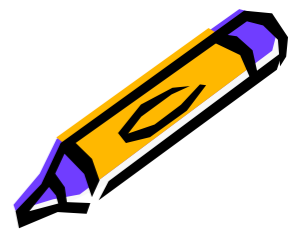


挺寧護腰墊簡介

DRKU 古鳴洲醫師

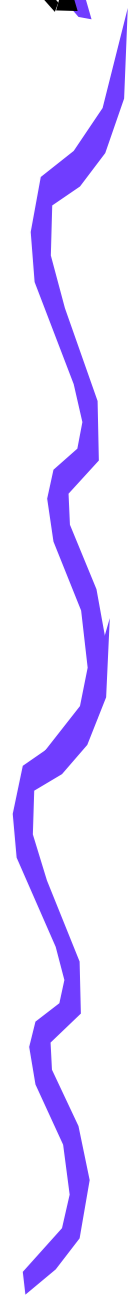
秀傳醫療體系副總裁

中華民國骨科醫學會理事



大綱

- 介紹背痛的機轉
- 背靠的功能
- 不同背靠的差異
- 如何使用DRKU挺寧護腰墊





背痛

不是人生的偶然!



姿勢不良 Bad posture

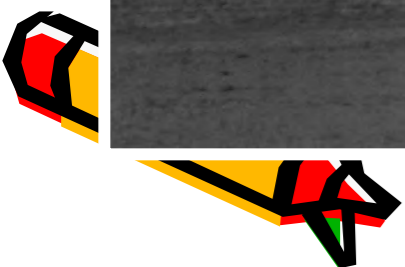


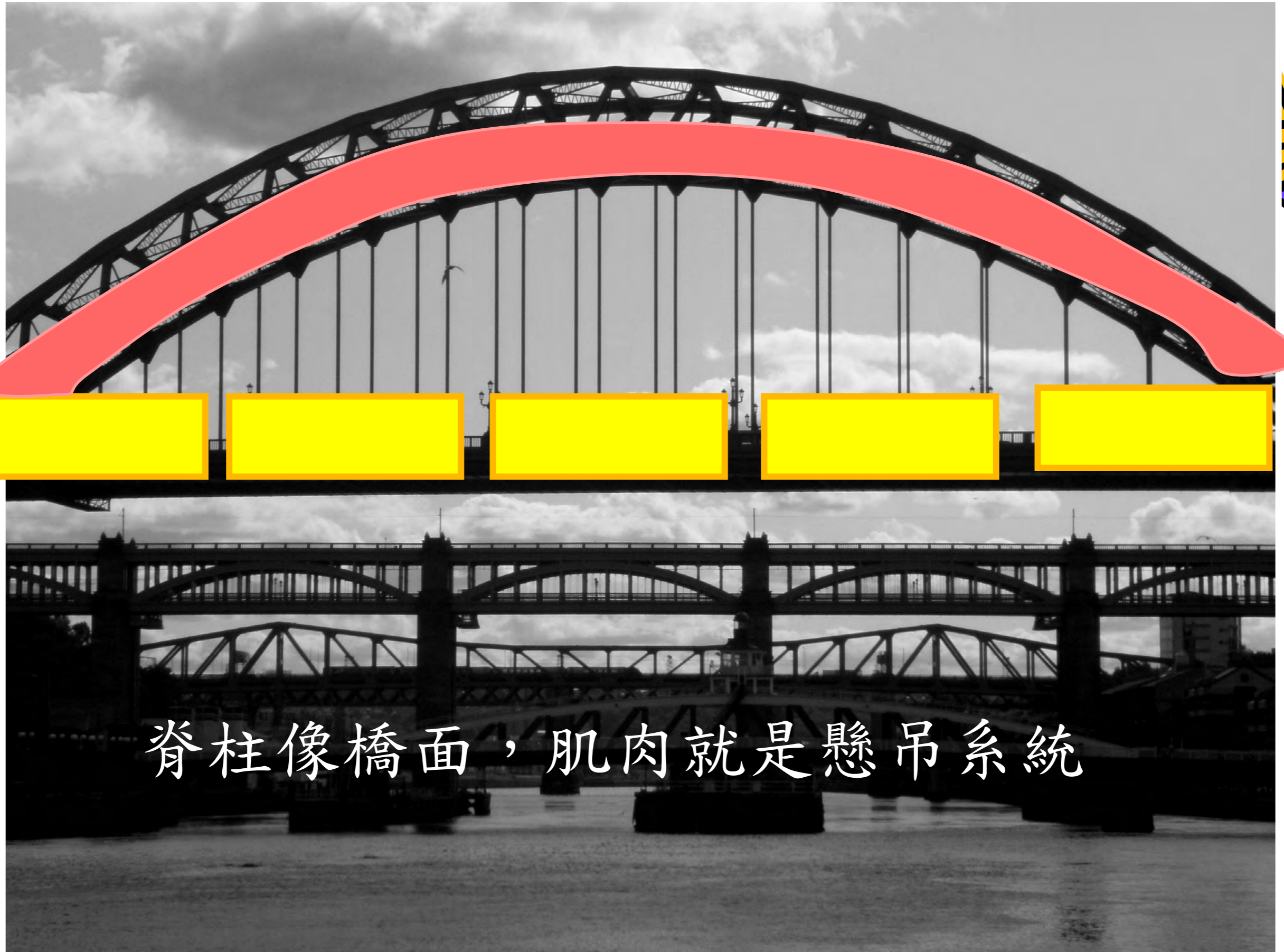
重力 + 疲勞 → 腰彎背駝 → 下身前滑
→ 下背懸空。



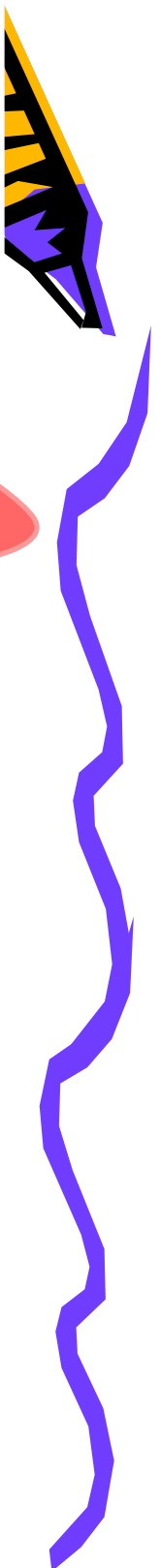


吊橋靠懸吊維持橋面的正常位置

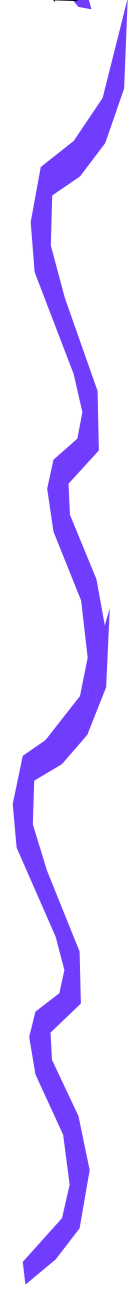
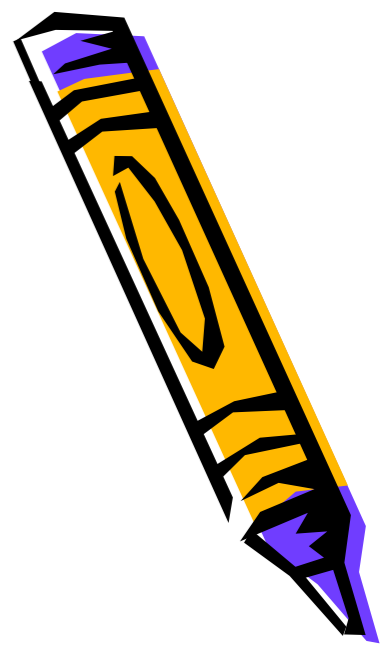
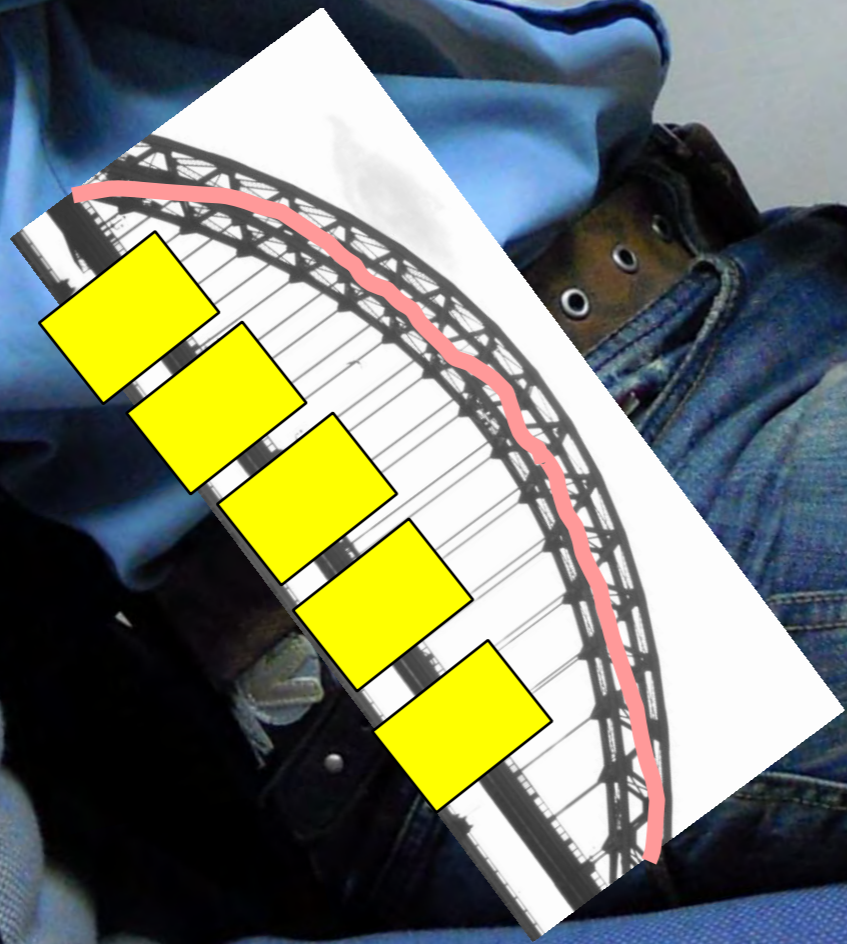
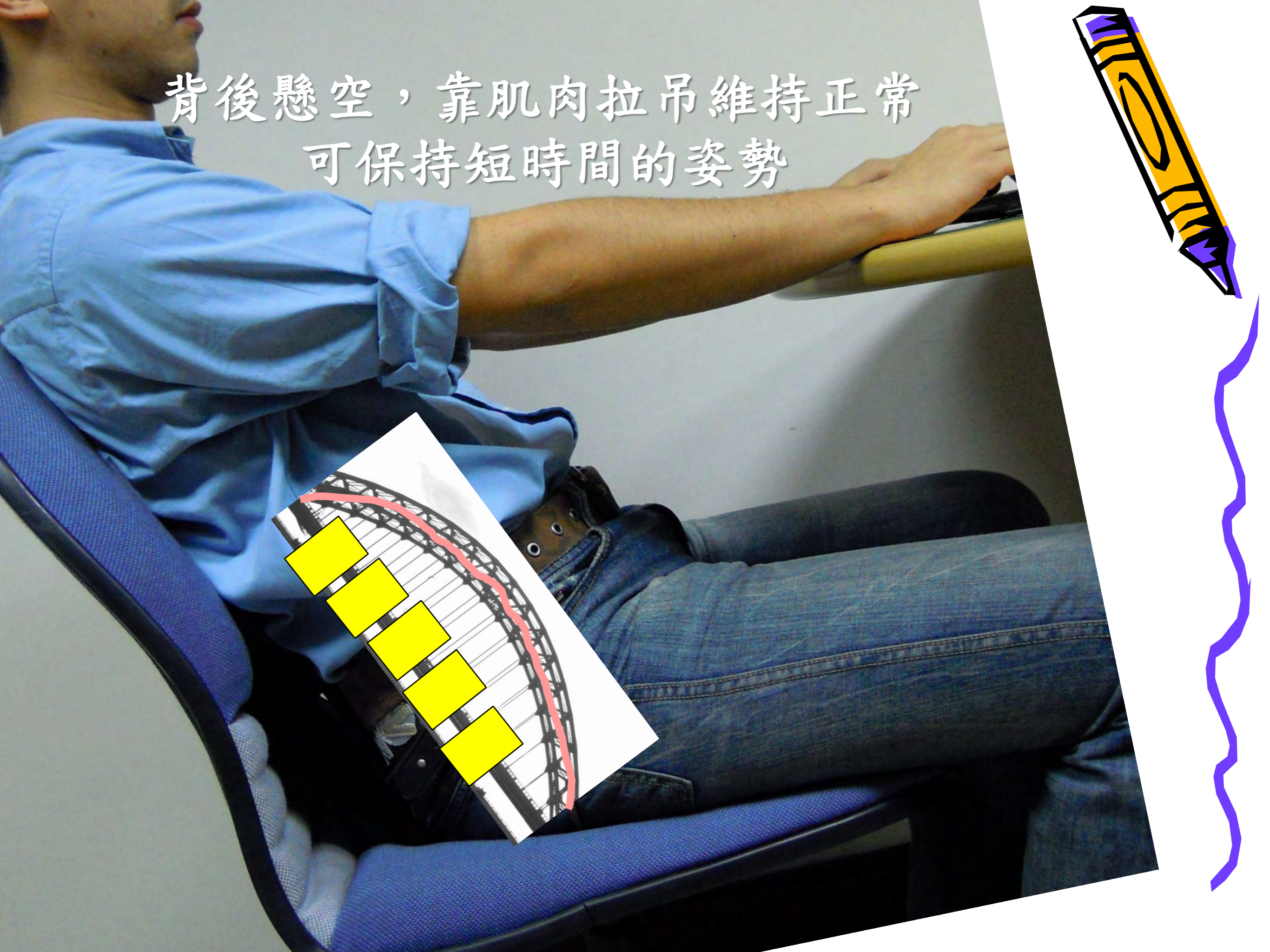


