午睡趴枕的选购技巧有哪些？

首先需要注意的是要选购知名品牌的午睡枕，这样的枕头质量有保证;

另外就是需要注意选购午睡枕的时候一定要注意枕头的舒适度、柔软度，这也是保证我们午休质量的关键;

还有就是需要注意选购午睡枕的颜色，一个舒服的颜色可以让我么有更好的心情;

最后就是需要注意的是最好午睡枕是和面的，可以拆下来清洗最好。

午睡枕的使用方法是什么？

1.靠在椅上成靠垫（背垫）可以减轻背部、腰部压力；

2.针对常坐长途车程的人可把午休枕靠在脖子上，放松脖子肌肉、缓解压力；

3.躺着、趴着、看书时也可当作靠枕；

4.午休枕闲置时可当作时尚家居摆设；

适用人群：学生族、上班族、孕妇等休息片刻的好知音。