

KARINEUS & TERVEYS 13/07



# Akupunktio

ja lumehoitona

annettu neulahoito lievittää  
saksalaistutkimuksessa  
kroonista alaselkäkipua  
paremmin kuin lääkkeet  
fysioterapia ja liikunta

Lähde Archives on Internal Medicine

## Liikettä selälle

Human Toolin *Asabi*-istuimien muuntaa työtuolin satulaksi. Se ohjaa hyvään alaselän neutraaliasentoon, jossa ryhdikkäässä selässä on normaalit notkot. Alapuolen pallomuoto houkuttaa keinutteluun ja tasapainoiluun, jotka treenaavat selkää tukevia keskivartalolihasia. Monipuolinen liike estää vaivoille altistavaa paikoilleen jämyhtämistä. Jumppaohjekin löytyy. Loistokeksintö saa pikkurniituksen hinnasta 149 €.

Tiedustelut [www.humantool.fi](http://www.humantool.fi)