

## MediMouse®: Strahlungsfreie Wirbelsäulenfunktionsanalyse!

Erkrankungen der Wirbelsäule gehen oft mit Haltungsveränderungen, Bewegungseinschränkungen und muskulären Dysbalancen einher. Schmerzen und Einschränkungen im täglichen Leben sind oftmals die unmittelbaren Folgen.

MediMouse® ist ein mechatronisches System zur strahlungsfreien Vermessung der Wirbelsäule. Im Anschluss an die Messung können individuelle Handlungsempfehlungen zur Verbesserung der Situation gegeben werden.

### Fakten auf einen Blick:

- ✓ Messung der Körperhaltung
- ✓ Bewegungsmessung
- ✓ Messung der Haltungskompetenz
- ✓ Vergleich mit Alters- / Geschlechtsgruppen
- ✓ Schnelle Messung mit hoher Messgenauigkeit
- ✓ Hochwertige Ergebnisdarstellung
- ✓ Vergleichbarkeit bei Messwiederholung
- ✓ Individuelle Trainingsplanerstellung

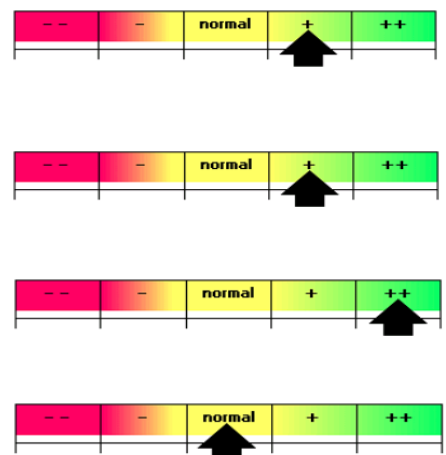
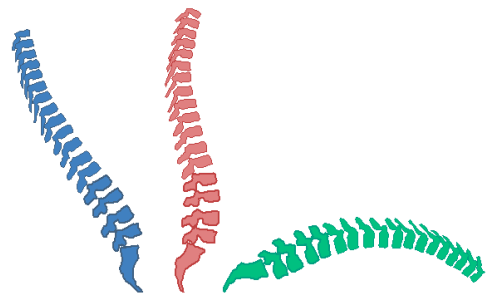


Abb. 1: Testgerät MediMouse® und Ergebnisgrafik

Beispielauswertung:

**SpinalMouse®**

Nachname	Geburtsdatum
Vorname	Geschlecht
angelegt am	

**Wirbelsäule - Gesamtscore (SpineScore®)**

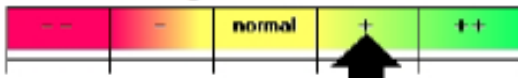


Der MediMouse® Test errechnet den Spine-check Score® welcher die drei Kriterien Haltung, Beweglichkeit und Haltungskompetenz der Wirbelsäule einschließt. Ihr Spine-check Score® deutet auf eine **einigermassen leistungsfähige und funktionell genügende Wirbelsäule** hin.

Nur die leistungsfähige Wirbelsäule kann den Alltagsbelastungen ausgesetzt sein ohne langfristig Schädigungen zu erleiden. Ein gesunder Rücken erhöht die Lebensqualität.

Tipp: Verbessern und unterstützen Sie die Leistungsfähigkeit Ihrer Wirbelsäule, indem sie Bauch- und Rückenmuskel-Training zur Kräftigung der Rumpfmuskeln ins Trainingsprogramm integrieren. Vermeiden Sie lange bewegungsarme Sitz- oder Stehhaltungen. Bewegen Sie Ihren

**Wirbelsäule - Haltung**



Der MediMouse® Test bewertet die Haltung der Wirbelsäule im aufrechten Stehen und in vornübergeneigter Haltung (Flexion). Die Messwerte zeigen auf, dass Sie eine **gesunde Körperhaltung** einnehmen.

Die gesunde Körperhaltung gilt als Voraussetzung für die Aufrechterhaltung einer leistungsfähigen Wirbelsäule. Nur eine leistungsfähige Wirbelsäule kann den Alltagsbelastungen ausgesetzt sein ohne langfristig Schädigungen zu erleiden.

Tipp: Unterstützen und erhalten Sie Ihre Körperhaltung durch angepasstes Training der Rumpfmuskeln und Dehnung der Oberschenkelmuskeln.

**Wirbelsäule - Beweglichkeit**



Der MediMouse® Test bewertet die Beweglichkeit der Wirbelsäule vom aufrechten Stand zur vornübergeneigten Position (Flexion). Ihre Messwerte weisen auf eine **einigermassen harmonische und genügend gute Beweglichkeit der Wirbelsäule** hin.

Eine gleichmässige (harmonische) Beweglichkeit der Wirbelsäule schützt vor Überbeanspruchung einzelner Wirbelsäulenabschnitte. Eine gesunde Beweglichkeit ist damit Voraussetzung um langfristig Rückenleiden zu vermeiden.

Tipp: Verbessern und unterstützen Sie die gleichmässige Wirbelsäulen-Beweglichkeit durch Kräftigung der Rumpfmuskeln und Dehnung der Oberschenkelmuskeln. Vermeiden Sie lange bewegungsarme Sitz- oder Stehhaltungen. Bewegen Sie Ihren Rücken!

**Wirbelsäule - Haltungskompetenz**



Der MediMouse® Test bewertet die Haltungskompetenz der Wirbelsäule und der Rumpfmuskulatur durch den Armvorhaltetest in Analogie zu Matthias. Ihre Messwerte zeigen eine **genügende Haltungskompetenz**.

Eine gute Haltungskompetenz ist gegeben wenn eine hohe Stabilisierung der Wirbelsäule durch die entsprechenden Rumpfmuskeln gewährleistet wird. Haltungskompetenz verhindert das Ausweichen in ungesunde Ausweichhaltungen. Diese Messung eignet sich besonders gut zur Verlaufskontrolle rückenorientiertem Kräftigungstraining.

Tipp: Verbessern und unterstützen Sie Ihre Haltungskraft indem sie die Rumpfmuskeln trainieren und kräftigen. Vermeiden Sie lange bewegungsarme Sitz- oder Stehhaltungen. Bewegen Sie Ihren Rücken!

Abb. 2: Beispielauswertung