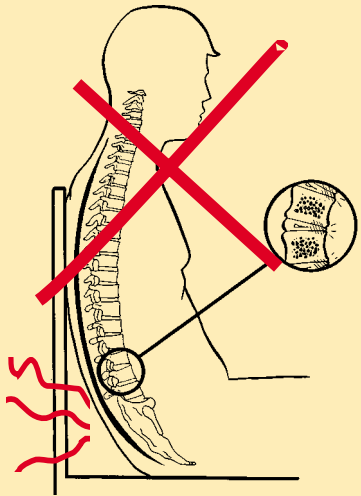
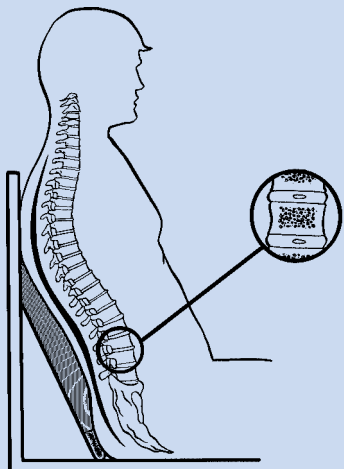


## Eviter toujours la position dite du "dos rond".

Dans sa position naturelle, la colonne vertébrale a la forme d'un S ce qui donne une grande souplesse du tronc sans surcharge pour le dos. Il est donc très important de conserver cette cambrure naturelle de la colonne vertébrale en position assise pour éviter une pression sur la colonne pouvant entraîner des douleurs lombaires avec prolongement dans les membres inférieurs ou des tensions dans la nuque et les épaules. Le support dorsal doit donc être suffisamment stable pour résister au poids du corps, par exemple en rejetant le corps en arrière.



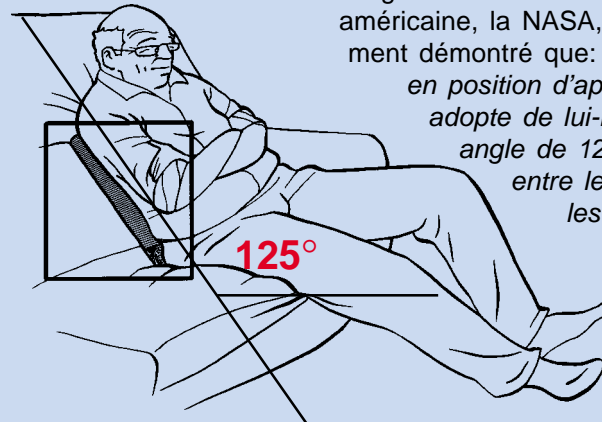
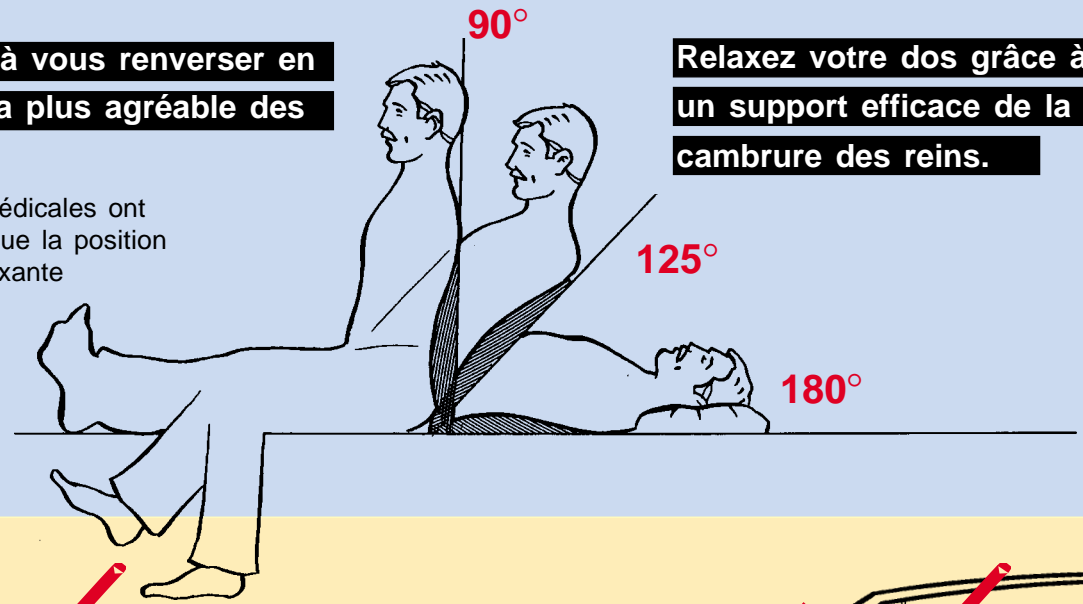
Il faut éviter d'être assis en adoptant la position du "dos rond" comme dans l'illustration ci-contre afin de ne pas provoquer une surcharge de pression sur la colonne vertébrale, les tendons et les muscles, ce qui ne manquerait pas d'entraîner, tôt ou tard, des douleurs lombaires.