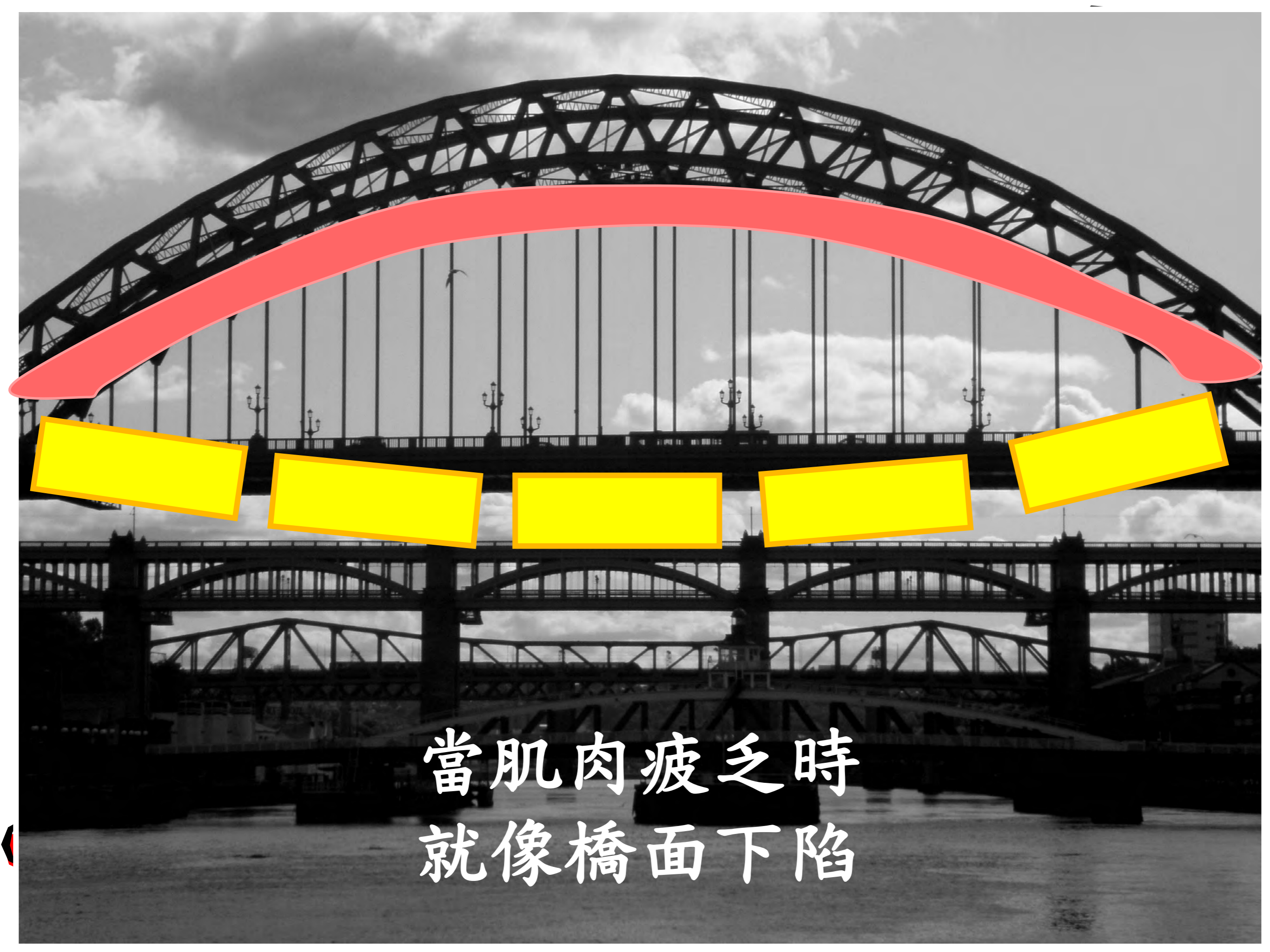


脊柱像橋面，肌肉就是懸吊系統



背後懸空，靠肌肉拉吊維持正常
可保持短時間的姿勢

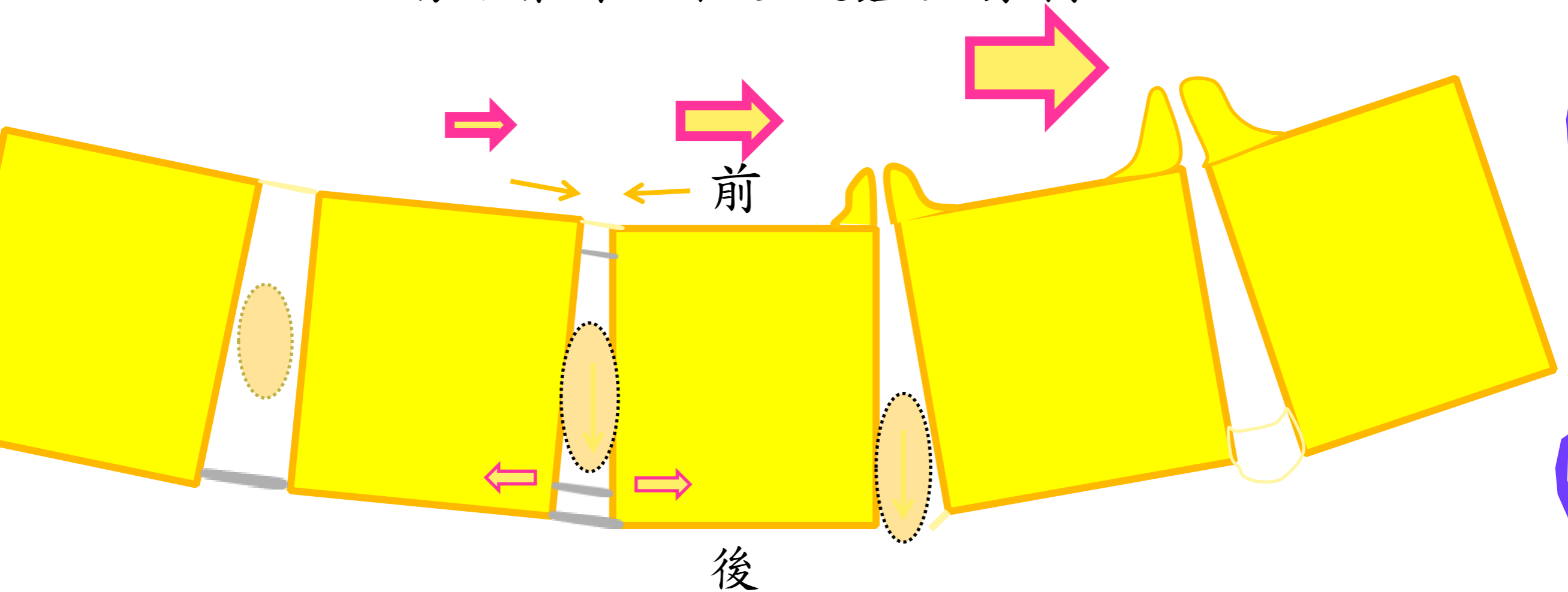




當肌肉疲乏時
就像橋面下陷

長期姿勢不良的結果

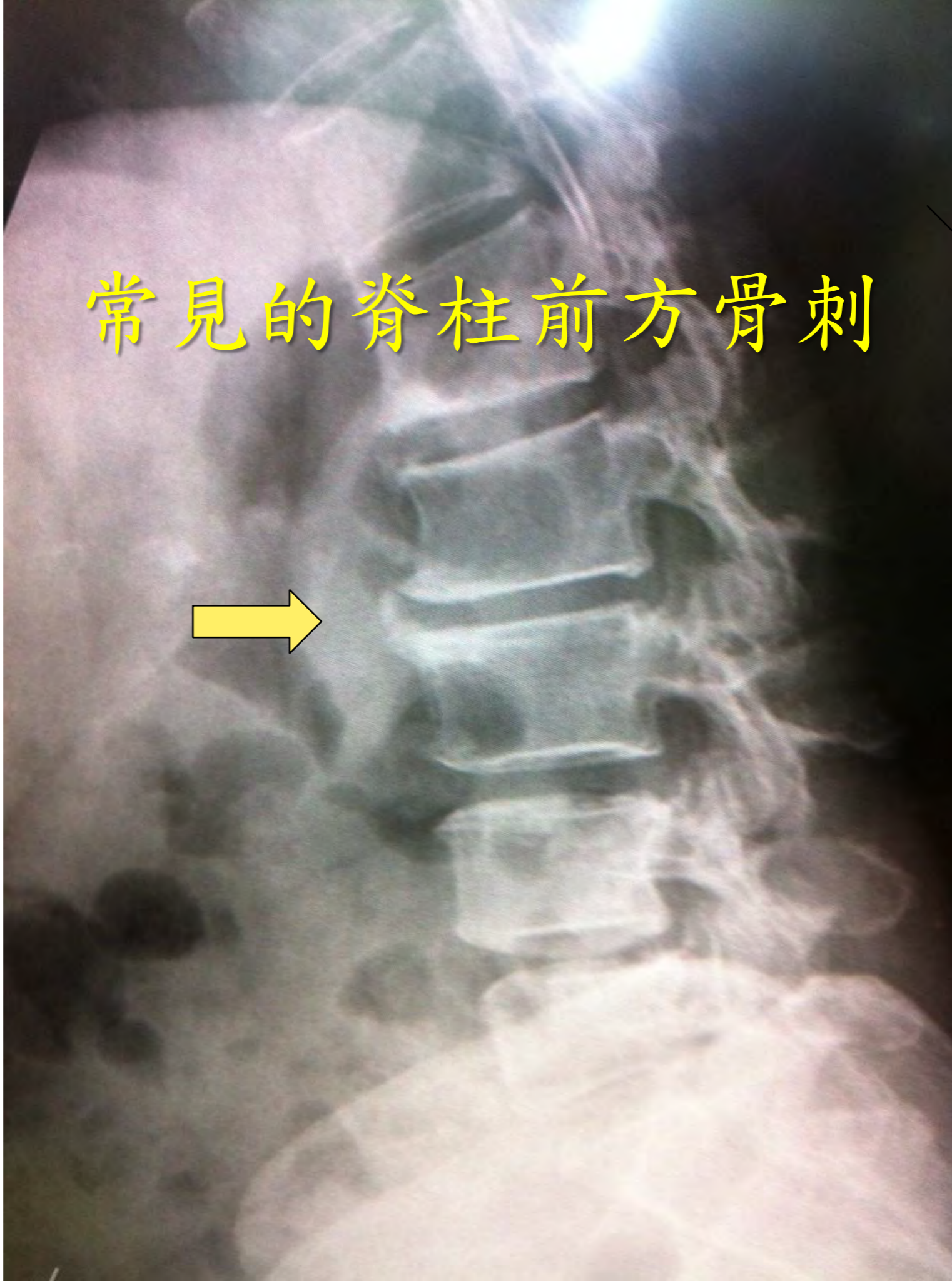
