

Όρθια Στάση - Γιατί είναι σημαντική

Όταν ένα άτομο, λόγω κινητικών προβλημάτων, δεν μπορεί να σταθεί όρθιο, είναι απαραίτητη η υποβοηθούμενη ορθοστάτηση με βοηθήματα, όπως πρόσθιο ή οπίσθιο ορθοστάτη.

Η όρθια στάση σε καθημερινή βάση, έχει ευεργετικές συνέπειες στις ακόλουθες σωματικές λειτουργίες:

- Πρόληψη δυσκαμψιών και παραμορφώσεων, κυρίως στα κάτω άκρα
- Υποβοήθηση της ανάπτυξης των αρθρώσεων και μείωση των κινδύνων για εξάρθρωση των ισχίων
- Μείωση του κινδύνου για σκολίωση και οστεοπόρωση
- Βελτίωση της αναπνευστικής λειτουργίας
- Ρύθμιση της καρδιαγγειακής λειτουργίας
- Ενίσχυση της λειτουργίας των εντέρων
- Ρύθμιση του μυϊκού τόνου
- Διευκόλυνση της κατάποσης
- Διευκόλυνση της ανάπτυξης λειτουργικών δραστηριοτήτων στα άνω άκρα

