

## WOL HELP MET GOEIE NAGRUS

Minder mense sal snags hoof skape te tel as daar meer wol in beddegoed is.

Onlangse navorsing deur The Woolmark Company en die Universiteit van Sydney in Australië toon wolbeddegoed, soos duvets en kussings, het verskeie voordele om slapelose nagte finaal te groet. Hierdie navorsing kan groot bemerkingsvoordele vir die wolbedryf inhou - veral vir sterkwolprodusente.

Die wol skep 'n mikroklimaat wat die temperatuur en humiditeit in die lug rondom die liggaam

reguleer. Dit verseker 'n laer hartklop en ook 'n goeie nagrus.

Wol "haal meer natuurlik asem" as sintetiese produkte en beheer die humiditeit in die bed. In meer as 70% van gevalle is die humiditeit laer onder 'n wolkwilt.

Die voordeligste slaapfase, wanneer die slaper ten volle ontspanne is en meer drome droom, duur ook langer as onder wolbeddegoed ingekruip word. Nog 'n voordeel is dat die liggaam vinniger 'n gemaklike slaapt temperatuur aanneem en dit ook langer hou.

"Ons is besig moderne bewyse bymekaar te sit wat daarop dui dat wolbeddegoed voordelig

is vir 'n goeie nagrus. Op sy beurt dra dit by tot mense se gesondheid en welstand," sê dr. Paul Swan, groepbestuurder van markinligting by The Woolmark Company.

Die volgende stap is om meer deelnemers aan die studie te kry en ook na kernliggaamstemperature te kyk.

Bronne: "Wool for interior textiles", uitgegee deur die internasionale organisasie vir woltekstiel en [www.woolmark.com](http://www.woolmark.com).

- LUCILLE BOTHA