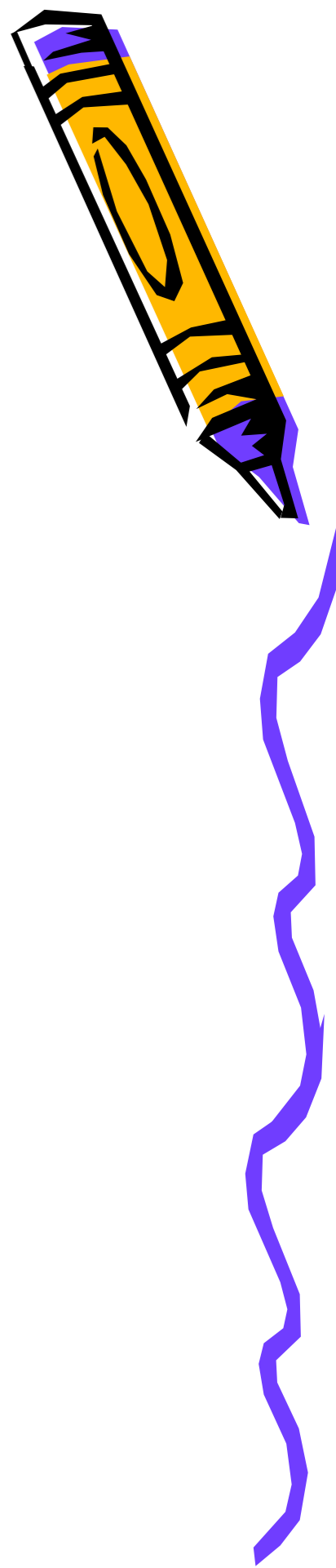
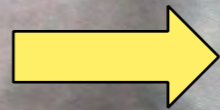
前方椎體互相壓迫產生骨刺



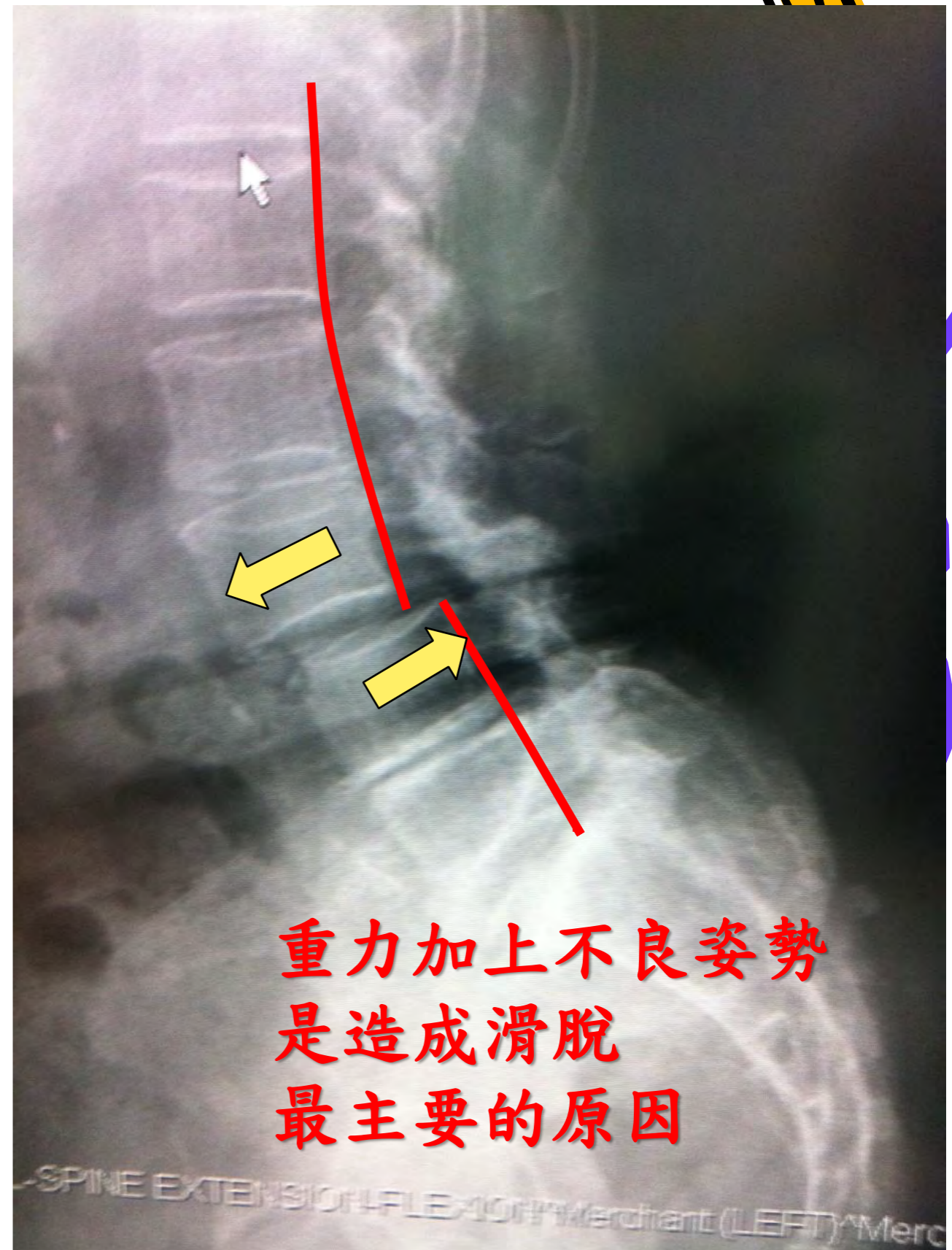
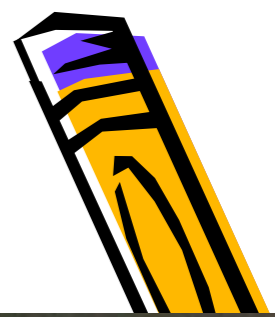
椎間盤往後移動，可造成後方突出，壓迫神經

