

# GESUNDHEITSSESSEL ERGO

*Ihr tägliches Aktiv-Programm*

Eine Wohltat für Körper und Geist!  
Entwickelt vom namhaften Ergonom und  
Wohnmediziner Prof. Dr. Dr. Nier.



Entwickelt in enger Zusammenarbeit  
mit Prof. Dr. Dr. Nier,  
Ergonom und Wohnmediziner

Entlastet die Wirbelsäule  
Unterstützt das Herz-Kreislauf- und Lymph-System

**Entspannung der  
besonderen Art!**

 **MÜLLER-®**  
Gesund Sitzen  
und Liegen

# Ihr tägliches Aktiv-Programm

## **Bewusstes Entspannen im Ergo**

Stress, Hektik und der dauernde Kampf gegen die Uhr prägen unseren vielfältigen Arbeitstag. Die Folge: wir sind nervös, gereizt und reagieren überempfindlich. Wir fühlen uns schlapp und müde. Dabei kann schon eine kurze, richtige Regenerationspause wirksam und spürbar auf Körper und Geist wirken. Der Ergo-Sessel wurde in Zusammenarbeit mit dem namhaften Ergonomen und Wohnmediziner

Prof. Dr. Dr. Nier entwickelt. Er aktiviert seinen „Besitzer“ auf eindrucksvolle Weise innerhalb kürzester Zeit und bietet mit gezielter Funktionalität und hohem Komfort die Grundlage schöpferischer Entspannung.



Entwickelt in enger Zusammenarbeit mit Prof. Dr. Dr. Nier, Ergonom und Wohnmediziner



## **Die Ergo Sitzposition**

Die Sitzposition mit leicht angekippter Sitzfläche und Rückenlehne und eingefalteter Beinauflage gestattet eine gelockerte Körperhaltung. Durch Auflegen der Arme auf die gepolsterten Lehnen wird der oft verspannte Schultergürtelbereich gelockert, Sauerstoffverbrauch und Herzleistung werden abgesenkt. Diese Sitzposition ist besonders geeignet beim Lesen, Fernsehen und bei ungezwungener Konversation.

# Eine Wohltat für Körper und Geist

## Die Ergo Neigungspositionen

Mit dem Übergang in die Neigungsposition leiten wir die kontinuierlich variable Sitzflächen- und Rückenlehnenneigung ein. Gleichzeitig erfolgt die Beinabstützung. Mit der Zunahme des Neigungswinkels wird eine zunehmende, angenehme körperliche Entlastung erzielt, ohne dass der Blickkontakt zur Umgebung verloren geht.



Innerhalb der verschiedenen Zwischenstufen wird eine weiterreichende Regeneration, ein ideales Relaxen erzielt. Schon eine kleine Pause führt zu einer spürbaren Lockerung der Muskulatur. Dies geht einher mit einer geistig-seelischen Entspannung und einer Rückgewinnung der inneren Ruhe.

## Die Ergo Liegeposition

In dieser Position fällt die Sitzfläche stärker ab, die Rückenlehne steigt leicht an, die Beinauflage reicht hoch. Dabei kommt es zu einer umfassenden Abstützung des Lenden- und Halswirbelsäulen-Bereichs, wobei eine Überstreckung der Bein- und Beckenmuskulatur vermieden wird. Durch die konsequente Hochlagerung der Beine wird die zentrale Kreislaufkonstellation entscheidend verbessert, die Herzbelastung verringert und die Mehrdurchblutung des Gehirns gefördert.

Diese ergomedizinisch optimierte Liegeposition ist die ideale Voraussetzung für eine tiefgreifende und grundlegende Entspannung und Regeneration des Körpers.

