der Liegeeigenschaften oder der Haltbarkeit, sowie chemischen Prüfungen zusammen, etwa Emissionsanalysen oder der Untersuchung auf Schwermetalle, Biozide und Weichmacher.

Der richtige Matratzentyp

„Jeder Mensch findet anders in den für ihn erholsamen Schlaf. Im ersten Schritt geht es daher darum, den individuell richtigen Matratzentyp für sich zu finden“, so Moritz Becker. Der Experte gibt einen Überblick über die vier gängigsten Arten:

Federkernmatratzen passen sich dem Körper flexibel an, denn sie geben nur dort nach, wo sie auch belastet werden. Ein weiterer Vorteil dieses Typs ist der gute Feuchtigkeitstransport. Damit ist die Matratze das passende Modell für Menschen, denen es schnell zu warm wird und die stark schwitzen. Wer leicht friert, sollte gemäß TÜV SÜD eher auf ein Modell aus Schaumstoff setzen. Durch das vergleichsweise hohe Gewicht kann das regelmäßige Wenden einer Federkernmatratze außerdem recht mühsam sein.

Schaumstoffmatratzen überzeugen durch eine gute Punktelastizität und geringes Nachschwingen beim Umdrehen. Sie sind lange haltbar, haben gute Liegeeigenschaften und sind auch für schwerere Menschen geeignet. Feuchtigkeit und Wärme können allerdings bei ungeeigneten Schäumen auf Dauer zu Liegekuhlen führen.

Viskoschaummatratzen haben einen sogenannten „Memory-Effekt“. Drückt man seine Hand hinein, bleibt ein sichtbarer Abdruck zurück. Diese meist hochpreisigen Matratzen passen sich der Körperform optimal an, sind lange haltbar und gut wärmeisolierend. Für stark schwitzende Menschen ist dieser Typ daher nicht geeignet.

Latexmatratzen bieten ein angenehmes Liegegefühl und punkten in Sachen Gemütlichkeit. Reine Latexmatratzen sind allerdings teuer und durch ihr vergleichsweise hohes Gewicht mitunter schwer zu wenden.

Für welchen Typ sich Verbraucher auch entscheiden – die richtige Matratze sollte auf die Körperform und das Gewicht ausgelegt sein und sowohl in Rückenlage als auch in Seitenlage dem Körper maximalen Support bieten. „Der Härtegrad einer Matratze ist übrigens Geschmackssache und kann ganz nach der eigenen Präferenz ausgewählt werden. Er gibt keine allgemeingültige Auskunft über die Stützeigenschaft: Eine weiche Matratze kann die Wirbelsäule genauso gut stützen wie eine harte“, weiß der Experte. „Generell rate ich immer zum Probeliegen auf verschiedenen Matratzen und einer fachkundigen Beratung im Handel.“

Auf Prüfzeichen achten

Wer sich für eine Matratze mit Prüfsiegel entscheidet, erwirbt ein Produkt, das auf die wichtigsten Kriterien getestet ist und unter regelmäßiger Kontrolle steht. Beim Kauf einer neuen Matratze sollten Verbraucher entsprechend auf folgende Prüfzeichenaussagen achten:

„Dauer getestet“: Die Lebensdauer einer Matratze ist ein wichtiges Kaufkriterium. Schließlich soll sie nicht bereits nach kurzer Zeit durchgelegen sein. TÜV SÜD prüft die mechanische Haltbarkeit auf Grundlage der DIN EN 1957. Diese Norm schreibt 30.000 mechanische Prüfzyklen vor, bei denen eine Walze über die Matratze gerollt wird, um die Wälzbewegungen einer Person zu simulieren. Mithilfe dieses Tests lässt sich feststellen, in welchem Maß sich Höhe, Härte und Federung der Matratze verändern. Nach der Belastungsprobe beurteilen die Experten von TÜV SÜD die Verschleißerscheinungen. „Zur Langlebigkeit kann der Verbraucher mit guter Pflege beitragen. Bei jedem Bettbezugwechsel sollte idealerweise die Matratze gedreht und gewendet werden, spätestens allerdings alle drei Monate. Das sorgt für eine gute Belüftung und beugt Kuhlenbildung vor“, empfiehlt Moritz Becker.

