

Vorwort

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

wir freuen uns, dass Sie sich für den Prüfplan dieses Praxistests interessieren. Dieses Dokument gibt Ihnen einen umfassenden Überblick über die Methoden und Verfahren, mit denen wir den praktischen Teil des Tests ausgewertet haben. Unser Ziel ist es, Ihnen eine transparente und nachvollziehbare Grundlage zur Verfügung zu stellen, die es Ihnen ermöglicht, die Qualität und Eignung der getesteten Produkte eigenständig zu beurteilen.

In diesem Dokument wird detailliert erläutert, wie die Kriterien im praktischen Teil dieses Tests bewertet wurden und wie die Punkteverteilung zustande kam. Ein besonderes Merkmal unserer Tests ist, dass die Produkte von Verbrauchern in realen Anwendungssituationen geprüft werden, anstatt in einem Laborumfeld. Dies stellt sicher, dass die Ergebnisse die tatsächliche Nutzererfahrung widerspiegeln und für Sie als Verbraucher besonders relevant sind, aber dadurch auch subjektive Eindrücke wiedergeben können. Unsere Praxistests sind auf eine Dauer von zwei bis drei Wochen ausgelegt, um eine realistische und praxisnahe Bewertung zu gewährleisten.

Wenn Sie sich auch für die Bewertung unserer anderen Testkriterien wie Verpackung und Inhalt, Produktverarbeitung und Erscheinungsbild oder Preis-Leistungs-Verhältnis sowie den Bewertungen von Verbrauchern interessieren, können Sie dies in unserem allgemeingültigen Dokument zum Evaluierungsprozess nachlesen. Wir testen die Kriterien nach einem standardisierten Verfahren. In diesem Dokument, dem Prüfplan, liegt der Fokus ausschließlich darauf, wie der Praxistest durchgeführt wurde. Dieser Teil variiert von Produkt zu Produkt und ist daher nicht standardisierbar. Aus diesem Grund erstellen wir für jedes Produkt einen individuellen Prüfplan, der transparent zugänglich ist.

Inhalt und Aufbau des Dokuments:

1. Testdurchführung

In diesem Abschnitt wird detailliert beschrieben, wie die Tests durchgeführt wurden. Jeder Testschritt wird präzise erläutert, um die Nachvollziehbarkeit der Ergebnisse sicherzustellen. Die Testdurchführung ist in mehrere Schritte unterteilt, die für jedes Kriterium spezifisch beschrieben werden.

2. Punkteverteilung

Dieser Abschnitt gibt einen Überblick über die Bewertungsskala, nach der die Punkte vergeben wurden. Die Punkteverteilung wird für jedes Kriterium separat dargestellt, sodass die Leistung der Produkte in den verschiedenen Bereichen nachvollzogen werden kann.

Unser Prüfplan zielt darauf ab, eine umfassende und transparente Bewertung der Produkte zu gewährleisten. Durch die detaillierte Beschreibung der Testmethoden und die klare Punkteverteilung möchten wir Ihnen ein zuverlässiges Werkzeug an die Hand geben, um fundierte Entscheidungen treffen zu können.

Auf den nächsten Seiten werden die einzelnen Prüfkriterien, die detaillierte Testdurchführung sowie die Punkteverteilung genauer erläutert.

Ihr Prüfengel Institut

1. Klebeeigenschaften auf trockener Haut

Testdurchführung:

Schritt 1: Haut reinigen und trocknen

Das Gesicht wurde gründlich mit lauwarmem Wasser und einer milden Seife gewaschen, um jegliche Ablagerungen, Öle oder Unreinheiten zu entfernen. Anschließend wurde die Haut mit einem sauberen Handtuch trocken getupft, wobei besonders darauf geachtet wurde, dass die Haut vollständig trocken ist, um die optimalen Klebebedingungen zu gewährleisten.

Schritt 2: Nasenpflaster aufbringen

Das Nasenpflaster wurde vorsichtig von der Schutzfolie abgezogen, ohne an den Klebeflächen zu ziehen oder diese zu berühren, um eine Beeinträchtigung der Haftfähigkeit zu vermeiden. Danach wurde das Pflaster sorgfältig und mittig auf den Nasenrücken aufgeklebt, wobei darauf geachtet wurde, dass keine Luftblasen unter dem Pflaster eingeschlossen wurden.

