

Vorwort

In diesem Dokument wird im Detail erläutert, wie die Kriterien im praktischen Teil dieses Tests bewertet wurden und wie die Punkteverteilung erfolgte. Falls Sie auch an der Bewertung unserer anderen Testkriterien wie Verpackung und Inhalt, Produktverarbeitung und Erscheinungsbild oder Preis-Leistungs-Verhältnis sowie den Bewertungen von Verbrauchern interessiert sind, können Sie dies in unserem allgemeingültigen Dokument zum Evaluierungsprozess nachlesen. Wir testen die Kriterien nach einem standardisierten Verfahren. In diesem Dokument, dem Prüfplan, liegt der Fokus ausschließlich darauf, wie der Praxistest durchgeführt wurde. Dieser Teil variiert von Produkt zu Produkt und ist daher nicht standardisierbar. Aus diesem Grund erstellen wir für jedes Produkt einen individuellen Prüfplan, der transparent zugänglich ist.

1. Maße der Matratze

Testdurchführung:

Schritt 1: Matratze auf einer ebenen Fläche auslegen.

Die Matratze wurde auf einer flachen und ebenen Oberfläche, einem glatten Boden, ausgebreitet. Dabei wurde besonders darauf geachtet, dass die Matratze frei von Falten, Knoten oder anderen Verformungen lag, die die Messgenauigkeit beeinträchtigen könnten.

Schritt 2: Ein Maßband an den Ecken der Matratze anlegen.

Ein flexibles Maßband wurde entlang der längsten Kante der Matratze positioniert, um die Gesamtlänge von einer Ecke zur anderen zu messen. Danach wurde dasselbe Maßband entlang der Breite der Matratze platziert, um die Breite von einer Ecke zur entsprechend gegenüberliegenden Ecke zu messen. Während der Messungen wurde sichergestellt, dass das Maßband straff und gerade gehalten wurde, ohne Verzerrungen oder Schrägstellungen.

Schritt 3: Notieren der gemessenen Maße.

Die in den Schritten zuvor ermittelten Längen- und Breitenmaße der Matratze wurden sorgfältig notiert. Diese Werte wurden anschließend mit den vom Hersteller angegebenen Standardmaßen für das jeweilige Matratzenmodell verglichen, um festzustellen, ob Abweichungen vorliegen und wie groß diese gegebenenfalls sind.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Die gemessenen Maße stimmen exakt mit den Herstellerangaben überein. Dies bedeutet, es gibt keinerlei Abweichungen zwischen den gemessenen Werten und den offiziell angegebenen Maßen der Matratze.

90 Punkte: Die gemessenen Maße weichen um maximal 1 cm von den Herstellerangaben ab. Eine leichte, aber akzeptable Toleranz, die dennoch auf eine hohe Genauigkeit hinweist.

80 Punkte: Die gemessenen Maße weichen um maximal 2 cm von den Herstellerangaben ab. Eine moderate Abweichung, die noch innerhalb der akzeptablen Toleranzgrenze liegt.

70 Punkte: Die gemessenen Maße weichen um maximal 3 cm von den Herstellerangaben ab. Eine etwas größere Abweichung, die aber immer noch in einem akzeptablen Rahmen liegt.

60 Punkte: Die gemessenen Maße weichen um maximal 4 cm von den Herstellerangaben ab. Dies zeigt eine merkliche Abweichung, bleibt jedoch noch innerhalb eines tolerierbaren Bereichs.

50 Punkte: Die gemessenen Maße weichen um maximal 5 cm von den Herstellerangaben ab. Dies deutet auf eine signifikante Abweichung hin, die gerade noch als akzeptabel angesehen werden kann.

40 Punkte: Die gemessenen Maße weichen um maximal 6 cm von den Herstellerangaben ab. Eine klare Abweichung, die jedoch noch innerhalb eines bestimmten Toleranzbereichs akzeptiert wird.

30 Punkte: Die gemessenen Maße weichen um maximal 7 cm von den Herstellerangaben ab. Diese Abweichung ist deutlich wahrnehmbar und kann möglicherweise die Funktionalität der Matratze beeinträchtigen.

20 Punkte: Die gemessenen Maße weichen um maximal 8 cm von den Herstellerangaben ab. Eine erhebliche Abweichung, die in den meisten Fällen als unakzeptabel betrachtet wird.

