

**Zeitschrift:** Physioactive  
**Herausgeber:** Physioswiss / Schweizer Physiotherapie Verband  
**Band:** 48 (2012)  
**Heft:** 2

**Rubrik:** Kurzhinweise

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 22.01.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Kurzhinweise

■ **Nackenbelastung beim Benutzen von Tablet-Computern**  
Für die Arbeit am Computer und mit Notebooks gibt es viele ergonomische Richtlinien, insbesondere, um Nacken- und Schulterschmerzen zu verhindern. Noch nichts dergleichen existiert für Benutzer von Tablet-Computern, wie beispielsweise dem iPad. Das Tablet wird oft flach auf den Tisch oder auf die Oberschenkel gelegt, was eine sehr ungünstige Nackenflexion ergibt. Forschende der *Harvard School of Public Health* in Boston (USA) haben nun die vier häufigsten Positionen untersucht, damit aufgrund der Ergebnisse Richtlinien für einen ergonomischen Tablet-Gebrauch formuliert werden können. Fazit: Das Tablet nach Möglichkeit auf den Tisch stellen und zudem die Hülle benutzen, um den Aufwärtswinkel zu erhöhen. Details zu den Belastungen der einzelnen Positionen und der zwei getesteten Geräte sind in der Studie nachzulesen. (bc)

*Justin G. Young et al.: Touch-screen tablet user configurations and case-supported tilt affect head and neck flexion angles. In: Work 41(2012), 81–91. <http://iospress.metapress.com/content/x668002xv6211041/fulltext.pdf>*

## En bref

■ **Sollicitation de la nuque lors de l'utilisation des tablettes informatiques**

Il existe de nombreuses directives ergonomiques concernant le travail sur ordinateur fixe et portable, particulièrement pour éviter les douleurs à la nuque et aux épaules. Ce n'est pas encore le cas pour les utilisateurs de tablettes telles que l'iPad. La tablette est souvent posée à plat sur une table ou sur la cuisse, ce qui provoque une flexion de la nuque très inconfortable. Des chercheurs de la *Harvard School of Public Health* à Boston (USA) ont étudié les quatre positions les plus fréquentes afin que le résultat de l'étude permette de formuler des directives pour une utilisation ergonomique des tablettes. Résumé: poser si possible la tablette sur la table et utiliser sa housse pour la surélever. L'étude présente des détails sur les différentes positions et les deux appareils testés. (bc)

*Justin G. Young et al.: Touch-screen tablet user configurations and case-supported tilt affect head and neck flexion angles. In: Work 41(2012),81–91. <http://iospress.metapress.com/content/x668002xv6211041/fulltext.pdf>*

## Veranstaltungen

An dieser Stelle finden Sie Hinweise auf Veranstaltungen, welche sich interdisziplinär mit aktuellen Fragen aus dem Gesundheitswesen befassen.

## Manifestations

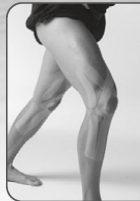
Ci-après, vous trouverez les annonces des manifestations interdisciplinaires concernant des questions du secteur de la santé.

Datum und Ort Date et lieu	Veranstaltung, Thema Manifestation, thème	Weitere Informationen Plus d'information
15. Mai 2012, Bern	5. Nationales Symposium für Qualitätsmanagement im Gesundheitswesen	<a href="http://www.sqmh.ch">www.sqmh.ch</a>
15 mai 2012, Berne	5 <sup>ème</sup> symposium national pour la gestion de la qualité dans le secteur de la santé	<a href="http://www.sqmh.ch">www.sqmh.ch</a>
23. Mai 2012, Magglingen	Hepa Netzwerk-Tagung	<a href="http://www.hepa.ch">www.hepa.ch</a>
23 mai 2012, Macolin	Réunion du Réseau suisse Santé et activité physique (Hepa)	<a href="http://www.hepa.ch">www.hepa.ch</a>
31. Mai – 1. Juni 2012, Winterthur	2. Swiss Congress for Health Professions	<a href="http://www.schp.ch">www.schp.ch</a>
31 mai – 1 <sup>er</sup> juin 2012, Winterthur	2 <sup>ème</sup> congrès suisse des professions de la santé	<a href="http://www.schp.ch">www.schp.ch</a>
21. Juni 2012, Zürich	Symposium Forum Managed Care: Bessere Medizin	<a href="http://www.fmc.ch">www.fmc.ch</a>
21 juin 2012, Zürich	Symposium Forum Managed Care: Avancées en médecine	<a href="http://www.fmc.ch">www.fmc.ch</a>
21. Juli – 9. August 2012, Osnabrück	International Summer School: Autonomy in Physiotherapy	<a href="http://www.summer-university.hs-osnabrueck.de/">www.summer-university.hs-osnabrueck.de/</a>
21 juillet – 9 août 2012, Osnabrück	International Summer School: Autonomie en physiothérapie	<a href="http://www.summer-university.hs-osnabrueck.de/">www.summer-university.hs-osnabrueck.de/</a>

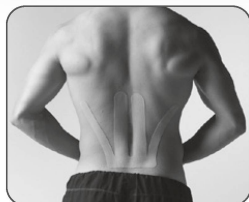
# Kinesio Taping



Kinesio Tape,  
Zubehör und Pre-Cuts in  
allen Variationen.



 **K-Active Tape**  
by Nitto Denko



Beachten Sie unser umfangreiches  
Angebot unter [www.sissel.ch](http://www.sissel.ch)

Medidor AG · Eichacherstrasse 5 · CH-8904 Aesch b. Birmensdorf/ZH  
Tel. 044 739 88 88 · Fax 044 739 88 00 · mail@medidor.ch

## Neue Generation der Rückentherapie



### Valedo<sup>®</sup> Motion

Motivierende funktionelle Bewegungs-  
therapie für Ihre Praxis:

- Klinische, speziell für die **funktionelle Bewegungstherapie** des unteren Rückens entwickelte Übungen.
- **Unterhaltsame intensive Übungen** motivieren zum wiederholten Rückentraining.
- **Verbessertes Bewegungs-  
bewusstsein** durch präzises Augmented Feedback.
- Detailliertes Aufzeichnen der Trainingsaktivität und des Fortschritts des Patienten zur **Dokumentation des Therapieverlaufs und Therapieerfolgs**.

**Sie wünschen weitere Informationen zum ValedoMotion?**

Kontaktieren Sie uns unter 043 444 22 00 oder [info@hocoma.com](mailto:info@hocoma.com).

Hinweise zur Verwendung der Produkte finden Sie unter  
[www.hocoma.com/rechtshinweise](http://www.hocoma.com/rechtshinweise).

**We move you**