



استفاده از نگهدارنده ارگونومیک مانیتور، راه حل درست نشستن

درست نشستن، جلوگیری از سردرد

علت بسیاری از سردردها مربوط به اختلالات و مشکلاتی است که در ناحیه گردن به وجود می آید و به آنها سردرد گردنی می گویند. وقتی سر و گردن به مدت طولانی به جلو خم می شود به مهره ها و عضلات گردن، نیروها و فشارهای بیش از حد و نابجا وارد می شود و این ساختارها آسیب می بینند به طوری که خود را به صورت دردی شبیه به میگرن در سر نشان می دهند.

میزان نیروی وارد بر مهره ها و عضلات گردن در موقعیت های متفاوت

وضعیت سر	وزن روی مهره های گردن
۰°	۵/۵ kg
۱۵°	۱۲/۳۰۰ kg
۳۰°	۱۳/۵ kg
۴۹°	۲۲/۳۰۰ kg
۶۰°	۲۷/۳۰۰ kg



درست نشستن، حفظ انحناى ستون فقرات گردن

انحنای طبیعی ستون فقرات گردنی به تحمل وزن سر کمک می کند. خم کردن سر به جلو در طولانی مدت می تواند این انحنا را کاهش و حتی برعکس کند و مشکلات زیادی از جمله گردن درد، کاهش جریان خون به مغز و سرگیجه ایجاد نماید.

درست نشستن، اولین گام برای سلامتی و موفقیت

● خم کردن سر به جلو، فشار مکانیکی زیادی به ستون فقرات و سیستم عصبی مرکزی وارد می کند که باعث گردن درد، کمردرد، بیماری های ستون فقرات مثل فتق دیسک، فرسودگی های جسمی و روحی و ضعف عملکرد سیستم ایمنی و همچنین سردرد می شود. درست نشستن به لحاظ افزایش تمرکز فکری، کاهش استرس، افزایش بهره وری بسیار حائز اهمیت است.

مدل های مختلفی از نگهدارنده های مانیتور، متناسب با انواع مانیتور و انواع سلیقه ها در شرکت باراد تولید شده است. با استفاده از این محصول، مانیتور در راستای چشم قرار می گیرد و می توانید بدون نیاز به خم کردن سر و با حفظ وضعیت صحیح بدن، بنشینید و همچنین از چشمانتان مراقبت نمایید.

باراد

نگهدارنده ارگونومیک مانیتور

Ergonomic Monitor Stand

زندگی با ابره ها ارگونومی

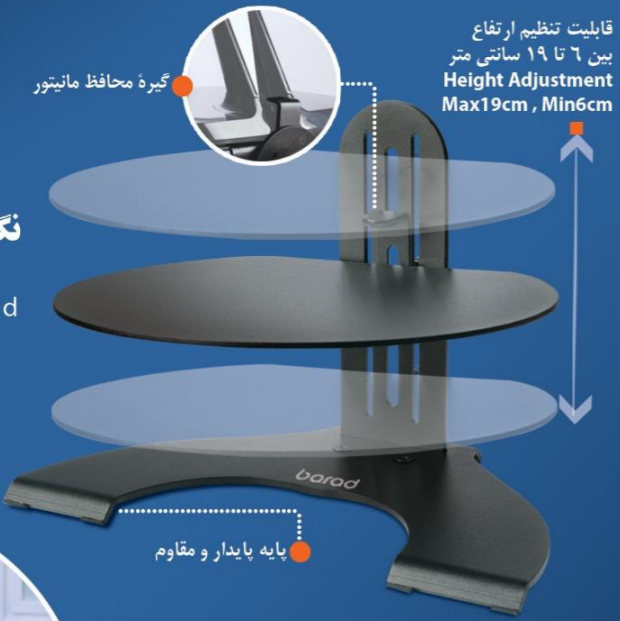
تناسب ابزار محیط کار با ابعاد انسانی



Preventing Spine Pain
جلوگیری از کمر درد
Perfect Posture
قرارگیری صحیح ستون فقرات
Productivity
افزایش راندمان کار
Preventing Neck Pain
جلوگیری از گردن درد