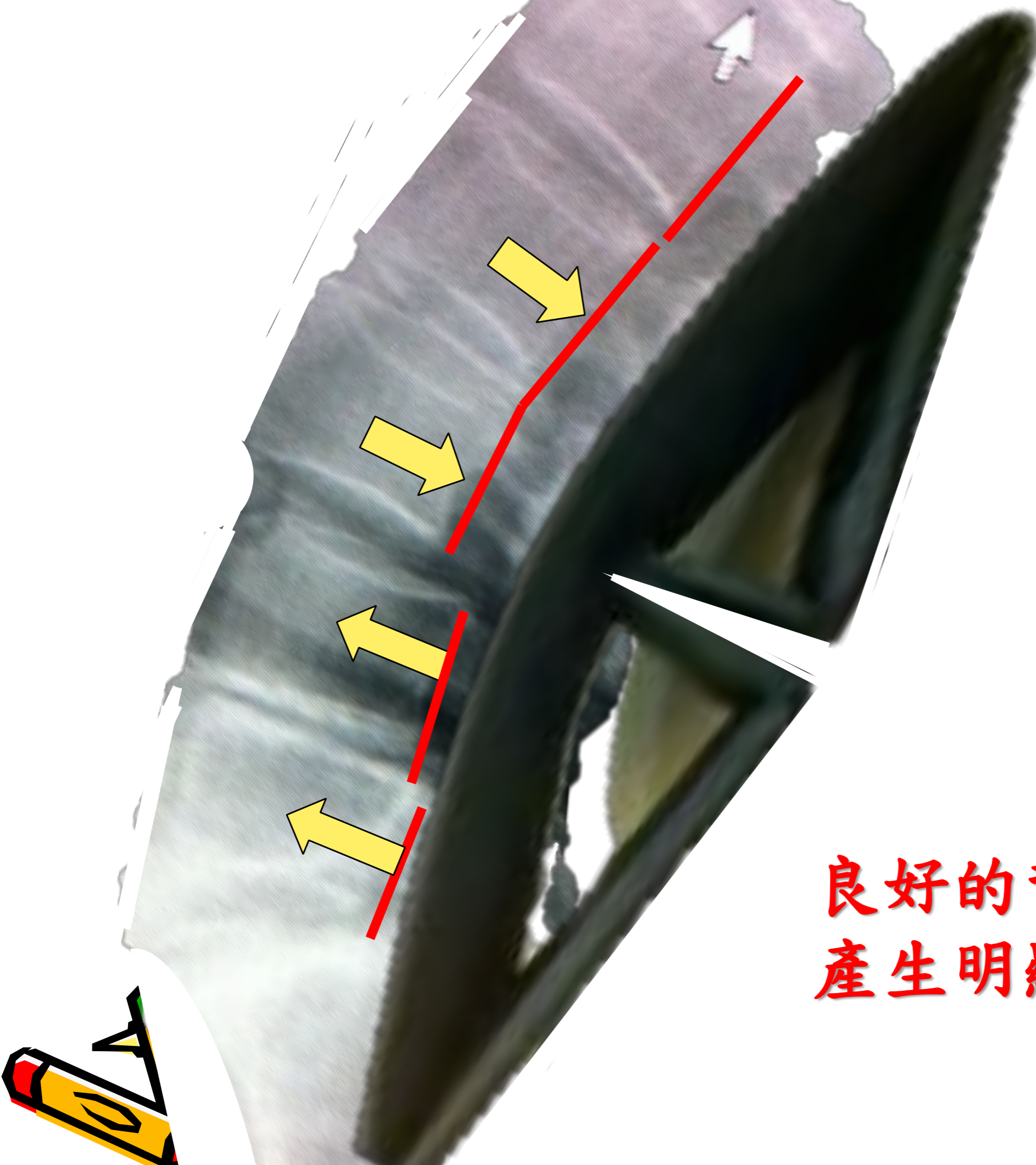


常見的脊柱前方骨刺

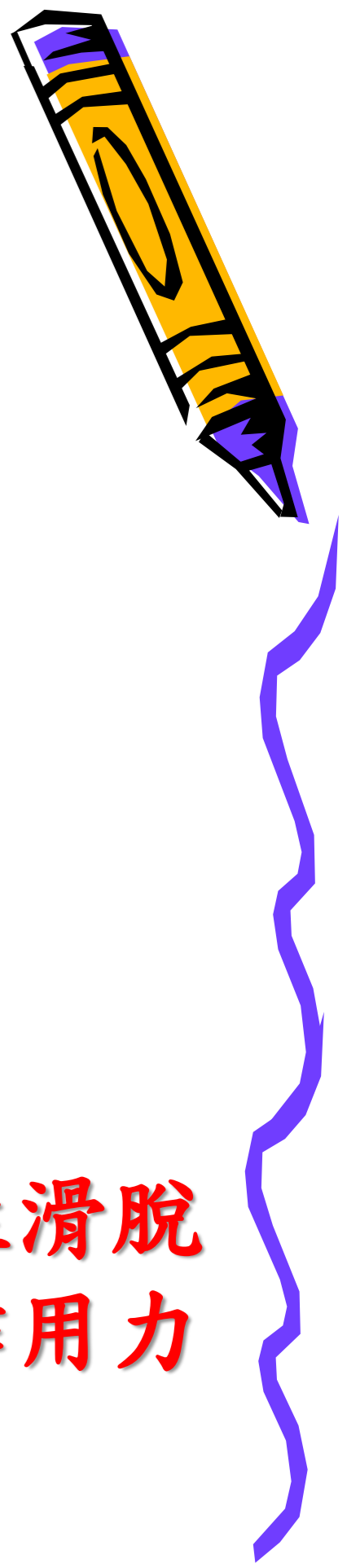


脊柱滑脫是脊柱固定手術最常見的原因





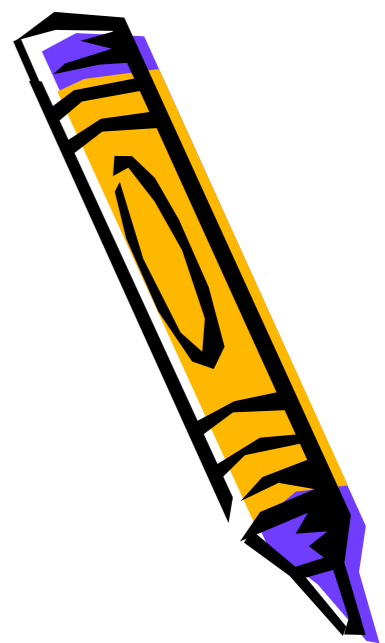
良好的背靠對脊柱滑脫
產生明顯的復位作用力



脊柱弧度的由功能而定

Form follow function

- 人体脊柱依S形弧度建構
- 弧形隨支持体重與保護下腹器官功能而生
- 弧度依人生不同階段而不同
- 也隨不同的人生經驗而不同
- 脊柱弧度，因人而異



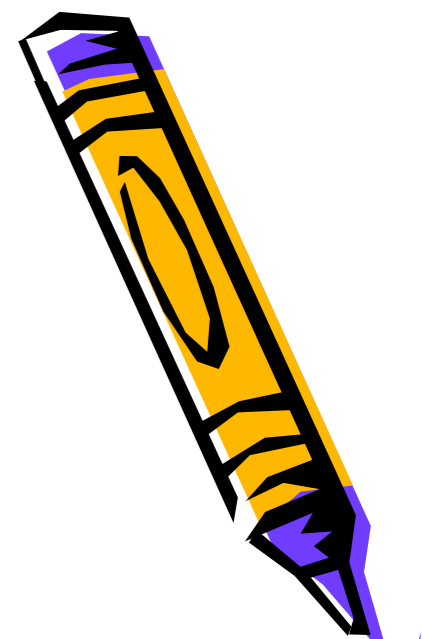
什麼是護腰墊？

- 英文：**BACK SUPPORT**
- 中文：又稱**背靠**、**腰靠**
- 望文生義：支撐、保護背部的靠墊
- 廣義：放在椅背的專用靠墊
- 功能：保護長期維持坐姿的背部，減少或預防腰酸背痛

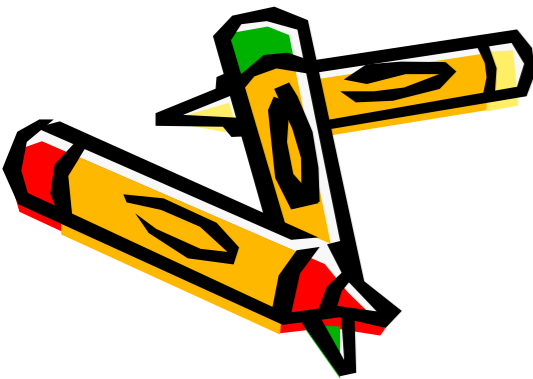
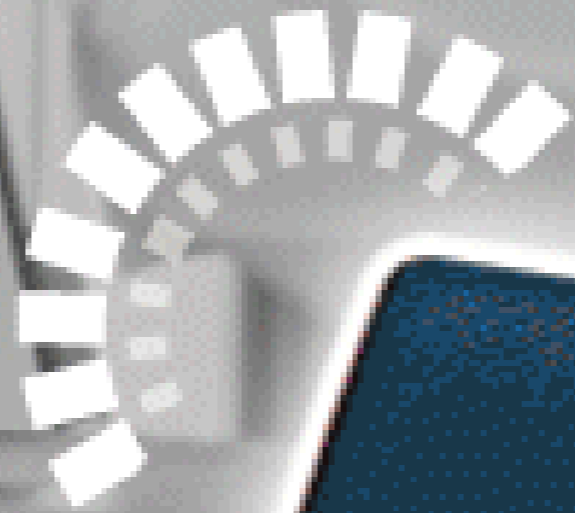


