

Dübendorf Diplomierte Schlafberater Andreas und Esther Santschi verhelfen Kundschaft zu ersehntem tiefem Schlaf

«Bettendoktor» hilft bei Schlafstörungen

Andreas Santschi gilt als «Bettendoktor». Mit seiner Ehefrau Esther Santschi führt er in Dübendorf das erste Schweizer «Kompetenz-Zentrum gesunder Schlaf». Es hilft über Schlafstörungen hinweg.

Der Werdegang der diplomierten Schlafberater Andreas und Esther Santschi ist eine Erfolgsgeschichte. Vor 20 Jahren haben sie begonnen, ihrer Kundschaft über Schlafprobleme hinwegzuhelfen. Der Erfolg gibt ihm recht. Geschäftsinhaber Andreas Santschi wird heute von seiner überzeugten Kundschaft liebevoll als «Bettendoktor» bezeichnet. Geschäft hat es dies, indem er seiner Kundschaft das entsprechende Bettensystem vermittelt hat. Getan hat er es in Zusammenarbeit mit verschiedenen Fachleuten wie Fachärzten, Chiropraktoren oder Physiotherapeuten.

Einmalige Rücknahmegarantie

Für die von meist lange andauernden Schlafproblemen geplagte Kundschaft besteht beim Kauf eines Bettensystems bei Andreas und Esther Santschi kaum ein Risiko. Wenn ein System den Anforderungen nicht entspricht oder ein Kunde darin nicht besser schläft als vorher, wird es bis zehn Wochen nach Lieferung zum vollen Preis zurückgenommen oder durch ein anderes System ersetzt.

Die einmalige Rücknahmegarantie gilt ebenfalls für das neue System des «Schlaf-Tablets». Dessen Funktion ist in der Textbox im unteren Teil dieser Seite beschrieben. Im Zentrum für gesunden Schlaf in Dübendorf werden der Kundschaft in erster Linie Sicherheit und Orientierung geboten. Dies geschieht auf wissenschaftlicher Basis. Aus diesem Aspekt heraus betrachtet, versteht sich die einmalige Rücknahmegarantie von Bettensystemen.

Schlaf, und damit eine erholsame Nachtruhe, ist für die meisten Menschen eines der wichtigsten Grundbedürfnisse. Darauf baut die Philosophie des Zentrums für gesunden Schlaf. Andreas Santschi, der von seiner Kundschaft als «Bettendoktor» bezeichnet wird, weiss: «Ein gesunder und erholsamer Schlaf bildet die Basis für die Gesundheit aller Menschen. Nur wer gut geschlafen hat, ist zufrieden und leistungsfähig.»

Netzwerk von Fachleuten

Ein gutes Bettensystem, das auf die individuellen Bedürfnisse eines Kunden abgestimmt ist, stellt einen Punkt dar, um Schlaf- und Liegeprobleme zu lösen. Dazu kommen weitere wichtige Aspekte. Um diesen zu entsprechen, arbeitet das



Andreas Santschi misst eine Kundin aus, um ihr danach im Zentrum für gesunden Schlaf das entsprechende Bettensystem anzupassen. (sa)

neue Dübendorfer Zentrum für gesunden Schlaf mit einem Netzwerk von Fachleuten zusammen. Dazu gehören unter anderem Fachärzte, Chiropraktoren, Physiotherapeuten, Osteopathen, Psychologen, Geopathen, Elektromog-Spezialisten, Fitnesscenter, Atlaslogen, Masseur, Feng-Shui-Berater und immer mehr auch Psychiater und Psychologen.

Alle im Kompetenz-Zentrum zusammengefassten Fachberater und Mediziner sollen gemäss Andreas Santschi ihren Kunden beziehungsweise Patienten zu einem gesunden Schlaf verhelfen, indem sie ihre Abklärungen ins neue Schlafsystem einfließen lassen. Dabei könnten die verschiedenen Fachpersonen ihre Kunden respektive Patienten immer an die entsprechenden Kompetenzstellen verweisen. Ärzte beispielsweise wüssten in der Regel relativ wenig über die optimale Auswahl eines Bettensystems. Er, erklärt Santschi, sei im medizinischen Bereich nicht auf der Ebene eines Arztes. Mit der Zusammenarbeit komme es aber zu einem «wesentlichen Wissenstransfer». Ärzte würden sich zu Bettenfachleuten entwickeln, während er von deren medizinischen Kenntnissen profitieren würde.

