

## Sitt ej med kutig ryg.

I sitt naturliga läge är ryggen svagt **S-formad**, vilket gör det möjligt att balansera överkroppen med minsta möjliga ansträngning för ryggen.

Det är viktigt att behålla den naturliga **S-formen** när man sitter för att undvika för hög belastning på ryggraden, vilket kan orsaka smärtor i ryggen med t ex utstrålning i benen eller spänningar i nacke och axlar.

Stödet bakom ryggen måste därför vara så stabilt att det ej ger efter för kroppens tyngd t ex när man sitter bakåtlutad.

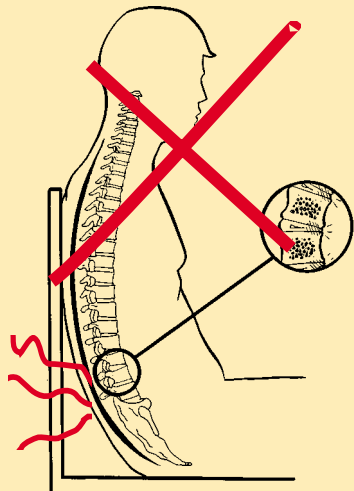
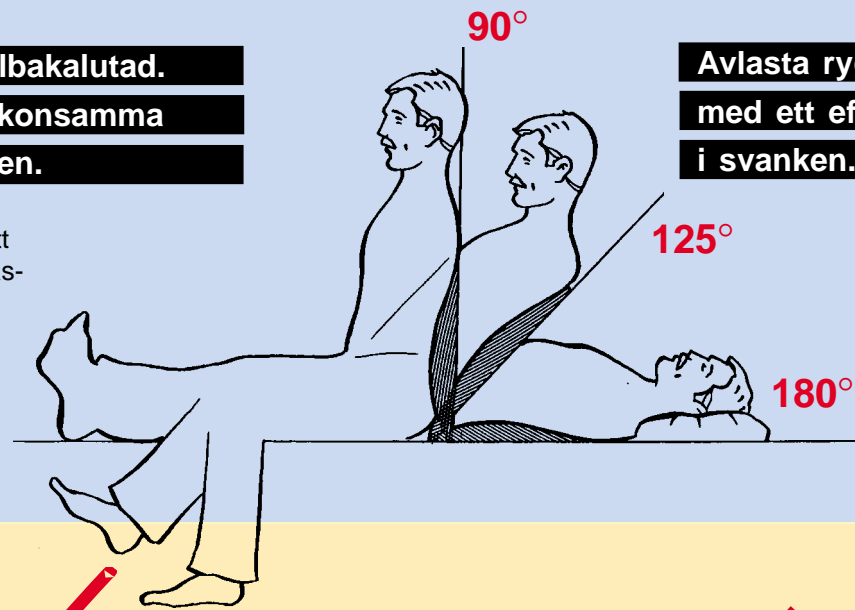
## Sitt helst tillbakalutad.

## Den mest skonsamma sittställningen.

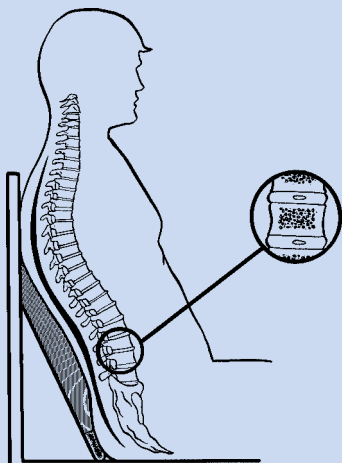
Medicinsk forskning har visat att den skonsammaste sittställningen för ryggen är tillbakalutad 110-130 grader.

## Avlasta ryggen

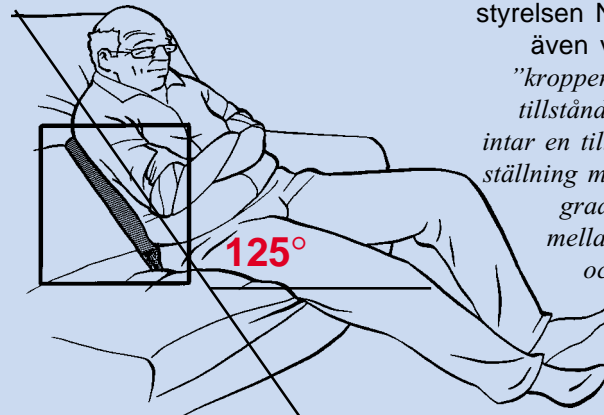
## med ett effektivt stöd i svanken.



