

Pressemitteilung

Nie mehr verspannt vor dem Computer sitzen

Ob im Büro oder in der Freizeit - immer mehr Menschen verbringen immer mehr Zeit vor dem Computer. Kein Wunder, dass die Beschwerden im Nacken- oder Schulterbereich, Verspannungen im Rücken bis hin zu Kopfschmerzen oder Migräne stark zunehmen. Nach Angaben des Bundesamtes für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin verursachten Muskel- und Skeletterkrankungen in Deutschland bereits 2007 etwa jeden vierten Arbeitsunfähigkeitstag.

Die häufigsten Ursachen sind fehlerhafte Körperhaltung und ergonomische Mängel am Arbeitsplatz. Das Tückische daran ist, dass eine falsche Körperhaltung oft unterbewusst eingenommen wird und in Dauer und Intensität zunimmt, je stärker die Konzentration oder Anspannung am PC oder Laptop ist.

Doch jetzt gibt es endlich ein Gerät, mit dem sich die Probleme lösen lassen: Statik-Relax[®]. Das ist ein winziges Gerät, welches auf die Schulter oder den Unterarm geklebt wird und die Muskelanspannung misst. Die Daten werden über Bluetooth an den PC gefunkt, und der Anwender erhält auf dem Bildschirm permanent Hinweise auf individuelle Fehlhaltungen. Mit dieser sog. Biofeedback-Technik ist endlich eine wirksame Prävention möglich, um dem gefürchteten RSI-Syndrom (RSI = Repetitive Strain Injury, hierzulande besser als „Mausarmkrankheit“ bekannt), vorzubeugen.

Der Anbieter des Statik-Relax[®] heißt Sieso. Dieser Name ist Programm, denn Sieso steht für „simple ergonomic solutions“. Das Angebot umfasst mehr als 300 Produkte, vom Design-Laptopständer über Monitorarme für den stationären PC bis zur Spezialtastatur oder vertikalen Maus und wendet sich an Firmen ebenso wie an Einzelpersonen. In dieser Zielgruppe sind Schüler, Studenten und Menschen, die zuhause viel Zeit am PC verbringen, am stärksten gefährdet. Denn dort gibt es weder Arbeitsschutzgesetze noch Betriebsärzte. Deshalb ist diesen Betroffenen auch selten bewusst, dass ihre Nackenmuskulatur einer konstanten Belastung von 30-45 kg ausgesetzt ist.

„Vorbeugen ist besser als heilen“ – wer nach diesem Motto handelt und seinen Arbeitsplatz mit den erforderlichen Hilfsmitteln aufrüstet, hat sein Geld sinnvoll investiert. Denn er vermeidet Schmerzen und reduziert das Arbeitsunfähigkeitsrisiko.

1918 Zeichen

V.i.S.d.P.: Ulrich Görg

Für weitere Fragen wenden Sie sich bitte an Sieso Deutschland.

Presseinfos und Downloads: www.laptopergonomie.nl/de/ergonomie/presseberichte

Sitz der Firma	Kontakt:	Geschäftsführer:	Bankverbindung:
Sieso Deutschland Kreienhoop 139a D-22399 Hamburg	T +49 40 32908-541 F +49 40 32908-542 E www.sieso.info W deutschland@sieso.info	Ulrich Görg USt.-Id.-Nr.: DE 114186370	BLZ 250 100 30 Konto-Nr.: 2166305 IBAN: DE86250100300002166305 BIC: PBNK DE FF