Schritt 3: Pflaster andrücken

Das Pflaster wurde für etwa 30 Sekunden fest mit den Fingern angeedrückt, um sicherzustellen, dass es gleichmäßig auf der Haut haftet. Dabei wurde besonders auf die Ränder des Pflasters geachtet, um ein vollständiges Anhaften zu gewährleisten. Leichter Druck wurde angewendet, dabei wurde darauf geachtet, die Haut nicht zu irritieren.

Schritt 4: Beobachtung

Das Pflaster wurde über einen Zeitraum von 2 Stunden auf der Haut belassen, ohne daran zu zupfen oder es durch äußere Einflüsse zu beeinträchtigen. Während dieser Zeit wurde die Haftfähigkeit des Pflasters regelmäßig überprüft und dokumentiert, um genaue Beobachtungen über etwaige Veränderungen in der Klebekraft zu notieren.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Das Pflaster haftet die gesamte Zeit ohne sich zu lösen oder Anzeichen von Ablösen zu zeigen. Es bleibt fest und durchgehend an der gewünschten Stelle auf der Haut haften.

90 Punkte: Das Pflaster haftet gut über die gesamte Dauer von 2 Stunden, zeigt jedoch leichte Anzeichen von Ablösen an den Rändern, ohne sich jedoch vollständig zu lösen.

80 Punkte: Das Pflaster haftet zunächst gut, beginnt sich jedoch nach etwa 1,5 Stunden leicht zu lösen. An einigen Stellen kann eine minimale Ablösung beobachtet werden, die die Funktion jedoch nicht stark beeinträchtigt.

70 Punkte: Das Pflaster haftet für etwa 1 Stunde fest, zeigt jedoch nach diesem Zeitraum deutliche Anzeichen von Ablösen und beginnt sich merklich zu lösen.

60 Punkte: Das Pflaster haftet anfänglich gut, beginnt jedoch bereits nach 30 Minuten, sich an mehreren Stellen zu lösen. Die Haftkraft nimmt nach kurzer Zeit deutlich ab.

50 Punkte: Das Pflaster haftet nach dem Aufbringen, löst sich jedoch schon nach etwa 10 Minuten. Es zeigt eine unzureichende Haftfähigkeit, die eine längere Verweildauer auf der Haut nicht ermöglicht.

40 Punkte: Das Pflaster haftet nur wenige Minuten nach dem Auftragen und löst sich dann fast vollständig, ohne eine ausreichende Haftkraft zu zeigen.

30 Punkte: Das Pflaster haftet kaum nach dem Aufbringen und löst sich fast sofort von der Haut. Es zeigt eine extrem schwache Klebeleistung.

20 Punkte: Das Pflaster haftet nur während des Andrückens und löst sich unmittelbar, wenn der Druck nachlässt. Es bleibt nicht an der Haut haften.

10 Punkte: Das Pflaster haftet überhaupt nicht, selbst beim Anbringen bildet sich keine Klebewirkung, und es haftet nicht einmal kurzzeitig an der Haut.

2. Haftfestigkeit bei Bewegung

Testdurchführung:

Schritt 1: Pflaster auf die Nase aufbringen

Das Nasenpflaster wurde sorgfältig auf die trockene Haut der Nase aufgebracht, ähnlich wie im ersten Test. Es wurde darauf geachtet, dass keine Luftblasen oder Falten unter dem Pflaster entstanden, um eine gleichmäßige Haftung zu gewährleisten. Der Proband stellte sicher, dass das Pflaster fest angedrückt wurde, um optimale Haftbedingungen zu schaffen.

Schritt 2: Bewegungsaktivitäten

Der Proband führte eine Reihe von physischen Aktivitäten durch, um die Belastbarkeit des Pflasters zu testen. Diese Aktivitäten umfassten intensives Laufen auf verschiedenen Untergründen, wiederholtes Springen aus einer erhöhten Position und diverse Gesichtsbewegungen wie breites Lächeln, kräftiges Stirnrunzeln und weitere mimische Bewegungen. Diese Maßnahmen dienten dazu, die Haftfestigkeit des Pflasters unter dynamischen und herausfordernden Bedingungen zu testen.

Schritt 3: Beobachtung der Haftfestigkeit

Während und nach den Bewegungsaktivitäten wurde die Haftung des Pflasters genau beobachtet. Es wurde überprüft, ob das Pflaster durch die Bewegungen in seiner Position beeinträchtigt wurde, insbesondere wurde darauf geachtet, ob und wie stark sich das Pflaster an den Rändern oder anderen Stellen ablöste. Die Ergebnisse wurden dokumentiert, um die Haftfestigkeit objektiv bewerten zu können.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Pflaster bleibt während aller Bewegungsaktivitäten vollständig haften. Es gibt keine Anzeichen von Ablösen oder Verrutschen, weder an den Rändern noch in der Mitte.

