

DR. MED. THOMAS LASER
FACHARZT FÜR ORTHOPÄDIE
FACHARZT FÜR PHYSIKAL. U. REHABIL. MEDIZIN
CHIROTHERAPIE · SOZIALMEDIZIN

Am Höhenring 21
94086 Bad Griesbach
Tel. 0 85 32 - 14 08
Fax 0 85 32 - 6 86



E-Mail: Dr.med.T.Laser@t-online.de

DR. MED. THOMAS LASER · AM HÖHENRING 21 · 94086 BAD GRIESBACH

EXPERTISE

über

Sitz-/Stehhilfe **leitnerwipp**^{cl} (LEITNER ERGOMÖBEL)

Sitzen macht krank – jedenfalls auf herkömmlichen Stühlen, gleichgültig, ob diese angenehm gepolstert sind oder nicht. Grund für diese etwas provokative Aussage ist die Tatsache, dass zum einen das starre Sitzen in aller Regel die Wirbelsäule in einer ungünstigen Position, meist mit Aufhebung der lordotischen Krümmung, fehlbelastet und zum anderen, weil durch die Stuhlsitzfläche die Blutzufuhr im Beinbereich mehr oder weniger abgeschnürt wird und durch die aufgehobene Bewegung der Beinmuskulatur die Blutrückflussmöglichkeit der Beine verringert wird. Dadurch kommt es zu Rücken- und Beinproblemen, die letztlich für den „Dauersitzer“ zum ernststen Problem werden.

Die einfachste Form des aktiven Sitzens kann man mit dem **leitnerwipp**^{cl} erzielen. Die Konstruktion dieses genialen einfachen Sitzmöbels ermöglicht durch die bewusst bewegliche Sitzfläche ein ständiges Bewegen der einzelnen Wirbelsegmente, was im Gegensatz zum konventionellen Sitzen entscheidende Vorteile bringt. Die während des Sitzens in nahezu spielerischer Form regelmäßig durchgeführte Bewegung im Bereich der Wirbelsäule aktiviert die Muskulatur, fördert die Blutzirkulation und gibt den Bandscheiben dadurch wesentlich leichter die Möglichkeit, durch osmotische Prozesse Nährstoffe aus der Umgebung aufzunehmen. Ermüdungserscheinungen, Dehydration (Wasserverlust) und Gelenkschmerzen im Bereich der Wirbelsäule können so mit einfachen Mitteln begegnet werden.

Die minimale, kaum spürbare Aktivität der Beinmuskulatur während des Sitzens aktiviert die „Venenpumpe“, wodurch unliebsame Stauungen im Bereich der Beine verringert werden können.

Der **leitnerwipp**^{cl} wurde sowohl in meiner Praxis als auch gezielt in unterschiedlichen industriellen Einrichtungen eingesetzt und getestet. Die Resonanz bei den jeweiligen Benutzern des Sitzes war ausgesprochen positiv. Von einigen Benutzern wurde nach kurzer Zeit berichtet, dass vorher bestandene Rückenschmerzen und Ermüdungserscheinungen durch das Verwenden des **leitnerwipp**^{cl} schlagartig verschwunden waren.

Aus ergonomischer Sicht ist der **leitnerwipp**^{cl} dank seiner einfachen und effektiven biomechanischen Besonderheit dazu geeignet, sowohl im Berufsleben als auch im privaten Bereich als ideales Sitzmöbel eingesetzt zu werden. Insbesondere bei Haltungsschäden Jugendlicher, aber auch bei chronischen Ermüdungserscheinungen älterer Menschen ist der **leitnerwipp**^{cl} besonders geeignet. Der **leitnerwipp**^{cl} wird von mir im Rehabilitationsbereich eingesetzt, ich empfehle ihn uneingeschränkt als ideale Alternative zum herkömmlichen Sitzmöbel.

Dr. med. Thomas Laser
FA f. Orthopädie
FA f. physikal. u. Rehamedizin
Sozialmedizin, Chirotherapie

Am Höhenring 21
D 94086 Bad Griesbach
Tel. 0049 8532 1408
Fax.0049 8532 686
E-Mail: Dr. med.T.Laser.@t-online.de