護腰墊的健康維護角色

- Reminder : 提醒人們注意姿勢
- Supporter: 是個有力的支撐
- Protection : 保護背部免於傷害
- Prevention : 預防背痛發作
- Participation : 讓民眾參與自身健康照護
- Personalization : 可調整的設計，如同訂做
符合大多數人的生理結構

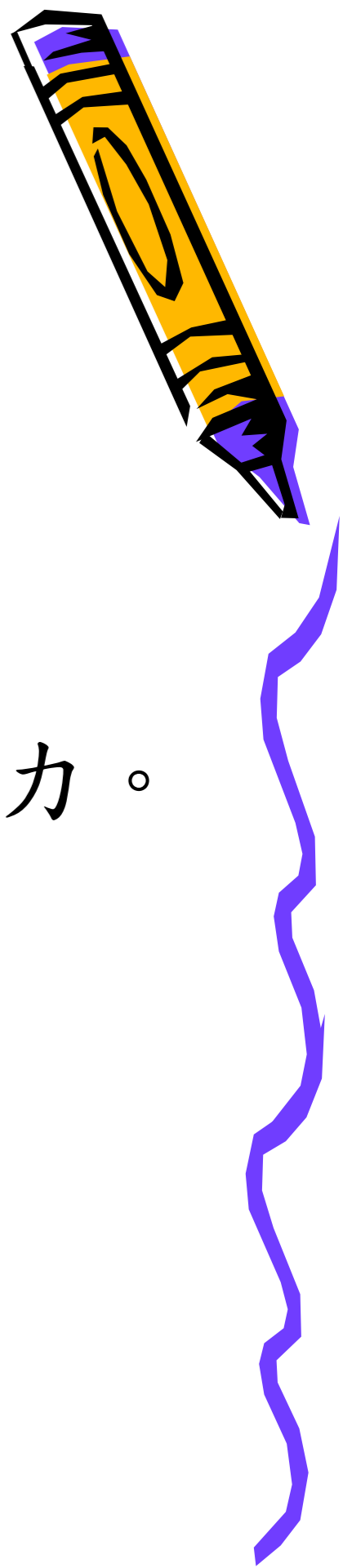


挺®
解



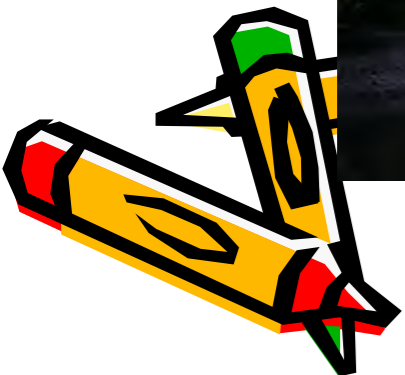
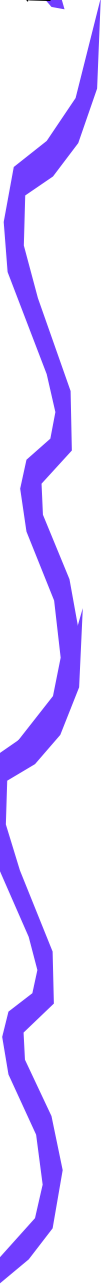
設計特色

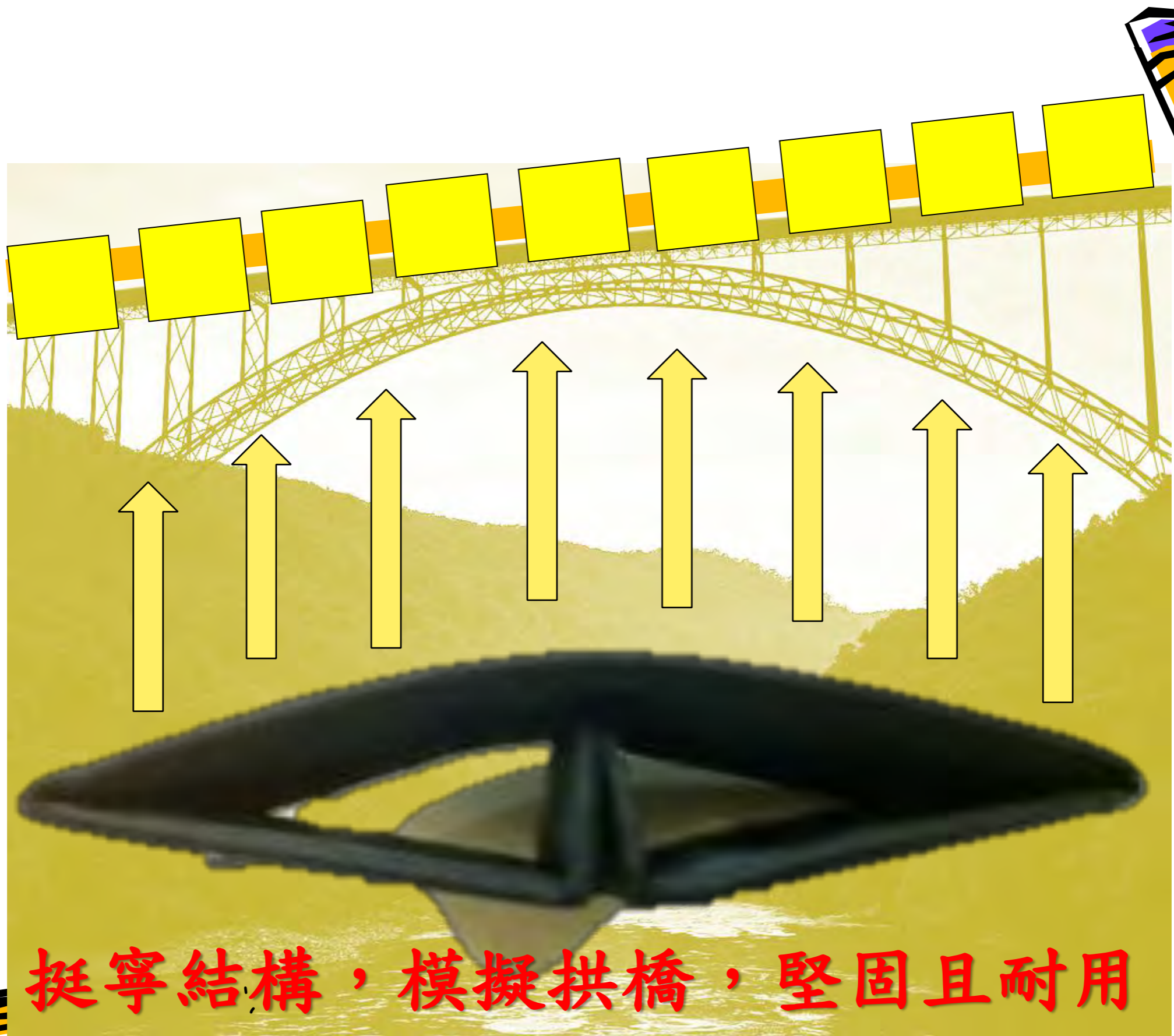
- 依生理結構設計，符合人體工學。
- 約可支撐30%的上身體重，減輕椎間盤的壓力與環狀韌帶的張力。
- 拱形設計，支撐力強。
- 可隨體形、姿勢無段調整。
- 輕鬆折疊、容易攜帶。
- 硬式設計，体积小，不悶熱。



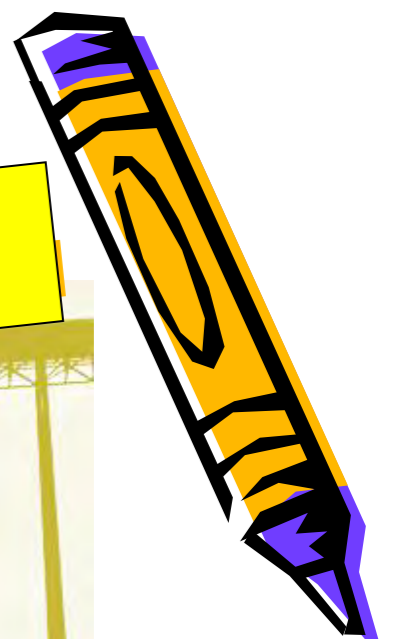
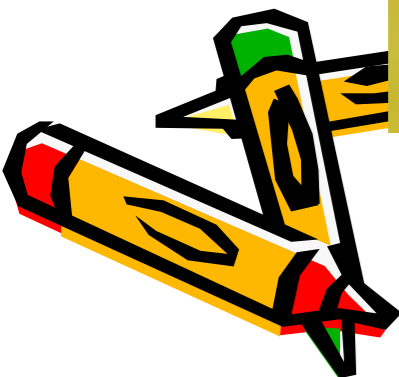


