



KANCELÁŘSKÉ ŽIDLE SITNESS

Kancelářské židle SITNESS, jak podle studií, tak z mých vlastních zkušeností v ordinaci, splňují základní požadavky pro udržení fyziologického postavení pánve a tím následně páteře a brání tak vzniku bolestivých stavů páteře, které provází tzv. sedavá zaměstnání.

Dynamický sed, který je zkonstruován jako malá nestabilní plošina, která aktivuje hluboký stabilizační systém (svaly břicha, pánevního dna i bránice), který má vliv na správném udržení křivek páteře hlavně v oblasti bederní. Ta je nejvíce a nejčastěji náchylná k funkčním a posléze degenerativním změnám.

Opěrák židle sám o sobě kopíruje správné postavení trupu a tvoří podporu nejvíce v oblasti beder, kdy působí jak preventivně, tak přináší úlevu u bolestivých stavů.

Výškově stavitelné područky při správném nastavení udržují ramenní a loketní klouby ve fyziologickém postavení, předcházejí potížím v oblasti krční a horní hrudní páteře a obtížím v oblasti karpálního tunelu v zápěstí a vzniku tzv. tenisového lokte, které vznikají nejvíce u lidí trvale pracujících s PC.

Brno, srpen 2012

MUDr. Andrea Málková
ordinace praktického lékaře
myoskeletální medicína
Trávníky 41
613 00 Brno

