

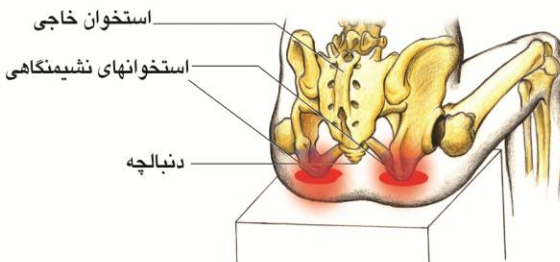
می توانید حساب کنید چند ساعت از روز را می نشینید؟

امروزه افراد ساعات زیادی را روی صندلی محل کار و یا صندلی وسایل نقلیه می نشینند. تماشای تلویزیون، غذا خوردن، استفاده از شبکه های اجتماعی، اینترنت و مطالعه را نیز به ساعات نشستن خود اضافه کنید.

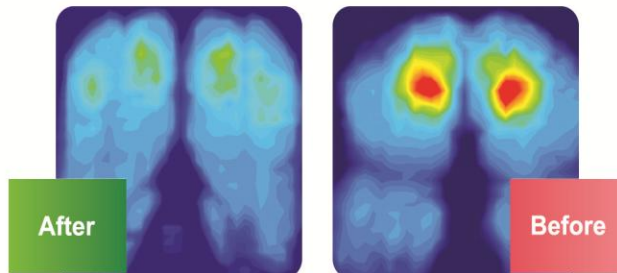


لزوم استفاده از به نشین در هنگام نشستن

● برای درست نشستن باید روی استخوانهای نشیمنگاهی بنشینید چراکه این استخوان ها برای تحمل وزن در بدن انسان تکامل یافته اند. استخوان های نشیمنگاهی تنها ۸ درصد سطح تماس با صندلی را اشغال می کنند و این در حالی است که ۶۵ درصد وزن بدن را تحمل می نمایند بنابراین به استخوانها، عضلات باسن، عصب سیاتیک و رگها در این ناحیه فشار زیادی وارد می شود.

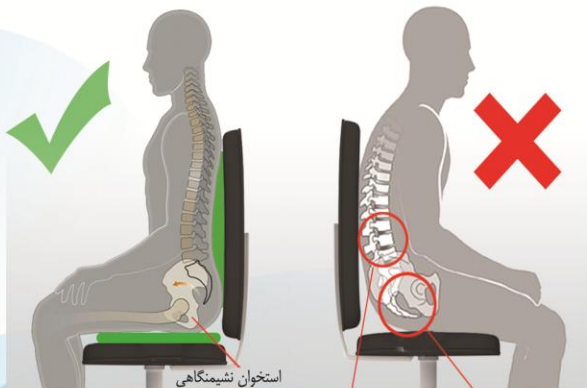


● برای کاهش فشار وارد بر استخوان های نشیمنگاهی و عضلات اطراف آن باید از یک به نشین مناسب استفاده کنید. به نشین ارتوپدی ارگونومیک باراد با توزیع فشار در این منطقه از بروز درد جلوگیری می کند به طوری که دیگر روی صندلی بی تاب و بی قرار نخواهید شد.



التهاب و درد دنبالچه

دنبالچه عضو حساسی است که در انتهای پایینی ستون فقرات قرار دارد و هنگام نشستن بر آن فشار وارد می شود بنابراین نشستن طولانی مدت می تواند دنبالچه را دردناک کند حتی بعضی از افراد به جای نشستن روی استخوان نشیمنگاهی لگن، روی دنبالچه می نشینند در این حالت به جای آنکه وزن بدن را استخوانهای قوی نشیمنگاهی تحمل کنند، وزن را استخوانهای حساس دنبالچه تحمل خواهند کرد و در نهایت دنبالچه دچار درد و التهاب می شود.



برای جلوگیری و کاهش فشار بر دنبالچه، اول از همه درست بنشینید و بعد برای کاهش فشار وارد بر آن، از به نشین ارتوپدی ارگونومیک باراد استفاده کنید.

باراد

به نشین ارتوپدی ارگونومیک

مدل SC2



هنر توزیع وزن هنگام نشستن

- مناسب صندلی خودرو، صندلی اداری، ویلچر و ...
- نشستن راحت، مناسب برای نشستن های طولانی مدت
- کاهش درد دنبالچه، کمردرد، بواسیر، پروستات
- فوم پلی یورتان، انعطاف پذیر، سلول باز با برگشت پذیری بالا
- جریان آزاد هوا از فوم با مجاری گردش هوا، کاهش تعرق
- روکش تری دی اسپیسر، قابلیت نفوذ هوا، کاهش تعرق

شکستگی دنبالچه

● بعضی افراد دچار شکستگی در ناحیه دنبالچه هستند. زمین خوردن یکی از دلایل ابتلا به شکستگی دنبالچه می باشد. نشستن برای این افراد بسیار دردناک است.