10 Punkte: Die gemessenen Maße weichen um mehr als 8 cm von den Herstellerangaben ab. Eine derart große Abweichung deutet auf einen erheblichen Fehler oder Qualitätsmangel hin und ist in der Regel inakzeptabel.

2. Komfort durch Probeliegen

Testdurchführung:

Schritt 1: Matratze auf das Bettgestell legen.

Die Matratze wurde aus ihrer Verpackung genommen und sorgfältig auf ein stabiles und ebenes Bett gelegt. Dies stellt sicher, dass die Matratze während des Tests realistische Schlafbedingungen simuliert.

Schritt 2: In verschiedenen Positionen auf der Matratze liegen.

Es wurde in Rücken-, Seiten- und Bauchlage auf der Matratze gelegen. Jede Position wurde für eine bestimmte Zeit (z.B. 20 Minuten) beibehalten, um sicherzustellen, dass der Komfort und die Unterstützung der Matratze in unterschiedlichen Schlafpositionen umfassend bewertet werden können. Dabei wurde besonders auf die Bereiche wie Nacken, Schultern, Rücken und Hüften geachtet.

Schritt 3: Subjektive Komfortbewertung notieren.

Nach jedem Liegen in einer der Schlafpositionen wurden die subjektiven Empfindungen der Testperson dokumentiert. Diese Empfindungen bezogen sich auf Aspekte wie den allgemeinen Komfort, die Unterstützung des Körpers und die Druckentlastung, besonders in empfindlichen Bereichen. Die Notizen umfassen auch spontane Anmerkungen der Testperson zu etwaigen Unannehmlichkeiten oder positiven Überraschungen.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Höchster Komfort in allen getesteten Schlafpositionen.

Die Matratze bietet in jeder getesteten Position (Rücken-, Seiten- und Bauchlage) optimalen Komfort ohne Druckstellen oder Unannehmlichkeiten. Die Testperson berichtet von herausragendem Liegegefühl und maximaler Unterstützung in allen Körperbereichen.

90 Punkte: Sehr hoher Komfort in den meisten Schlafpositionen.

Die Matratze ist in der Mehrheit der Schlafpositionen (mindestens zwei von drei) sehr komfortabel und bietet nahezu perfekte Unterstützung. In einer Position gibt es minimale Abstriche, die den Schlafkomfort jedoch kaum beeinträchtigen.

80 Punkte: Hoher Komfort mit leichten Abstrichen in einer Schlafposition.

Die Matratze wird als sehr komfortabel empfunden, jedoch treten in einer der getesteten Schlafpositionen leichte Unannehmlichkeiten oder weniger optimale Unterstützung auf, die aber keine größeren Beschwerden verursachen.

70 Punkte: Angemessener Komfort mit merkbaren Abstrichen in einer Schlafposition.

Der Komfort der Matratze ist insgesamt gut, jedoch sind in einer der Schlafpositionen merkbare Unannehmlichkeiten oder eine spürbare Reduktion der Unterstützung festzustellen, die den Schlafkomfort beeinflussen können.

60 Punkte: Passabler Komfort mit größeren Abstrichen in einer Schlafposition.

Die Matratze bietet einen akzeptablen Liegekomfort, jedoch gibt es in einer der Schlafpositionen deutliche Defizite, die zu einem weniger angenehmen Liegegefühl führen und den Schlaf beeinträchtigen könnten.

50 Punkte: Durchschnittlicher Komfort, gleichmäßig verteilt auf alle Positionen.

Die Matratze bietet einen durchschnittlichen Komfort in allen geprüften Schlafpositionen, ohne herausragende Unterstützung oder gravierende Schwächen. Die Testperson empfindet den Liegekomfort als mittelmäßig ohne besondere Vor- oder Nachteile.

40 Punkte: Unterdurchschnittlicher Komfort in den meisten Positionen.

In der Mehrzahl der Schlafpositionen weist die Matratze Defizite auf. Der Komfort wird als unterdurchschnittlich beschrieben, möglicherweise begleitet von Druckstellen oder unzureichender Unterstützung, was den Schlaf negativ beeinflusst.

30 Punkte: Niedriger Komfort in allen Positionen.

Die Matratze bietet in keiner Schlafposition einen zufriedenstellenden Komfort. Alle getesteten Positionen werden als unbequem beschrieben, was zu einer schlechten Schlafqualität führen kann.

