

Istu ja liiku samalla

UUTTA!

// Istumatyötä tekevien selkävaivat johtuvat useimmiten liikkeen puutteesta, kertoo toimistoergonomiaan erikoistunut yrittäjä **Antti Limingoja**. Hän kehitti HumanTool-istuimen, jossa keholla voi tehdä pientä keinuvaa liikettä samalla kun istuu.

– Kun keskivartalon lihakset vahvistuvat ja aineenvaihtunta ja verenkierto selän alueella paranevat, selkävaivat helpottuvat.

Satulamainen istuin asetetaan tuolin päälle. Kun istainta kokeilee, asennosta tulee ryhdikäs kuin itsestään. HumanToolin avulla voi jumrata ja tasapainoilla, mutta kiikkerä se ei ole. *ET*

Lisätietoja: *Limingoja Oy (09) 4524 649*
tai *www.humantool.fi*



HumanTool-istuin maksaa noin 149 e ja sitä myyvät terveys- ja fysiatriaan erikoistuneet liikkeet.

Lyhyet

● **Testosteronin** on ajateltu olevan yhtenä syynä miesten sepelvaltimotaudin yleisyyteen. Uuden tutkimuksen mukaan näyttää siltä, että normaali testosteronipitoisuus suojaakin miestä sydänsairaudelta. Sen sijaan miehillä, joilla oli alentunut testosteronipitoisuus, valtimokovettumatauti oireet olivat yleisempiä. *Turun yliopisto*