

# Vorbildlich eingerichtet

Der Allgemeinmediziner Dr. med. Markus Heyenbrock aus Kirchheim hat sich neben der Akupunktur auch auf Chirotherapie spezialisiert und ist zudem als Betriebsarzt aktiv. Wer in diesem Fachbereich tätig ist, achtet auch auf eine ergonomische Einrichtung in der Praxis.



**G**emeinsam führen der Allgemeinmediziner und sein Team eine Arztpraxis in Kirchheim/Heimstetten. Die lebendige Kleinstadt hat rund 12.000 Einwohner und liegt nordöstlich von München.

Neben der Allgemeinmedizin befasst sich Dr. Heyenbrock auch mit der Chirotherapie. Diese Art der Behandlung ist meist bei Blockierungen von Gelenken der Wirbelsäule notwendig, die unter anderem durch ein Fehlverhalten bei Bewegungen entstehen können. Auch um den Patienten gegenüber ein Vorbild zu sein, hat Dr. Heyenbrock bei der Ausstattung seiner Kirchheimer Arztpraxis besonders auf eine moderne und zugleich ergonomisch orientierte Einrichtung wert gelegt, da es wichtig ist, sich präventiv zu verhalten und die Gelenke schon vor Eintreten von Beschwerden weitestgehend zu entlasten.

Nach ausgiebigem Suchen und Testen neuer Sitzmöbel entschied sich der Kirchheimer Arzt bei der Bestuhlung der einzelnen Arbeitsplätze letztendlich für den „swopper“ von aeris. „Die universelle Einsatzfähigkeit und die Beweglichkeit in der Hüfte sowie die unterschiedlichen Designmöglichkeiten machten uns die Entscheidung für den swopper zuletzt doch noch einfach“, so Dr. Markus Heyenbrock.

## POSITIVE AUSWIRKUNG

Vor der Anschaffung der neuen swopper saßen die Mitarbeiter der Praxis auf normalen Bürodrehstühlen mit Höhenverstellbarkeit, und hier und da klagten die Angestellten über Rückenschmerzen. „Seitdem die swopper

von aeris im Einsatz sind, haben diese Beschwerden bei den Mitarbeitern deutlich nachgelassen“, erklärt uns der Doktor. Genau deswegen setzt der Allgemeinmediziner den swopper nun auch privat zu Hause ein.

aeris erklärt die Wirkungsweise des swoppers so: Der federgelagerte, in drei Ebenen bewegliche Aktivsitz swopper fordert und fördert Bewegung; man nimmt automatisch eine aufrechte Haltung ein. Dadurch bleibt der Rücken aktiv, die Muskulatur wird gestärkt, die Bandscheiben werden abwechselnd und flächig belastet und der Kreislauf wird in Schwung gehalten. Das alles fördert Beweglichkeit, Fitness, Konzentration und Wohlbefinden. Die positiven Auswirkungen des swoppers auf die Gesundheit sind medizinisch anerkannt und durch Studien belegt.

FACTS hatte den swopper ebenfalls schon im Test und mit „sehr gut“ bewertet. Für den Gebrauch kann die Redaktion folgende

Tipps geben: Anfangs sollte der Anwender täglich nur zwei Stunden swoppen und sich langsam bis zum ganztägigen aktiven Sitzen steigern. Bei richtigem Gebrauch kann so Rückenproblemen und Verspannungen entgegengewirkt werden. Im FACTS-Praxistest hat es jedenfalls den Testkandidaten sehr geholfen.

### FÜR DAS WOHLBEFINDEN

Anders als in „normalen“ Büros müssen die Ärzte und Arzthelferinnen oft kurze Wege überbrücken, für die sich ein Aufstehen kaum lohnt. Damit sich diese Wege auch im Sitzen schnell und einfach überbrücken lassen, bietet aeris den swopper auch mit Rollen an. Eine optional erhältliche Rückenlehne bietet, wenn erwünscht, eine weitere Variante für den Haltungswechsel an. Für die Optik kann der Anwender den swopper in verschiedenen Farbtönen erhalten. Neben den Farben

Schwarz und Weiß (Sonder-Funktionsbezug speziell für Praxen und Labore) bietet aeris darüber hinaus die Farben Blau und Rot sowie Grau, Sand und Terracotta an.

„Durch die große Auswahl an Bezugstoffen konnten wir die swopper problemlos an unseren Einrichtungsstil anpassen“, schildert Dr. Heyenbrock. „Eine gut eingerichtete Arztpraxis steigert nicht nur das Wohlbefinden der Mitarbeiter, sondern auch das der Patienten.“

*Timo Schrage* ■

### INFO swopper

Der Möbelhersteller aeris bietet neben dem eigentlichen Klassiker auch swopper in abgewandelten Versionen an. Ganz gleich ob mit Rückenlehne, mit Rollen oder in der Sattel-Ausführung. Zudem sind auch pflegeleichte und zugleich abwaschbare Bezüge erhältlich. Der Anwender hat je nach Einsatzbereich also die freie „swopper-Auswahl“.