90 Punkte: Pflaster haftet sehr gut, zeigt jedoch minimale Anzeichen von Ablösen an den Rändern, die die Funktionalität nicht beeinträchtigen.

80 Punkte: Pflaster haftet insgesamt gut, beginnt sich jedoch bei intensiveren Bewegungen leicht an den Rändern zu lösen, ohne komplett abzufallen.

70 Punkte: Pflaster haftet anfangs gut, jedoch treten bei kontinuierlichen Bewegungen deutliche Ablösungen an den Rändern auf, die die Haftung beeinträchtigen.

60 Punkte: Pflaster haftet zu Beginn ausreichend, löst sich jedoch nach wenigen Bewegungsabläufen merklich ab, insbesondere an den Rändern.

50 Punkte: Pflaster haftet nur bei minimalen Bewegungen, sobald intensivere Aktivitäten durchgeführt werden, beginnt es sich zu lösen.

40 Punkte: Pflaster haftet kaum, selbst bei geringen Bewegungen. Es zeigt sofortige Abnutzungserscheinungen und Haftverlust.

30 Punkte: Pflaster löst sich bei jeglicher Bewegung sofort ab. Es kann keine adäquate Haftung erzielt werden, selbst bei minimaler Beanspruchung.

20 Punkte: Pflaster haftet nur bei absoluter Bewegungslosigkeit des Probanden. Jegliche minimale Bewegung führt zum sofortigen Ablösen.

10 Punkte: Pflaster zeigt keinerlei Haftwirkung, selbst im Ruhezustand löst es sich leicht von der Haut ab.

3. Hautverträglichkeit nach 8 Stunden

Testdurchführung:

Schritt 1: Pflaster auf die Nase aufbringen

Das Nasenpflaster wurde sorgfältig auf die gereinigte und trockene Haut der Nase aufgeklebt. Dabei wurde sichergestellt, dass es gut haftet und keine Luftblasen unter dem Pflaster entstehen, um einen optimalen Kontakt mit der Haut zu gewährleisten.

Schritt 2: Beobachtung während des Tragens

Während der gesamten 8 Stunden wurde in regelmäßigen Abständen überprüft, ob es Anzeichen von Hautirritationen oder andere Unannehmlichkeiten gab. Das Pflaster wurde in dieser Zeit weder verschoben noch entfernt, um die Belastung der Haut realitätsnah zu simulieren. Beobachtungen wie Hautrötungen, Juckreiz oder ein Spannungsgefühl wurden dokumentiert.

Schritt 3: Pflaster entfernen und Haut untersuchen

Nach Ablauf der 8 Stunden Tragezeit wurde das Pflaster vorsichtig und langsam entfernt, um die Haut nicht zusätzlich zu reizen. Anschließend wurde die Haut gründlich untersucht und auf Anzeichen von Rötungen, Irritationen, Schwellungen oder anderen Hautproblemen überprüft. Besonderes Augenmerk wurde darauf gelegt, ob die Haut beschwerdefrei ist oder ob temporäre oder anhaltende Reizungen vorlagen.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Es wurden keinerlei Hautirritationen, Rötungen oder Beschwerden festgestellt. Die Haut fühlt sich nach dem Entfernen des Pflasters völlig normal an, als ob kein Pflaster getragen worden wäre.

90 Punkte: Es traten minimale Hautirritationen auf, die rasch und ohne weitere Symptome verschwanden. Die Haut zeigte sich unmittelbar nach der Entfernung des Pflasters fast unverändert.

80 Punkte: Es wurden leichte Rötungen von der Hautoberfläche beobachtet, die jedoch innerhalb kurzer Zeit ohne Behandlungsbedarf abklingen und keine weiteren Beschwerden verursachten.

70 Punkte: Deutliche Rötungen und leichte Hautreizungen waren erkennbar. Diese Anzeichen dauerten einige Zeit an, bevor sie allmählich nachließen.

60 Punkte: Es waren merkliche Hautirritationen vorhanden, die mehrere Stunden nach der Entfernung des Pflasters sichtbar blieben und für ein leichtes Unwohlsein sorgten.

50 Punkte: Die Haut zeigte deutliche Irritationen verbunden mit Juckreiz, die mehr als einige Stunden andauerten und eine gewisse Pflege oder Aufmerksamkeit erforderten.