20 Punkte: Sehr niedriger Komfort in allen Positionen.

Die Matratze weist erhebliche Mängel auf, die in allen Schlafpositionen zu starkem Unbehagen führen. Der Komfort ist sehr niedrig und die Matratze wird von der Testperson als weitgehend unbrauchbar betrachtet.

10 Punkte: Unerträglicher Komfort in allen Positionen.

Die Matratze bietet keinen nennenswerten Komfort und verursacht in jeder getesteten Schlafposition deutliche Beschwerden oder Schmerzen. Die Matratze wird als vollständig ungeeignet zum Schlafen bewertet.

3. Geräuscentwicklung bei Bewegung

Testdurchführung:

Schritt 1: Matratze auf das Bett legen.

Die Matratze wurde auf einem stabilen Bett platziert. Dabei wurde darauf geachtet, dass die Matratze gleichmäßig aufliegt, ohne Falten oder Wellen.

Schritt 2: In verschiedenen Positionen bewegen.

Die Testperson bewegte sich in unterschiedlichen Schlafpositionen auf der Matratze. Dabei wurde gerollt, gedreht und wiederholt aufgestanden, um die Geräuscentwicklung bei typischen Bewegungen im Schlaf zu erfassen. Die Bewegungen wurden mit mittlerer bis hoher Intensität durchgeführt, um reale Nutzungsszenarien nachzuahmen.

Schritt 3: Geräuscentwicklung notieren.

Während der Bewegungen wurde die Geräuscentwicklung sorgfältig notiert. Insbesondere wurde auf Geräusche wie Knarzen, Quietschen oder andere störende Geräusche geachtet. Die Intensität und Häufigkeit der Geräusche wurden dokumentiert, um eine genaue Beurteilung der Geräuscentwicklung vornehmen zu können.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Die Matratze zeigt keinerlei Geräuscentwicklung bei Bewegung. Selbst bei intensiveren Bewegungen bleibt sie vollkommen geräuschlos und stört somit nicht den Schlafkomfort.

90 Punkte: Es gibt eine sehr geringe Geräuscentwicklung, die kaum wahrnehmbar ist. Die Geräusche treten sehr selten auf und sind nur minimal störend.

80 Punkte: Leichte Geräuscentwicklung wurde festgestellt, die jedoch nicht als störend empfunden wird. Die Geräusche sind selten und nicht laut genug, um den Schlaf wesentlich zu beeinträchtigen.

70 Punkte: Moderate Geräuscentwicklung ist vorhanden, die gelegentlich als störend wahrgenommen werden kann. Die Geräusche treten häufiger auf, sind aber noch in einem tolerierbaren Bereich.

60 Punkte: Deutliche Geräuscentwicklung wurde dokumentiert, die oft störend ist. Die Geräusche sind regelmäßig und beeinträchtigen den Schlafkomfort merklich.

50 Punkte: Es wurde eine hohe Geräuscentwicklung festgestellt, die regelmäßig und deutlich störend ist. Die Geräusche treten häufig auf und sind laut genug, um den Schlaf zu stören.

40 Punkte: Sehr hohe Geräuscentwicklung, die als sehr störend empfunden wird. Die Geräusche sind konstant präsent und beeinträchtigen den Schlaf erheblich.

30 Punkte: Unerträgliche Geräuscentwicklung, die extrem störend ist. Jede Bewegung führt zu lautem Geräusch, was das Schlafen fast unmöglich macht.

20 Punkte: Konstante, laute Geräuscentwicklung bei jeder Bewegung, die den Schlaf sehr stark stört und kaum Erholung zulässt.

10 Punkte: Unerträglich laute Geräuscentwicklung bereits bei kleinsten Bewegungen. Jede kleine Änderung der Liegeposition führt zu deutlichem Lärm, was den Schlaf völlig unmöglich macht.

4. Anpassungsfähigkeit an Körperkonturen

Testdurchführung:

Schritt 1: Matratze auf das Bett legen.

Die Matratze wurde zunächst ordnungsgemäß auf einem stabilen Bett platziert. Dabei wurde darauf geachtet, dass die gesamte Oberfläche der Matratze flach und gleichmäßig aufliegt. Das Bett selbst war robust und eben, um sicherzustellen, dass keine zusätzliche Verformung durch den Untergrund entsteht.

Schritt 2: In verschiedenen Positionen auf der Matratze liegen.

