



Одним из важных помещений в доме является спальня, ведь во сне человек проводит треть жизни. А значит необходимо уделить повышенное внимание помещению, где исполняются мечты о хорошем сне.

Если в квартире одна или две комнаты, то диван для отдыха будет предпочтительней кровати. Но если в доме имеется полноценная спальня, то мебель для нее стоит выбирать качественную и красивую. Центральное место в любой спальне, конечно, занимает кровать. Культура спать не на полу, появилась относительно недавно. Европейская знать ввела в моду балдахины и альковы, возведя ложе для сна чуть ли не в ранг публичного места. У алькова творились заговоры против престола, принимались любовники и даже проводились модные, в те времена, собрания поэтических салонов. Современная спальня все-таки место отдыха семейной пары или одного человека. Однако, не стоит уделять ему меньше внимания, чем гостиной только потому, что никто кроме хозяина его не увидит. Врачи рекомендуют для лечения нарушений сна поменять мебель в спальне. Также стоит выбирать качественный матрас и комфортное постельное белье.

Но все таки именно кровать делает из обычной комнаты - обитель сна. Срок службы кровати не превышает 10 лет, и не стоит останавливать выбор на недорогих моделях в ущерб качеству. Габариты кровати должны отвечать не только площади [спальни](#), но и росту хозяина, его весу и вкусу. Приобретая кровать неизменно придется делать и выбор матраса. В идеале, после сна на качественной кровати не должна болеть спина, голова или затекать ноги. Понять, подходит ли именно эта модель, можно прямо в выставочном зале магазина. Лучше устроить кровати тест-драйв на скрипучесть, комфорт и просто субъективные ощущения "нравится -не нравится". Ведь на этой мебели придется проводить по 8 часов в сутки. На кровати не должно быть тесно, но и передвигаться по ней строевым шагом тоже не стоит. Если помещение для сна небольшое, то стоит обратить внимание на современные модели, которые убираются к

стене или в специальные ниши. Помощь дизайнера в данном случае будет не лишней.

Ну вот выбор сделан, покупка стоит и радует глаз и спину. Остается для обеспечения долгой и безотказной службы спальноей мебели соблюдать простые условия эксплуатации:

- - не стоит прыгать на кровати, даже детям
- - необходимо регулярно проветривать помещение для сна и сушить матрас, желательно на солнце
- - пружинный матрас - вещь капризная. Не нужно его сгибать или сворачивать
- - если у матраса есть разделение на "зима-лето", нужно его своевременно переворачивать
- - пылесосить и проводить влажную уборку мебели нужно не реже 1 раза в месяц.

При соблюдении этих условий, кровать прослужит не один год и станет надежным пристанищем после тяжелого трудового дня.