

باراد

زیرپایی کلاسیک

مدل : FR1

مدل : FR2

ساخت ایران

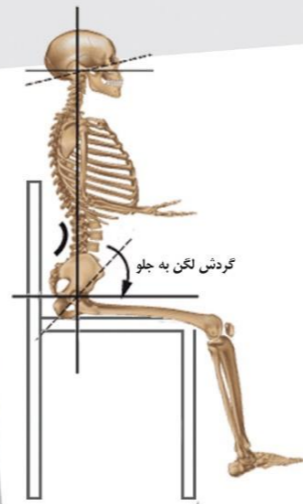


www.Barad.com
info@Barad.com

چگونه زیرپایی با قابلیت تنظیم ارتفاع از کمر درد و فتق دیسک کمر جلوگیری می کند؟

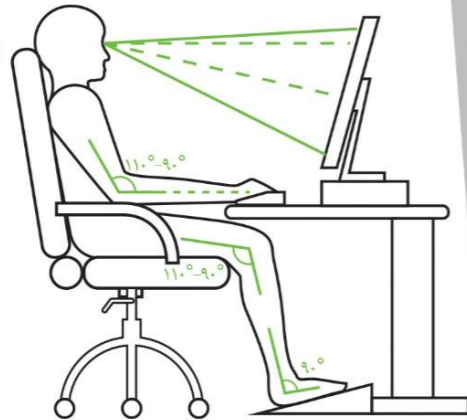
● هر وقت پشت میز کار می نشینید اول از همه ارتفاع صندلی تان را با ارتفاع میز هماهنگ کنید به طوری که دست مماس بر میز و با زاویه بین ۹۰ تا ۱۱۰ درجه قرار گیرد. هیچ وقت برای اینکه مجبور نباشید با گردن خم به مانیتور نگاه کنید، صندلیتان را پایین نکشید بلکه باید بوسیله یک نگهدارنده مانیتور، مانیتور را در راستای چشم قرار دهید.

امکان دارد به خاطر بلندی صندلی، پاهایتان آویزان شود. بدون زیرپایی، وزن پا باعث کشیدگی مفصل ران می شود به طوری که لگن به عقب چرخیده و گودی کمر را افزایش می دهد. افزایش بیش از حد گودی کمر فشار بسیار زیادی بر روی دیسک های کمر وارد می کند که باعث کمر درد و فتق دیسک کمر می شود. زیرپایی کلاسیک با قابلیت تنظیم ارتفاع اینجا به کمک تان می آید به طوری که می توانید پاهایتان را راحت، در ارتفاع موردنظر، روی آن بگذارید و وزن پا را مهار کنید.



چگونه زیرپایی با قابلیت تنظیم درجه به دست نشستن کمک می کند؟

● هنگام نشستن مچ پا باید در زاویه ۹۰ درجه قرار گیرد، استفاده از زیرپایی با قابلیت تنظیم درجه کمک می کند این زاویه مناسب را حفظ کنید. هنگام استفاده از کفش های پاشنه بلند، پاها در زاویه صحیح قرار نمی گیرند. ضمن توصیه به عدم استفاده از این کفش ها، می توانید با تنظیم درجه زیرپایی این مشکل را رفع کنید.



● برای جلوگیری از آسیب های ایستادن های طولانی مدت نیز می توانید از زیرپایی استفاده کنید به طوری که وزن بدن را به طور متناوب روی یکی از پاها بیاندازید و پای دیگر را روی زیرپایی استراحت دهید. ارتفاع زیرپایی را طوری تنظیم کنید که ران و زانوها با میز برخورد نکنند. همینطور دقت کنید باسن باید کمی بالاتر از زانوها و یا هم راستا با آن قرار گیرد.

● استفاده از محصولات ارگونومی به این معنی نیست که می توانید تمام ساعات روز را بنشینید. قرارگیری بدن در وضعیت ثابت خود دلیل ایجاد دردهای اسکلتی عضلانی است. پس تمام روز به صندلی نچسبید و هر نیم ساعت کمی تحرک داشته باشید.

زیرپایی وسیله ای طبی و پیشگیری کننده از آسیب های اسکلتی عضلانی و عروقی است که در صورت داشتن طراحی ارگونومیک می تواند سلامتی شما را در محیط کار تضمین کند.

- طراحی ارگونومیک
- ساخته شده از MDF با کیفیت مطلوب و ضد رطوبت
- تنوع رنگی جهت هماهنگی با محیط کار
- قابلیت تنظیم ارتفاع
- قابلیت تنظیم زاویه
- دارای پوشش ضد لغزش روی پایه ها و سطح زیرپایی



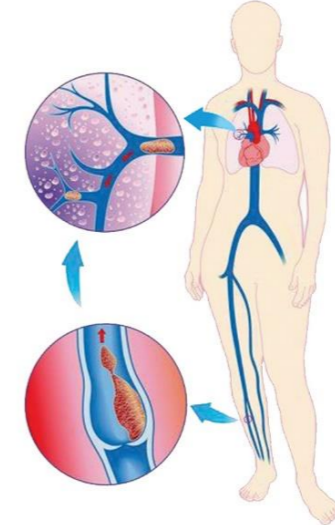
استفاده از زیرپایی کلاسیک

- جلوگیری از پادرد
- کاهش فشار وارد بر پشت زانوها
- افزایش جریان خون در پاها

کاهش فشار وارد بر پشت زانوها و پا در نشستن های طولانی مدت باعث افزایش گردش خون، جلوگیری از ایجاد لخته خونی، واریس، ایسکمی، ورم پا و کاهش پا درد می شود.

ماساژورهای غلتان، حرکت راحت پاها

- ماساژ پاها بدون کفش روی ماساژورهای غلتان به رفع خستگی، جلوگیری از پادرد، افزایش جریان خون و ایجاد آرامش روحی کمک می کند.
- حرکت پا با کفش و بدون کفش روی ماساژورهای غلتان کمک می کند به راحتی و با سرعت بیشتری پاهایتان را حرکت دهید. حرکت پا در نشستن های طولانی مدت باعث افزایش گردش خون، جلوگیری از ایجاد لخته خونی، واریس، ایسکمی، ورم پا و کاهش پا درد می شود.



● حرکت معمول عضلات، رگ ها را فشرده و خون را در امتداد رگ ها جریان می دهد به طوری که حرکت خون از بافت ها به قلب با کمک و فعالیت عضلات انجام می گیرد. در نشستن های طولانی مدت، حرکت عضلات پا کاهش می یابد و خون در رگ ها انباشته می شود و رگ گشاد می گردد. آب از رگ های گشاد شده به بافت های اطراف تراوش می شود و پاها باد می کنند. این امکان وجود دارد که خون های انباشته شده به یک لخته خونی تبدیل شوند و با پمپاژ خون به سوی قلب، مغز و شش ها حرکت نموده و باعث سکنه شوند.

زیرپایی ماساژور کلاسیک مدل: FR2



برای جلوگیری از سرخوردن زیرپایی روی زمین و افزایش اصطحاک از روکش لاستیکی روی پایه ها استفاده شده است.

پایه های زیرپایی را در صورت آلوده شدن به گرد و غبار بشویید و حداقل امکان از زیرپایی روی کف پوش های تمیز استفاده کنید چرا که ذرات خاک می توانند اصطحاک پایه های زیرپایی را کاهش دهند.

زیرپایی کلاسیک مدل: FR1