Im zweiten Schritt wurden verschiedene Positionen auf der Matratze eingenommen. Hierbei haben sich Testpersonen mit unterschiedlichem Gewicht abwechselnd in Rückenlage, Seitenlage und Bauchlage auf die Matratze gelegt. Jede Position wurde für eine angemessene Zeitspanne (ca. 10min) gehalten, um sicherzustellen, dass die Anpassungsfähigkeit der Matratze an die Körperkonturen in jeder Lage ausreichend beurteilt werden konnte. Während dieser Zeit wurden insbesondere Druckpunkte und der allgemeine Komfort in jeder Position beobachtet und bewertet.

Schritt 3: Subjektive Anpassungsbewertung notieren.

Nach dem Liegen in den verschiedenen Positionen wurden die subjektiven Empfindungen der Testpersonen bezüglich der Anpassungsfähigkeit der Matratze festgehalten. Hierbei machten die Testpersonen Notizen darüber, wie gut sich die Matratze den individuellen Körperkonturen anpasste, welche Bereiche der Matratze sich besonders gut oder weniger gut anpassten und ob es Positionen gab, in denen die Anpassung nachließ oder unangenehm war. Diese subjektiven Bewertungen wurden schriftlich dokumentiert, um eine detaillierte Einschätzung zu ermöglichen.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Perfekte Anpassung an alle Körperkonturen in allen Positionen.

Dies wird erreicht, wenn die Matratze in Rückenlage, Seitenlage und Bauchlage ohne jegliche Beeinträchtigung oder unangenehme Druckpunkte eine perfekte Anpassung bietet. Die Matratze soll in der Lage sein, den Körper gleichmäßig zu stützen und sich jedem Konturwechsel sofort anzupassen.

90 Punkte: Sehr gute Anpassung mit minimalen Abstrichen in einer Position.

Hierbei stimmt die Anpassungsfähigkeit der Matratze in fast allen Positionen. Kleine Abstriche werden z.B. dadurch verzeichnet, dass in einer der Positionen (z.B. Bauchlage) ganz leichte Druckpunkte oder minimale Komforteinschränkungen spürbar sind.

80 Punkte: Gute Anpassung mit leichten Abstrichen in einer Position.

Die Matratze zeigt eine gute Anpassung in mehreren Positionen, jedoch sind in einer bestimmten Lage leichte Einschränkungen sichtbar, wie etwa geringfügige Druckpunkte, die leicht auffällig sind, aber nicht stark genug, um signifikanten Komfortverlust zu verursachen.

70 Punkte: Angemessene Anpassung mit merkbaren Abstrichen in einer Position.

Eine merkbare, aber nicht gravierende Komforteinbuße tritt in einer der getesteten Positionen auf, beispielweise könnte der Testperson bei längerer Zeit in Seitenlage ein spürbares Druckgefühl auftreten.

60 Punkte: Passable Anpassung mit größeren Abstrichen in einer Position.

In einer der Positionen gibt es deutliche Komforteinbußen, die Anpassung der Matratze ist dort nicht ideal. In den anderen Positionen bleibt die Anpassung jedoch im akzeptablen Bereich.

50 Punkte: Durchschnittliche Anpassung in allen Positionen.

Die Matratze zeigt eine mittlere Anpassungsfähigkeit über alle Lagen hinweg, jedoch ohne herausragende Stützung in irgendeiner Position. Druckpunkte sind vorhanden und stören den Komfort bis zu einem mittleren Grad.

40 Punkte: Unterdurchschnittliche Anpassung in den meisten Positionen.

Die Matratze zeigt in den meisten Positionen Schwächen hinsichtlich der Anpassungsfähigkeit, was signifikante Druckpunkte und Komfortverluste nach sich zieht. Nur in wenigen Positionen ist eine passable Anpassung spürbar.

30 Punkte: Niedrige Anpassung in allen Positionen.

Es gibt in keiner Lage eine zufriedenstellende Anpassung. Die Matratze weist in allen getesteten Positionen deutliche Mängel hinsichtlich der Anpassung auf, wodurch das Liegegefühl stark beeinträchtigt wird.

20 Punkte: Sehr niedrige Anpassung in allen Positionen.

Die Matratze zeigt nahezu keine Anpassungsfähigkeit an die Körperkonturen, unabhängig von der Lage. Es ist durchweg ein hoher Komfortverlust spürbar, und die Druckpunkte sind in allen Positionen sehr stark wahrnehmbar.

