

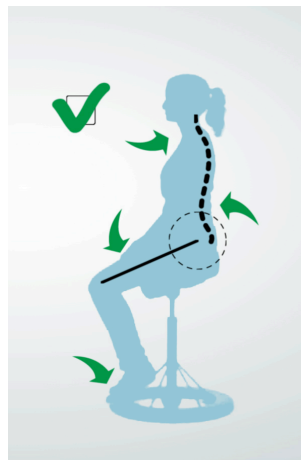
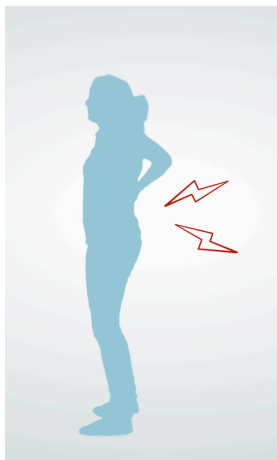
# NACHWEISLICHE REDUZIERUNG VON RÜCKENSCHMERZEN DURCH BACK APP

Durch wissenschaftliche Studien mit Personen, die beim Sitzen Rückenprobleme haben, konnte nachgewiesen werden, dass die Schmerzen im Vergleich zum Sitzen auf einem modernen, qualitativ hochwertigen Bürostuhl mit Rücken- und Armlehnen erheblich und messbar vermindert wurden.

## Das wussten wir schon

Die Idee für den Back App wurde als Lösung für Menschen mit Rückenproblemen geboren. Viele Menschen erklärten, dass sich ihre Rückenschmerzen durch das Sitzen auf dem Back App verringert haben.

In einer [Kundenumfrage](#) antworteten Anwender eines Back App, dass ihre Rückenschmerzen reduziert wurden.



Ganze 76,6 % sind der Ansicht, dass sie durch die Nutzung eines Back App einen deutlich positiven Einfluss auf ihren Gesundheitszustand verspüren. Über 26 % gaben an, dass sie stärker geworden sind, und 10 % antworteten, sie hätten mehr Energiereserven. Fast 50 % erklärten, weniger Schmerzen zu haben, und viele haben weniger Angst vor einem erneuten Auftreten von Schmerzen (nachdem die Schmerzen abgeklungen sind).

Der Back App wurde von 364 Spezialisten getestet. Davon erklärten 98,1 %, dass Patienten mit Rückenproblemen vom Sitzen auf einem

Back App profitieren könnten. 97 % gaben an, dass sich das Sitzen auf dem Back App positiv auf den Lendenbereich auswirkt. [Spezialistenumfrage](#).

## Ergebnisse neuer wissenschaftlicher Studien

Der Back App hat nachweislich folgende Vorteile:

- Er fördert eine aufrechte Sitzhaltung
- Er reduziert die Anstrengung beim aufrechten Sitzen
- Er regt zu mehr Bewegung im Sitzen an – Trainingseffekt
- Er fordert den Gleichgewichtssinn auf sanfte, kontrollierte Weise – Trainingseffekt
- **Er reduziert Rückenschmerzen während des Sitzens**

## Publikationen

Kieran O'Sullivan , Zusammenfassung lesen.