40 Punkte: Starke und unangenehme Hautirritationen wurden festgestellt, die über einen längeren Zeitraum nach Entfernung des Pflasters anhielten und zusätzliche Maßnahmen zur Beruhigung der Haut nötig machten.

30 Punkte: Die Hautirritationen waren so stark, dass sie mehrere Tage anhielten und sichtbare Spuren hinterließen, die nicht ohne weiteres verschwanden.

20 Punkte: Hautirritationen waren so intensiv, dass sie eine medizinische Behandlung erforderten, um die Symptome zu lindern und die Haut zu heilen.

10 Punkte: Die Haut reagierte extrem negativ auf das Pflaster, mit schweren Irritationen, die sofortige medizinische Hilfe nötig machten.

4. Tragekomfort während des Schlafs

Testdurchführung:

Schritt 1: Pflaster auf die Nase aufbringen

Das Nasenpflaster wurde sorgfältig vor dem Schlafengehen an einem ruhigen Ort angebracht. Die Haut der Nase wurde zuvor gereinigt und vollständig getrocknet, um sicherzustellen, dass das Pflaster gut haftet. Dabei wurde darauf geachtet, dass keine Hautfalten oder Unregelmäßigkeiten unter dem Pflaster entstehen, um maximalen Tragekomfort zu gewährleisten.

Schritt 2: Schlafpositionen testen

Während der gesamten Nacht wurden verschiedene Schlafpositionen eingenommen. Dies beinhaltete das Liegen auf dem Rücken, auf der Seite und auf dem Bauch, um sicherzustellen, dass der Tragekomfort des Pflasters in jeder Position beurteilt werden konnte. Es wurde besonders darauf geachtet, etwaige Druckpunkte und das Gefühl des Pflasters zu registrieren, als die Schlafpositionen regelmäßig gewechselt wurden.

Schritt 3: Beobachtung nach dem Schlaf

Am nächsten Morgen wurde das Pflaster vorsichtig entfernt, um die Haut der Nase nicht zu reizen. Dabei wurde der gesamte Bereich genau untersucht, um Anzeichen von Hautirritationen wie Rötungen, Schwellungen oder Ausschläge zu erkennen. Zusätzlich wurde eine subjektive Bewertung des Tragekomforts und eventuellen Unbehagens, das während der Nacht verspürt wurde, vorgenommen.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Pflaster bleibt komfortabel, keine Hautirritationen oder Unbehagen.

Diese Punktzahl wird erreicht, wenn das Pflaster die gesamte Nacht über weder störend wirkt noch Hautirritationen hervorruft und der Träger das Pflaster während des Schlafens überhaupt nicht bemerkt hat.

90 Punkte: Pflaster ist komfortabel, minimale Unannehmlichkeiten.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn das Pflaster größtenteils als komfortabel empfunden wird, jedoch gelegentlich leichtes Unbehagen verursacht, das den Schlaf jedoch kaum beeinträchtigt und keine bleibenden Hautirritationen verursacht.

80 Punkte: Pflaster ist akzeptabel, geringfügige Unannehmlichkeiten.

Das Pflaster wird als akzeptabel klassifiziert, wenn es während der Nacht ab und zu geringfügige Unannehmlichkeiten verursacht hat, die den Schlaf leicht beeinträchtigen, jedoch keine nennenswerten Hautreizungen hinterlassen haben.

70 Punkte: Pflaster verursacht leichten Unkomfort.

Diese Punktzahl zeigt an, dass das Pflaster über die Nacht hinweg leichten Unkomfort verursacht hat und den Schlaf des Trägers spürbar, aber nicht drastisch, gestört hat, ohne ernsthafte Hautprobleme zu verursachen.

60 Punkte: Pflaster verursacht deutlichen Unkomfort.

Eine Punktzahl von 60 ist das Ergebnis, wenn das Pflaster während der Nacht erheblichen Unkomfort verursacht hat, der den Schlaf merklich beeinträchtigt, eventuell begleitet von leichten Hautirritationen.

50 Punkte: Pflaster stört den Schlaf.

Diese Bewertung wird verwendet, wenn das Pflaster den Schlaf deutlich stört, den Träger mehrfach wach hält oder dazu führt, dass versucht wird, es während der Nacht anzupassen oder zu entfernen.

40 Punkte: Pflaster verursacht erhebliche Unannehmlichkeiten.

Das Pflaster wird als stark unangenehm empfunden, verursacht erhebliche Schlafstörungen und möglicherweise auffällige Hautreizung oder Druckstellen.