Undvik alltid att sitta kutryggig som i "FEL-figurerna", då belastningen på ryggrad, ligament och muskulatur ökar avsevärt, vilket förr eller senare leder till ryggsproblem.



Ha alltid stabilt stöd bakom ryggen och sitt gärna tillbakalutad med naturlig **S-form** och stöd i svanken – då skyddar Du Din rygg genom att avlasta såväl ryggrad som nack- och ryggmuskulatur.



Amerikanska rymdstyrelsen NASA har även visat att – "kroppen i viktlost tillstånd, naturligt intar en tillbakalutad ställning med ca 125 graders vinkel mellan kroppen och benen".

Med **SPINA-BAC** kan Du sitta upprätt eller tillbakalutad i vilken vinkel Du själv önskar, med perfekt stöd och avlastning för ryggen – och därmed avslappad och utan risk för ryggont pga dålig sittställning.



# SPINA-BAC®

# SPINA-BAC®



SPINA-BAC® i bilen



SPINA-BAC® i hemmet

Ryggont är något Du delar med millioner andra människor medan formen på Din rygg är unik just för Dig - nästan lika individuell som Dina fingeravtryck.

**Perfekt stöd**

**i alla lägen**

Ryggens nedre del är det område som bäst behöver fast och stabilt stöd. Svankens läge i förhållande till sittytan kan, från person till person, variera med 15 cm liksom svankdjupet varierar mellan 2-4 cm.

**SPINA-BAC®**, med den patenterade inställningsanordningen, kan lätt anpassas till dessa variationer i ryggens form.

Tillsammans med en stabil konstruktion och antiglideskaper skapas möjligheter att kunna få effektivt stöd för ryggen oavsett sittställning, sittvinkel och sittmöbel.



**Koppla av med**

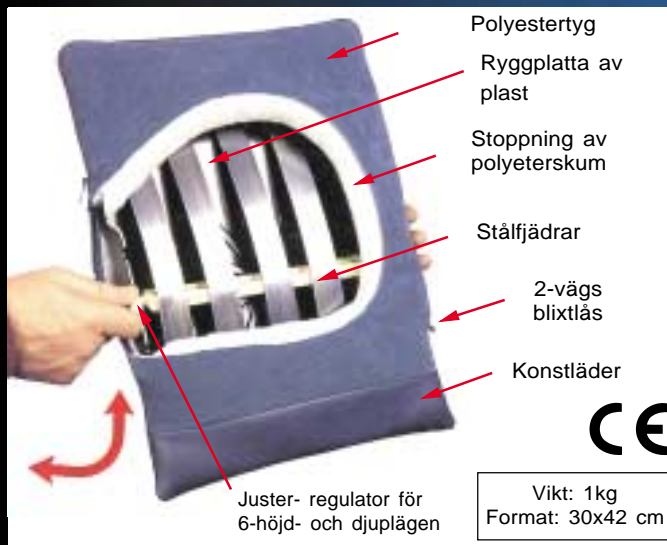
**SPINA-BAC®**

**Lovordas av ryggexperter**

**SPINA-BAC®** är ett utomordentligt stöd för trötta och onda ryggar. Den kan ställas in efter var och ens behov.

**SPINA-BAC®** är lätt att bära med sig. Den är enkel och effektiv för alla som sitter mycket i bilen, på sammanträden eller framför TV:n

Gerda Huld Mattson  
Physiotherapist



**Reglerbar för  
just Din rygg**

## SPINA-BAC®

- har en stabil ryggplatta med 5 stålfjädrar och en justeringsanordning med vilken Du kan reglera svankstödet i 6 olika lägen för att passa just Din rygg. Mjuk stoppning och elegant överdrag ger hög sittkomfort.
- har överdrag i olika färger som kan tvättas i handljummet vatten.
- finns även med korbordband på baksidan för ev. fastsättning.
- är utvecklad och tillverkad i Sverige samt patenterad i ett flertal länder.



## SPINA-BAC®

Tillverkare: Spina Medical AB, Stockholm

Återförsäljare:

Naprapat Service  
Teknikringen 7  
583 30 Linköping  
013-211213  
www.naprapat.se

# SPINA-BAC®

**DIN HJÄLP FÖR RYGGEN**



**Ryggont?**