

Communiqué de presse



www.climsom.com

CLIMSOM pour un meilleur SOMmeil



La thermorégulation du lit, un vrai passeport pour le sommeil

Alors que l'édition 2013 de la **Journée du Sommeil** (22 mars) aura pour thème « Sommeil et Environnement », le moment est idéal pour s'intéresser à l'environnement immédiat du dormeur : le lit. La plupart des personnes souffrant de troubles du sommeil déploient toutes sortes de mesures destinées à améliorer leur bien-être nocturne. Alors que l'attention se porte essentiellement sur le confort (caractéristiques du matelas, du sommier, des oreillers, etc.), l'impact de la température du lit sur la qualité du sommeil reste très largement sous-estimé. Or, les professionnels de santé en conviennent, le lien est avéré : abaisser la température du corps au moment du coucher favorise l'endormissement et permet de mieux dormir.

Le saviez-vous ? La température est un élément déterminant pour notre rythme biologique car elle agit sur la création de la mélatonine, une hormone chronobiotique clé dans la régulation du sommeil. **Les études le prouvent** : la capacité à dormir (*somnolence*) est maximale à certaines périodes de la journée qui correspondent à un refroidissement de la température corporelle.

L'environnement immédiat du dormeur, son lit, est un élément décisif pour bien dormir. Or, été comme hiver, entre les draps, les couvertures, les couettes, **le lit est, par excellence, une source de chaleur qui fragmente le sommeil et le rend moins récupérateur.**



Disponible en plusieurs dimensions
A partir de 349 euros

Passer ses nuits dans un lit frais permet de s'endormir plus facilement, d'améliorer sensiblement la qualité du sommeil et donc de se réveiller vraiment reposé. **Quelle que soit la saison ou la température ambiante, le sur-matelas CLIMSOM permet nuit après nuit de bénéficier d'un « effet drap frais » continu grâce au contrôle de la température du lit, au degré près, dès 18°C.**



Professeur Damien Léger - Centre du Sommeil et de la Vigilance de l'Hôtel Dieu

« On sait que pour bien dormir il faut perdre un degré de température centrale, et qu'au minimum de cette température la nuit (entre 2 et 5 heures du matin), correspond le maximum de sommeil récupérateur. Faciliter la diminution de température peut sans doute permettre d'améliorer l'endormissement et la qualité du sommeil chez certains sujets. Or c'est ainsi qu'agit CLIMSOM. Dans cette étude préliminaire, nous avons été marqués par le bien être ressenti par la majorité des sujets pendant la nuit, avec une augmentation du temps de sommeil ressenti, mais aussi par la qualité du réveil et de la vigilance. » L'étude montre ainsi que la qualité de la nuit est améliorée de 34%, les mouvements nocturnes sont diminués de 24,5% et le temps de sommeil est augmenté de 23 minutes.

<http://www.climsom.com/fra/etude-centre-sommeil-leger-2011.php>

Contrôler la température de son lit et donner RDV au sommeil

Un sommeil personnalisé... au degré près

Grâce à son système unique de circulation d'eau conduite via un fin réseau de tubulures en silicone, **CLIMSOM** porte le couchage à la température désirée, de 18°C à 48°C. Pour un confort optimal, une télécommande permet au dormeur de contrôler la température de son lit à distance au degré près (*allumage, arrêt, modification de la température du sur-matelas, départ différé...*) pour une action totalement personnalisée.

Chillow, un oreiller rafraîchissant pour lutter contre les insomnies

En permettant de réduire l'activité du cerveau, une température plus basse favorise un endormissement plus rapide ainsi qu'une meilleure qualité de sommeil. Rafraîchir la tête au moment de se glisser sous la couette pourrait donc être un début de solution pour ceux qui ont du mal à dormir...



Doux au toucher et moelleux, **Chillow** est un coussin individuel **qui se refroidit seul à l'air libre**. Grâce à une **technologie brevetée**, il agit comme un **échangeur thermique entre le coussin et le corps** : la chaleur du corps absorbée par Chillow est évacuée par la surface libre qui est en contact avec l'air.

Une fois rempli d'eau avant sa première utilisation, il procure une sensation de fraîcheur tout au long de la nuit sans nécessité de le réfrigérer.

Prix 35,90€ TTC à l'unité ou 59,90€ le lot de 2

Les couettes garnies de soie pour créer un cocon « thermique »



Naturellement anti acarien et anti allergène, les couettes garnies de soie sont également thermorégulatrices et peuvent ainsi s'utiliser hiver comme été.

Associer au Climsom la couette en soie va permettre d'emmagasiner la fraîcheur ou la chaleur apportée par le Climsom pour créer un cocon « thermorégulé ».

Prix : à partir de 169,90€ TTC

Précurseur des produits de Thermothérapie, CLIMSOM apporte confort et bien-être et soulage les maux du quotidien.

Bien dans son corps grâce à la Thermothérapie

Du grec « thermos », chauffé, et « therapeuein », soigné, la thermothérapie utilise le froid et la chaleur pour soulager les douleurs et tensions du quotidien.

CLIMSOM s'appuie sur cette méthode douce ancestrale pour développer une gamme de produits thérapeutiques visant à favoriser bien-être et détente grâce à l'utilisation de l'eau. Selon la variation de température de cette dernière, le dormeur bénéficie de bienfaits en phase avec ses besoins.

Favorisant un sommeil de qualité, CLIMSOM capitalise sur vos nuits pour vous réconcilier avec votre corps.



Le service de presse de CLIMSOM se tient à votre disposition pour répondre à vos questions et pour étudier toute demande de démonstration ou prêt produit.

Agence Dakota Communication

13 rue La Fayette – 75009 Paris – Tél. : 01 55 32 10 42/43

Christèle Solis : c.solis@dakota.fr & Cécile Chapron : c.chapron@dakota.fr