my Smile
THE HAPPY PILLOW

OBB
TRAUMHAFT SEIT 1900

Das ORIGINAL von
Dr. Herbert Koerner

Das weltweit einzige ...

... INDIVIDUELL EINSTELLBARE KISSEN MIT BEWEGLICHER NACKENROLLE

mySmile ist ein individuell einstellbares Kissen mit integrierter, beweglicher Nackenrolle. Das einzigartige patentierte Kissenkonzept sorgt im Bereich der Halswirbelsäule für eine anatomisch angepasste Schlafposition. Aus therapeutischen Erkenntnissen heraus entwickelt, steht das **mySmile** Kissen für eine individuelle sanfte Unterstützung des gesamten Muskelbereiches in der Halswirbelsäulenregion.

Inhalt

WAS DU WISSEN SOLLTEST 4

GRÜNDE FÜR EINEN SCHLECHTEN SCHLAF! 5

DER „SCHWEBENDE“ ATLAS 6

BELASTETE HALSMUSKULATUR 8

EIN RICHTIGES KISSEN SCHAFFT ABHILFE 10

DER ERFINDER 11

MEHR-KAMMERN-SYSTEM 12

FÜR BAUCH-, SEITEN- UND RÜCKENSCHLÄFER GEEIGNET 13

GÜTESIEGEL FÜR EIN „ERGONOMISCHES PRODUKT“ 14

Was Du wissen solltest

- Studien belegen: Jeder dritte Deutsche schläft schlecht und bis zu 80 % aller Patienten mit chronischen Schmerzen leiden gleichzeitig an ausgeprägten Schlafstörungen.
- Besonders die sensible Muskulatur um den Atlas wird durch einseitige Haltungsstrukturen stark belastet und kann für Probleme wie Kopf-, Schulter-, Nacken- und Rückenschmerzen verantwortlich sein.
- Ein falsches Kissen begünstigt Verspannungen der Atlasmuskulatur und verhindert die Balance von Unterstützung und Bewegungsfreiheit in der Hals-Nacken-Region.
- Das patentierte Mehr-Kammern-System unseres **mySmile** wurde speziell für den Halswirbelsäulenbereich und die Atlasringmuskulatur entwickelt.
- Das **mySmile** ist für Bauch-, Seiten- und Rückenschläfer geeignet.

Gründe für einen schlechten Schlaf

Beginnt auch Dein Tag oft mit Müdigkeit, fehlender Energie und Verspannungen im Nacken?

Nackenschmerzen sind nicht immer auf eine harmlose Verspannung zurückzuführen. Sie können chronisch werden oder auch von Beginn an Symptom ernsthafter Erkrankungen sein.

Der Grund ist aber in den meisten Fällen eine überlastete Muskulatur im Hals-Nacken-Bereich, die unter anderem durch alltägliche Bewegungen in festgefahrenen Haltungsstrukturen wie längeres Sitzen am Schreibtisch oder Herabschauen auf das Smartphone ausgelöst wird. Eine anhaltende falsche Schlafposition beschleunigt die Abwärtsspirale von Schmerz und Stress.

Ein erholsamer Schlaf auf einem persönlich abgestimmten Kissen entlastet die angestrengte Halsmuskulatur und fördert die Relaxation der betroffenen Muskelgruppen. Folge ist ein entspannter und erholter Start in den Tag!

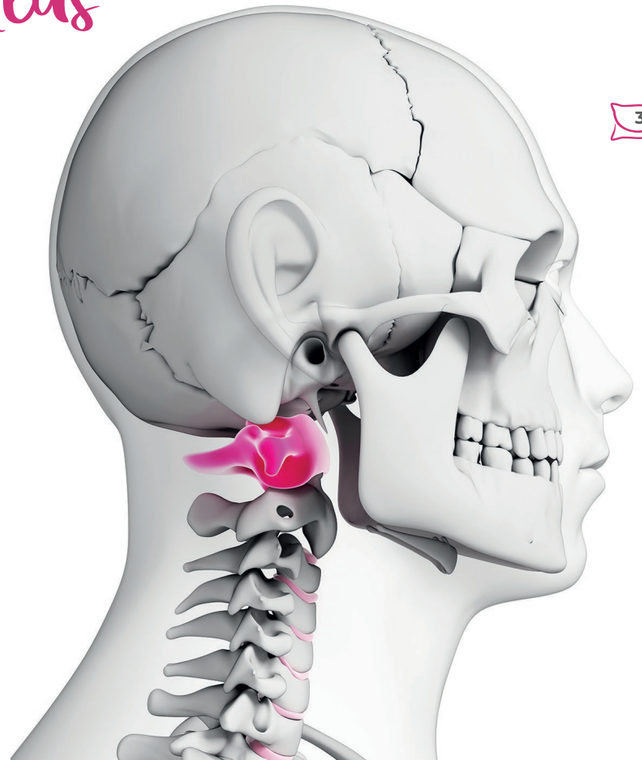
Am Humankybernetischen Institut in Berlin widmete sich Dr. med. Dipl.-Ing. Herbert Koerner der genannten Thematik. Seine Erkenntnisse und Beobachtungen waren der Anstoß für die Erfindung des **mySmile** Kissenkonzeptes.

