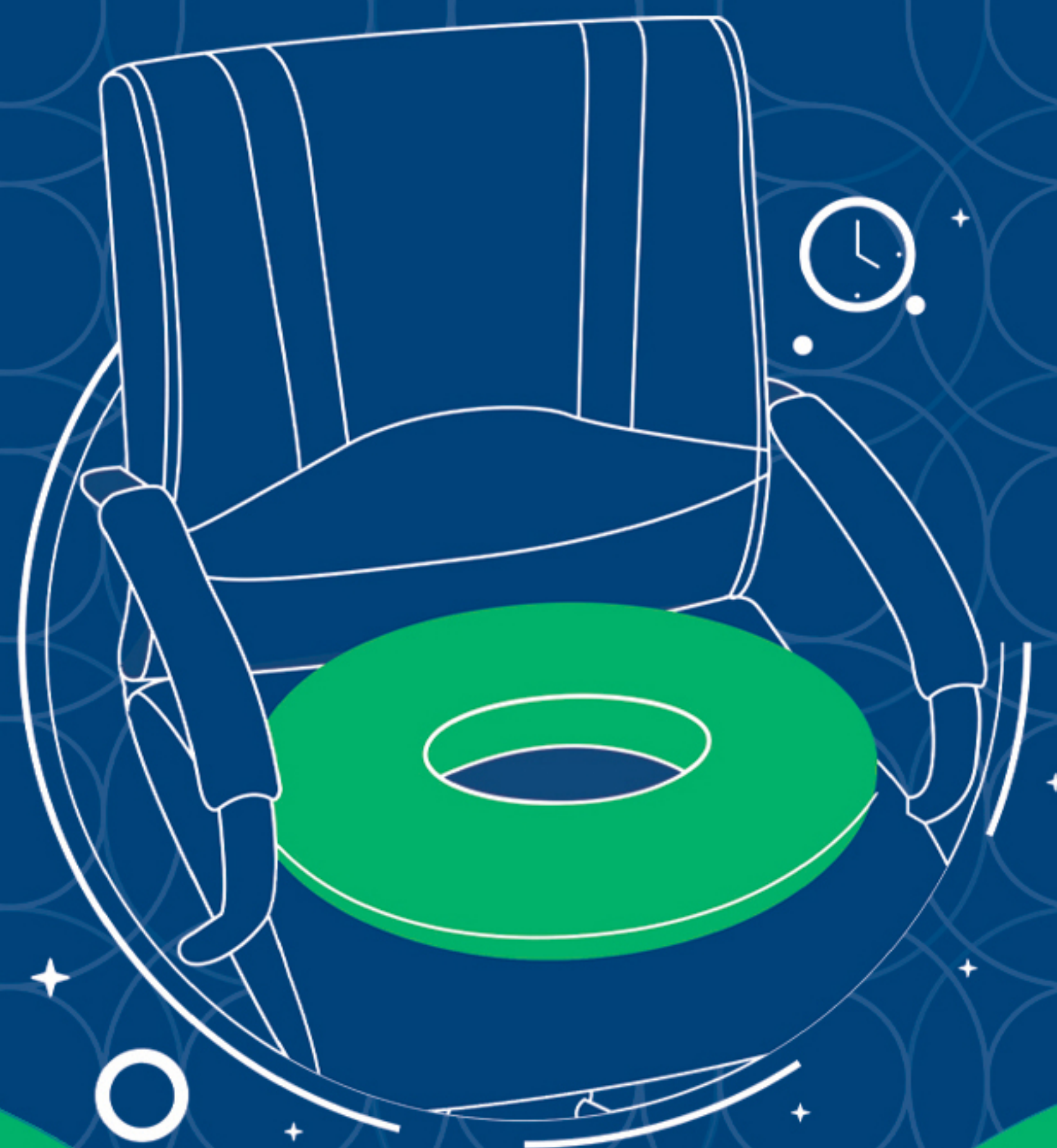




Orthopedic Model : SC2

Ergonomic Seat Cushion

barad

ارتوپدی Model : SC2

به نشین ارگونومیک

مناسب افراد بالای ۸۰ کیلوگرم

به نشین ارگونومیک اُرتوپدی

طراحی بر اساس اندازه های
آنتروپومتریک ایرانی (ابعاد و
اندازه های بدن)