拱橋設計，工程學經典佳作





挺寧結構，模擬拱橋，堅固且耐用



挺寧的設計獲得 國家級的肯定

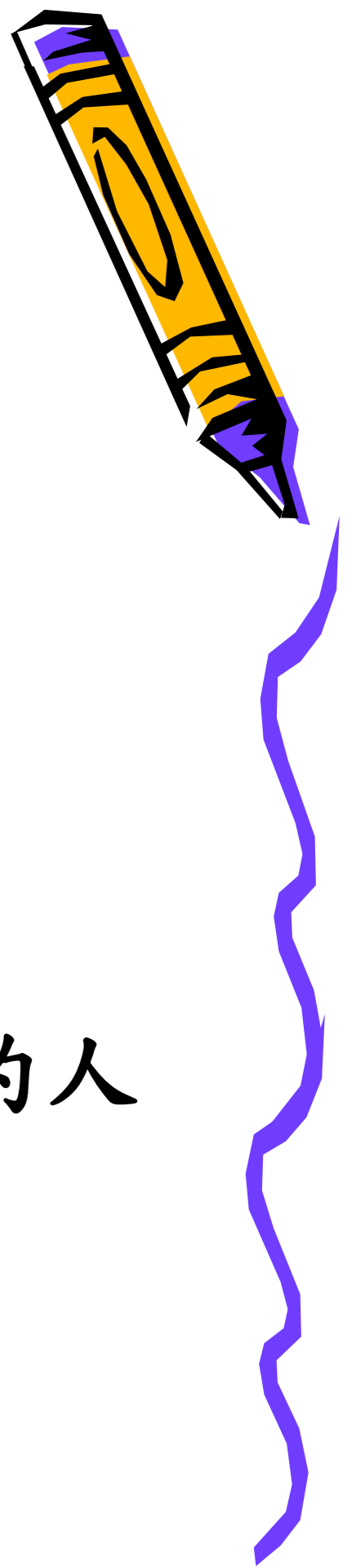


多國專利及國家金點獎



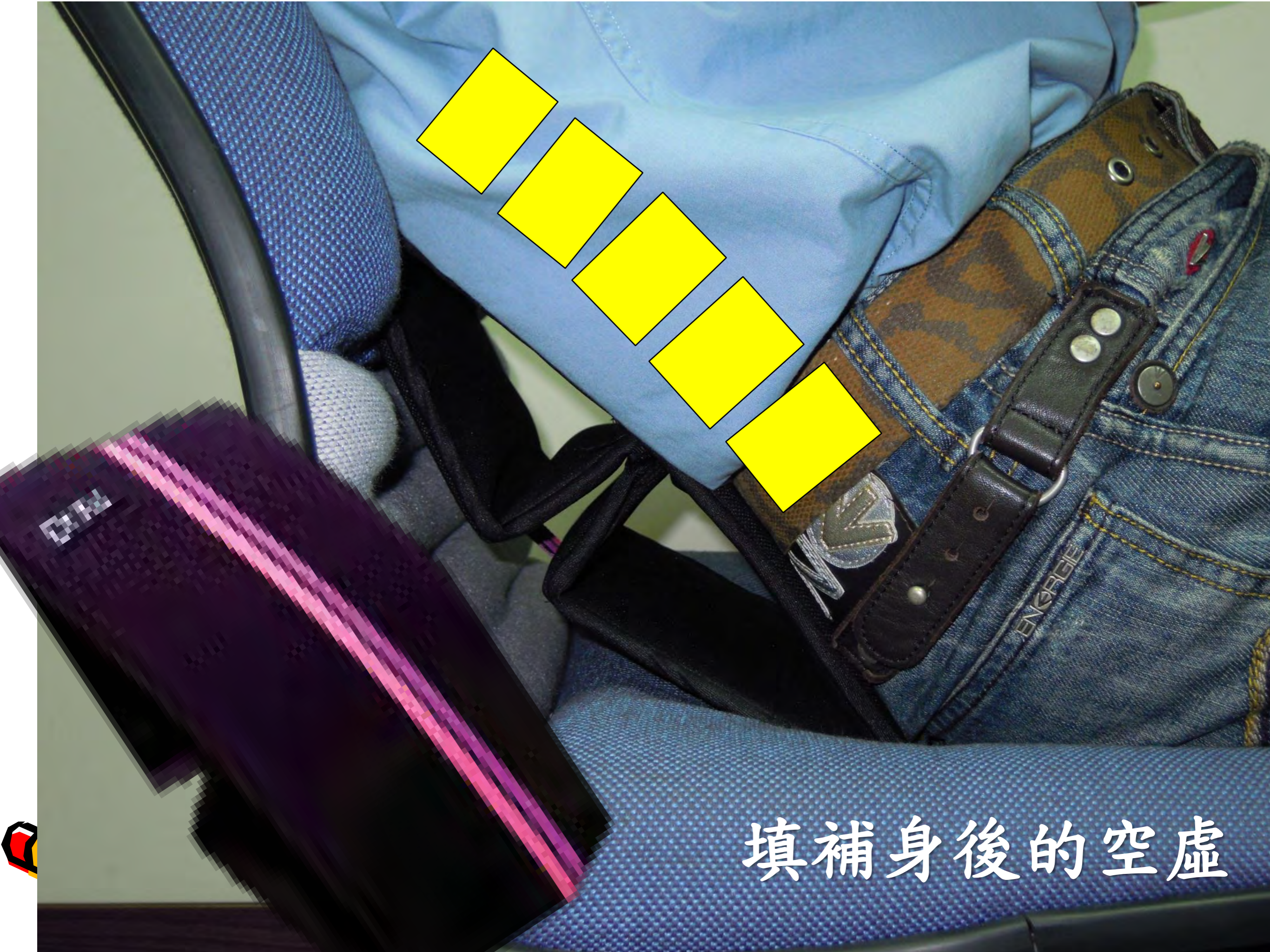
什麼人須要護腰墊

- 長期坐辦公桌、坐沙發、坐輪椅
- 長時間開車、坐車、旅行、坐飛機
- 經常腰酸背痛
- 各種原因，穿不住Brace 的病人
- 無法接受運動、訓練，自我健康管理的人





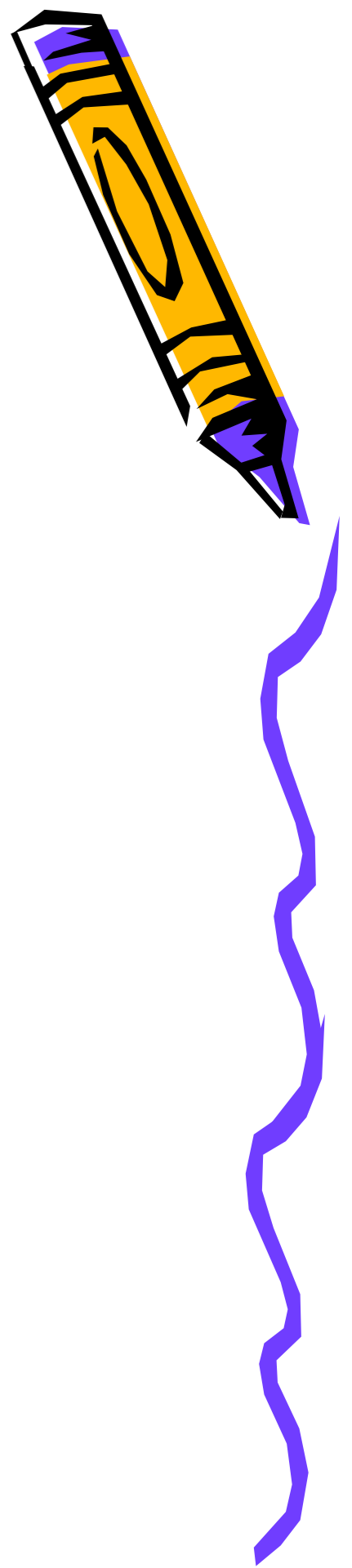
懸空



填補身後的空虛

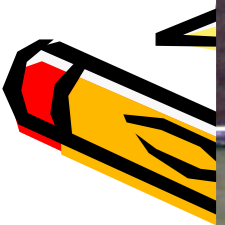
正確的坐姿

- 正確的坐椅與螢幕高度。
- 無後背椅不宜久坐。
- 正確的坐姿：臀部宜緊靠椅背—後背不宜懸空。
- 抬頭挺胸、縮下巴，使用滑鼠的手不宜長時間懸空。





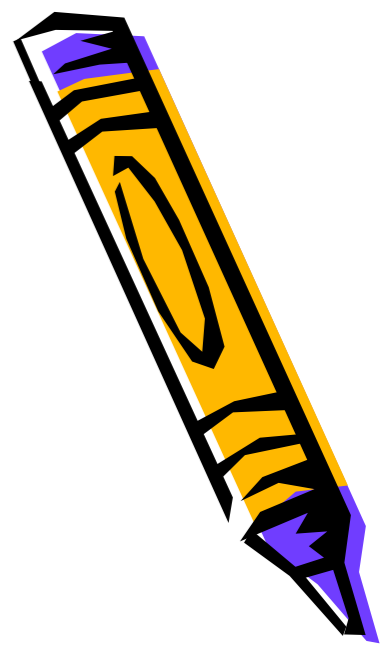
正確的使用



適時適當的支撐

- 長期坐姿，宜每小時起身活動
5-10分鐘

- 坐姿超過4 小時，最好能將背部後傾
(120度)，使用良好背靠支撐，使椎間
盤與背肌能得到休息。





正確使用：宜將
背靠頂住尾骨

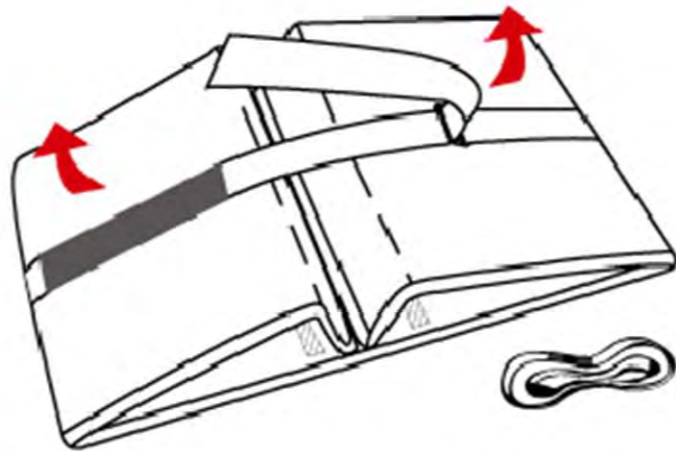
隨姿勢調整角度，輕便好移

挺寧背靠使用方法



1

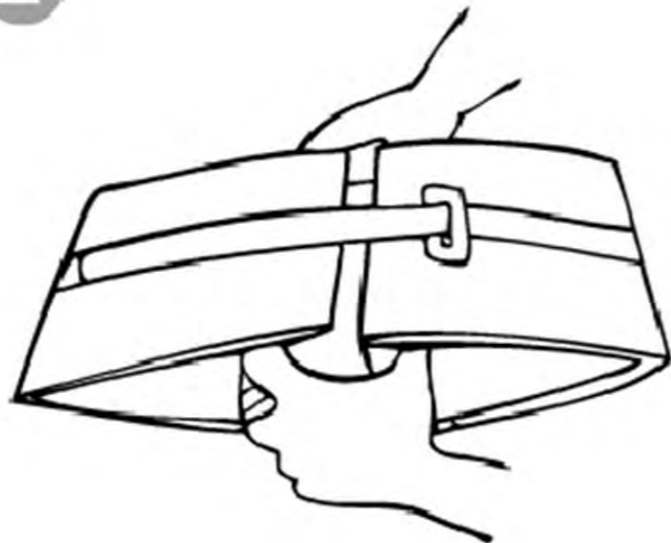
拿出背靠, 背部向上.