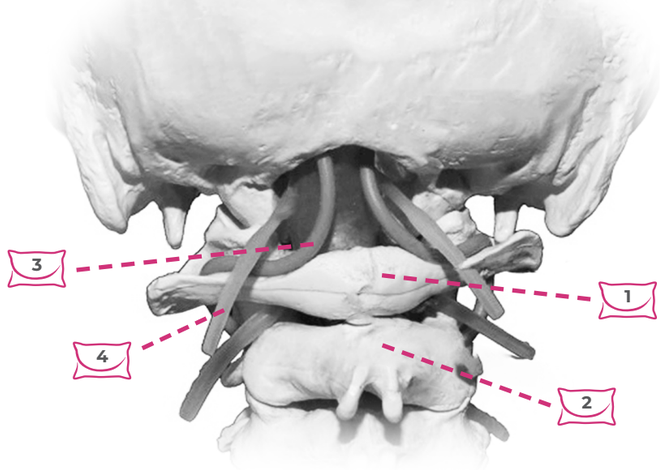
Der „schwebende" Atlas

EINE REVOLUTIONÄRE AUSSAGE

Der Atlas, unser erster Halswirbel, ist das zentrale Element der beiden Kopfgelenke. Seine 3 wichtigen Aufgaben sind die maximale Beweglichkeit des Kopfes, der Schutz des zentralen Nervensystems und die Sicherung der basalen Blutversorgung des Gehirns. Der Begriff „schwebender" Atlas begründet sich auf der Erkenntnis, dass der erste Halswirbel nicht wie alle anderen Wirbel durch Bandscheiben gehalten wird. Die hohe Mobilität des Kopfgelenkes beruht auf dem Zusammenspiel der äußeren Halsmuskulatur und der inneren Atlasringmuskulatur.

So wie ein Seehund einen Ball auf seiner Nase ständig im Gleichgewicht balanciert, steuert der Atlas weitgehend reibungsfrei das Offenhalten der beiden inneren Arterien bei jeder Kopfbewegung. Einseitige muskuläre Belastungen behindern die optimale Funktionsfähigkeit des Atlas und können Ursache vieler Beschwerden wie z. B. Kopf- und Nackenschmerzen sein.

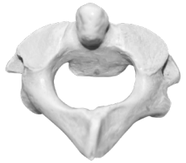




Eine anatomische Anpassung ...

... an die Halswirbelsäule erfolgt durch die individuell einstellbare Auffüllung von Kopfteil und Nackenrolle. Der Vorteil des Kissens ist die Entlastung der Atlasringmuskulatur und der Nervenabgänge im Bereich der Halswirbelsäule, sowie die Gewährleistung einer gleichmäßigen Durchblutung beider innerer Halsarterien.

Atlas
1. Halswirbel



Axis
2. Halswirbel

Atlas und Axis aufeinander
- keine Bandscheibe!

1 **Atlas**

2 **Axis**

3 **Arteria vertebralis interna**

4 **Nerven**

BESCHWERDEBILDER ...

... durch belastete Halsmuskulatur

Bei Beschwerden im Halswirbelsäulenbereich sind schmerzhafte Verspannungen die häufigsten Symptome. Muskuläre Dysbalancen entstehen, wenn bestimmte Muskeln und Muskelgruppen durch einseitige Beanspruchung im Alltag überlastet werden und sich verhärten. Unter dem Begriff „muskuläre Dysbalancen“ versteht man die Verkürzung einer aktiven Muskelgruppe (Agonisten) bei gleichzeitiger Erschlaffung des muskulären Gegenspielers (Antagonisten).

Häufiges Beschwerdebild im Hals- und Nackenbereich ist die verminderte Beweglichkeit des Kopfes, das Drehen und der Blick zur Seite oder nach hinten kann nicht mehr schmerzfrei durchgeführt werden. Diese durch Überlastung hervorgerufenen einseitigen Muskelverspannungen beschränken den Atlaswirbel in seiner Funktion.

