



Orthopedic Model : SC5

Ergonomic Seat Cushion

barad

Model : SC5

ارتوپدی
بهنشین ارگونومیک

با توانشستن خوش است

به نشین ارگونومیک ارتوبدی

هنر توزیع وزن هنگام نشستن

به نشین ارتوبدی ارگونومیک، باعث تقسیم یکنواخت وزن بدن می‌شود، بنابراین فشار وارد بر استخوان‌های نشیمنگاهی و بافت‌های زیر آن کاهش می‌یابد و به نشستن راحت کمک می‌کند.

به نشین ارتوبدی بر اساس اندازه‌های آنتروپومتریک ایرانی (ابعاد و اندازه‌های 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.

تلفن: ۰۵۱-۳۱۵۴۲۰۶۹



چرا به نشین‌ها؟

حمایت کننده‌های نشیمن‌گاهی که به اختصار به نشین نامگذاری شده‌اند باعث کاهش فشار و استرس واردۀ 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، وزش‌های 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



ارگونومی در خودرو

- صاف نشسته و به جلو خم نشوید. به پشتی صندلی تکیه داده به طوری که با آن زاویه ۱۰۰ درجه بسازید؛ حتماً از پشتی طبی استفاده کنید.
- صندلی را در فاصله‌ای قرار دهید که پاها به راحتی به بیال برسند.

- ارتفاع صندلی باید به گونه‌ای باشد که دید مناسبی داشته باشد، از آنجایی که بیشتر صندلی‌ها قابلیت تنظیم ارتفاع ندارند، بهتر است از بهشین طبی استفاده کنید؛ تا در کنار تنظیم ارتفاع، از کمردرد و دردنشینگاهی 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 محافظت‌گردن هم استفاده کنید.

- هر چقدر هم که خیل رانندگی از تجهیزات ارگونومیک و استاندارد استفاده کنید؛ نباید مدت زمان زیادی را بی وقفه رانندگی کرد زیرا تحرکی و سکون خود عاملی برای بروز کمردرد و دردهای اسکلتی عضلانی است.

● ارتفاع صندلی با ارتفاع میز هماهنگ باشد، بهطوری که دست با زاویه ۹۰ تا ۱۱۰ درجه روی میز قرار گیرد.

● بعداز نشستن پا کاملا روی زمین قرار گیرد، در غیر این صورت برای پیشگیری از کمر درد باید حتماً از زیرپایی استفاده کرد.

● هنگام نشستن بالاتنه صاف و کمی متمایل به عقب باشد، برای حفظ این پosisjion باید از پشتی طبی استفاده کرد تا گودی کمر را بیو شاند.

● برای پیشگیری از بروز دردهای نشیمنگاهی هم باید از بهشین استفاده کرد.

● ارتفاع مانیتور نیز باید تنظیم و دراستای چشم باشد، برای رسیدن به این پوسچر صحیح باید از یکی از انواع نگهدارنده مانیتور یا لپتاپ استفاده کرد.

این نکته را فراموش نکنید:
از هر فرصتی برای تحرک و قدم زدن استفاده کنید.



- 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 اسپیسیر با قابلیت نفوذ هوا و جلوگیری از تعزیرق



نحوه نشستن صحیح روی بهنشین ارتوپدی:

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

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

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