نشستن راحت و بدون درد در افراد
مبتلا به :

- درد، شکستگی و التهاب دنبالچه
- درد استخوان های نشیمنگاهی
- لگن
- افراد مبتلا به هموروئید
- افراد مبتلا به کمردرد و دیسک
- کمر
- افرادی که در رکتوم، ناحیه تناسلی و ستون فقرات جراحی داشته اند.
- نشستن راحت و بدون درد قبل و بعد از زایمان



چرا به نشین‌ها؟

حمایت‌کننده‌های نشیمن‌گاهی که به اختصار به نشین نامگذاری شده‌اند باعث کاهش فشار و استرس وارده بر کمر، لگن و دنبالچه می‌شوند. طراحی و ساختار به نشین‌ها به نحوی است که با نشستن روی آن، وزن بدن به صورت یکنواخت توزیع شده و دنبالچه در حالت طبیعی خود و به دور از فشار و استرس قرار می‌گیرد. در واقع حفره میانی به نشین‌ها این امکان را فراهم می‌آورد که دنبالچه در مرکز به نشین 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 به نشین‌ها باعث کاهش درد و التهاب ناشی از این موارد خواهد شد.



ارگونومی در پشت میز

- ارتفاع صندلی را تا حدی بالا ببرید که دست با زاویه ۹۰ تا ۱۱۰ درجه روی میز مماس شود.
- در این مرحله ، اگر پاهایتان آویزان شد حتماً برای جلوگیری از کمردرد از زیرپایی استفاده کنید.
- کاملاً به تکیه گاه صندلی تکیه دهید. برای پر کردن گودی کمر و جلوگیری از کمردرد از پشتی طبی استفاده کنید.
- راست و در زاویه حدود ۹۰ تا ۱۱۰ درجه بنشینید.
- برای تنظیم صفحه نمایشگر در راستای چشم و جلوگیری از خم کردن سر از انواع نگهدارنده مانیتور و لپتاپ استفاده کنید
- برای جلوگیری از درد نشیمنگاهی از یک به نشین مناسب استفاده کنید