Bei eingeschränkter Durchblutung in der Atlasregion kann es zu Spannungskopfschmerzen, Nackenschmerzen, Migräne, Schwindel, Gangunsicherheit, Übelkeit, Tinnitus, Hörverminderung und Sehstörungen kommen. Vom Nacken ausstrahlende Schmerzen in den Arm bis in die Hand können Taubheitsgefühle auslösen. Eine bewegliche Nackenrolle am Kopfkissen kann helfen, den oben genannten Symptomen vorzubeugen.

Schmerzen können aber nicht nur über eine Verkrampfung der Muskulatur ausgelöst werden, sie sind nicht selten auch Folge von Irritationen der Nerven durch Verschleiß der Halswirbelsäule.

Wer unter unklaren, wiederkehrenden Beschwerden im Halswirbelsäulenbereich leidet, sollte auf jeden Fall einen Facharzt aufsuchen.

Ein richtiges Kissen ...

... SCHAFFT ABHILFE

Ein erholter und gesunder Schlaf geht mit einer körperlichen Regeneration einher. Wird der Bereich von Hals und Nacken optimal aber bewegungsfrei gestützt, können Muskeln entspannen, der Körper sagt: „Danke“!

Das **mySmile** Kissen kommt der notwendigen Bewegungsanatomie auf effektivste Weise entgegen. Das Kissen erfüllt als geschlossene Funktionseinheit zwei verschiedene anatomische Grundpositionen: die Anpassung an die Lordose (typische Biegung im Bereich der menschlichen Halswirbelsäule) und die ständige Anpassung an das feinregulatorische Geschehen in der Atlasregion.

- Was macht das **mySmile** Kissen so einzigartig?
- Die Verbindung von Kopfteil und beweglicher Nackenrolle (two in one).
- Die individuelle Einstellung durch veränderbares Füllmaterial.
- Die optimale Entlastung und gleichzeitige Mobilisierung der Halswirbelsäulenmuskulatur.
- Die nahtfreie gleichmäßige Druckverteilung auf die sensible Hautoberfläche in allen Funktionsstellungen.

Das ORIGINAL von Dr. Herbert Koerner

Der Erfinder ...

... HINTER DEM KONZEPT DES MYSMILE KISSENS

Der Arzt, Ingenieur und Weltumsegler Dr. med. Dipl. Ing. Herbert Koerner widmete sich in seiner Orthopädischen Praxis in Berlin sowohl der Betreuung austherapierter Schmerzpatienten, als auch der wissenschaftlichen Arbeit mit Hochleistungssportlern.

Die langjährige diagnostische Auswertung von Röntgenbildern der Atlasregion hatte ergeben, dass trotz vieler Beschwerdebilder erstaunlicherweise im Bereich der Kopfgelenke C0/C1 und C1/C2 keine nennenswerten Arthrosen auftreten. Diese Beobachtung führte zu der Überlegung, dass weniger vertikal wirksame Kräfte in diesen beiden Gelenkabschnitten auftreten, als zunächst und bislang biomechanisch angenommen wurde. Allein das Kopfgewicht mit 4,5–5 kg gab Anlass, von einer höheren Belastung in diesen Gelenkabschnitten auszugehen. Hinzu kamen der Grundtonus der umgebenen Muskulatur und die dynamische Belastung der Halswirbelsäule beim Gehen und Drehen im täglichen Leben. Erstaunlich war, dass durch manualtherapeutische Maßnahmen sehr gute Behandlungswirkungen erzielt wurden. Folgerichtig wurde die Entschlüsselung der biomechanischen Funktionsweise des Atlas, zum Schwerpunkt seiner Studien und Analysen. Diese Beobachtungen, neue anatomische Erkenntnisse und eigene Forschungsergebnisse waren der Anstoß für die Entwicklung eines ortho- kybernetischen Kissens. Das Kissen durchlief eine Testphase in die sowohl gesunde Probanden als auch chronische Schmerzpatienten eingebunden waren.

Das patentierte Mehr-Kammer-System

mySmile wurde speziell für den Halswirbelsäulenbereich entwickelt. Es bietet die perfekte Balance zwischen Anspannung und Entspannung belasteter Muskelgruppen dank aktiver Bewegungsfreiheit und optimaler Stützfunktion!

