

Der stabile Sitz - einfache klinische Tests in der praktischen Anwendung



PD Dr. med. Norman Best

Ein Großteil der deutschen Arbeitenden verbringt seinen beruflichen Alltag im Sitzen. Nicht nur jene, die der Büroarbeit zugerechnet werden, sondern beispielsweise auch in der Medizin, Logistik, Optometrie.

Neben den baulichen und ergonomischen sind auch die körperlichen Voraussetzungen für einen gesunden Berufsalltag wichtig. In diesem Vortrag werden klinische Tests vorgestellt, mit denen Sie, zum Teil an sich selbst, vor allem aber an Ihren Patienten/Kunden feststellen können, ob diese aus eigener Kraft stabil sitzen können oder „Ersatzmuster“ zur Stabilisierung ihres Rumpfes nutzen müssen, um den Arbeitstag zu bewältigen. Aus der nicht korrekten Ausführung der Tests können Maßnahmen abgeleitet werden, die teilweise in Eigenregie der Betroffenen angegangen werden können oder einer professionellen Begleitung bedürfen.