

Stoelmassage en ziekteverzuim

Stoelmassage helpt om bestaande RSI en CANS klachten terug te dringen. Er zijn diverse wetenschappelijke onderzoeken gedaan, die dit kunnen bevestigen. Door de combinatie van een hoge werkdruk, een hoog leef- en werktempo en langdurig werken in dezelfde houding ontstaat stijfheid in spieren, verminderde doorbloeding, vermoeidheid en pijn. Een typisch voorbeeld zijn de zogenoemde "beeldschermwerkers", die pijn en stijfheid ervaren in nek en schoudergordel. Om gezondheidsproblemen en uitval te voorkomen is het van groot belang dat structureel wordt gewerkt aan stressreductie en ontspanning.