ارگونومی در خودرو

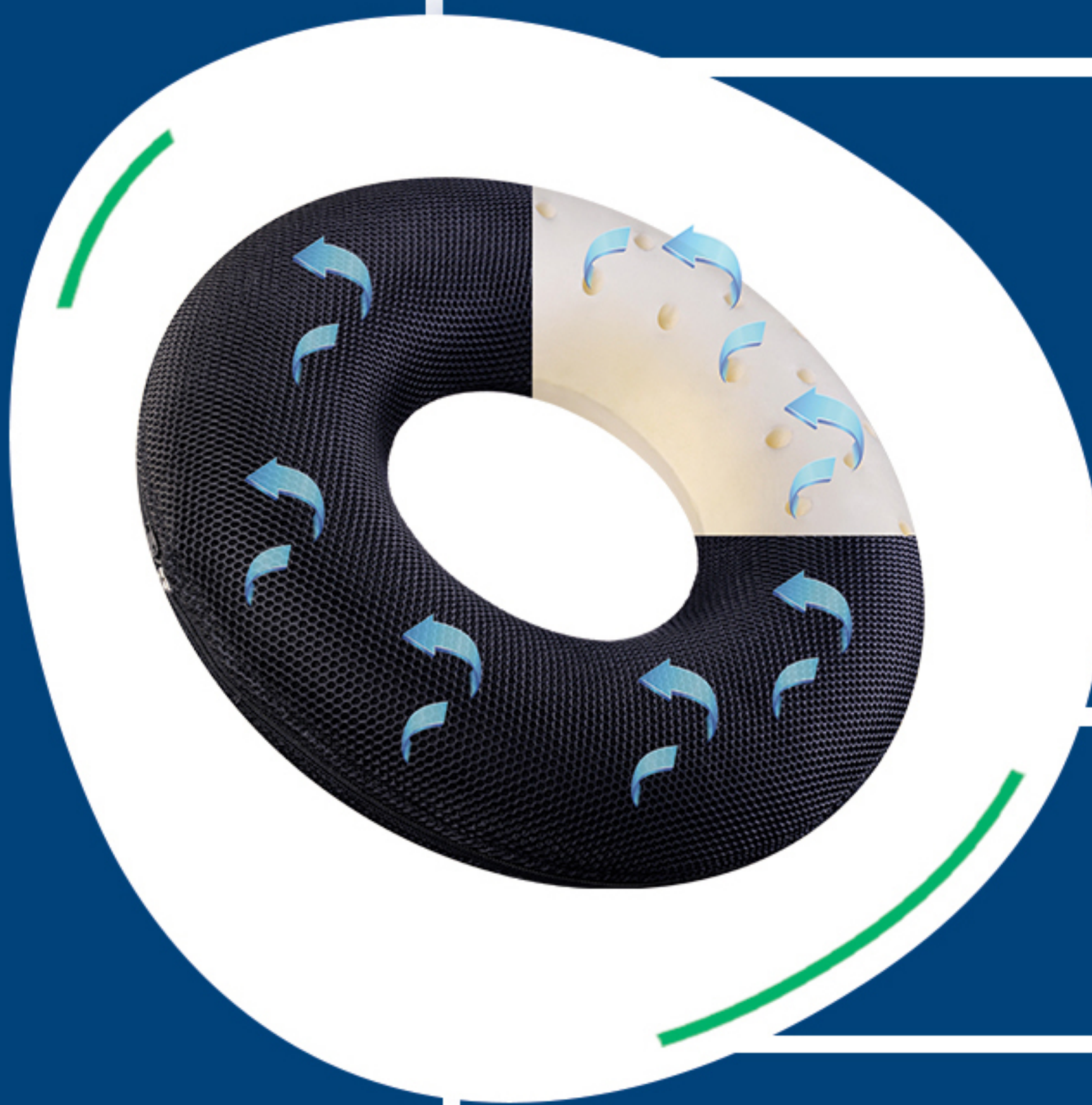
- تکیه گاه صندلی را بین ۱۰۰ تا ۱۱۰ درجه بخوابانید و هنگام نشستن کاملاً به صندلی تکیه کنید برای پر کردن گودی کمر از پشتی طبی مناسب استفاده کنید.
- فاصله صندلی تا پدال ها را تنظیم کنید تا مجبور به کشیدن پاها نباشید . زاویه مناسب زانو ۱۲۰ درجه است.
- ارتفاع صندلی تان را طوری تنظیم کنید که دید مناسبی داشته باشید. استفاده از انواع به نشین می تواند ضمن کمک به کاهش درد های اسکلتی عضلانی، به تنظیم ارتفاع صندلی کمک کند.
- پشت سری اتوموبیل را تنظیم کنید به طوری که مرکز پشت سری بالای گوش قرار گیرد. برای کاهش آسیب به سرو گردن در تصادفات احتمالی از محافظ گردن استفاده کنید.

بی وقفه رانندگی نکنید و گهگاه حرکات کششی انجام دهید چرا که سکون و بی تحرکی خود یکی از مهمترین عوامل دردهای اسکلتی عضلانی است .



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

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



- تولید شده از فوم پلی‌یورتان انعطاف‌پذیر و دارای مقاومتی بالا و ماندگاری طولانی
- دارای سوراخ‌های عرضی جهت عبور جریان هوا برای افزایش آسایش دمایی کاربر و راحتی بیشتر

- مناسب افراد بالای ۸۰ کیلوگرم
- حفظ انحناى 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.

نحوه نشستن صحیح روی به‌نشین ارتوپدی:

طوری روی به نشین بنشینید که ناحیه دردناک و آسیب دیده مثل رکتوم در هموروئید و ناحیه واژینال بعد از زایمان در مرکز حفره قرار بگیرد تا فشار وارد بر آن ناحیه کاهش یابد.

هنگام آسیب دیدگی ستون فقرات و دنبالچه باید طوری روی به نشین بنشینید که دنبالچه در مرکز حفره به نشین قرار بگیرد.

چارلاد

● زندگی با ایده‌های درونی ...