10 Punkte: Keine Anpassung an Körperkonturen in allen Positionen.

Die Matratze passt sich überhaupt nicht an die Körperkonturen an und bietet keinerlei Komfort oder Unterstützung in allen getesteten Positionen. Die Testperson empfindet die Matratze als stark unbequem und stützend ungünstig.

5. Matratze auf Geruchsbelästigung

Testdurchführung:

Schritt 1: Matratze auspacken und auf das Bett legen.

Die Matratze wurde sorgfältig aus ihrer Verpackung genommen, wobei darauf geachtet wurde, die Schutzfolie zu entfernen, ohne die Oberfläche der Matratze zu beschädigen. Anschließend wurde die Matratze auf ein Bett in einem normal temperierten Raum gelegt, um die Bedingungen für die Geruchsprüfung so realistisch wie möglich zu gestalten.

Schritt 2: Matratze für 24 Stunden ruhen lassen.

Die Matratze wurde für eine Ruhezeit von 24 Stunden in einem gut belüfteten Raum belassen. Während dieser Zeit wurden Fenster geöffnet und für eine gleichmäßige Luftzirkulation gesorgt, um sicherzustellen, dass eventuelle Anfangsgerüche entweichen konnten. Temperatur und Luftfeuchtigkeit des Raumes waren konstant, um stabile und kontrollierte Bedingungen zu gewährleisten.

Schritt 3: Geruchsprüfung durchführen.

Nach Ablauf der 24 Stunden wurde der Raum betreten, und zwei Testpersonen nahmen eine subjektive Bewertung des Geruchs der Matratze vorz. Hierbei konnte den wahrgenommenen Geruch nach einer vorgegebenen Skala (1-10) bewertet werden. Die Teilnehmer verbrachten dabei mehrere Minuten in der Nähe der Matratze, um sicherzustellen, dass ihre Einschätzung fundiert war.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Kein wahrnehmbarer Geruch nach 24 Stunden.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn alle Testpersonen bestätigen, dass nach dem Ruhezeitraum absolut kein Geruch von der Matratze ausgeht und die Luft im Raum vollkommen neutral bleibt.

90 Punkte: Sehr geringer, kaum wahrnehmbarer Geruch nach 24 Stunden.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn die Testpersonen einen nur minimalen Geruch wahrnimmt, der jedoch so schwach ist, dass er kaum auffällt und nicht als störend empfunden wird.

80 Punkte: Leichter Geruch, der nicht störend ist.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn ein leichter Geruch festgestellt wird, der jedoch als unaufdringlich und nicht unangenehm wahrgenommen wird. Die Testpersonen bemerken den Geruch, empfinden ihn jedoch nicht als belastend.

70 Punkte: Moderater Geruch, der gelegentlich wahrnehmbar ist.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn der Geruch moderat ist und von den Testpersonen als gelegentlich wahrnehmbar beschrieben wird. Der Geruch ist merklich vorhanden, stört aber nur zeitweise.

60 Punkte: Deutlicher Geruch, der oft wahrnehmbar ist.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn der Geruch deutlich erkennbar ist und regelmäßig von den Testpersonen wahrgenommen wird. Der Geruch ist konstant präsent, jedoch noch nicht stark genug, um als sehr störend eingestuft zu werden.

50 Punkte: Hoher Geruch, der regelmäßig störend ist.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn der Geruch als hoch und regelmäßig störend wahrgenommen wird. Die Testpersonen empfinden den Geruch als deutlich unangenehm und häufig präsent.

40 Punkte: Sehr hoher Geruch, der sehr störend ist.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn der Geruch von den Testpersonen als sehr hoch und stark störend beschrieben wird. Der Geruch beeinträchtigt das Wohlbefinden deutlich und wird konstant wahrgenommen.

30 Punkte: Unerträglicher Geruch, der extrem störend ist.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn der Geruch als unerträglich stark und extrem störend empfunden wird. Der Geruch ist so intensiv, dass die Testpersonen ihn als ernsthafte Beeinträchtigung wahrnehmen.

20 Punkte: Konstanter, starker Geruch nach mehreren Tagen.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn der Geruch auch nach mehreren Tagen nicht nachlässt und konstant stark bleibt. Der anhaltende Geruch stellt eine gravierende Störung dar.

10 Punkte: Unerträglich starker Geruch, der nicht verschwindet.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn der Geruch von Anfang an extrem stark und unerträglich ist und auch nach mehreren Tagen keine Besserung eintritt. Der Geruch bleibt so intensiv, dass die Matratze unbrauchbar wird.