

این هدبند با اثر بر امواج مغزی باعث خواب بهتر می‌شود - دیجیاتو

مانی میرجوادی | یکشنبه، ۲۳ دی ۱۳۹۷

بسیاری از ما دچار اختلال در خواب هستیم و ممکن است یا به سختی خوابمان برود یا اینکه کیفیت خوابمان بالا نباشد. حالا به نظر می‌رسد که مراسم CES 2019 امسال محل مناسبی برای رونمایی از تکنولوژی‌های مربوط به خواب باشد. [بعد از رونمایی از ماسک هوشمند برای خواب](#)، حالا هدبند Urganight نیز رونمایی شد.

هدبند یاد شده توسط استارت‌آپ فرانسوی به نام Urgo Group ساخته شده است. این دستگاه باید در سه جلسه‌ی بیست دقیقه‌ای هر هفته به سر بسته شود. در حین این جلسات نوار مغزی شما ثبت و سپس داده‌های مربوطه درون یک اپلیکیشن به نحوی نمایش داده می‌شود که بتوانند روی امواج مغزی شما تاثیر گذار باشند. تکنیکی که تحت عنوان [نوروفیدبک](#) تصویری از آن یاد می‌شود.



گروه Urgo می‌گوید که سه بار تماشای این تصاویر در هفته باعث ایجاد الگوی سالمتری از خواب در افراد خواهد شد و می‌توان تاثیر این اتفاق را در کمتر از سه ماه مشاهده کرد. تمام فرایندها مربوط به هدبند Urganight در زمان بیداری انجام می‌شود و اصلاً نیازی نیست که در هنگام خواب از این هدبند استفاده نمایید.

تحقیقات Uργο نشان داده افرادی که از این دستگاه استفاده می‌کردند به طور میانگین ۴۰ درصد زودتر موفق به خوابیدن شدند. این شرکت همچنین اعلام کرده که بهتر است هر سه ماه انجام جلسات ۲۰ دقیقه‌ای تکرار شود تا تاثیر مثبت هدبند باقی بماند.

البته در این میان باید به یک نکته منفی این دستگاه نیز اشاره کنیم. هدبند Urganight با قیمت ۶۰۰ دلار وارد بازار خواهد شد. با اینکه رقم اعلام شده زیاد است، اما با توجه به اینکه افراد بیخواب هزینه‌های زیادی بابت درمان این مشکل می‌کنند، شاید ۶۰۰ دلار آنقدر بالا تلقی نگردد. انتظار می‌رود که پیش فروش این دستگاه‌ها از بهار سال ۹۸ آغاز شود و محصولات نهایی تا اواخر سال میلادی ۲۰۱۹ به دست مشتریان برسد.

[دیجیاتو](#)