

activLife SYSTEM AKTYWIZACJI RUCHOWEJ, BEZPIECZNEJ REHABILITACJI SENIORÓW I PACJENTÓW GERIATRYCZNYCH

Cechy Systemu:

activLife – multimedialny system do aktywnego wspomagania rehabilitacji powstał jako odpowiedź na rosnące potrzeby rehabilitacyjne i aktywizacyjne starzejącego się społeczeństwa. Zaawansowana technologia mechaniki urządzenia umożliwia w pełni bezpieczne wykonywanie szerokiego wachlarza aktywizacyjnych zadań zarówno



ogólnousprawniających, poprawiających wydolność, koordynację, poczucie równowagi oraz wspierających procesy umysłowe. Jest to urządzenie dedykowane do szeroko pojętej profilaktyki przeciwapadkowej. Ćwiczenia z wykorzystaniem **activLife** mają również na celu zapobieganie rozwojowi sarkopenii wśród osób starszych i związanej z nią utraty samodzielności.

Zastosowany w urządzeniu bezpieczny szkielet stabilizujący, pozwala na prowadzenie ćwiczeń rehabilitacyjnych oraz aktywizacji ruchowej u seniorów zarówno w pełni sprawnych jak też u osób z różnym stopniem zaburzenia sprawności fizycznej. Przebieg każdej sesji, kontrolowany jest przez komputer sterujący urządzeniem, który zadaje tempo, rodzaj ćwiczeń oraz poziom ich trudności w sposób dostosowany do wymogów i potrzeb osób w podeszłym wieku. Kamera IR odczytując położenie 25 ludzkich stawów, umożliwia precyzyjne odwzorowanie na ekranie ruchów osoby ćwiczącej.

activLife pozwala bezpiecznie wykonywać szeroką gamę ćwiczeń w pozycji wyprostowanej zarówno kończyn górnych jak też mięśni brzucha oraz kończyn dolnych. Dotyczy to także treningu wszystkich mięśni biorących udział w procesie wstawania i siadania, który jest kluczowym elementem samodzielności w codziennym życiu seniora.

activLife jest doskonałą platformą do ćwiczeń szerokiej prewencji przeciwapadkowej wśród osób starszych. Strach przed upadkiem jest główną przyczyną słabej aktywności seniorów i wiążącej się z tym postępującej niesamodzielności. Najbardziej skuteczną formą zmniejszania ryzyka upadków są odpowiednio dobrane ćwiczenia fizyczne. Osoby, które mają większą siłę mięśniową, prawidłową postawę ciała i lepszą równowagę są znacznie mniej narażone na upadki.



Osoby wykonujące ćwiczenia łączące trening równowagi, utrzymywania właściwej postawy i koncentracji z ćwiczeniami wzmacniającymi siłę mięśniową, upadają o połowę rzadziej niż ich rówieśnicy.

Mechanizm wspomaganie wstawiania **activLife GymUp** pozwala na ćwiczenia ruchomości stawów skokowych, kolanowych i biodrowych, poprzez wykonywanie przysiadów, półprzysiadów i wykroków. Specjalny gorset i siedzisko to pełne bezpieczeństwo podczas ćwiczeń wzmacniających mięśnie grzbietu i brzucha. Jednoczesne połączenie ćwiczeń ruchowych i umysłowych wspiera procesy logicznego myślenia i koordynacji.

Dzięki intuicyjnemu interfejsowi użytkownika, Terapeuta ma pełne możliwości konfiguracji:

- ✓ rodzaju treningu (uruchamianej anatomii) oraz jego czasu trwania
- ✓ tempa i skali trudności
- ✓ ilości powtórzeń wybranej sekwencji ćwiczeń
- ✓ możliwość planowania zarówno pojedynczych sesji terapeutycznych jak też całego planu terapeutycznego
- ✓ Predefiniowania zestawów zadań terapeutycznych oraz tworzenia własnych, pozwalających na indywidualne dopasowanie treningu.

Regularne ćwiczenia w **activLife** wspierają utrzymanie kondycji zarówno psychicznej jak i fizycznej a tym samym pozwalają na powrót do pełnego, czynnego uczestnictwa w życiu codziennym oraz:

- ✓ poprawiają czynności układu sercowo naczyniowego
- ✓ zapobiegają osteoporozie, poprawiają uwapnienie kości
- ✓ poprawiają stan psychiczny,
- ✓ zapobiegają osłabieniu mięśni
- ✓ poprawiają ruchomość stawów
- ✓ wzmacniają mięśnie przykręgosłupowe
- ✓ poprawiają poczucie równowagi
- ✓ wzmacniają siłę i kondycję
- ✓ poprawiają koordynację ruchową



Ze względu na wszechstronność systemu związaną z szerokimi możliwościami personalizacji programów treningowych ćwiczenia wykonywane w **activLife** mogą również stanowić dobre i ciekawe uzupełnienie dla prowadzonej właściwej rehabilitacji.

Po więcej informacji zapraszamy na www.activlife.net.pl