

3D-Ergonomie bei Bürostühlen

Echt bewegend

Verfeinerungen bestehender Synchronmechaniken führen nicht wirklich weiter, wenn es um gesundheitsfördernde Bewegung geht. Vielmehr gilt auch hier: Der Stuhl muss sich dem Sitzenden anpassen. Nicht umgekehrt.

Menschen sind für Bewegung gemacht. Kinder bewegen sich – wenn sie dürfen – ständig. Aber dieser natürliche Bewegungsdrang wird dem Menschen im Lauf seiner Schul- und Arbeitskarriere abtrainiert. Statt sich zu bewegen sitzt er – beim Essen, in der Schule, im Auto, am Arbeitsplatz. Auf jeden Fall sitzt er viel zu viel – häufig mehr als elf Stunden am Tag. Der Körper rebelliert. Davon zeugen Verspannungen, Krankheiten und Übergewicht. Die herkömmliche Strategie dagegen sieht so aus: Damit das Sitzen erträglicher wird, bekommen die Stühle einfach noch ein paar Polster mehr. Sie erhalten breitere Armlehnen, viele Hebel und sonstige technische Spielereien. Richtlinien und Normen schreiben dann vor, welche Abstände von wo nach wo die „richtigen“ sind. Sie orientieren sich an einem „theoretischen“, einem statischen Arbeitsverhalten. Noch dazu werden die Richtlinien und Normen für einen theoretischen

„Norm“-Menschen mit Durchschnittsmaßen ermittelt.

Die Realität sieht dann so aus: Auf konventionellen Bürostühlen fühlen sich die Nutzer „auf den ersten Sitz“ recht wohl. Sie räkeln sich in den Polstern, legen sich auf den Lehnen ab und spielen mit den vielen Einstellungen herum. Das wirkt zunächst toll. Sobald sie aber den konventionellen Bürostuhl tatsächlich nutzen, zeigt sich überall das gleiche Bild: Um die Tastatur und den Arbeitsplatz überhaupt zu erreichen, sitzen sie auf der Vorderkante. Die Armlehnen schränken ein, die Einstellungen sind vielfach sinnlos und werden nicht wirklich genutzt. Und das über viele Stunden am Tag hinweg.

Das Ergebnis? Falsche Sitzhaltungen, Verspannungen und Rückenschmerzen. Herzlich willkommen in der Bürostuhl-Sitzfalle! Muskel-Skelett-Erkrankungen zählen immer noch zu den Hauptursachen für viele Krankschreibungen und Frühverrentungen. Mehr noch: Das viele Sitzen kann auch für die Zunahme von Herz-Kreislauf-

erkrankungen, Fettsucht, Diabetes und andere Zivilisationskrankheiten verantwortlich gemacht werden. Zahlreiche internationale Studien belegen das.

Diese Auswirkungen sind nicht nur absurd, sondern geradezu fahrlässig. Denn die Ursache des Problems – die fehlende, sinnvolle Bewegung – wird völlig ignoriert. Genau deshalb baut aeris 3D-aktive Sitzmöbel. Sie ermöglichen vor allem die natürliche Bewegung beim unvermeidlichen Sitzen im Alltag. Und damit gesundes und leistungsförderndes Arbeiten.

Obwohl die Produkte alles andere als konventionell sind, besteht Konsens mit der Sichtweise der Berufsgenossenschaften und der ISO. Das Technische Komitee Ergonomie der Internationalen Standard Organisation (ISO) definiert die Ergonomie so: „Die Ergonomie erarbeitet und verarbeitet humanwissenschaftliches Wissen mit dem Ziel, eine Anpassung von Arbeit, Arbeitssystem und Umgebungen an die physischen und psychischen Fähigkeiten des Menschen herbeizuführen und damit



Fotos: aeris



Sicherheit, Gesundheit und Wohlbefinden sicherzustellen...“.

Genau dafür sind die aeris-Stühle gebaut. Ihnen lassen sich die Attribute funktional, effektiv bewegungsfördernd, menschengerecht und ohne unnötigen Schnick-Schnack zuschreiben. Das dahinter stehende Konzept lautet „3D-Ergonomie“. Und es kommt dem Kunden zugute.

Der Grundgedanke der „aeris-3D-Ergonomie“ heißt: Der Stuhl folgt den Bewegungen des Körpers und nicht umgekehrt. Daraus ergibt sich natürliches Sitzen kombiniert mit haltungsoptimierenden Seit-, Vor- und Rückwärtsbewegungen. Die 3D-Beweglichkeit der Produkte entsteht durch mehrere Komponenten:

- Vertikales Schwingen: Die federgelagerte 3D-Technologie ist individuell auf das jeweilige Körpergewicht einstellbar. Sie entlastet die Bandscheiben und fördert die Durchblutung.
- Seitliche Flexibilität: Harmonische 3D-Bewegungen mit weiter, seitlicher Auslenkung erhöhen den Aktionsradius und unterstützen dabei zugleich die natürliche Körperhaltung.
- Vorneigung: Das bodennahe 3D-Gelenk sorgt für eine natürliche Vorneigung, sobald sich der Sitzende dem Arbeitsplatz zuwendet. Die Folge: Der Rücken bleibt gerade, die Atmung wird tiefer und der Kreislauf wird aktiviert.

Damit unterscheidet sich das Konzept grundlegend vom neuen Marketing-Trend der „bewegten“ Bürostühle, bei denen eine Lehne wackelt oder eine einsinkende Gasdruckfeder und eine klassische Syn-

chron-Mechanik als das Non-Plus-Ultra der Beweglichkeit dargestellt wird.

Bei aeris-Produkten gilt: Der Stuhl muss sich dem Menschen anpassen, nicht umgekehrt. Damit das funktioniert, muss man als Hersteller innovativ im technischen Bereich agieren. Man muss aber auch verzichten können. So fehlen ganz bewusst klassische Komfortmerkmale wie dicke Polsterungen, Armlehnen und Kopfstützen, selbst wenn das unter Umständen besser verkäuflich wäre. Denn diese Ausstattungen sind fast immer kontraproduktiv: Sie schränken ein oder verleiten zu falschen Sitzhaltungen.

Das funktioniert aber vermutlich nur deswegen, weil aeris ein Familienunternehmen ist, das sich seinen Kunden verpflichtet fühlt. Davon zeugen auch viele Patente für Eigenentwicklungen. Die Technologien und sämtliche Bauteile der Produkte sind selbst entwickelt, weil die Funktionen

nicht mit herkömmlichen Komponenten erreicht werden können. Damit verknüpft sich das Ziel, die Zufriedenheit und Gesundheit der Be-Sitzer zu fördern.

Zugleich führen die Produkte zu unternehmerischem Erfolg. Erfreulich ist gleichfalls das Erforschen, wie Menschen im Alltag wieder zu mehr (sinnvoller!) Bewegung kommen können. Dass es dabei Nachahmer gibt, die irgendwelche „Bewegungs-Gimmicks“ in Bürostühle einbauen, um zu sagen, „unser Bürostuhl bewegt sich auch“, erscheint nicht wirklich überzeugend. Denn vor diesem Hintergrund zeigt sich, dass der aeris-Weg für mehr Bewegung, Gesundheit und Lebensqualität am Arbeitsplatz richtig ist.

Das klingt nach „besessen“. Und irgendwie stimmt das auch. Besessen vom besseren Sitzen.

Susanna Kindler

Vice President / COO der aeris-Impulsmöbel GmbH

Anzeige

for 2 click[®]
Wechselgleitsystem

www.profigleiter.de