Il faut toujours avoir un support dorsal stable en s'adossant naturellement de manière à épouser la courbe des reins, ce qui permet de protéger ainsi le dos en allégeant aussi bien la colonne vertébrale que les muscles de la nuque et du dos.

## N'hésitez pas à vous renverser en arrière, c'est la plus agréable des positions.

Des recherches médicales ont mis en évidence que la position assise la plus relaxante pour le dos est la position renversée à 110-130 degrés.



L'organisation de l'aérospatiale américaine, la NASA, a également démontré que: "le corps en position d'apesanteur, adopte de lui-même un angle de 125 degrés entre le corps et les jambes."

## Relaxez votre dos grâce à un support efficace de la cambrure des reins.

Grâce à **SPINA-BAC** vous pouvez choisir la position avec le dos droit ou renversé en arrière selon l'angle choisi, avec un soutien et une relaxation parfaite du dos et donc une position confortable et sans risque de douleurs lombaires entraînées par une mauvaise position assise.



# SPINA-BAC®

# SPINA-BAC®



SPINA-BAC® en voiture



SPINA-BAC® à la maison

L'homme a une cambrure du dos située à une hauteur différente et de forme variable selon les personnes. Les sièges sont donc plus ou moins confortables suivant les personnes qui les utilisent. Il est inutile d'adopter une "bonne position assise avec la colonne vertébrale bien droite" si, par exemple, la courbure du siège se trouve au niveau des omoplates ou si elle n'existe pas et que le dos forme un arc par rapport au dossier! Le dos supporte mal d'avoir une "courbure en arc inversé", aggravant la tension musculaire et celle des tendons et provoquant une mauvaise inclinaison de la nuque, ce qui entraîne tension et fatigue. Grâce à **SPINA-BAC**, la cambrure de votre dos épousera toujours la forme du dossier et vous serez toujours assis en "bonne position", en gardant la colonne vertébrale bien droite ou bien penchée en arrière avec la cambrure souhaitée.

**Un appui parfait dans toutes les positions.**



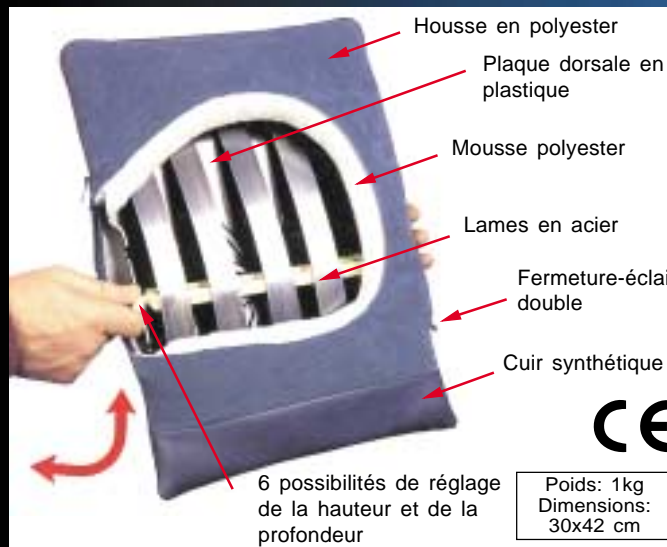
Relaxez-vous grâce à **SPINA-BAC®**

**Reconnu par tous les spécialistes**

**SPINA-BAC** est un support précieux pour les dos sensibles et douloureux. Il s'adapte à tous les cas et besoins particuliers. Il est facile d'emporter **SPINA-BAC** avec soi. Il est particulièrement recommandé aux personnes devant rester assises dans leur voiture, ou en conférence ou même devant leur récepteur de télé.



Gerda Huld Mattsson  
Kinésithérapeute diplômée



**Adaptable au dos de chacun**

## SPINA-BAC®

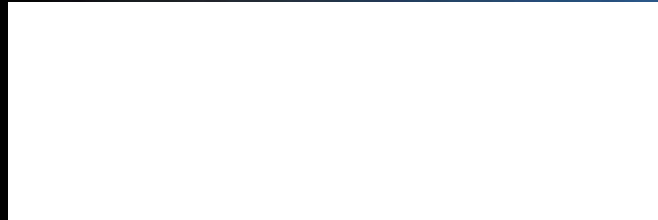
- possède une plaque dorsale stable avec 5 lames en acier et un dispositif de réglage pour 6 positions, adaptable au dos de chacun. La souplesse de son rembourrage et sa housse élégante contribuent à son haut niveau de confort.
- existe avec des housses en différents coloris – bleu, noir, rouge, beige – lavables à l'eau tiède.
- existe avec bandes adhésives à l'arrière pour une fixation éventuelle.
- développé et fabriqué en Suède et breveté dans plusieurs pays.



## SPINA-BAC®

Fabricant: Spina Medical AB, Stockholm, Suède

Revendeur:



# SPINA-BAC®

**L'AMI INDISPENSABLE DE VOTRE DOS**



**Mal au dos?**