放鬆織帶，
豎起中間背板，
拉緊織帶即可

2

使用雙手的姆指與食指將上下支撐板
向中央粘扣帶推, 即完成組合.

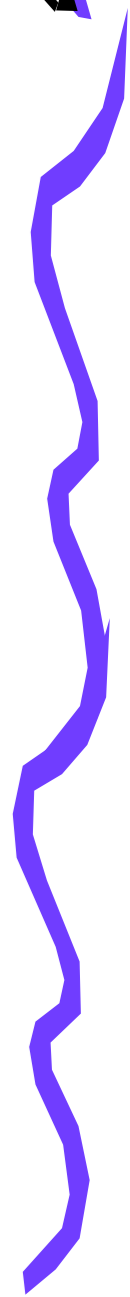
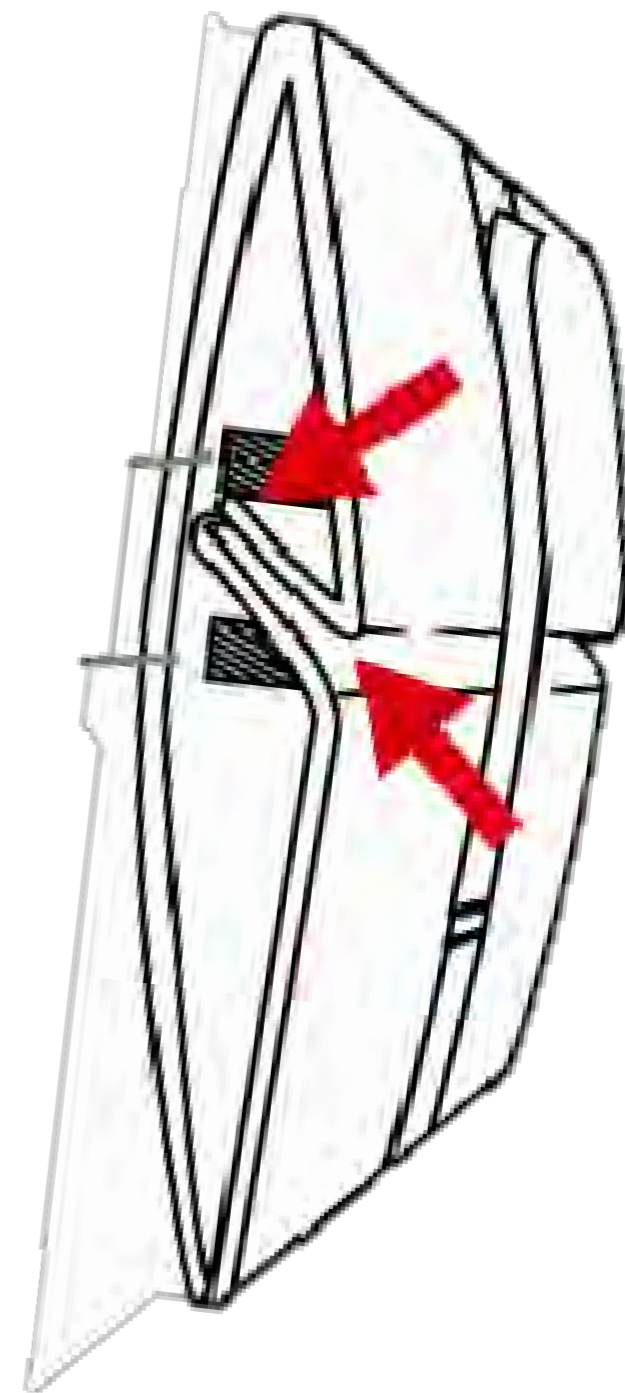
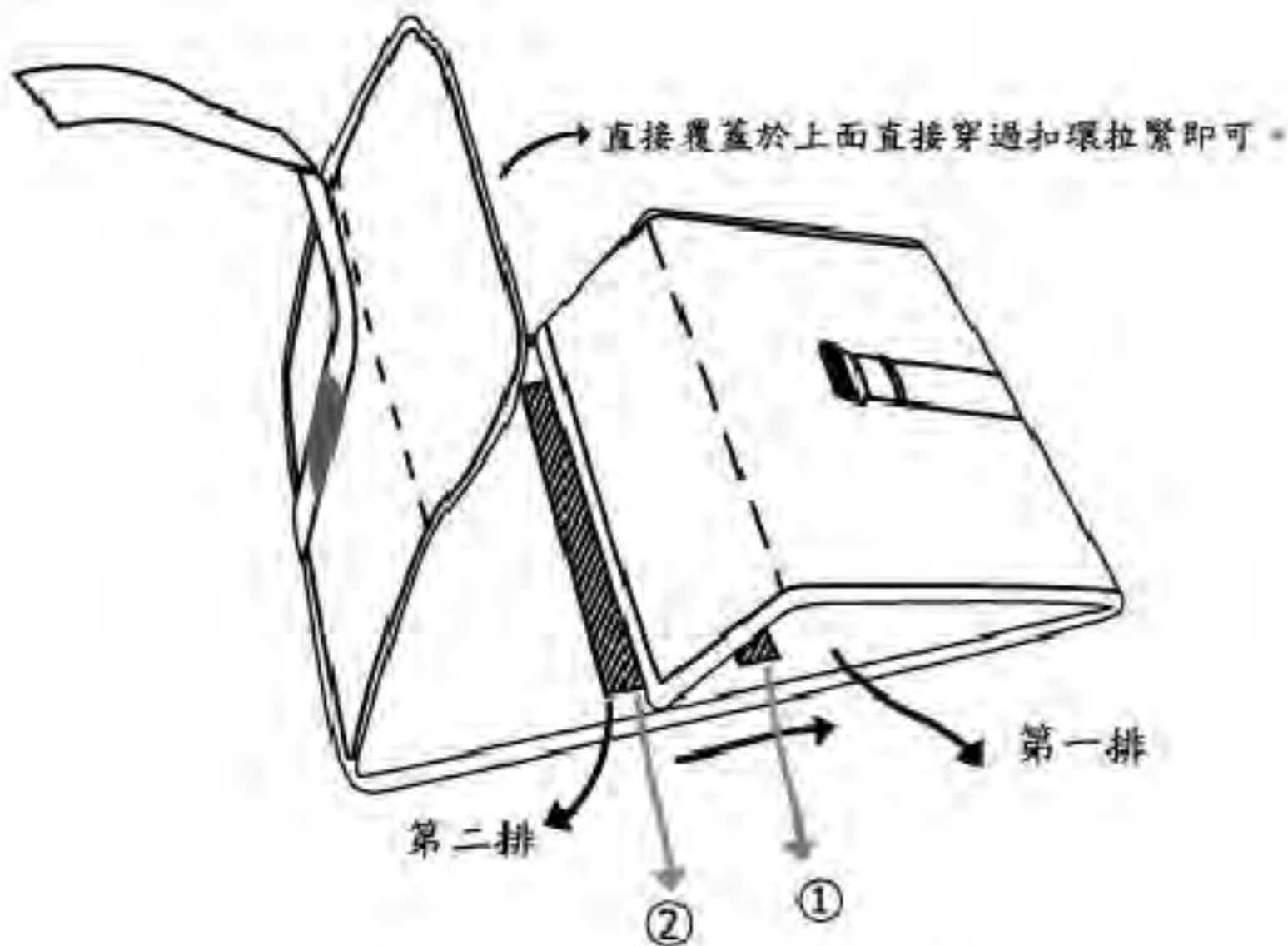


依試坐感覺, 個人喜好
調整織帶鬆緊度
改變背靠弧度



成品背面第二排魔術粘

- 空間有限如經濟艙時使用 -



附固定帶適合辦公座椅



將背靠直放於椅背, 下背請儘量保持與背靠貼近(補滿背後的空虛).

Put the back support upright at seatback. Keep lower part of your low back close to it (fill the emptiness between the back and seat), you will feel the comfort of support from even distribution of stress especially while you recline on it.



收納時將織帶拉開, 將支撐板放平即可.

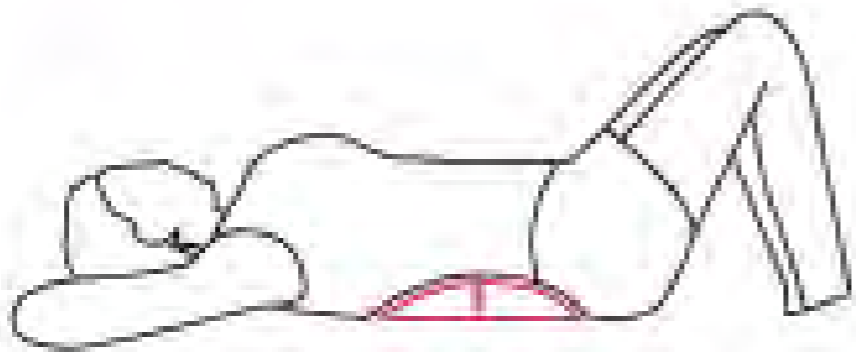
To unfold the back support, just release the strap and remove the vertical folding wings from the Velcro and flatten it.