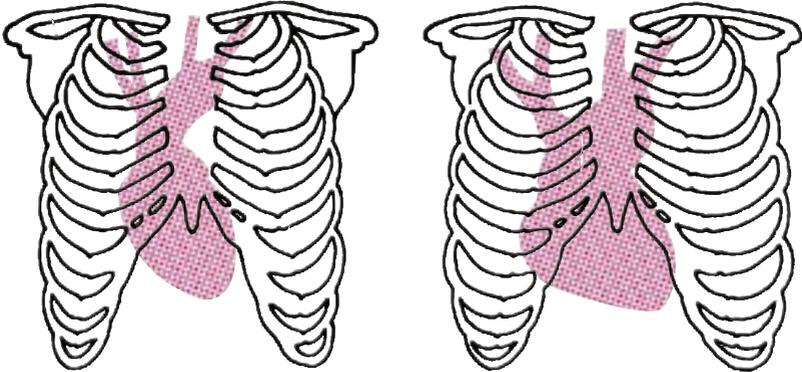


# Die gesunde Seite des ERGO

## Die gesundheitliche Bedeutung der Entspannungspositionen im Ergo-Sessel

Trotz der Humanisierung vieler Arbeitsprozesse gehen in der Berufswelt noch zahlreiche Sparten mit monotonen Tätigkeiten und mit damit verbundenen ungünstigen Körperhaltungen einher. Für den berufstätigen Menschen bedeutet dies vor allem Probleme des Herz- Kreislaufsystems sowie Schmerzen im Schultergürtel- und Lendenwirbelbereich. Hinzu kommen Durchblutungsstörungen der Beine, die sowohl bei stehender als auch bei sitzender Tätigkeit beobachtet werden.

Mit dem Entspannungssessel Ergo wurde ein Sitz- und Liegegerät entwickelt, das die optimalen Voraussetzungen für eine gezielte dynamische Regeneration schafft.



Die Zunahme der Herzfüllung lässt die Pulsfrequenz sinken. Das Herz hat weniger Anstrengung und leistet dennoch mehr.

## Die Unterstützung des Herz-Kreislauf-Systems

Die entspannte Körperlage im Ergo führt vor allem in der Liegeposition zu einer unmittelbar fühlbaren Entlastung des gesamten Herz-Kreislauf-Systems. Durch die Hochlagerung der Arme und Beine (Knie in Herzhöhe) kommt es zu einer venösen Blut-Rückverlagerung (von ca. 0,6 Litern) von den tieferen Körperpartien zum Herzen.

Die Folge: eine zentrale Kreislaufverbesserung, Zunahme der Herzfüllung und eine Verlangsamung der Pulsfrequenz.

Kurz: das Herz kann mit weniger Anstrengung mehr leisten. Das kommt unmittelbar auch der Durchblutung des Gehirns zugute - die geistige Leistungsfähigkeit steigt.

# Nehmen Sie Platz!

ERGO der ideale Lesesessel!



... und kommunikativ beim Plaudern mit Ihren Lieben



# Die gesunde Art zu Entspannen!

Der ERGO Fernsehsessel macht fernsehen zum entspannten Vergnügen

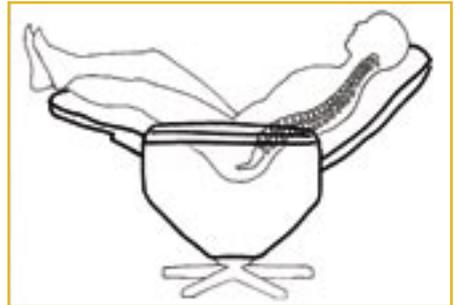


## Die Entlastung der Wirbelsäule

Die hochreichende Rückenlehne des Ergo ist optimal an das Brust- und Lendenwirbelsäulenprofil angepasst. Sie entlastet dadurch den Muskel- und Bandapparat und aktiviert mild die sogenannten „dorsalen Reflexzonen“ mit positiv entspannender Wirkung. Einzigartig im Vergleich zu herkömmlichen Relaxesessel ist die von Orthopäden empfohlene und in den ERGO eingebaute Stufenlagerung. Der Sitzbereich des ERGO kippt nach hinten sobald Sie die Rückenlehne zurück fahren, somit kann das Gesäß nicht nach vorn rutschen und in eine für den Rücken ungünstige Position geraten (das Loch das sonst durch Kissen gestopft wird!). Die Zwischenwirbelräume öffnen sich und lassen eine Regeneration der Bandscheiben zu. Die Druckspannung der Zwischenwirbelscheiben wird in der Liegeposition im Vergleich zum aufrechten Stand auf ein Viertel reduziert. Diese Druckabnahme kommt jungen Sportlern ebenso zugute wie Menschen jeden Alters. Sie erleichtert die Diffusionsernährung der Bandscheiben und verbessert die Stoffwechselfunktionen in den wirbelsäulennahen Gewebезonen. Ein gezieltes Vorbeugprogramm gegen belastungsbedingte Degenerationserscheinungen der Wirbelsäule.

## Knie über Herzhöhe

Durch diese Entspannungslage wird die Durchblutung des Gehirns verbessert und das Herz-Kreislauf-System nachhaltig entlastet.



