

## Összefoglaló az NÖVŐ / E-SZÉK gerincvédő, ergonomikus, tartáskorrekciós koncepcióról

Amikor 2000-ben elkezdtek az NÖVŐ tartáskorrekciós szék fejlesztését, abból indultunk ki, - saját akkori tapasztalataink alapján - hogy minden orvosi kritériumnak eleget tévő gyerekasztal, nem kapható Magyarországon, és a nemzetközi piacon is csak egy-két típus **közelíti meg** az ideális székekkel kapcsolatos elvárásokat.

Számos epidemiológiai és ergonomiai vizsgálat igazolja, hogy a **helytelen ülőpozíció és a nem megfelelő bútorhasználat jelentősen növeli az alsó hátfájás, nyaki és vállizom-panaszok, valamint a krónikus izom-csonti tünetek kialakulásának kockázatát**. Például egy szisztematikus áttekintés a *BMC Musculoskeletal Disorders* folyóiratban arra a következtetésre jutott, hogy a **állítható ergonomiai beavatkozás (pl. ergonomikus szék)** csökkentheti a munkával összefüggő izom-csonti panaszok gyakoriságát és intenzitását, különösen megfelelő beállítás és oktatás esetén.

**Az eltelt években számtalan tudományos publikáció, nemzetközi kutatási eredmény alapján megalapozottan állíthatjuk:**

- A modern ergonomikus szék típusok használata jelentősen csökkentheti az alsó hátfájást, valamint a nyak- és vállterhelést akár 30–40 %-kal hosszabb távon is, ha azok megfelelően vannak beállítva és használva.
- Tanulmányok kimutatták, hogy az ergonomikus ülés és a **magasságban állítható íróasztalok kombinációja** még nagyobb védelmet nyújt a krónikus izom-csonti problémákkal szemben, mint a szék önmagában.
- A helyes ülés nemcsak muszkuloszkeletális előnyökkel jár, hanem hozzájárulhat a jobb légzésfunkcióhoz, csökkentheti a fáradtságot és növelheti a koncentrációt is.

**Külön figyelmet kell fordítani a gyermekek és fiatalok anatómiai adottságaira és ergonomiai igényeire.**

Gyermekeknél a helytelen ülési pozíció hosszú távon növelheti a gerinc deformitás kockázatát. A megfelelő termékek **állítható háttámlával és ülőfelülettel optimalizálják az egyéni testarányokat**, amennyiben a beállításokat a felhasználó életkorához és testméreteihez igazítják. Ez összhangban áll több antropometriai vizsgálattal, melyek szerint a bútorok antropometriai adaptivitása csökkenti az ülőhelyi „mismatchet” és ezzel az izom-csonti stresszt.

### Összefoglalva

Az ergonomikus bútorok eszközként szolgálnak a gerinc egészségének megőrzésében, a fizikai stressz csökkentésében és a komfortérzet növelésében. A tudományos irodalom egyértelműen alátámasztja, hogy **állítható székmagasság, háttámla-dőlésszög és testmagassághoz igazítható bútorok használata hatékonyabb ergonomikus intervenció, mint a fix bútorok**.

A NÖVŐ / E-SZÉK termékcsaládja ezen elvek mentén kínál megoldásokat, különösen fontos hangsúlyt fektetve a **folyamatos testméret-adaptációra és szakorvosi szempontokra**.

**Dr. Kricsfalussy Mihály**

**ortopéd sebész,**

**traumatológus,**

**mozgásszervi rehabilitációs szakorvos**

Portfóliónk termékfejlesztése a fent említett **szakorvosi véleményeken alapul**. Megfelel az ergonomiai ajánlásoknak, amelyek azt hangsúlyozzák, hogy **nemcsak az eszköz, hanem annak helyes beállítása és használata kulcsfontosságú** az egészség megőrzéséhez.

A „**SZÉK és ASZTAL, ami együtt nő a gyermekkel**” koncepció mögött egy olyan bútorcsalád áll, amely **állítható magassággal, dőlésszöggel és háttámasz-beállítással** támogatja a helyes testtartást és a gerinc biomechanikailag ideális helyzetét a különböző életkorokban és testmagasságokban.

A ANNA / E\_SZÉK termékei **felnőtt, iskolás és óvodás méretben is elérhetőek**. Mechanikusan és motorosan is állítható **szék- és asztal-megoldások** szerepelnek, amelyek célja a folyamatosan változó anatómiai igényekhez való igazodás.

**Bódis László**

**mérnök-közgazdász,**

**a szabadalom tulajdonosa**