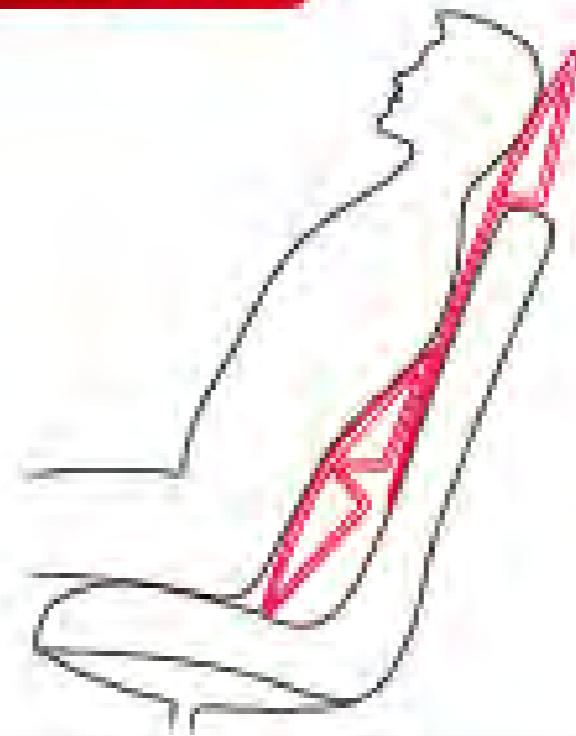
Back Stretcher/ Head Rest



供下背伸展用

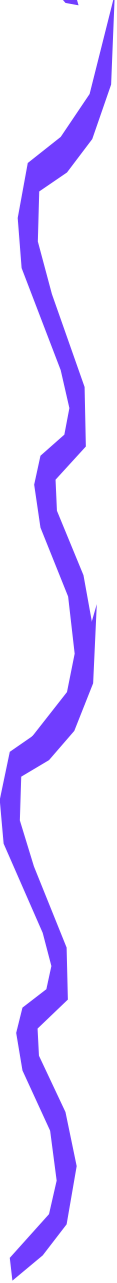


當頭枕使用

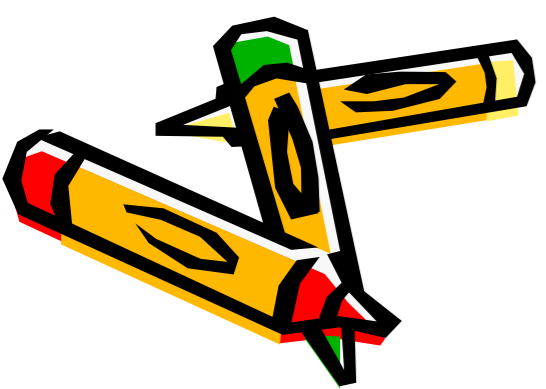


有復健拉腰效果
一次20-30分鐘

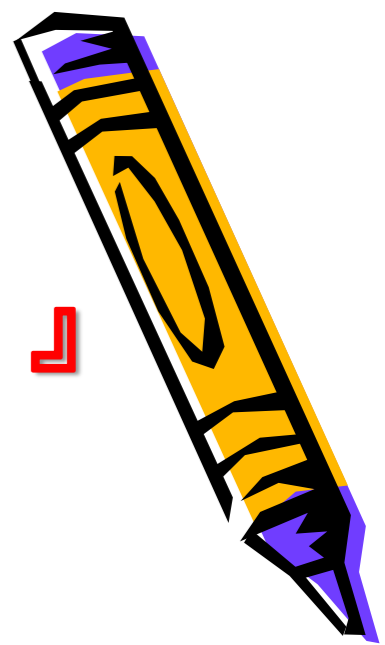
兩個背靠同時用
供小睡時
同時保護頸與背



市場上類似產品



【Spine 舒背爾】可調式靠墊-『家用』 太鼓式震動按摩版RS-801m



商
品
網
路
價

2700





背樂爺-冷暖兩用背墊

產品

詳情

產品：台灣省

瀏覽次數：1193

備注：50% PLIOS, 45%
TERYLENE, 5% PP

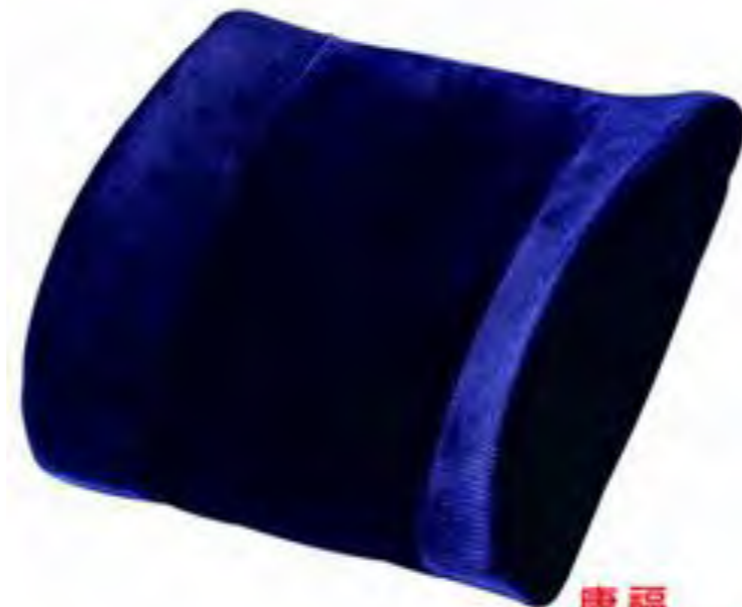
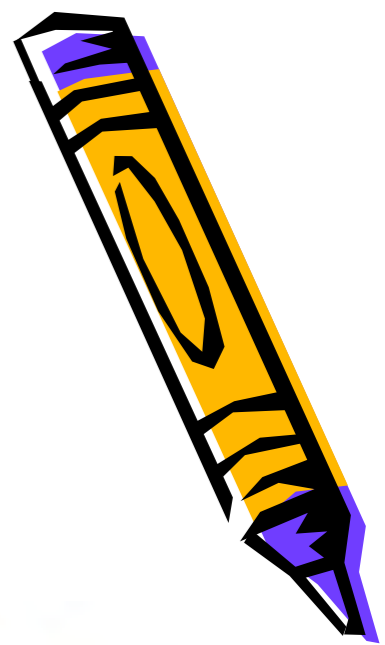
商品規格：

市場價：NT.\$6800元 會員價：

NT.\$4980元

1. 碳纖維發熱器，可散發遠紅外線，促進血液循環。
2. 特殊內建式風扇，保持背部涼爽。
3. 產品冷熱兩用，一年四季皆可使用。
4. 電子式控制開關操作，方便使用。
5. 創新氣壓式支撐技術，可調整符合個人腰部曲線支撐高度。
6. 輕薄設計靠墊讓乘坐者移動自如。
7. 便利安裝，可隨身攜帶使用。

一般所謂的護腰墊



康福
COMFORT.



加入一些特色如保暖、清涼、磁石、按摩...功能

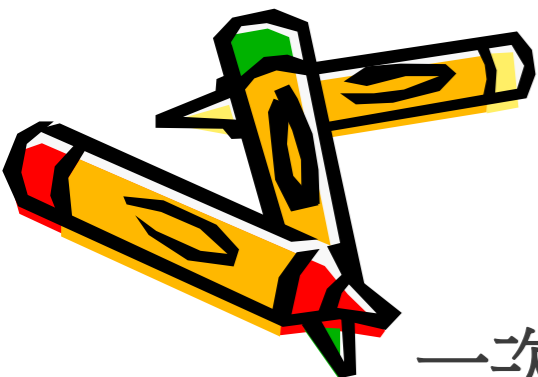
主要問題：
支撐不足，無法調整，不易攜帶



Akadama日紅玉精品 3D立體恆溫高密度 /靠墊/護腰墊(汽車.辦公室皆可使用)(MIT)



3D模具型成
完美的背部設計
通過ISO 9001認證
採用日本三井武田原料
宜蘭北城庄民宿全面採用



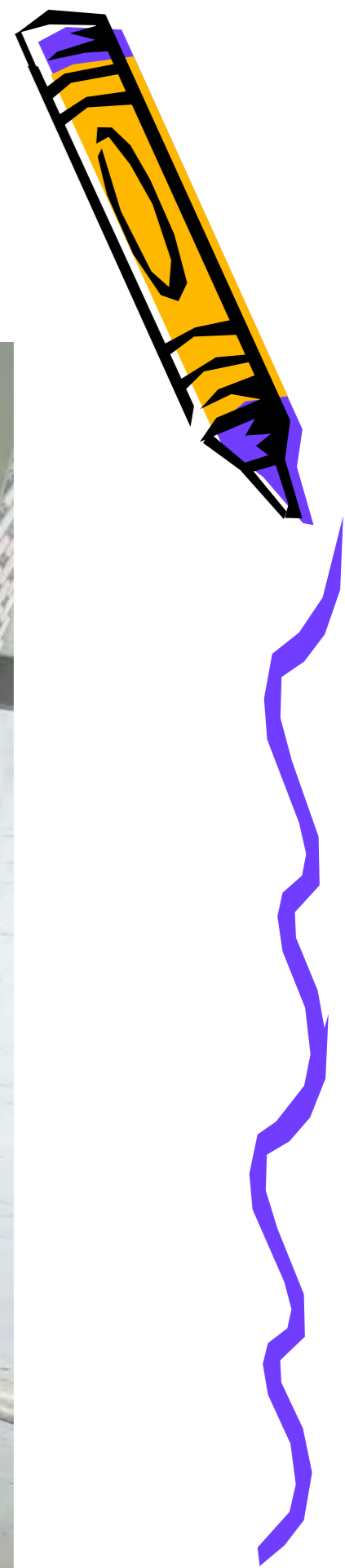
建議售價 \$1490元

一次付清特價 **8折** 1200元

涼快的網狀背靠



支撐不足
無法調整
不易攜帶



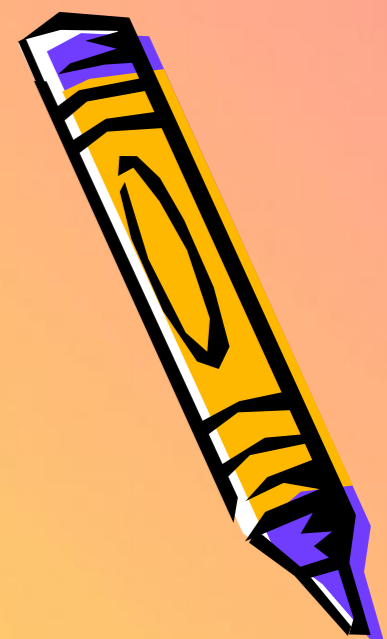
各家專業產品比較表

	攜帶性	支撐性	重量(大小)	可調整性	售價	專利保護
挺寧	★★★★★	★★★★★	★	可	★★	有
舒背爾	★★	★★★★	★★★★★	可	★★★★	有
akadama	★★	★	★★	×	★★★★	無
背X爺	★★★★	★★★★	★★★★	可	★★★★★★	?
一般護腰墊	★★	★	★★	×	★	



挺寧硬式背靠 創新專利人體工學設計

可無段調整、輕便易調整
硬式設計，提供充份支撐
方便攜帶，工作旅遊最佳良伴



好的脊柱是您一辈子的靠山



開車

辦公

讀書

