

# Backapp Tutkimusohjelma terveystieteiläisille

**Norjan tutkimusneuvosto on hyväksynyt kolmivuotisen hankkeen, jossa suoritetaan tieteellisiä tutkimuksia toimistotyön aktiivisuuteen liittyen. Me pyydämme apuasi ja tarvitsemme tietämystäsi toteuttaaksemme tämän tutkimuksen**

Backapp-tuotteiden tekniikka perustuu liikkeeseen ja tasapainoiluun istuessa tai seistessä. Tri. Freddy Johnsen sai aikanaan idean aloittaa Backapp-tuotteiden valmistuksen. Tiedemiehenä hänellä oli mielenkiintoa dokumentoida tuotteiden vaikutukset. Hän otti yhteyttä tunnettuihin ergonomia-alan tutkijoihin Leuvenin, Limerickin ja Perthin yliopistoissa, jotta nämä tutkisivat Backapp-tekniikan vaikutuksia

Aiheesta on julkaistu neljä artikkelia:

- Sit upright with less effort. [Manual Therapy \(Volume 17, Issue 6\) Pages 566-571](#)
- Exercise your core muscles. [Ergonomics \(Volume 55, Issue 12\) pages 1586-1595](#)
- No more back pain. [Ergonomics \(Volume 56, Issue 4\) pages 650-658](#)
- Burn 19% more energy while sitting. [Ergonomics \(Volume 60, Issue 10, Pages 1384-1392\)](#)

Vuodesta 2018 lähtien olemme lisäksi tehneet kahdeksan käyttäjätutkimusta Backapp-tuotteiden vaikutuksesta toimistotyöhön kahdeksassa eri tunnetussa yrityksessä Suomessa, Norjassa, Ruotsissa ja Tanskassa. Yhteensä tutkimuksissa oli mukana 354 toimistotyöntekijää. He korvasivat perinteisen työtuolinsa Backapp Smart -tuolilla ja Backapp 360 -tasapainolaudalla kuuden viikon ajaksi:

- 146 osallistujalla oli tutkimuksen alussa kipuja alaselässä. 43 kertoi alaselän kipujen parantuneen!
- 241 toimistotyöntekijällä oli kipuja niskassa ja hartioissa. 106 kertoi niska- ja hartiakipujen parantuneen!
- 125 työntekijää kärsi päänsärkystä. 57 kertoi päänsärkyjen parantuneen!
- 73 osallistujaa koki kipua käsissä. 34 kertoi kipujen käsissä parantuneen!
- 101 koki itsensä väsyneeksi normaalin työpäivän jälkeen. 40 kertoi, että he eivät ole enää väsyneitä Backapp-tuotteiden käytön myötä!

[354 toimistotyöntekijää kokeilivat Backapp-tuotteita 6 viikon ajan!](#)

Osan tutkimuksesta haluamme suorittaa terveystieteiläisten kanssa. Meille on tärkeää, että haluat ammattilaisen näkökulmasta kertoa miten koet Backapp-tuotteiden toimivan. Pyydämme sinua käyttämään Backapp-tuotteita kahden kuukauden ajan, jonka jälkeen otamme sinuun yhteyttä. Tämän jälkeen saat sähköpostitse kyselylomakkeen kokemuksistasi. Vastaukset ovat tietysti täysin anonyymeja.

Haluatko olla mukana tutkimuksessa?

Ota yhteyttä: [atte@backapp.fi](mailto:atte@backapp.fi) tai puhelimitse 044 378 0478, niin kerron mielellään tarkemmin lisää.



**backapp**