Zusammenarbeit mit Experten

Der kompetenten Beratung bei Andreas und Esther Santschi geht eine umfassende und fundierte Sensibilisierung zum Thema «Schlafen» voraus. Berater lösen mit den Betroffenen die



Anhand eines Wirbelsäulenmodells erklären Esther und Andreas Santschi im Dübendorfer Zentrum für gesunden Schlaf einer Kundin ihre Liegeprobleme und was dagegen zu tun ist. (sa)

breitgefächerten Probleme, die danach einen gesunden Schlaf ermöglichen. Sind sie nicht zu lösen, werden Experten, wie Mediziner oder Schlaflabore, hinzugezogen. Helfen soll zudem die ans Dübendorfer Zentrum für gesunden Schlaf angegliederte Schlafschule. In dieser können Kursteilnehmer erlernen, ihre Schlafähigkeit wieder zu erlangen. Die Lehre der Schlafschule basiert auf dem aus Amerika kommenden und erfolgreichen «Sonder Sleep System». Darin einbezogen sind unter an-

derem Lehren aus Yoga, Qi Gong und Meditation. Angewandt wird dieses System schon seit Jahren durch die Polizei aus New York. Damit hat das Korps seine Leistungsfähigkeit entscheidend verbessert.

Mehr Informationen zur Thematik «besser schlafen» des Zentrums für gesunden Schlaf an der Bahnhofstrasse 45 in Dübendorf unter www.bettendoktor.ch.

Dank der Kundschaft

Immer wieder freuen sich Esther und Andreas Santschi über Dankeschreiben ihrer Kundschaft.

Einige Beispiele:

«Ich hatte, bevor ich das neue Bett von Ihnen liefern liess, stechende Rückenschmerzen. Ich wusste weder wie ich liegen noch wie ich mich drehen sollte. Jetzt liege ich entspannt im mechanischen Entspannungsbett, habe keine Schmerzen mehr und kann den erholsamen Schlaf geniessen.»

«Obwohl ich erst 32 Jahre alt bin, litt ich seit Jahren unter starken Rückenschmerzen. Spezialärzte und physiotherapeutische Behandlungen halfen nicht wirklich. Vor zweieinhalb Monaten habe ich ein Bettensystem bei Ihnen gekauft. Jetzt verlasse ich morgens das Bett schmerzfrei und geniesse meinen Alltag wieder.»

«Jahrelang litt ich an durch Skoliose hervorgerufene Schmerzen im Rücken. Vor drei Monaten haben Sie mir ein individuelles Bettensystem angepasst und die Einstellungen zwei Mal korrigiert. Jetzt schlafe ich wieder durch, entspanne mich im Bett.»

«Danke für das neue Bett. Ich schlafe tief und entspannt. Die dauernden Rückenschmerzen sind weg. Danke: Sie sind wirklich der Bettendoktor.»

Gründe zu einer Beratung

Es gibt verschiedene Gründe, die zu einem intensiven Beratungsgespräch im «Kompetenz-Zentrum gesunder Schlaf» in Dübendorf führen:

- ◆ wenn man unter Hals-, Nacken- oder Schulterverspannungen leidet, die sich erst nach dem Aufstehen lösen.
- ◆ wenn man morgens einen Anlauf braucht, bis man sich fit fühlt.
- ◆ wenn Beschwerden beim längeren Liegen schlimmer werden, sodass man lieber aufsteht, statt gemütlich weiterzuschlafen.
- ◆ wenn man nicht einschlafen kann, weil keine Lage zu finden ist, die wirklich bequem ist.
- ◆ wenn man in der Nacht oder am Morgen mit Nacken und Rückenschmerzen erwacht.
- ◆ wenn eine Therapie nötig wurde, die sich gegen Verspannungen oder Schmerzen richtet.
- ◆ wenn man wegen eines Bandscheibenvorfalles, einer Osteoporose oder andere Rückenprobleme in ärztlicher Behandlung ist.
- ◆ wenn das Bett über 15 Jahre alt und es unhygienisch ist.

Bereits wenn eines dieser Probleme akut ist, zeigt es einen Besuch beim Dübendorfer «Bettendoktor» an. Wenn aber gleich drei Punkte zutreffen, ist ein Beratungstermin nicht mehr zu vermeiden.

