

UUSI toimisto

TEHOKKAAN TYÖSKENTELYN MONIMEDIA 10/06 www.uusitoimisto.fi

6,90€

Sijoita
näyttö oikein s.14

Isot ja litteät
käyvät kaupaksi s.10

Maailman selkää
parantamassa s.28

Litteät näytöt

Uuden Toimiston katsauksessa s.16

Maailman selkää parantamassa

→ Teksti Johanna Parikka Altenstedt

VANHAT ERGONOMIAN OPIT JOUTIVAT ROSKAKORIIN, KUN RINTEET RYHTYIVÄT UUSIMAAN TOIMISTOSSA ISTUMISEN TAITOA. MOTIIVI SAATIIN PERHEEN ISÄN SELKÄVAIVASTA, JONKA HÄN PARANTELI ITSEKSEEN STYROKSINKAPPALEELLA, JONKA HÄN MUOTOILI ISTUIMEKSEEN. NYT TUOTANTOLINJALLA ON OMA TOIMISTOTUOLI, JOKA ON TESTATTU YHDYSVALLOISSA JA TODETTU SIKÄLÄISTEN TYÖTERVEYSTUTKIJOIDEN HYVÄKSYMÄKSI. TULOKSET OSOITTAVAT, ETTÄ RINTEIDEN SELÄN VAPAUTTAVA TOIMISTOTUOLI ENNALTAEHKÄISEE SELÄN ONGELMIA. NYT RINTEEN PERHEELLÄ ON TAVOITTEENA PARANTAA MAAILMAA OMALLA TAVALLAAN – SELÄSTÄ.



Kaikki alkoi **Erik Rinteen** selkävaivasta. Erikin pojat **Tommi** ja **Karri** totesivat, että isästä oli selkävaivojen takia tullut kiukkuinen ukko, jonka kanssa tuskin enää pystyi kommunikoimaan juuri ollenkaan. Kivusta oli tullut suuri ongelma koko perheelle. Mutta Erik ei ollut neuvoton, vaan veisteli styroksista itselleen istuintyyny, jonka avulla kipu alkoi hellittää. Erikin istuintyyny asetettiin reisien alle niin, että takamus työntyi taaksepäin kunolla venyttäen samalla nikamien välejä niin, että välilevyt vapautuivat puristuksesta. Kiukuisesta ukosta tulikin taas säyseä isä.

Vanhat opit syyniin

Isän ihmeperantuminen sai pojat mietteläiksi. Oliko syy siihen yksinkertainen tukityyny reisien alla. Isä ja pojat päättivät ottaa asiasta selvää ja ryhtyivät tutustumaan selkäkipuja koskeviin tutkimuksiin ja kirjallisuuteen muun muassa Ruotsin työterveystutkimuslaitoksen kirjastossa. Löytynyt tieto hämmästytti Rinteitä, sillä kaikkien tutkimusten mukaan kivuista kärsivän ihmisen olisi istuttava 90 asteen kulmassa niin, että selän s-kurvi on suorassa. Tässä asennossa nikamat painuvat itse asiassa kasaan ja kipeät pisteet joutuvat entistäkin kovemman paineen alaisiksi – ja kipu sen kun vain lisääntyy. Rinteen mukaan tämä ”tieto” on kuitenkin jalostettu niin moneen kertaan, että siitä on tullut

Harva ajattelee
sitä, että nuorten
kasvavat selät
vaativat kunnon
istuimet.



peräti uskon asia – kukaan ei ole voinut asettaa oppeja kyseenalaisiksi.

Silti Rinteen perheessä oltiin sitä mieltä, että Erikin keksintö oli merkittävä. Rinteet päättivät ryhtyä tuottamaan tukityynyjä myyntiin. Alussa yrityksen perustaminen oli vaikeaa, mutta vähitellen sinnikkyys ja suomalainen sisu ovat tuottaneet tuloksia. Nykyään Rinteen tuotantofirma tekee tuoleja, joissa noudatetaan Erikin tyynyn periaatetta. Istuinosan taka-osa on irrotettu muusta istuintyynystä ja sen voi kääntää alaspäin niin, että takamus valuu alaspäin ja työntyy taaksepäin istuttaessa. Tässä asennossa ristiselän s-linja "aukeaa" ja selkärangan nikamien välit venyvät erilleen pikemminkin kuin painuvat yhteen. Kipu helpottaa.

Rinteen perheen tuoleja on testattu nyt useamminkin kerran, ja patentti on myönnetty. Tuoreessa ruotsalaisessa Hälsa -lehden lokuun numerossa 2006 esitellään tuoli samassa yhteydessä, kun selkävaikeuksista kärsinyt konttorityöntekijä Anette Nordvall kertoo voineensa palata pitkäaikaissairaslomalta takaisin työhön – sekä golfkentille – tuolin ansiosta.

Tuolit tuotantoputkeen ja oppikirjat uusiksi

Nyt onkin mielenkiintoista nähdä, tuleeko toimistotuoleista seuraava suuri suomalaisten keksintö maailman selkäkipuja lievittämään.

Ensimmäiset lupaavat yhteydet on jo saatu autoteollisuudesta, sillä nimenomaan ammattilaiskuskit saavat usein selkäsärkyjä – ja jos autoihin saadaan istuimet, jotka voivat venyttää selkää nikamien yhteenpainamisen sijaan, niin voitot sekä kuskiensa terveydessä että liikenneturvallisuuksessa ovat varmoja.

Kohderyhmiä ei Rinteen tuoleille ole vaikea keksiä nyky-yhteiskunnassamme, jossa jo lapset istuvat tietokoneidensa äärelle tuntikaupalla päivittäin. Helsingin Sanomien artikkelin mukaan (30/10-06) harva vanhemmista tietää, mitä nuoret tekevät netissä – mutta vielä harvempi ajattelee edes hetken vertaa sitä, että nuorten kasvavat selät vaativat kunnon istuimet mikäli aikaa kuluu verkossa tuntikaupalla päivittäin. Muutoin horisontissa näkyy jo valtava kansanterveysongelma selkäkipuina.

Tommi ja Karri Rinne näkevät isänsä keksinnössä muutakin, kuin taloudellista voittoa. He katsovat, että tuoliteollisuuden avulla he voivat parantaa maailmaa omalla tavallaan. Mutta toinenkin haaste odottaa. Nykyisten oppikirjojen opit perustuvat muutamaankin tutkimukseen, joiden perusteella ei laajemmin voi vetää selkeitä tieteellisiä johtopäätöksiä. Silti selkäoppia opetetaan edelleen siltä pohjalta, että 90 asteen kulma istuttaessa on ainoa hyvä vaihtoehto. Sisukkailta veljeksillä onkin edessään valtava pedagoginen urakka haastaessaan niin kiropraktikkojen kuin mööpelisuunnittelijoidenkin vanhat totuudet hyvästä istumistavasta ja selän hyvinvoinnista. ■

Tietoa uudesta konttorituolistista: www.ergositter.info.se