

# 3成长沙人肯花钱美美睡上一觉

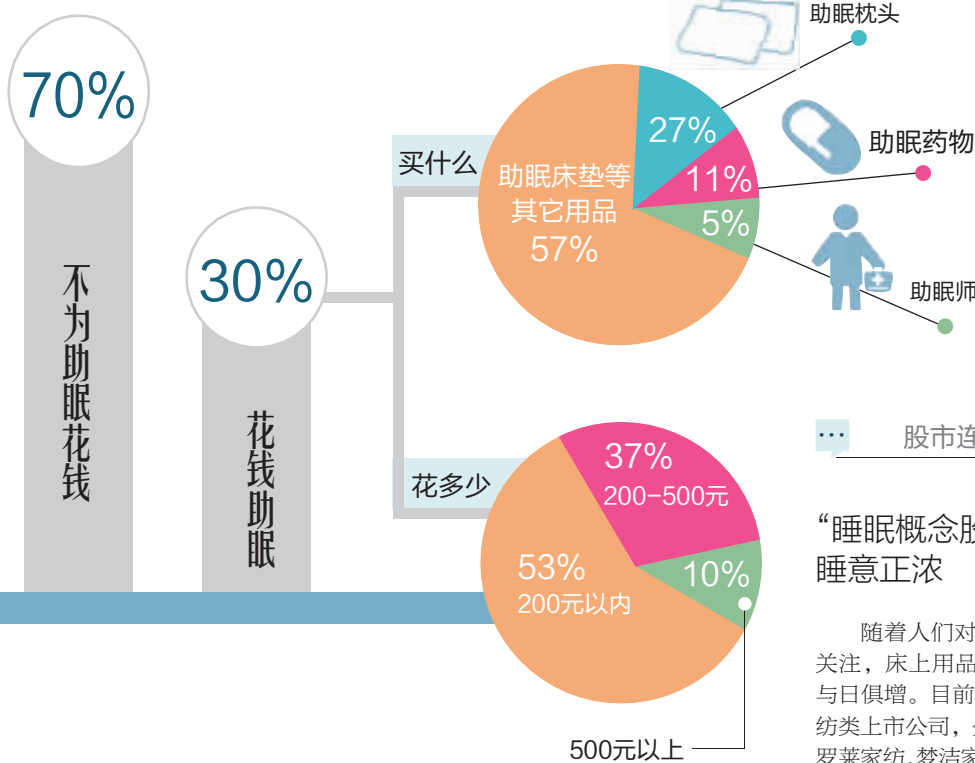
## 8280元一个的枕头,有人一次买走4个 专家说效果不如“吹”的那么好

3月21日,是春分日,也是世界睡眠日。深度睡眠创始人唐堂于世界睡眠日前一天在长沙发布《中国睡眠指南》,教市民如何睡个好觉。

有睡眠问题的市民越来越多,商家们看到了其中的商机,纷纷打起了睡眠概念,与之相关的消费产品也越来越多,如助眠枕头、床垫,睡眠SPA会所,甚至专业的助眠师也开始在长沙发展市场。

不过,记者发现,助眠产品价格不菲,一个枕头从几百元到近万元不等,一个床垫也可以高达几十万元,并且愿意花这笔钱的人还不少。

■三湘华声全媒体记者 侯小娟



制图 张元清

### 股市连线

### “睡眠概念股”睡意正浓

随着人们对于睡眠质量的关注,床上用品的需求量也将与日俱增。目前A股共有4家家纺类上市公司,分别是富安娜、罗莱家纺、梦洁家纺、凯诺科技。不过,上述四家企业今年来的走势看,除因重组海澜之家而变身为家纺企业的凯诺科技,其余3只依然是“睡意正浓”。

其中富安娜走势最弱,去年10月以来,个股便处于震荡向下走势;罗莱家纺今年以来下跌超过10%;梦洁家纺则近半年来一直处于横盘震荡走势;而凯诺科技在重组概念炒作下,去年9月份复牌后至今,股价上涨逾200%。

分析人士认为,随着休闲服和家纺类去库存走向尾声,预计相关企业2014年业绩可望触底回升。

国泰君安日前发布纺织服装行业周报称,2013年业绩快报披露,难有超预期行情。

■三湘华声全媒体记者 黄文成

### 延伸

### 14个失眠“重灾区”

- 1、高级审计师;2.IT从业者;3.外企500强精英;4.工厂工人;5.网编;6.网店店主;7.公关公司职员;8.网络作家;9.模特;10.警察;11.医生;12.民营企业老总;13.高校青年教师;14.公务员。

### 你想知道的

最佳午睡时长:午睡以15-30分钟最恰当,最长不要超过1小时。

最佳睡眠时长:每天7至7.5小时是最理想的睡眠时间。

### 床上用品 一个枕头要8000多元

20日,记者走访了居然之家、欧亚达等家居卖场,发现很多品牌的床垫、枕头都打起了助眠旗号,譬如助眠的记忆枕、药物枕、香薰枕,以及可以减少翻身次数的床垫等。不过,这些产品价格都不便宜。

记者在居然之家世纪金源店慕思专卖店看到很多助眠枕头,店员说目前最贵的一个是8280元。该枕头看起来有点像海绵,但是比海绵的结构更密,表面有一层固态凝胶。店员说枕头就是贵在这层凝胶,“其温度低于人体温度1.5摄氏度,可以放松大脑,提高睡眠质量。”