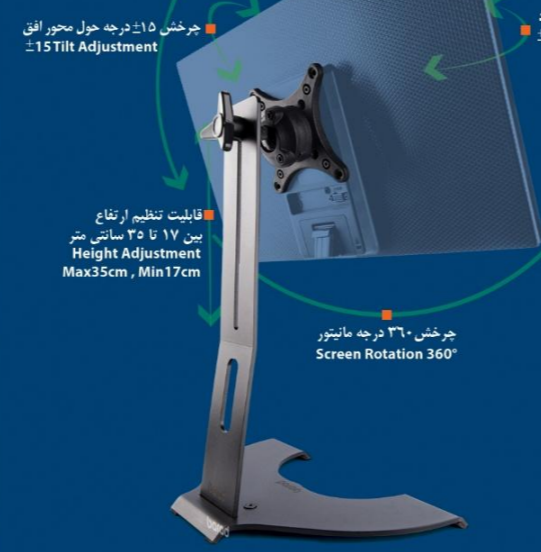
Work Satisfaction
رضایت شغلی
Comfort Sitting
نشستن راحت
Decreasing MSDs
کاهش مشکلاتی عملیاتی
Human Factors in Work Design
عوامل انسانی در طراحی محیط کار
Ergonomics
ارگونومی

**نگهدارنده ارگونومیک مانیتور
مدل : MS3**
Ergonomic Monitor Stand
Model: MS3



اگر امکان جداسازی مانیتور از پایه ی اصلی آن وجود ندارد و یا اینکه نمی خواهید پایه را جدا کنید ،نگهدارنده ارگونومیک مانیتور مدل MS3 بهترین کاربرد را دارد . می توانید به راحتی مانیتور را در ارتفاع دلخواه روی سینی پایه قرار دهید.

برای آگاهی بیشتر در مورد چگونگی عملکرد محصولات ارگونومیک به www.Barad.com مراجعه کنید.



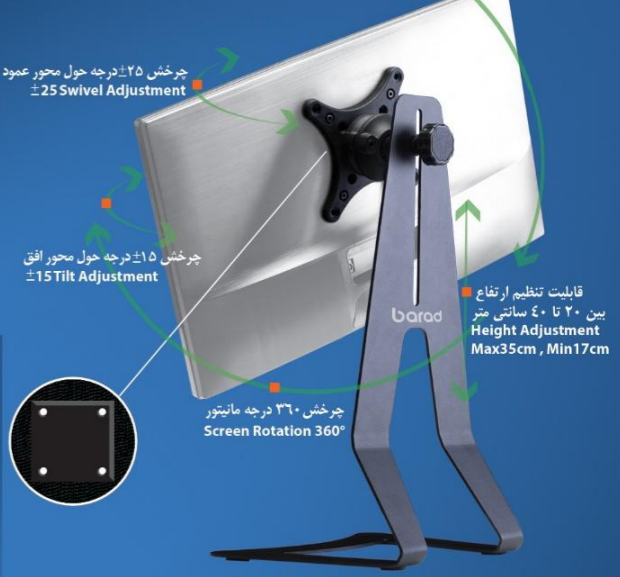
نگهدارنده ارگونومیک مانیتور مدل MS2 نیز با تنظیم ارتفاع مانیتور بین ۱۷۰ میلیمتر تا ۳۵۰ میلیمتر از سطح میز این امکان را به کاربر می دهد تا مانیتور را به نسبت قد خود تنظیم نماید و همچنین با تغییر زاویه مانیتور حول محور افق و عمود و همچنین چرخش ۳۶۰ درجه ای، مانیتور را در وضعیت مورد نیاز در آورد.

**نگهدارنده ارگونومیک مانیتور
مدل : MS2**
Ergonomic Monitor Stand
Model: MS2



پایه نگهدارنده مانیتور، به وسیله ۴ عدد پیچ به پشت مانیتورهایی که جای پیچ دارند متصل می گردد. در صورتی که مانیتور شما فاقد این قسمت است ، مکمل نگهدارنده مانیتور را نیز تهیه فرمائید. مکمل نگهدارنده دارای ۴ بازوست که مانیتور را در ارتفاع دلخواه نگه می دارد.

**نگهدارنده ارگونومیک مانیتور
مدل : MS1**
Ergonomic Monitor Stand
Model: MS1



نگهدارنده ارگونومیک مانیتور مدل MS1 بین ۲۲۰ میلیمتر تا ۴۰۰ میلیمتر از سطح میز قابلیت تنظیم ارتفاع دارد. تغییر زاویه مانیتور حول محور افق و عمود نیز امکان پذیر است و می توانید در صورت نیاز صفحه مانیتور را در تمامی جهات بچرخانید.