30 Punkte: Pflaster verursacht schmerzhaften Druck.

Diese Punktzahl zeigt an, dass das Pflaster während der Nacht schmerzhaften Druck auf die Haut der Nase ausgeübt hat, was den Schlaf erheblich gestört und deutliche Spuren oder Rötungen hinterlassen hat.

20 Punkte: Pflaster löst sich während des Schlafs ab.

Diese Bewertung wird vergeben, wenn das Pflaster während der Nacht seinen Halt verliert und sich teilweise oder vollständig von der Haut der Nase löst, was den Schlaf stark beeinträchtigt hat.

10 Punkte: Pflaster ist extrem unangenehm, Schlaf wird stark gestört.

Die niedrigste Punktzahl wird vergeben, wenn das Pflaster als extrem unangenehm empfunden wurde, regelmäßig starken Druck verursacht hat, sich möglicherweise gelöst hat und den Schlaf erheblich gestört hat, eventuell begleitet von intensiven Hautirritationen.

5. Wirksamkeit beim Schnarchen

Testdurchführung:

Schritt 1: Pflaster auf die Nase aufbringen

Bevor der Proband zu Bett ging, wurde das spezielle Nasenpflaster auf die saubere und trockene Haut der Nase aufgebracht. Dabei wurde sichergestellt, dass die Haut frei von Öl und Schmutz war, um eine optimale Haftung zu gewährleisten. Das Pflaster wurde mittig auf dem Nasenrücken platziert und die Enden sanft auf beiden Seiten der Nase angedrückt, sodass es sicher anlag und nicht verrutschen konnte.

Schritt 2: Schnarchen beobachten

Die Schnarchgeräusche wurden sowohl vor der Anbringung des Pflasters als auch während der ganzen Nacht, in der das Pflaster getragen wurde, gründlich beobachtet. Dabei wurden Geräusche wie Lautstärke, Frequenz und Dauer des Schnarchens dokumentiert. Um ein detailliertes Bild zu erhalten, wurden Audioaufnahmen vor dem Schlafengehen und während der Nacht gemacht. Diese Aufnahmen wurden anschließend analysiert, um Veränderungen festzustellen.

Schritt 3: Feedback nach dem Schlaf

Am nächsten Morgen wurde das Pflaster vorsichtig von der Nase entfernt. Der Proband gab anschließend ein detailliertes Feedback zu seiner Schnarcherfahrung während der Nacht. Er bewertete, ob und wie sich die Häufigkeit und Intensität des Schnarchens verändert hatten. Zudem wurden subjektive Eindrücke wie Schlafqualität und allgemeines Wohlbefinden abgefragt und dokumentiert.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Schnarchen wurde vollständig eliminiert.

Die Schnarchgeräusche des Probanden waren während der Nacht komplett verschwunden.

90 Punkte: Schnarchen wurde deutlich reduziert.

Es gab eine signifikante Verringerung der Lautstärke und Häufigkeit des Schnarchens, jedoch war es in seltenen Fällen noch leicht zu hören.

80 Punkte: Schnarchen wurde merklich reduziert.

Eine merkbare Reduktion der Schnarchgeräusche war festzustellen, sowohl in Bezug auf die Häufigkeit als auch auf die Intensität.

70 Punkte: Schnarchen wurde leicht reduziert.

Eine leichte Verminderung der Schnarchgeräusche war hörbar, jedoch nicht massiv.

60 Punkte: Keine signifikante Veränderung des Schnarchens.

Es gab keine merkliche Veränderung der Schnarchgeräusche bei der Verwendung des Pflasters.

50 Punkte: Schnarchen blieb unverändert.

Die Intensität und Frequenz des Schnarchens blieben genauso wie vor der Verwendung des Pflasters.

40 Punkte: Schnarchen wurde leicht verstärkt.

Der Proband gab an, dass das Schnarchen im Laufe der Nacht leicht zugenommen hat.

30 Punkte: Schnarchen wurde merklich verstärkt.

Eine deutliche Zunahme der Schnarchgeräusche war feststellbar.

20 Punkte: Schnarchen wurde deutlich verstärkt.

Das Schnarchen war während der Nacht viel intensiver und häufiger als gewöhnlich.

10 Punkte: Schnarchen wurde extrem verstärkt, Schlaf stark gestört.

Das Pflaster führte zu einer extremen Verstärkung des Schnarchens, was zu einer erheblichen Störung des Schlafs des Probanden und möglicherweise auch des Schlafs anderer Personen führte.