

Zamanyň tehnologiýasy diňe bir telefonlarda ýa-da kompýuterlerde däl — indi eşiklerde hem rahatlyk we saglyk üçin innowasiýa girýär. Täze döredilen puffer köýnek (ýelkenli ýyly eşik) uky almakda kynçylyk çekýänler üçin şöhledir ses arkaly rahatlandyryjy funksiýa bilen üpjün edildi. Bu eşik islendik ýerde — uçarda, awtobusda ýa-da ofisde — uky almak üçin amatly şert döredýär.

Näme üçin bu köýnek aýratyn?

Bu puffer köýnek adaty ýyly eşikden tapawutlylykda, içine integrirlenen:

- **LED şöhledirlik ulgamy** — göz üçin ýumşak ýagtylyk döredip, melatonin öndürilmegine ýardam edýär
- **Ses moduly** — tebigy sesler, ýuwaş melodiýalar ýa-da ýörite uky üçin döredilen sesler bilen beýnini rahatlandyryar
- **Sensorly dolandyrys** — ulanyjy öz islegine görä ýagtylygyň reňkini, sesiň görnüşini we güýjüni sazlap bilýär

Bu funksiýalar bir ýere jemlenip, eşigi diňe ýylylyk üçin däl, eýsem psihologik rahatlyk üçin hem peýdaly edýär.

Bu eşik:

- Uky almakda kynçylyk çekýänler üçin kömekçi
- Syýahat wagtynda rahatlyk döretmek
- Stressi azaltmak we beýni tolkunlaryny uky ýagdaýyna geçirmek
- Uky üçin ýörite terapiýa bilen meňzeş täsir döredýär

Öz içine alýan tehnologiýa, “wearable wellness” — ýagny geýilýän saglyk ulgamlarynyň täze görnüşidir.

Ulanys ýagdaýlary

- **Uçarda uzak syýahatda** — ses we ýagtylyk bilen uky almak aňsatlaşýar
- **Ofisde dynç alyş wagtynda** — köýnek iş wagtynda hem rahatlanmaga mümkinçilik berýär
- **Ýatlyýan otagda** — adaty ýorgan ýa-da köýnek bilen deňeşdirilende, uky üçin ýöriteleşdirilen funksiýalar bilen üpjün edilýär

Bu eşik diňe bir uky üçin däl, eýsem:

- Meditasiýa
- Ruhy terapiýa
- ADHD ýa-da uky bozulmalary bilen bagly ýagdaýlarda kömekçi serişde

bolup biljekdigi çaklanylýar. Şeýle eşikler saglyk tehnologiýasynyň geýilýän görnüşe geçmeginiň alamaty hökmünde kabul edilýär.

Ahmet BABAÝEW
Türkmen döwlet maliýe
institutynyň talyby