

CSR via

Corporate Social Responsibility.

Revolutionerende norsk stol hjælper HR-afdelinger med at nå et af de vigtigste mål:

Nedsættelse af sygefravær

Blandt HR-afdelingers mangeartede opgaver er der en sikker hitter: Nedsættelse af sygefraværet. De fleste HR-konsulenter kender til beregninger for, hvad en gennemsnitlig sygefraværsdag koster – men udover, på den ene side, at have en klassisk direkte effekt på bundlinjen, har nedsættelse af sygefraværet, på den anden side, god og stor indflydelse på virksomhedens sociale ansvarlighed.

Ryglidelser – en folkesygdom

Studier fra hele verden viser, at ca. 70 % af befolkningen jævnligt oplever rygsmerter og at 25 % af det samlede sygefravær skyldes skelet- og muskelsygdomme (se efterfølgende afsnit om forebyggelse). Mange af disse smerter kan henføres til måden vi arbejder på: Stillesiddende og med små bevægelser på tastatur og mus. Stilstand og små bevægelser er mennesker ikke "bygget" til.



"Rør dig – det smør dig!"

Gigtforeningens slogan – rør dig, det smør dig! – er lige så enkelt som det er rammende. De fleste kender til "stivhed" i leddene og at denne stivhed forsvinder ved bevægelse. Celler i ledkapslen stimuleres ved bevægelse og danner ledvæske, således at friktionen og dermed også slitagen af leddet reduceres.

Tilsvarende er det kendt at en brækket arm, som pakkes ud af gipsen er svundet gevaldigt ind. Den manglende bevægelse og stimulering af muskelvævet får muskler til at blive svagere. Man påregner en reduktion af muskelmasse/styrke med op til 40 % efter 3 ugers total inaktivitet.



en stol!

Stærkere ryg mens du sidder

I forhold til "folkesygdommen ondt i ryggen" sammenholdt med gigtforeningens slogan "rør dig – det smør dig" er der i Norge opfundet en stol, som *revolutionerer* måden at betragte en stol på.

Den norske producent udtaler da også, at det ikke er en stol, men et siddende styrketræningsapparat! Det er vel og mærke ikke et styrketræningsapparat, der giver sved på panden og ømme muskler efterfølgende!

Teknikken bag stolen er ganske enkel. Den bygger på et balanceprincip som retter kroppen ind i en naturlig opret stilling. Ustabiliteten i konstruktionen af stolen, træner rygsøjlels balancesystem, som reguleres af små muskelgrupper. Muskernes reaktionsevne og stabiliserende kapacitet er afgørende for at hindre skade på ryggens skøre struktur som fx diskoskiverne. Den øgede aktivitet i muskulaturen sikrer en høj ilt og næringstilførsel til muskelvævet, med større velvære og mindre udtrætning til følge.

Forebyggelse af 25 % af sygefraværet

Virksomheder som arbejder bevisst med social ansvarlighed får via Back App-stolen en enkel og effektiv mulighed for forebyggelse af ryg- og nakkesmerter.



Sygefravær pga. skelet og muskelsygdomme står for ca. 25 % af den samlede sygefravær i Danmark i henhold til "Hvidbog om sygefravær og tilbagevenden til arbejde ved muskel og skeletbesvær", udarbejdet af Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø, august 2008.

I henhold til samme hvidbog skyldes 20 % af alle førtidspensioner muskel og skeletsygdomme

Det vil med andre ord sige, at hvis sandsynligheden er til stede for at kunne forebygge disse ekstremt store tal ved **bevægelse og styrketræning** vil sygefravær og længerevarende sygdomsmeldinger kunne reduceres kraftigt.



Gitte Toft
Country Manager Danmark

BackApp A/S



Klik på logoet
og besøg web site

TEST resultater på næste side

Rapport fra Specialistundersøgelse

(test resultater)

Back App er et træningsapparat, som træner musklerne som støtter rygsøjlen – mens man sidder

Hvad siger specialisterne om Back App?

Almenpraktiserende fagfolk; kiropraktorer, fysioterapeuter, manuel terapeuter, ergoterapeuter og læger fra Norge, Sverige og Danmark har testet Back App. Det blev indleveret 180 godkendte svar (Norge 88, Sverige 59 og Danmark 33). Undersøgelsen gav følgende konklusioner:

Effekt på ryggen.

98,3% af fagfolkene som har svaret på denne undersøgelse, siger at rygpatienter vil kunne have glæde af at sidde på Back App stol. Næsten 80% påpeger at Back App påvirker de stabiliserende muskler "Transversus abdominis" og "Multifidene" som har stor betydning for stabiliteten i lænden.

Effekt på nakke

70 % af fagfolkene mener at nakkepatienter vil kunne have glæde af at træne på Back App, og 62,2 % mener at, man ved at sidde på Back App påvirker funktionen i nakken positivt.

Effekt på hofter

50,6 % af fagfolkene mener at hoftepatienter vil kunne have glæde af at træne på Back App, og 42,8 % mener at man ved at sidde på Back App påvirker funktionen i hofteleddet positivt.

Effekt på bækken

46,1 % af fagfolkene mener at patienter med bækkensmerter vil kunne have glæde af at træne på Back App, og 37,8 % mener at sidde på Back App er positivt for funktionen i bækkenbunden. 41,1 % mener at bækkenbundsmusklerne påvirkes positivt.



Kan Back App anbefales?

Vi spurgte fagfolkene om de ville anbefale Back App stolen som træningsapparat til deres patienter? 169 af 180 svarede ja.

(De 11 som svarede nej havde ikke patienter (3), syntes stolen var for dyr (3), tænkte på krav til siddehøjde (hæve/sænke skriveborde) eller havde kommentarer til sædeudformning og flytbarhed (3))

Sidde komfort

175 af 180 siger at de sidder godt på Back App. Dette er vigtig fordi siddekomforten giver førsteindtrykket af stolen. Det er også vigtig for at sikre jævnlig brug som træningsapparat.

Back App A/S sender gerne fuldstændig rapport fra denne undersøgelse til dig. Kontakt os på mail@backapp.eu eller på telefon 22148510

Andre undersøgelser om effekten af Back App:
Rapport fra Specialistundersøgelse 2005-03-02
Analyses of Back App chair. AnyBody Technology, Aalborg Denmark 2006-11-02
Rapport fra Brugerundersøgelse 2008-04-18
Back App



Klik her for mere INFO