„Probanden getestet“: Nicht nur maschinelle Tests mit Walzen und Gewichten werden an der Matratze durchgeführt, es kommen auch echte Probanden zum Einsatz. Vor und nach dem Dauertest bewerten die Experten die Einsinktiefe und die daraus resultierenden Winkelverhältnisse verschiedener Probanden mit den besonderen Körperformen „Birne“ (A-Form) und „Schrank“ (H-Form) in Rücken- und Seitenlage.

„Körperklima getestet“: Mithilfe eines Dauerbelastungstests lässt sich beurteilen, ob sich die Materialeigenschaften der Matratze durch das menschliche Körpergewicht, Hitze oder Schweiß verändern. Im Anschluss werden Höhen- und Härteänderungen sowie die Einsinktiefe der Matratze gemessen.

„Zoneneinteilung geprüft“: Hierbei werden die vom Hersteller beschriebene Zoneneinteilung sowie die Härte über die Länge der Matratze geprüft, indem ein kuppelförmiger Druckstempel entlang der Mittellinie in die Matratze gedrückt wird.

„Waschbar“: Der Matratzenbezug wird nach Herstellerangaben dreimal gewaschen und anschließend wieder aufgezogen. Die Experten von TÜV SÜD bewerten dabei die Dimensionsstabilität, Farbveränderungen, Verschiebewiderstand des Gewebes und andere Abweichungen.

„Produktion überwacht“: Für die Zertifizierung eines Produkts mit einem Prüfzeichen ist die wiederkehrende Überwachung der Produktion unerlässlich. „Bei regelmäßigen Überprüfungen der Produktionsstandorte wird überwacht, ob der Hersteller in der Lage ist, das Produkt in gleichbleibender Qualität in Serie zu produzieren“, erklärt Moritz Becker.

Süße Träume für Babys und Kleinkinder

Babys und Kleinkinder sollten auf speziellen Kindermatratzen schlafen. Diese haben eine schwache Zonierung und verfügen demnach über gute Liegeeigenschaften für den kleinen leichten Körper. Außerdem müssen sie gute Schadstoffnoten aufweisen. Ist der Nachwuchs der Kindermatratze entwachsen, muss eine größere her. Als Faustregel gilt: Liegen Kopf und Füße des Kindes nur noch weniger als zehn Zentimeter vom Kopf- beziehungsweise Fußende entfernt, ist es Zeit für eine neue Matratze und ein größeres Bett.

Hundert Tage Probeliegen?

Viele Anbieter werben mit der Möglichkeit, die Matratze nach dem Kauf einige Wochen zu testen und sie dann wieder zurückzugeben, falls sie nicht gefällt. Doch was mit der Matratze nach dem Probeliegen passiert, ist je nach Hersteller unterschiedlich. Die meisten Anbieter entsorgen zurückgegebene Matratzen, selten bekommen sie eine zweite Chance als B-Ware zum vergünstigten Preis, bei Sonderpostenhändlern oder als Spende an gemeinnützige Organisationen. Verbraucher, die das Test-Angebot in Anspruch nehmen wollen, sollten sich daher aus ökologischen Gründen vorher beim Anbieter über die Verwertung der Matratze nach dem Probeliegen informieren.

Weitere Informationen gibt es unter

- <https://www.tuvsud.com/de-de/branchen/konsumgueter-und-handel/haus-und-garten/pruefung-matratzen>
- <https://www.tuvsud.com/de-de/dienstleistungen/produktpruefung-und-produktzertifizierung/zertifikatsdatenbank/z2-390-matratzen>

Hinweis für Redaktionen: Die Pressemeldung und das Bild in reprofähiger Auflösung gibt es im Internet unter www.tuvsud.com/presse.

Pressekontakt:

Dirk Moser-Delarami TÜV SÜD AG Unternehmenskommunikation Westendstr. 199, 80686 München	Tel. +49 (0) 89 / 57 91 – 15 92 Fax +49 (0) 89 / 57 91 – 22 69 E-Mail dirk.moser-delarami@tuvsud.com Internet www.tuvsud.com/de
--	---

Im Jahr 1866 als Dampfkesselrevisionsverein gegründet, ist TÜV SÜD heute ein weltweit tätiges Unternehmen. Mehr als 25.000 Mitarbeiter sorgen an über 1.000 Standorten in rund 50 Ländern für die Optimierung von Technik, Systemen und Know-how. Sie leisten einen wesentlichen Beitrag dazu, technische Innovationen wie Industrie 4.0, autonomes Fahren oder Erneuerbare Energien sicher und zuverlässig zu machen. www.tuvsud.com/de