



Charles Edward Steed (史爱华)

美国席梦思顾问及床垫历史学家暨世界未来协会(World Future Society)会员

1973年加入美国席梦思, 现今担任美国席梦思顾问, 负责席梦思销售培训, 市场营销, 战略规划等事务。在过去的30多年里, 史爱华先生一直致力于科学睡眠的研究及床垫设计与研发, 曾荣获美国多项床垫的发明专利。



# 席梦思顾问分享睡眠科技

有138年历史的美国传奇床垫品牌席梦思 (Simmons®) 在上海举办了健康睡眠主题研讨会, 并邀请到美国顾问及床垫历史专家史爱华 (Mr. Charles Edward Steed) 先生, 与嘉宾及20多家媒体分享世界领先的睡眠科技, 并探讨如何拥有健康睡眠等话题。

在位于上海文定生活家居创意广场的席梦思专卖店内的会场上, 史爱华先生表示, 在全世界, 尤其是上海、东京、纽约这样大都市居民的睡眠问题已经相当严重。不仅对个人的健康和事业的发展产生一定的困扰, 而且已经成为一种社会问题。

史爱华先生分析了人类睡眠过程。睡眠必须经历五个阶段, 任何一个阶段被打断都必须从第一个阶段重新开始, 所以无中断睡眠是优质睡眠的关键, 六小时无中断熟睡比八小时间断睡眠更能有效地使人恢复精神, 同时能更好地提高记忆力和决策力, 改善情绪。而影响睡眠连续性的因素很多, 比如生活的规律性、睡眠环境、入睡时间、饮食习惯以及睡眠寝具。而优质的床垫是必不可少的睡眠工具, 不仅可以减少辗转翻身次数, 还可以分散体重对身体各部分造成的压力。

如何设计出优质的床垫, 使人的身体和机能得到最大的享受和恢复, 是席梦思始终关注的问题。席梦思创始人Mr.

Zalmon G. Simmons怀着将优质睡眠带给全世界的志向, 在美国开始了他的床垫制造业。百多年来, 席梦思一直贯彻“以科学理念, 缔造更好睡眠 (Better Sleep Through Science.)”的宗旨, 大量投入进行睡眠研究。1925年席梦思资助的首个睡眠科学研究发现, 人类在每晚8小时的睡眠中平均出现了约40-50次辗转活动, 这为当今睡眠研究奠定基础。同年席梦思推出独立袋装弹簧床垫, 命名“甜梦” (Beautyrest®), 成为床垫设计史上的一个重要的里程碑。席梦思“甜梦”独立袋装弹簧床垫中每个弹簧都能独立伸缩, 不会因金属碰撞发出噪音, 有效减少因辗转活动造成的震荡传送, 同时能依照人体曲线和重量均匀承托身体每一部分, 从而缔造无中断熟睡。

席梦思早在上世纪30年代就进入中国市场, 时至今日, “席梦思”早已超越品牌本身而成为优质睡眠的倡导者。通过这次活动, 席梦思希望传递一种健康的睡眠理念和生活态度, 让更多的人关注睡眠问题并获得健康睡眠。

欢迎惠顾上海席梦思专卖店及专柜:  
上海 淮海中路1184号  
电话: +8621 6473 2286  
上海 徐汇区文定路204号  
电话: +8621 6441 6339  
上海 南京西路1618号久光百货7楼  
电话: +8621 6288 2767

客户服务热线 +8621 6248 2233  
Enquiry@simmons.cn  
www.simmons.cn