

Somnox Slaaprobot- Veel gestelde vragen

Hoe werkt de slaaprobot?

De slaaprobot simuleert ademhalingsritmes. Omdat je ademhaling zich natuurlijk aanpast aan een ander ademhalingspatroon, kan de slaaprobot je ademhaling vertragen. Dit maakt je ontspannen, waardoor het makkelijker is om te slapen.

Bovendien kan de slaaprobot functioneren als een extern punt om je gedachten op te richten, waardoor je je hoofd van ongewenste gedachten en stress opruimt. Ook worden geluiden (zoals een geleide meditatie of een hartslag) gebruikt om jou te helpen in slaap te vallen en worden uitgeschakeld zodra je slaapt.

Werkt het echt?

Het principe van de slaaprobot is gebaseerd op veel wetenschappelijke artikelen, gebruikerstesten en de robot is goedgekeurd door deskundigen op het gebied van slaapstoornissen.

We ontdekten dat de subjectieve perceptie van de kwaliteit van de slaap verhoogd was en dat er minder tijd nodig was om in slaap te vallen.

Is het getest?

Gedurende 24 maanden van research en development heeft Somnox feedback ontvangen van ruim 5000 testpersonen, wat tot honderden prototypen heeft geleid. Om de ontwikkeling te optimaliseren heeft Somnox meer dan 50 intensieve slaaptrajecten met test-slapers uitgevoerd. In het afgelopen jaar hebben we 85 tests met testslapers uitgevoerd. Hun feedback heeft ons geholpen de slaaprobot te verbeteren. In de laatste test gaf 90% van de deelnemers aan sneller in slaap te zijn gevallen en 70% een betere nachtrust te hebben bereikt. We hebben (nog) geen klinische test gedaan. Dit is echter iets wat we van plan zijn de komende jaren te doen om te zien of onze slaaprobot door een ziekteverzekering kan worden gedekt.

Werkt de slaaprobot voor mij?

De slaaprobot is bedoeld voor mensen die lijden aan stress gerelateerde slapeloosheid en voor mensen die druk bezig zijn in hun hoofd en die hun werk naar de slaapkamer brengen, waardoor ze niet in staat zijn om te ontspannen en in slaap te vallen. De slaaprobot is ook bedoeld mensen die op zoek zijn naar het niet-medicinaal alternatief voor een betere nachtrust.

Is Bluetooth en/of Wifi 's nachts actief?

Nee. De slaaprobot gebruikt alleen Bluetooth gedurende de dag (wanneer u wakker bent). De slaaprobot meet 's nachts je slaap en communiceert deze inzichten 's ochtends met jouw smartphone. Je hoeft zich dus geen zorgen te maken over Bluetooth-straling in je slaapkamer.

Is technologie in de slaapkamer niet schadelijk?

Afhankelijk van de technologie die bedoeld wordt. Over het algemeen gaat het bij het verwijzen naar technologie in de slaapkamer om mobiele telefoons/laptops en andere scherm apparatuur (zoals een tv).

Het is in meerdere onderzoeken bewezen dat het blauwe licht, dat door een scherm wordt uitgezonden, een negatieve invloed heeft op jouw biologische klok. Blauw licht activeert de hersenen in plaats van in slaap te brengen. Ook is je mobiele telefoon vaak een bron van werk/stress/updates die stress op het lichaam activeert, terwijl het lichaam ontspannen moet zijn wanneer je gaat slapen.

De slaaprobot heeft geen scherm of blauwe lichten om de hersenen te activeren. De slaaprobot gebruikt grondig ontwikkelde technologie om slaap te veroorzaken en lichaam en geest te ontspannen.

Kan ik de slaaprobot testen voordat ik hem koop?

Je kan je bij ons een aanvraag doen om met de slaaprobot te proefslapen.

Hoe zit het met mijn partner?

Je zou de slaaprobot moeten zien als een toevoeging aan het gezin, zoals een baby die er tussenin ligt (die niet huult of boert). En waarom zou je geen slaaprobot hebben voor jullie allebei? Samen lepelen is zo leuk.

We hebben de slaaprobot ook getest met mensen die bij een partner slapen en ook hier ontvingen we positieve resultaten. De slaaprobot is dus niet alleen voor alleenstaanden.

Helpt de slaaprobot bij slaapapneu of RLS?

Nee. We hebben geen onderzoek gedaan waaruit de bewering over het 'genezen' van slaapapneu of RLS (Restless Legs Syndrome) blijkt. De slaaprobot gebruikt ademhaling als een van zijn kernfuncties, maar niet met de intentie om tegen slaapapneu of RLS tegen te gaan.

Is de slaaprobot in verschillende maten verkrijgbaar?

Nee. In eerste instantie is de slaaprobot verkrijgbaar in één maat. We hebben veel gebruikerstests uitgevoerd in vele vormen en maten. We hebben ontdekt dat één maat ideaal is voor de meeste mensen. In de toekomst zullen er ook andere maten beschikbaar zijn.

Is de slaaprobot te wassen?

De slaaprobot zelf kan niet gewassen worden. Echter is het mogelijk om de sloop van de slaaprobot in de wasmachine te wassen op een temperatuur van 60 graden Celsius. Dit zorgt voor een hygiënische ervaring, elke nacht opnieuw.