该店员说,这种枕头别墅区的人买得较多,有一次一个客户一次就买了4个。

记者在市场上看到,这类促

进睡眠、保护颈椎的枕头从几百元到近万元不等,并且买的人还并不少。

而长沙市场上助眠床垫的价格也并不便宜,从几千元到几十万元不等。记者在欧亚达丝涟床垫门店看到,该店的床垫最便宜也要2.9万元,3.2万元、4.4万元、6.1万元、9.1万元各个层次的价格都有,该店店员黄霞说还有十几万元一床的,还没有摆出来。

很多商家称,这些床垫在睡眠中能减少翻身次数,两人同睡一张床,其中一个人的辗转反侧不会干扰另一个人的睡眠。

黄霞说店里的床垫价格虽然偏高,但是每一款都有高端客户定买,并且“80后”逐渐成为购买主力。

### 催眠师 一小时收费3000元

随着睡眠障碍在人群中爆发,商家们瞄准了睡眠经济,开发出各类睡眠产品,随之诞生的还有催眠师这一职业。

长沙市深度睡眠咨询工作室是一家公益性质的咨询机构,去年领到国内首张深度睡眠机构工商执照,那里的催眠师唐堂介绍,去年全年咨询的患者达1.5万人,其中有116人左右接受了一对一的治疗。

据唐堂介绍,现在长沙的心理咨询机构有几十家,但是专业催眠的并不多,只

有两三家。

记者致电长沙晨光心理咨询中心了解到,其收费标准从80元至1800元不等。其中见习咨询师收费标准为80元/50分钟;门诊心理咨询200元—500元/50分钟;最贵的贵宾VIP咨询服务:1800元/次,每次50分钟。

据唐堂介绍,催眠机构的收费标准偏高,每小时大约1000至3000元,接受催眠的人群大多是公务员、家庭主妇、媒体人士、工薪层,以女性为主,年龄在35岁左右。

### 专家释疑

唐堂呼吁,人处在催眠状态并不意味着已经睡着,它只是一种睡眠的状态。市民要谨慎对待催眠,建言国家应出台相关的规定,用于制定心理咨询与催眠干预相关的国家标准。治疗失眠最好的方式是养成良好的睡眠习惯。

### 数据

男女性失眠比例:男性占30%,女性占70%。近36%的更年期和绝经期妇女,时有潮热,平均每周出现3次,每个月有5天会妨碍睡眠。

失眠原因分析:环境、生理不适各占10%,心理原因占80%。

最长不眠时间:世界吉尼斯纪录证明,人可以48天不吃,却不能18天不睡。

### 专家释疑

20日,三湘华声全媒体在网上发起一则投票,有30%的网友表示为帮助睡眠花过钱,但是皆表示效果不是很明显。

对此,长沙市一医院神经内科主任医师王爱民说,“现代医学至今还没有哪家权威机构敢宣称,某种床上用品可以治疗失眠。”那些产品可能会根据人体的曲线让身体更舒适,是否有很好的助眠效果,并不能全信。

### 数据

**最佳被子重量:**厚薄适中的被子,一般以3kg以内为宜。

**最佳枕头高度:**高枕未必无忧,一般枕比肩高10cm为宜。

### 经济信息

### 苏宁全球首发预售三星Galaxy S5

苏宁易购送优惠:成功预约及抢购者可享官方定价直降200元和价值800元大礼包

万众瞩目的三星旗舰手机Galaxy S5,终于要来了。3月18日,苏宁正式开启三星Galaxy S5的同步首发预售页面。3月18日至4月10日期间,消费者可在苏宁易购预约移动、联通、电信版的三星Galaxy S5,成功预约并在4月11

日零点后成功抢购的消费者,便可享受官方定价直降200元的优惠,并有价值800元的大礼包相送。

这款三星旗舰手机Galaxy S5搭载2.5GHz骁龙800四核处理器和Adreno 330 GPU,辅以2GB RAM,具有16GB、32GB两个存储

版本,并支持Micro SD卡扩展,拥有前置210万、后置1600万的摄像头阵容,加入先进的实时HDR模式,支持4K视频录制,并具备IP67级别防尘防水功能,支撑其在多种环境下可拍摄出完美的光线和色彩。此外,Galaxy S5还内置心率监

视器,加入NFC、红外遥控功能,使消费者使用更加方便。

据苏宁通讯事业部相关负责人介绍,三星与苏宁将彼此视为最重要的合作伙伴之一,双方高层率团队曾多次会晤,明确了双方开展全方位战略合作。苏宁不仅将最潮流的三星新品第一时间展示在中国用户面前,双方还在终端、组织等方面开展全方位的课题战略合作,例如“三星SES体验店”、

“SSMS苏宁——三星营销学院”等战略合作课题的顺利推进。

更值得期待的是,对于此次首发三星Galaxy S5旗舰手机,苏宁也给予极大的优惠。不仅在官方定价上直降200元,更有包含Jabra蓝牙耳机HALO2、白色T-STAR移动电源在内的800元大礼包,消费者现在起在苏宁易购预约该款手机,即可享受价值千元的优惠大礼。