

Mini Crosser[®]
STÆRK STABIL SIKKER

Den lille røde
»om at sidde rigtigt«



Når vi sidder ned, kræver det mere, end vi tror

Som med rigtig mange andre aktiviteter læser, taler, skriver og ser vi som regel fjernsyn siddende. Den generelle opfattelse er, at vores krop, dvs. vores muskler, ikke skal arbejde særligt meget og derfor slapper vi af.

Dette er dog kun korrekt, når vi sidder i den korrekte siddestilling. Når vores siddestilling er ukorrekt, arbejder vores muskler endnu hårdere! I sådanne situationer er belastningen på vores ryg som regel to til tre gange større, sammenlignet med når vi står op.

Vi vil i denne brochure forsøge at forklare vigtigheden af en sund siddestilling og forklare mere om den støtte, et sofistikeret sæde vil give, hvis du vil slappe helt af, mens du sidder ned.

Svensk rygforskning ved Dr. Nachemson (1964)

Denne forskning viste, at intervertebralen belastes. Jo hårdere belastning jo større risiko for skader.

Når vi sidder ned, har kroppen en tendens til at forlade sin naturlige holdning, s-formen. Bækkenet skubbes bagud, og rygsøjlen får en konveks (buet) form, c-formen, særligt i den nedre del.

Dette vil forøge presset på de intervertebrale bruskskiver, hvilket stimulerer og strækker bruskskivernes bagerste fibre lige foran rygsøjlen. Resultatet er ofte en værkende lænd. Hvis denne siddestilling fortsætter over en længere tidsperiode, kan den intervertebrale bruskskive blive forstrakt, hvilket endda kan resultere i mindre brud (microtraumata). Dette kan være det første tegn på den frygtede lidelse brok (Hernia nucleii pulposi).

Fitform og videnskaben bag, hvordan man sidder godt og vælger en sund holdning

Et godt designet sæde hjælper med at forhindre træthed og andre lidelser. Fitform stoledesignet er baseret på lægevidenskabelig og biomekanisk videnskabelig forskning. Som resultat sikrer stolen, at kroppen indtager den mest naturlige stilling, hvilket forhindrer, at man synker tilbage til en konveks ryg. Fitform fokuserer i alle henseender på den individuelle bruger. Derfor er hver stol konstrueret og afpasset brugerens kropsform med fokus på den korrekte sædehøjde, den korrekte sædedybde, den korrekte armlænshøjde og den korrekte lændestøtte*.

Anerkendt af Hollands Rygpatienters Forening NVVR De Wervelkolom

* Højden og tykkelsen på Fitforms lændestøtte kan justeres, så støtten af den enkelte lændesøjle kan bestemmes præcist, så den naturlige s-form kan bevares.

Rygsøjlen holdes rank og støttes af muskler, sener og led. Når man sidder i en konveks stilling, tvinges rygmusklerne, sædemusklerne og musklerne langs rygsøjlen til at strække sig, hvilket resulterer i overdreven brug af muskelenergi. Dermed opnår man slet ikke, hvad man ønsker at opnå, når man sidder ned, nemlig at slappe af. På grund af den unaturlige stilling når man sidder ukorrekt, kan man udvikle alle mulige problemer som for eksempel trykkede sener og årer, irritation af vævet, fordøjelsesforstyrrelser og åndedrætsbesvær. Det er også svært at komme op igen fra en sådan stilling. Derfor er det vigtigt at hindre en ukorrekt siddestilling.

Fitform-stolen byder på flere justeringsmuligheder, der muliggør enhver stilling, når man sidder, ligger eller vil rejse sig op. Alle positioner er mulige for at sikre, at man opnår komplet komfort. En korrekt sædevinkel er vigtig, hvis man vil sidde behageligt. En unik egenskab ved Fitform-stolen er vippejusteringen, hvilket gør det muligt at vippe rygstøtten og sædet tilbage på samme tid, uden at dette ændrer sædevinklen.

Denne vippejustering er et absolut krav for at bevare den korrekte stilling og er klart at foretrække frem for en lænestol, der kun har rygjustering.

Hvis det kun er rygstøttevinklen, der justeres, mister man lænestøtten, og bækkenet vil automatisk blive skubbet bagud, hvilket betyder, at ryggen bliver konveks eller c-formet.

Med vippejusteringssystemet ændrer kropsholdningen, kropstøtten og bækkenets position sig ikke. Denne metode med at vippe kroppen sikrer også en afbalanceret vægtdeling, hvilket kraftigt reducerer almindeligt stress og bifalder belastningsfordeling.

For personer med almindelige knæ- og hofteledslidelser kan sædevinklen og støtten til læggen justeres uafhængigt. Da Fitform yder alle de nødvendige dele, sikrer Fitform-stolen altid en naturlig og sund siddestilling med minimal belastning af kroppen.

Fitform 570 Vario

Denne stol er ideel især for personer, der – enten af lægelige eller andre årsager – kræver en høj grad af siddekomfort, bruger en masse tid siddende eller som har problemer med at komme op. Alle mål kan skræddersys til hver bruger, så hver bruger sikres en sund stilling, når de sidder ned.

Fitform 570 Vario leveres med aftageligt betræk.

Fitform 570 Vario byder på et 'rejse sig' løft, vippejustering, rygjustering og fodstøtter, der kan justeres separat, og stolen kan fås i tre bredder.

