

# Wirksamkeit des ErgoPultes 2016 wissenschaftlich belegt:

- Die **Seitwärtskrümmung des Nackens** reduziert sich um 73,6% und die **Vorwärtskrümmung** um 46,6%.
- Durch eine **Reduktion der Nackenrotation** um 96,4% wird der **Nacken stark geschont**.
- **Bessere Konzentration:** Mit ErgoPult können mehr Wörter korrekt eingegeben werden.
- Die **Reaktionszeit verbessert sich** um 5,8%.
- Durch das ErgoPult erfolgt das Eingeben von Texten **effizienter**.
- **Muskuläre Dysbalancen** werden verringert.
- **Geringere Ermüdung** durch Entlastung der Augen.



„Durch die Verwendung des ErgoPultes als Eingabehilfe verändern sich zahlreiche kognitive als auch biomechanische Parameter positiv. Negative Veränderungen konnten nicht festgestellt werden.“  
(FH-Prof. DI Dr. Andreas Schrempf, 2016)



## ErgoPult Reiniger

Aufsprühen mit einem weichen Tuch abwischen. Staub darf niemals trocken abgewischt werden. Nicht mit organischen Lösungsmitteln wie Verdünnern, Alkohol, Kraftstoffen, usw. in Berührung kommen. Auch Fensterreiniger enthalten meist Alkohol. Sicherheitsdatenblatt unter: [www.ergopult.com](http://www.ergopult.com)

[www.ERGOPULT.COM](http://www.ergopult.com)

## Andreas Thaler

Fleckstraße 6, A-6323 Bad Häring  
Tel. +43 664 / 815 92 91  
Mail: [andreas.thaler@ergopult.at](mailto:andreas.thaler@ergopult.at)  
Web: [www.ergopult.com](http://www.ergopult.com)



[www.ERGOPULT.COM](http://www.ergopult.com)



## Mein Vorlagenhalter

Durch die fast zwingende aufrechte Sitzhaltung wird meine Muskulatur gestärkt. Die Organe in Brust und Bauch werden nicht gequetscht und können den Körper somit besser versorgen.

## Mein Schreibpult

Ich ziehe das ErgoPult über die Tastatur zu mir. Es schont meine Augen und tut meinem Nacken und meiner Wirbelsäule samt Bandscheiben gut.



## Mein Lese-pult

Beim Lesen wird das ErgoPult gedreht und erzeugt durch den steilen Winkel eine Änderung der Sitzposition, welche sich günstig auf meinen Körper auswirkt.



## Mein Notebookhalter

Mit externer Tastatur arbeite ich körpernah und entspannt. Meine Vorlagen lege ich auf die Notebook-Tastatur.



## Bildschirmarbeitsplatz - Ergonomie

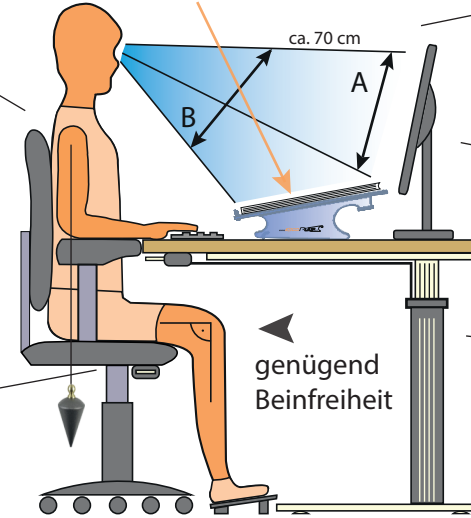
günstige Gestaltung - 03. 2016

www.ERGOPULT.com  
bringt Sie in eine gesunde Haltung

Mit aufrechter Körperhaltung die Rückenlehne nutzen

Brustbein hoch Schultern und Oberarme hängen entspannt nach unten

Sitzfläche voll ausnutzen Abstand zu Kniekehle 2-3 Finger



oberste Bildschirmzeile max. in Augenhöhe

A optimales Blickfeld B maximales Blickfeld ohne Kopfbewegung

zu empfehlen: Sitz-Steh-Tisch 3-4 Haltungswechsel pro Stunde

Fußstütze nur wenn sich der Tisch nicht verstellen lässt.

Quelle: eigene Darstellung modifiziert nach BMASK

Konzentrationsstörung

Sehstörung

Nackenschmerzen

Schluck- und Stimmbeschwerden

Verengung des Ansatzrohres

Herz- Kreislaufstörung

Flache Atmung

Kreuzschmerzen

Eingedrückter Magen

Hämorrhoiden

Venen- Lymphstau

Durchblutungsstörungen

Muskelschwund ...

