

| Matratzen-Typ | Vorteile | Nachteile |
|---|--|--|
| Federkernmatratzen | <p>Sehr gutes Mikroklima, weil sie über große Hohlräume verfügen. Die Feuchtigkeit kann dort gut zirkulieren und nach dem Schlaf wieder „abtrocknen“.</p> <p>Moderne Federkernmatratzen (u.a. Taschenfederkernmatratzen) gibt es als Mehr-Zonen-Modelle, um den unterschiedlichen Gewichten der Körperteile und Einsinktiefen gerecht zu werden. In diesen Fällen meist gute Punktelastizität.</p> | <p>Herkömmliche Federkernmatratzen haben eine geringe Punktelastizität. (Anders Taschenfederkernmatratzen: bei diesem Typ sind die einzelnen Federn in Stofftaschen eingenäht, die sich individuell dem Körper anpassen und somit eine gute Punktelastizität ermöglichen.)</p> <p>Wenig geeignet in Kombination mit verstellbaren Lattenrosten, da sich die Federn nicht so gut einer unebenen Unterlage anpassen.</p> |
| Latexmatratzen | <p>Sehr gute Punktelastizität, vor allem bei Naturlatex.</p> <p>Sehr gute Anpassungsfähigkeit an Körperkonturen und verstellbare Lattenroste.</p> <p>Als Mehr-Zonen-Modelle verfügbar.</p> | <p>Latexmatratzen sind wegen ihrer spezifischen Dichte teilweise sehr schwer und unhandlich.</p> <p>Bei nicht perfekter Vulkanisation kann ein Eigengeruch auftreten.</p> |
| Kaltschaumstoffmatratzen | <p>Sehr gute Punktelastizität.</p> <p>Sehr gute Anpassungsfähigkeit an Körperkonturen und verstellbare Lattenroste.</p> <p>Als Mehr-Zonen-Modelle verfügbar.</p> | <p>Brandrisiko: Schaumstoffmatratzen können sich bei Temperaturen über 400 Grad selbst entzünden. Konventionellen Schaumstoffmatratzen fügt man daher feuerhemmende Stoffe zu. Diese Stoffe sind jedoch nach Ökotex Standard 100 nicht erlaubt. (Mögliche Lösung: schwer entflammbare Überzüge).</p> <p>Wegen synthetischer Herstellung oft ein typischer „Chemie-Geruch“, der erst mit der Zeit verschwindet.</p> |
| Viskoelastische Matratzen (Markenname: Tempur) | <p>Besteht aus speziellem Schaumstoff, der vorübergehend die Form des darauf liegenden Menschen annimmt, dadurch werden druckempfindliche Körperstellen besonders entlastet. Sehr gute Punktelastizität. Sehr gute Anpassungsfähigkeit an Körperkonturen und verstellbare Lattenroste.</p> | <p>Der Gedächtnis-Effekt des Schaumstoffs, kann sich auch nachteilig auswirken, beispielsweise bei Positionswechseln im Schlaf.</p> <p>Vergleichsweise teuer; preiswertere Modelle haben oft eine eingeschränkte Feuchtigkeitsregulation.</p> |
| Naturmatratzen aus Rosshaar, Kokosfasern etc., häufig als Futon | <p>Weil nur Naturmaterialien zum Einsatz kommen, ist das Schadstoffrisiko gering.</p> | <p>Geringe Punktelastizität. Außerdem kann es mit der Zeit zur „Kuhlenbildung“ kommen: Die Naturfasern werden eingedrückt und richten sich nicht wieder auf.</p> <p>Schlechte Anpassung an verstellbare Lattenroste.</p> |