- Elektrisk kontrol, sikker lavstrømsapparat 24V
- Justerbar hovedstøtte
- Lændestøtte der kan justeres i højden og tykkelsen
- Sædehøjde 40-60 cm, kan justeres
- Armlænsenhøjde 16-29 cm, kan justeres

- Længde og vippevinkel på fodstøtte kan justeres
- Sædebredde 51 cm
- Sædedybde 44/47/50/53 cm, kan justeres
- Smal, kompakt model • Standardmodel • Bred model

Siddestillingen

At sidde op med rank ryg stiller de højeste krav til rygsøjlels (naturlige) position. Fordi stolen passer til brugerens fysik, positioneres bækkenet korrekt, rygsøjlen får fuld støtte, og benene aflastes, og dermed skabes en afslappende siddestilling.

Rejse-sig-positionen

At rejse sig kræver en masse styrke. Rejse-sig-positionen løfter brugeren og gør det lettere at komme op at stå. Da stolen løftes som en helhed, kan man lade sine ben være, hvor de er

– knæene skubbes ikke fremad, så der er mindre risiko for, at man mister balancen og falder. Forskellige problemer med at rejse sig kan kræve forskellige bevægelser til at komme op at stå (mere fremadrettet vip eller mindre), så rejse-sig-positionen kan justeres til 5 forskellige bevægelser.

Afslapningsstillingen

Ved at bruge benstøttejusteringen og vipningen opnår man den ideelle position for at slappe af, samtidig med at krogsfunktionerne kan rekreere sig. Rygsøjlen aflastes i høj grad, mens muskler, sener og led slapper af.

Kropsvægten er fordelt over en større overflade, så der er mindre risiko for lokal belastning. Dette mindsker også risikoen for tryksår.

Hvilepositionen

Ved at vippe stolen yderligere tilbage og derefter også justere rygstøtten bagover opnår man hvilepositionen. I denne position er belastningen af rygsøjlen minimal, kropsvægten fordeles optimalt, og kroppen kan slappe af på behagelig vis. Benene er placeret over hjertets position, så trykket på blodcirkulationen er reduceret.

Teknologi og konstruktion

En Fitform 570 Vario lænestols konstruktion, færdigbehandling og materialer skal kunne klare mange års dagligt brug. Derfor kan du ikke ønske dig mere af de materialer, der bruges til Fitform 570 Vario. For at garantere årevis siddekomfort anvendes materialerne på en solid, professionel manér, og stolene underkastes også omfattende holdbarhedstest på fabrikken i Best i Holland. Hver stol er naturligvis i overensstemmelse med den relevante CE-standard.

Vi bruger formstøbt skum til puderne i Fitform 570 Vario. Dette materiale giver konsekvent kvalitet og forbedrer stolens levetid. Ved at tilføje specielle komfortmaterialer på puderne og betrækmaterialer, der både er stærke og bløde at røre ved, er det at sidde i længere tid ad gangen samtidig blevet at sidde behageligt.

Højden på lændestøttepuden kan justeres ved hjælp af et greb, der sidder bag en lynlås bagerst i rygstøtten.

Puden kan pumpes op.

Specifikke siddeproblemer kræver specialløsninger.

Nogle af disse løsninger kan indarbejdes i Fitform 570 Vario som valgmuligheder som for eksempel et anti-tryksår-sæde, et arthrodesis-sæde, aftagelige sider (flytning fra rullestol), hjul, speciel nakkepude, rygjustering for personer, der lider af ryg-radskrumning, sidefixering og inkontinensbetræk.

Tilpasningssystem

For at justere Fitform 570 Vario til de ønskede positioner hurtigt og korrekt er der blevet udviklet et tilpasningssystem ved at bruge de samme sæde- og rygpuder, som der bruges i selve stolen, hvorfra de nødvendige mål præcist kan bestemmes. Ved at bruge dette opmålingssystem oplever brugeren komforten ved at sidde i en individuelt tilpasset stol.

Justeringsmekanismen er en solid konstruktion og lever op til alle europæiske sikkerhedsstandarder. Motorerne er støjsvage og TÜV godkendt. Mekanismen har også en strømsikker anordning og beskyttelsesanordning, når man rejser sig op (fodstøtten trækkes automatisk tilbage, når stå op bevægelsen aktiveres).

Fitform, designet og fremstillet til netop dig

Fitform er blevet forsøgt efterlignet utallige gange, men ingen har kunnet måle sig med den. Sunde og komfortable sæder har i mange, mange år været vores speciale. Alle stole, vi fremstiller, lever op til de videnskabelige standarder for sunde sæder.

Vi er yderst opmærksomme på forskning og samarbejder for eksempel med Rotterdams Erasmus Universitet og Eindhoven Polytekniske Universitets fakultet for alderdomsforskning. Samarbejdet har allerede resulteret i utallige innovative sidde-løsninger.

En Fitform-stol er absolut ikke en almindelig stol. Fitform kombinerer en korrekt siddestilling med funktionalitet, maksimal komfort og attraktivt design. Den masseproduceres ikke og er et arbejdskrævende produkt. Hver eneste én er fremstillet med stor færdighed og helligelse.

Hvis du vil vide mere om Fitform og Fitform 570 Vario stolen, er du velkommen til at kontakte os på **fitform@minicrosser.com**

Mini Crosser®

STÆRK STABIL SIKKER

Mini Crosser®

MINI CROSSER A/S

Langvadbjergvej 3 · 7400 Herning · Tlf. 70 10 17 55 · Fax 97 18 88 35

Ådalen 9 · 4600 Køge · Tlf. 70 10 17 55 · Fax. 56 64 33 88 · Sivlandvænget 6 · 5260 Odense S · Tlf. 70 10 17 55

E-mail: info@minicrosser.com · www.minicrosser.dk · Int.: www.minicrosser.com

ISO 9001:2000 godkendt

Et selskab i **medema** 