

364 Physiotherapists

Wissenschaftliche Studien **Feldtests & Befragungen** Profitieren Sie von guter Ergonomie

Field Trial Finland 2017 . 278 Benutzer . **364 Physiotherapists**

Die Experten sind sich einig

98,1 % der Experten, die bei der Befragung antworteten, sagen, dass Patienten mit Rückenproblemen das Sitzen auf dem Backapp gut tun würde. 97 % geben an, dass sich die Funktion des Backapp positiv auf den unteren Rückenbereich auswirkt. Mehr als 70 % stellen fest, dass sich der Backapp positiv auf den querverlaufenden Bauchmuskel (Transversus abdominis) und den Multifidus-Muskel auswirkt, die beide von großer Bedeutung für die Stabilität im Kreuzbereich sind.

Backapp kräftigt den Nackenbereich

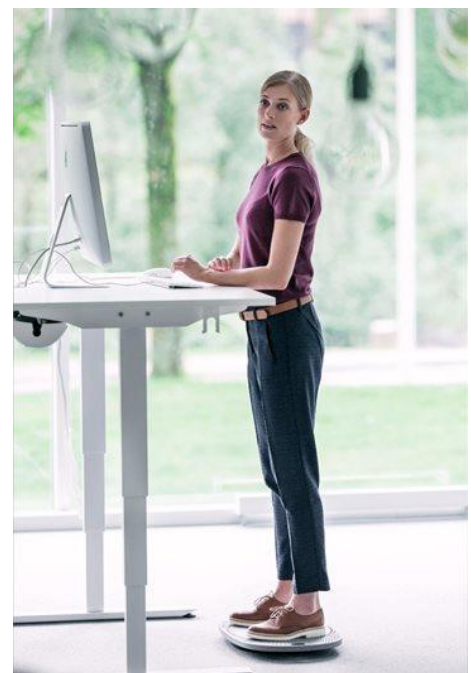
Dass sich das Gleichgewichtstraining auf dem Backapp direkt auf den unteren Rückenbereich positiv auswirkt, daran gibt es keinen Zweifel. 67,3 % der Experten sind außerdem der Meinung, dass auch Patienten mit Nackenproblemen vom Backapp profitieren können und 62,1 % sind der Ansicht, dass sich das Sitzen auf dem Backapp positiv auf die Nackenfunktion auswirkt. Es ist interessant, dass so viele der Meinung sind, dass die ausgleichende Muskelaktivität durch das Sitzen auf dem Backapp einen positiven Effekt auf die Funktion des Nackens hat.

Der Backapp kann sich auch positiv auf die Hüfte und das Becken auswirken

Der Backapp kann auch bei Problemen im Bereich Hüfte und Becken helfen, da die offene Sitzhaltung und die Bewegung auf dem Stuhl für diesen Bereich optimal sind. 49,5 % der Experten meinen, dass Patienten mit Hüftproblemen vom Sitzen auf dem Backapp profitieren können und 39,3 % meinen, dass die Funktion des Hüftgelenks dabei positiv beeinflusst wird.

Chiropraktiker, Physiotherapeuten und Ärzte aus ganz Skandinavien empfehlen ihren Patienten Backapp

95,1% der Experten sagen, dass sie Backapp ihren Patienten mit Rückenproblemen empfehlen werden (348 von 364). Die sechzehn Personen, die mit nein geantwortet haben, hatten entweder keine Patienten, fanden den Stuhl zu teuer, waren der Meinung, es sei zu aufwendig, da ein höhenverstellbarer Tisch erforderlich ist oder hatten Anmerkungen zur Ausformung des Sitzes.



Bequem auf dem Backapp sitzen und dabei die Muskulatur trainieren

96,4 % der Experten sagen außerdem, dass sie auf dem Backapp bequem sitzen. Das ist ein klarer Vorteil, da Sie viele Male vorn über gebeugt sitzen werden.