

Proč si vybavit pracovní místo ergonomickou klávesnicí Powerton LANA?

Klávesnice má specifickou konstrukci, kde charakteristicky zakřivený rám poskytuje mnohem přirozenější pozici pro prsty, zápěstí, předloktí i ramenní pletence než standardní klávesnice. Dle ověřených výzkumů je prokázáno, že díky této konstrukci dochází ke snížení svalové aktivity v horní části trapézového svalu až o 40%.



Mgr. Martina Minksová
FYZIOTERAPEUTKA

Přirozená pozice prstů i zápěstí

Tato klávesnice je navržena tak, aby poskytovala dostatek prostoru pro psaní a ruka nebyla nucena setrvávat ve vychýlené poloze do strany o více než 10° nebo v ohnutí v jakémkoliv směru. Zajišťuje, aby byl úhoz prstů co nejvíce kolmý k jednotlivým klávesám. Základem prevence proti vzniku syndromu karpálního tunelu je mít centrované zápěstí i centrované postavení všech drobných kloubů prstů, což zabraňuje zánětům šlach a s tím spojené bolesti nebo otoky. Ergonomické řešení klávesnice LANA vede k tomu, aby osa loket - zápěstí - ruka - prsty byla v její linii. Díky tomu nedochází k zahnutí zápěstí směrem k malíkové straně a aktivita mezi palcovými a malíkovými svaly je co možná nejvíce vyrovnána. Menší namáhání svalů zápěstí a předloktí snižuje právě sešikmený profil klávesnice. V neposlední řadě uživatel nemusí vynaložit tolik úsilí při kliknutí, jelikož tuhost jednotlivých kláves je vyvážená jejich lehkostí.

“ Součástí klávesnice je komfortní měkká opěrka, která nabízí až o 60% větší oporu zápěstí a tím značně snižuje jeho ohýbání. ”

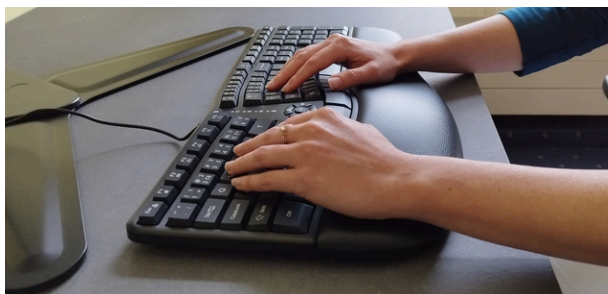
Ať už pracujete vsedě nebo ve stoje, zápěstí bude vždy v přirozené a pohodlné poloze, a to díky zvednutým dlaním. Klávesnici lze totiž nastavit polohovatelnými nožičkami do optimální ergonomické polohy.



Správné nastavení všech kloubů celé horní končetiny zásadně zlepšuje držení těla, eliminuje přetěžování šjových i krčních svalů a tím snižuje muskuloskeletální potíže celého pohybového aparátu. Mimo to opěrka a možnost polohování klávesnice významně snižují chlad a zrychlují metabolické pochody, které s sebou nesou přirozené prokrvení rukou.

Je to o zvyku...






Pozor, u některých lidí zvyklých na klasickou klávesnici je však takové přeučení velkou zkouškou trpělivosti, proto je dobré s klávesnicí začít v období relativního pracovního klidu, kdy je na adekvátní a poctivou adaptaci prostor.



Výhody vertikální ergonomické klávesnice Powerton LANA

- ✓ Umožňuje optimální postavení všech kloubů horní končetiny
- ✓ Snižuje tlak na měkké tkáně v oblasti zápěstí i lokte
- ✓ Její tvar umožňuje relaxaci a komfort celé horní končetiny až po lopatku
- ✓ Zlepšuje držení těla
- ✓ Snižuje bolest

Ergonomická klávesnice Powerton LANA pomáhá v prevenci těchto problémů

-  Syndrom karpálního tunelu
-  Golfový či tenisový loket
-  Cervikobrachiální syndrom (důsledek poruchy krční páteře s vyzařováním do horní končetiny)
-  Tendovaginitida (zánět šlachy prstů), epikondylitida (onemocnění měkkých tkání z přetížení na předloktí)
-  Hyperkyfóza krční a hrudní páteře (kulatá záda)




Odborný názor na produkt nám poskytla

Mgr. Martina Minksová

fyzioterapeutka a majitelka ambulance [Ezyziogen](#)

 Politických obětí 531
738 02 Frýdek-Místek

 www.fyziogen.cz

 info@fyziogen.cz

