

# Stolen som sträcker på ryggen

● Den här stolen hjälper mot ryggont. Sitsen är fällbar så att ryggraden rätas ut när man sätter sig. Uppfinnare är pappläggaren Yrjö Rinne.

Glasarbetaren Niklas Sandliden, 38 år, har smärtor i ryggen efter att ha hanterat tunga glasrutor i över 20 år. För honom innebär stolen behaglig smärtlindring.

I jobbet lyfter han tunga glaspartier, och ofta är det sneda lyft där kroppen belastas ojämnt.

– Jag brukar sitta i stolen en till en och en halv timme när jag kommer hem från jobbet. Det blir inte bättre om jag går och lägger mig, då rätas inte ryggen ut. Det har till och med hänt att jag satt mig och sovit i stolen om jag vaknat på natten och haft ont i ryggen.

Stolen ser ut som en vanlig kontorsstol med högt och bekvämt ryggstöd. Det som skiljer är sittedynan. Den är delad så att den bakre delen kan fällas ner. Då åker stjärten ner samtidigt som ryggen pressas mot ryggstödet. Ryggraden rätas ut så att utrymmet mellan diskar och kotor ökar.

**Tommi Rinne** i Haninge utanför Stockholm har utvecklat stolen tillsammans med sin bror Kari och sin pappa Yrjö.

– När du sitter i stolen så fördelas din kroppsvikt mot ryggstöd och lårben så att bäckenet sjunker ner. Ryggens diskar avlastas och får mer utrymme i ryggen. Muskulaturen slappnar av och sträcker på sig, ryggen intar ett viloläge som gör att du kan

återhämta dig, förklarar Tommi Rinne.

Det hjälper mot både diskbräck och ischias. Ryggen får vila eftersom man inte behöver spänna ryggmusklerna. Finessen med klaffen som fälls ner under rumpen har han lyckats patentskydda i hela världen. Många forskare och ryggexperter tvivlade till en början på att något så enkelt som en stol med fällbar klaff kan lindra smärtan i onda ryggar.

**Stolen är en** vidareutveckling av en sittkudde som Yrjö fick idén till av en ren tillfällighet. För mer än 20 år sedan var Yrjö långtids-sjukskriven för diskbräck. Han arbetade som pappläggare hos Icopal och skadade ryggen när skulle flytta grytan med asfalt, som används för att klistra takpapp.

Yrjö skulle gå ut på balkongen för att röka. Han tände en cigarett och satte sig på en WC-stol som stod på balkongen, eftersom lägenheten höll på att renoveras. När han satte sig ner på ringen så att stjärten hängde ner i stolen, kände han direkt hur smärtan i ryggen släppte.

Yrjö snickrade till en plank som han alltid bar med sig när han reste. Familjen vidareutvecklade plankan till sittkudden. Nu är den och stolen stommen i deras familjeföretag.

KENNETH PETTERSON

HAR DU EN BRA GREJ?

Ring 08-728 49 70

GREJER & GREPP PÅ INTERNET

[www.byggnadsarbetaren.se](http://www.byggnadsarbetaren.se)



KENNETH PETTERSON

– När jag sitter i stolen i det här läget är det som en befrielse, jag somnar och smärtan rinner ur kroppen på mig, så för mig funkar den perfekt, säger Niklas Sandliden, glasarbetare.



Yrjö Rinnens sittkudde placeras på en vanlig stol.



Stolen har fällbar klaff som fälls ner så att ryggen sträcks ut.