به نشین ارتوپدی ارگونومیک باراد با کاهش فشار وارد بر دنبالچه، نشستن را برای مبتلایان به شکستگی دنبالچه امکان پذیر می کند.

طرز استفاده از به نشین در افراد مبتلا به درد دنبالچه

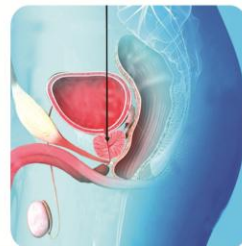
● به نشین را در مرکز نشیمنگاه صندلی قرار دهید، طوری روی به نشین بنشینید که دنبالچه تان در مرکز به نشین قرار گیرد. حالا کمی به جلو خم شوید تا کاملاً فشار از دنبالچه برداشته شود. توجه کنید خم شدن به جلو می تواند به ماهیچه ها و دیسک های کمر فشار وارد کند پس مراقب کمر خود باشید. به طور منظم از جایتان برخیزید و به کمرتان استراحت دهید. این طرز نشستن فقط تا اتمام دوره درمان شما مناسب خواهد بود. در رابطه با طرز نشستن در دوره درمان دنبالچه با پزشکتان مشورت کنید.

بیماری های پروستات

● نشستن برای افراد مبتلا به بیماری های پروستات بسیار دردناک است، به نشین ارتوپدی ارگونومیک باراد با توزیع وزن از میزان درد می کاهد و به شما اجازه می دهد در ساعات طولانی کار راحت بنشینید. تحقیقات نشان می دهند مردانی که بیشتر ساعات روز را می نشینند بیشتر از سایر افراد در معرض ابتلا به سرطان و دیگر بیماری های پروستات هستند.

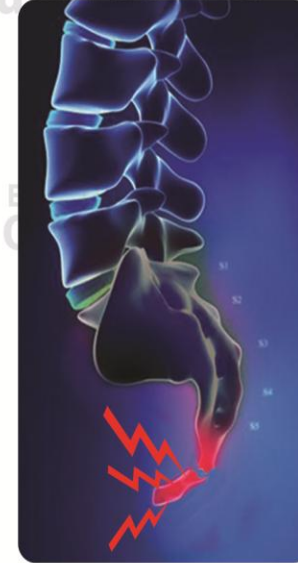
مکان و نحوه قرارگیری غده پروستات به نحوی است که در هنگام نشستن تحت فشار است و کمترین جریان خون را دریافت می کند که در طولانی مدت می تواند به تورم غده پروستات و دیگر بیماری ها بیانجامد. توزیع وزن و استفاده از به نشین ارتوپدی ارگونومیک باراد برای مردان سنگین وزن بسیار ضروری است.

غده پروستات



موارد پزشکی استفاده از به نشین ارتوپدی ارگونومیک

Seat Cushion Barad



mic
paedic
Barad
Ergonomic
Orthopaedic
Seat Cushion
Barad



بارداری

● در دوران بارداری، سر جنین فشار زیادی به دنبالچه وارد می کند به این دلیل که دنبالچه درست پشت رحم قرار دارد. همانطور که جنین بزرگتر و بزرگتر می شود فشار بیشتر می شود به طوری که مادر باردار در دنبالچه بیشتر اوقات احساس درد می کند.

یکی دیگر از عوامل درد در دنبالچه در دوران بارداری هورمون ها هستند. در این دوران هورمون هایی در بدن آزاد می شود که سبب شل شدن رباط ها می شود. شل شدن رباط ها عبور جنین از لگن و معجزه تولد را امکان پذیر



می سازند. رباط ها به استخوان ها متصل هستند. شل شدن رباط ها در لگن باعث می شود استخوان های کوچک دنبالچه از محدوده حرکتی خود خارج شوند و دنبالچه دچار التهاب و درد شود.

بهترین راه برای کاهش درد دنبالچه در دوران بارداری، هنگام نشستن،

کاهش فشار وارد بر آن است. اگر مجبورید طولانی مدت پشت میز کار بنشینید، به نشین ارتوپدی ارگونومیک باراد کمک خوبی برای شماست.

هموروئید (بواسیر)



● وقتی دچار هموروئید (بواسیر) هستید، نشستن طولانی مدت در محیط کار و وسایل نقلیه بسیار دردناک است.

به نشین ارتوپدی ارگونومیک باراد می تواند با کاهش فشار وارد بر اندام های تحتانی بدن در هنگام نشستن، درد ناشی از بواسیر را کاهش دهد و به آرامی به بهبود زخم های حاصل از آن کمک کند.

barad

Medical & Ergonomic Equipment
Manufacturer Co.

www.ParsBarad.com

info@ParsBarad.com