## Die Verbesserung der Atmung

In den verschiedenen Entspannungspositionen wird besonders die Bauch- oder Zwerchfell-Atmung begünstigt. Sie ist effektiver als die gewöhnliche Brustatmung, da sie eine höhere Lungenbelüftung bewirkt und die venöse Blut-Rückverlagerung zum Herzen unterstützt. Eine bessere Sauerstoffversorgung des gesamten Körpers ist die logische Folge - und damit eine schnellere Regeneration und größere Leistungsfähigkeit.

# Farbmuster

## Contempo



## Pellini



Leichte Farbabweichungen vom Foto sind nicht auszuschließen.

# Leder (robust und langlebig)

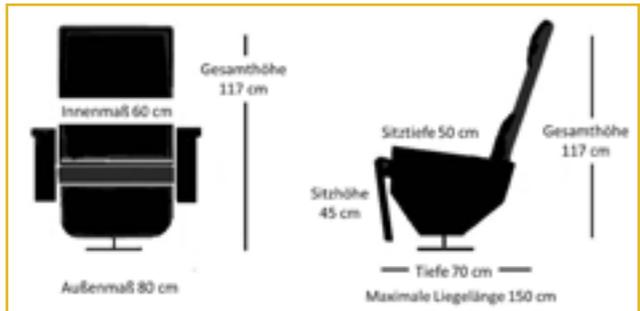


Leichte Farbabweichungen vom Foto sind nicht auszuschließen.

# Die technische Seite

## Einfache Bedienung ob manuell oder elektrisch

Der ERGO ist entweder elektrisch mit 2-Motoren verstellbar oder in der manuellen Ausführung wählbar. Bei der manuellen Ausführung, mit zwei leicht zu bedienenden Hebeln bringt man den Ergo-Sessel in jede gewünschte Position. Sie befinden sich links und rechts an den Seitenwangen. Der rechte Hebel dient zur Verstellung der Neigung von Sitz und Rückenlehne, mit dem linken Hebel bringt man die Beinauflage in die gewünschte Höhe. Sie wird durch eine Gasdruckfeder aktiviert. Eine einfache Gewichtsverlagerung genügt, um in die normale Sitzposition zurückzukommen.



## Ein Ergo passt sich überall an

Trotz der ausgeklügelten Technik, die im Ergo steckt, ist dieser Multi-Funktionsessel völlig frei über 360° drehbar. Das erspart unter Umständen lästiges Sesselrücken und reduziert den Platzbedarf für einen Ergo.

# Die praktische Seite

## ERGO in 2 Größen

Neben der Standard-Ausführung gibt es den ERGO auf Wunsch mit Fußteilverlängerung. Bei dieser Ausführung ist die Sitzhöhe 48 cm und die Gesamthöhe 120 cm. Durch die variable Fußteilverlängerung kann der ERGO individuell auf jede Körpergröße angepasst werden. Außerdem ist der ERGO auf Wunsch mit Rollen oder Gleiter erhältlich.



## Pflegeleichte Bezüge

Den ERGO gibt es in robustem Leder, Kunstleder und einer Reihe von kuscheligen Stoffbezügen in vielen verschiedenen Farben, natürlich modern und pflegeleicht. Die Polsterung ist problemlos abnehmbar und damit im Bedarfsfall leicht zu reinigen. Praktisch wie alles am ERGO.



Die nützliche Seitentasche hält dabei immer den richtigen Lesestoff bereit. Auch Platz für eine Fernbedienung findet sich in der praktischen Tasche.

Die langjährige Erfahrung und äußerst positive Kundenresonanz zeigt, dass wir mit dem Ergo Entspannungssessel genau das Bedürfnis des entspannten Sitzens und Liegens getroffen haben.

Ergonomisch unvergleichlich und technisch perfekt ausgetüftelt entspricht der Ergo jedem Besitzer.

# So wird lesen zum Genuss!



Besuchen Sie unsere Ausstellung „gesund Sitzen und Liegen“ in Gottmadingen und genießen Sie die Vorzüge, die der Ergo Gesundheitsessel Ihnen bieten kann!

Wir beraten Sie kompetent und unverbindlich!

Exklusiv-Vertrieb Ergo Gesundheitsessel!



Gesund Sitzen  
und Liegen

E-Mail: [info@m-extender.de](mailto:info@m-extender.de)

[www.m-extender.de](http://www.m-extender.de)

**L. Müller GmbH**  
Med- Techn. Gerätebau  
Gewerbestr. 18  
D-78244 Gottmadingen

**Tel: 07731/9702-0**  
**Fax: 07731/9702-30**  
[info@m-extender.de](mailto:info@m-extender.de)  
[www.m-extender.de](http://www.m-extender.de)