

Orthopedic Model : SC5

Ergonomic Seat Cushion

barad

Model : SC5

ارتوپدی

به نشین ارگونومیک

باتو نشستن خوش است

به نشین ارگونومیک ارتوپدی

هنر توزیع وزن هنگام نشستن



به نشین ارتوپدی ارگونومیک، باعث تقسیم یکنواخت وزن بدن می شود، بنابراین فشار وارد بر استخوان های نشیمنگاهی و بافت های زیر آن کاهش می یابد و به نشستن راحت کمک می کند.

به نشین ارتوپدی بر اساس اندازه های آنتروپومتریک ایرانی (ابعاد و اندازه های بدن) طراحی شده، بنابراین برای بیشتر افراد مناسب است.



در صورت نیاز به دریافت مشاوره جهت استفاده صحیح و بهینه از محصولات باراد و یا هرگونه عدم رضایت، با ما تماس بگیرید. همکاران و مشاوران ما مشتاق شنیدن صدای شما هستند.

داخلی ۸۱۰۲

تلفن: ۰۵۱-۳۱۵۴

چرا به نشین‌ها؟

حمایت‌کننده‌های نشیمن‌گاهی که به اختصار به‌نشین نامگذاری شده‌اند باعث کاهش فشار و استرس وارده بر کمر، لگن و دنبالچه می‌شوند. طراحی و ساختار به‌نشین‌ها به نحوی است که با نشستن روی آن، وزن بدن به‌صورت یکنواخت توزیع شده و دنبالچه در حالت طبیعی خود و به دور از فشار و استرس قرار می‌گیرد. در واقع حفره میانی به‌نشین‌ها این امکان را فراهم می‌آورد که دنبالچه در مرکز به‌نشین یعنی حفره میانی آن قرار گیرد تا هنگام نشستن هیچ فشاری روی آن وارد نشود.

در مواردی مانند ضربه، بارداری، زایمان، ورزش‌های سنگین و نشستن‌های طولانی مدت ممکن است دنبالچه و لگن دچار التهاب یا شکستگی شوند. بنابراین استفاده از به‌نشین‌ها باعث کاهش درد و التهاب ناشی از این موارد خواهد شد.



ارگونومی در پشت میز

- ارتفاع صندلی با ارتفاع میز هماهنگ باشد، به طوری که دست با زاویه ۹۰ تا ۱۱۰ درجه روی میز قرار گیرد.
- بعد از نشستن یا کاملا روی زمین قرار گیرد، در غیر این صورت برای پیشگیری از بروز کمر درد حتما از زیرپایی استفاده کرد.
- هنگام نشستن بالاتنه صاف و کمی متمایل به عقب باشد، برای حفظ این پوسچر باید از پشتی طبی استفاده کرد تا کودی کمر را ببوشاند.
- برای پیشگیری از بروز دردهای نشیمنگاهی هم باید از بهنشین استفاده کرد.
- ارتفاع مانیتور نیز باید تنظیم و در راستای چشم باشد، برای رسیدن به این پوسچر صحیح باید از یکی از انواع نگهدارنده مانیتور یا لپ تاپ استفاده کرد.

این نکته را فراموش نکنید:

از هر فرصتی برای تحرک و قدم زدن استفاده کنید.

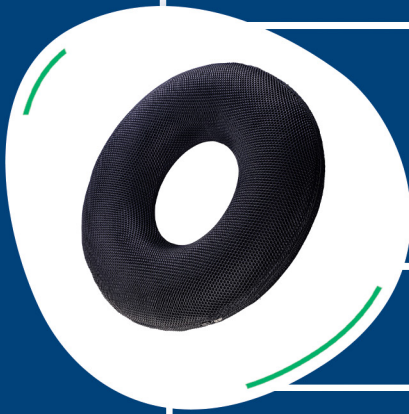
ارگونومی در خودرو

- صاف نشسته و به جلو خم نشوید. به پشتی صندلی تکیه داده به طوری که با آن زاویه ۱۰۰ درجه بسازید؛ حتما از پشتی طبی استفاده کنید.
- صندلی را در فاصله‌ای قرار دهید که پاها به راحتی به پدال برسند.
- ارتفاع صندلی باید به گونه‌ای باشد که دید مناسبی داشته باشید، از آنجایی که بیشتر صندلی‌ها قابلیت تنظیم ارتفاع ندارند، بهتر است از بهنشین طبی استفاده کنید؛ تا در کنار تنظیم ارتفاع، از کمردرد و دردنشیمنگاهی هم در امان باشید.
- برای پیشگیری از آسیب شلاقی گردن در تصادفات احتمالی، علاوه بر اینکه باید پشت سری اتومبیل را به اندازه کافی بالا ببرید، از محافظ گردن هم استفاده کنید.
- هر چقدر هم که حین رانندگی از تجهیزات ارگونومیک و استاندارد استفاده کنید؛ نباید مدت زمان زیادی را بی وقفه رانندگی کرد زیرا بی‌تحرکی و سکون خود عاملی برای بروز کمردرد و دردهای اسکلتی عضلانی است.



- تقسیم وزن بدن به طور مساوی روی صندلی
- کاهش فشار وارد بر استخوان‌های نشیمنگاهی
- کمک به نشستن راحت و بدون درد

- طراحی ارگونومیک
- دارای روکش پارچه‌ای اسپیسر با قابلیت نفوذ هوا و جلوگیری از تعریق



- تولید شده از فوم پلی‌یورتان
- انعطاف‌پذیر و دارای مقاومتی بالا و ماندگاری طولانی

نحوه نشستن صحیح روی به‌نشین ارتوپدی:

طوری روی به‌نشین قرار بگیرید که دنباله در مرکز به‌نشین، یعنی در حفره‌ی داخلی آن قرار گیرد تا هنگام نشستن هیچ فشاری روی دنباله نباشد و بتوانید راحت بنشینید.

- حفظ انحنا‌ی صحیح ستون فقرات
- کمک به درمان و جلوگیری از ابتلا به هموروئید
- کاهش کمر درد مادران باردار
- قابل استفاده برای افرادی که در اندام‌های تحتانی خود، عمل جراحی انجام دادند

تاریخ

زندگی با آیدہ حاررہ نوگی ...