«Bettendoktor» hilft mit Schwingbett schlafen

Wieder wartet der Dübendorfer «Bettendoktor» Andreas Santschi mit einer bahnbrechenden Neuerung auf. Seiner Kundschaft bietet er das «Schlaf-Tablet» an. Leute mit Schlafstörungen sollen schwingend und schnell tiefen, erholsamen Schlaf finden.

Die Mechanik der Bettenkonstruktion «Schlaf-Tablet» (so schreibt sich das patentierte System wirklich) ist einfach. Das System ist auf einem Pendelprinzip aufgebaut. Menschen, die darauf liegen, werden passiv in eine Schwingung versetzt. Diese liegt im Frequenzbereich ihres eigenen Herzschlages. Der Pendelmechanismus des Schwingbettes erzeugt ausschliesslich beruhigend wirkende Seitwärtsbewegungen. Das flache, elegante «Schlaf-Tablet» wird unter das vorhandene oder noch zu liefernde Bett platziert.

Der Schlaf entspannt und regeneriert den Körper. Vielen Menschen fehlt diese dringend notwendige Erholungszeit. Vielfach sind (Rücken- und Nacken-) Schmerzen oder psychische Probleme der Grund da-

für. Fast die Hälfte aller Menschen leiden erwiesenermassen an schwerwiegenden Schlafproblemen.

Den meisten fällt es schwer einzuschlafen. Das führt meist zu ernsthaften chronischen körperlichen und seelischen Beschwerden. Damit befassen sich unter anderem die Ärzte der Orthopädie, der Psychiatrie und der verschiedenen Heilanstalten. In vielen Fällen vermögen die von ihren durchgeführten Eingriffe, verordnete Therapien oder verschriebene Medikamente den lange ersehnten und beruhigenden Schlaf nicht herbeizuführen.

Leicht bewegen zum Herzschlag

Neue Wege, um einen Teil der Schlafprobleme ihrer Kundschaft zu lösen, geht das Zentrum für gesunden Schlaf in Dübendorf. Die beiden diplomierten Schlafberater Andreas und Esther Santschi bieten den geplagten Nichtschläfern das «Schlaf-Tablet» an.

Dieses wird unter dem Bett platziert. Der eigene Herzschlag der Kunden des Dübendorfer Fachgeschäftes versetzen die Pendel und damit auch das Bett in leichte – aber kaum spürbare – Seitwärtsbewegungen. Das entspricht in etwa dem Wiegen eines Kleinkindes, das so den Schlaf findet. Positiv wirken sich die leicht-

ten Seitwärtsbewegungen, die vom eigenen Herzen gesteuert werden, auch auf den Schlaf von erwachsenen Personen aus. Das auf den eigenen inneren Takt abgestimmte Schwingen fördert verkürzte Einschlafzeiten und verbessertes Durchschlafen. Wie wissenschaftliche Studienresultate belegen, werden damit die erholsamen Schlafphasen entscheidend gesteigert. Die früher durch körperliche oder seelische Probleme gebeutelten Leute erwachen so ausgeruhter als vorher.

Rückgabegarantie auch auf «Schlaf-Tablet»

Das «Schlaf-Tablet» wird im Zentrum für gesunden Schlaf in Dübendorf in mehreren Grössen angeboten. Es passt unter jedes Bett. Es kann bei Bedarf mit dem Fuss fixiert werden. Beim Kauf eines «Schlaf-Tablets» garantieren Andreas und Esther Santschi dieselbe einmalige Garantie wie beim Erwerb eines anderen Bettensystems: Wenn eine Kundin oder ein Kunde darin nicht besser schläft als vorher, wird es bis zehn Wochen nach Lieferung zum vollen Preis zurückgenommen oder durch ein anderes System ersetzt.

Mehr zum «Schlaf-Tablet» und zu Schlafproblemen unter www.bettendoktor.ch.

Termine nach Vereinbarung

Fixe Öffnungszeiten im Beratungszentrum des Dübendorfer «Bettendoktors» gibt es in der gängigen Form nicht. Termine für Beratungen im Zentrum für gesunden Schlaf sind vorzeitig zu vereinbaren.

Zentrum für gesunden Schlaf, Bahnhofstrasse 45, 8600 Dübendorf, Telefon 044 821 90 21 E-Mail info@bettendoktor.ch Weitere Angaben unter www.bettendoktor.ch.