Das **mySmile** besteht aus zwei Komponenten, dem Kopfteil und der beweglichen Nackenrolle, deren Füllmengen jeweils individuell angepasst werden können. Ein Funktionsbezug bindet die Teile zu der einzigartigen Funktionsweise.

In ihrer Gesamtheit ermöglichen die Kissenteile eine sanfte, gleichmäßige Druckverteilung auf den sensiblen Halswirbelsäulenbereich. **mySmile** sorgt so für eine entspannte Ruhestellung des Kopfes und unterstützt die anatomischen Gegebenheiten der Halswirbelsäule optimal. Verlagert sich die Schlafposition, kann der Halswirbelsäulenbereich frei auf der Nackenrolle „wandern“ - die optimale Stützung bleibt erhalten.

mySmile stützt den Bereich um Hals und Nacken im Schlaf sanft und hilft so dabei, Deine Halswirbelsäule in der Nacht anatomisch korrekt zu lagern. Dadurch kann die Muskulatur entspannen und die zentrale Blutzirkulation wird gefördert. Für einen gesunden Schlaf und einen energiereichen Morgen.

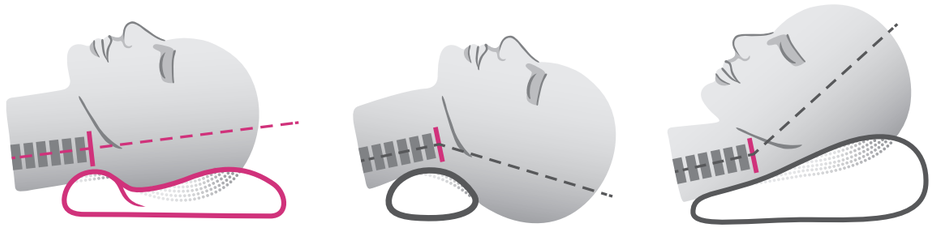
Für Bauch-, Seiten- & Rückenschläfer ...

... GEEIGNET

Eine weit verbreitete Meinung ist: unterschiedliche Schlafverhalten erfordern unterschiedliche Kissen. Das muss nicht sein. Unser **mySmile** kann durch die individuelle Anpassung der Füllmenge die Bedürfnisse jedes Schlaftypen erfüllen. Die Beweglichkeit der Nackenrolle ermöglicht auch bei mehrfachem Wechsel der nächtlichen Liegeposition ein sanft-stützendes Gefühl des Hals-Nacken-Bereichs.

Voraussetzung ist, dass Du sowohl das Kopfkissenteil, als auch die Nackenrolle auf die eigenen ergonomischen Bedürfnisse des Hals-Nacken-Bereichs anpasst. So gestaltest Du Dein persönliches Wohlfühlkissen!

Nur wenn Du Deine Muskulatur individuell unterstützt, kann sich diese über Nacht erholen!



GÜTESIEGEL ...

... für ein „ergonomisches Produkt"

Das **mySmile** Original by Dr. Koerner hat die Prüfung vom Institut für Gesundheit und Ergonomie bestanden und trägt das Gütesiegel „Ergonomisches Produkt".

my Smile THE HAPPY PILLOW

Das ORIGINAL von Dr. Herbert Koerner

Der besondere Wert des IGR-Gütesiegels liegt in seiner strikten Neutralität und bundesweit einzigartigen Unabhängigkeit.

Ergonomisches Produkt

Zertifiziert durch .IGR Institut für Gesundheit und Ergonomie

www.igr-ev.de

Zur Produktprüfung wendet IGR die gültigen Normen an und ermittelt den Anpassungsgrad des Produktes an die körperlichen Eigenschaften der Testperson.

Unser patentiertes und innovatives Kissenkonzept ist ganz auf die persönlichen ergonomischen Bedürfnisse jedes einzelnen anpassbar und verhilft nachweislich zu einem gesünderen und erholsameren Schlaf.

Ein echtes Gesundheitskissen!

mySmile steht für eine individuelle Unterstützung des gesamten Muskelbereiches in der Halswirbelsäulenregion. Das Kissen wurde auf atlasmedizinischer Grundlage und aus therapeutischen Erkenntnissen heraus entwickelt. Empirische Forschung, patientenbasierte Erprobung und die patentierte Funktionsweise machen es zu einem echten Gesundheitskissen!

my Smile
THE HAPPY PILLOW

OBB
TRAUMHAFT SEIT 1900

Mühlestraße 54 · 79539 Lörrach
Telefon +49 7621 / 1520-0 · E-Mail info@obb.de

www.obb.de