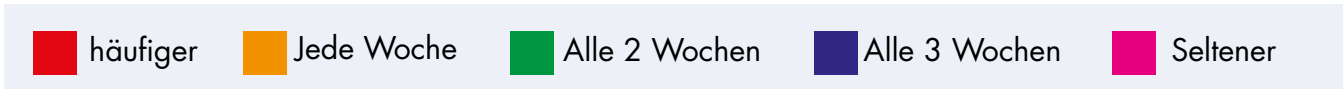
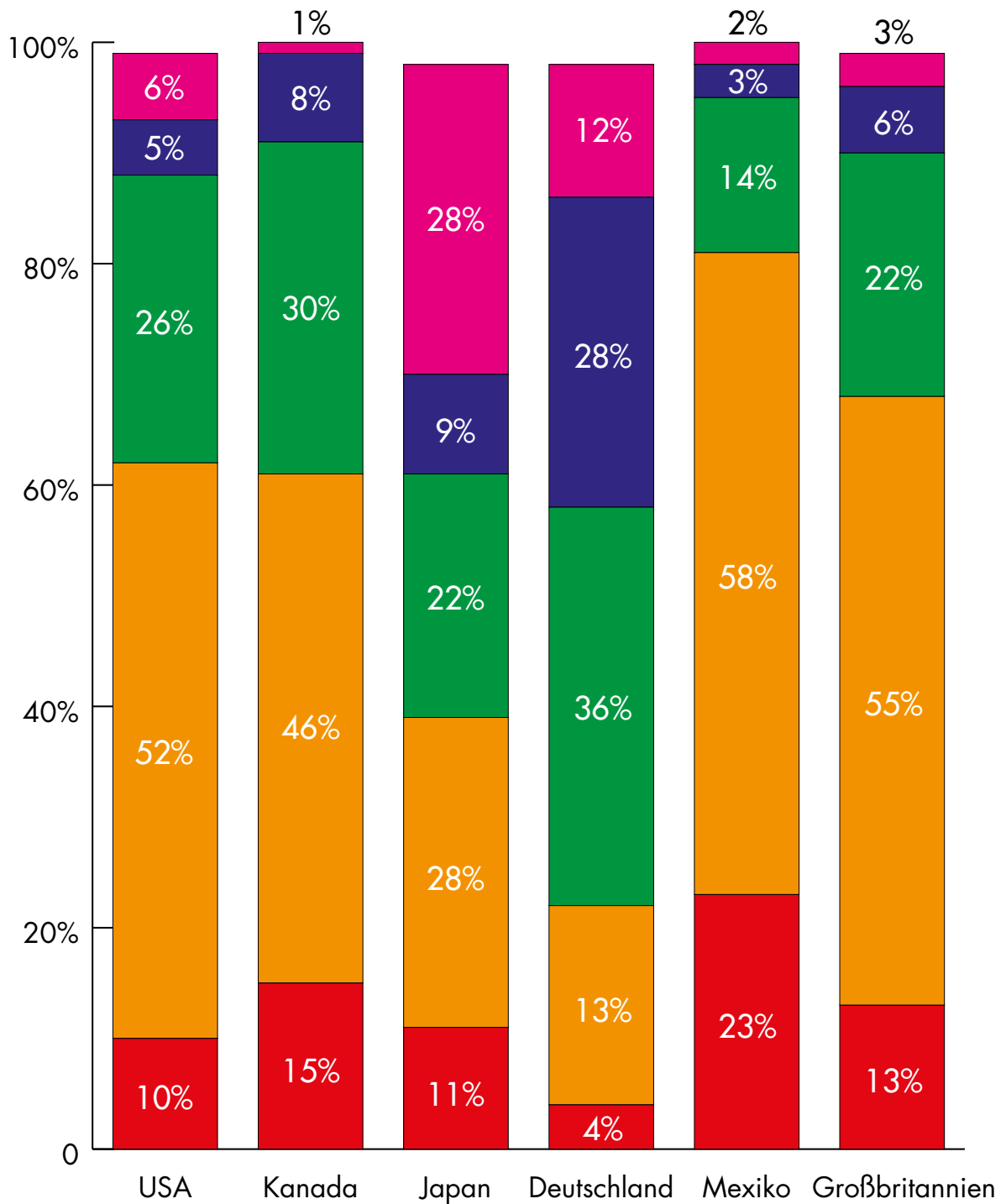


# Wie oft wird die Bettwäsche gewechselt?



Ergebnis der Studie der „National Sleep Foundation“ von 2013. Gewechselt werden sollte die Bettwäsche mindestens alle 2 Wochen, weil sich Hautschuppen, Haare und Körperflüssigkeiten während des Schlafes in ihr sammeln.

Quelle: <http://sleepfoundation.org/sites/default/files/RPT495a.pdf>  
<http://sleepfoundation.org/sleep-polls-data/other-polls/2013-international-bedroom-poll>