

HandShoe Maus Tipps

Benutzung der HandShoe Maus (siehe Abbildungen)

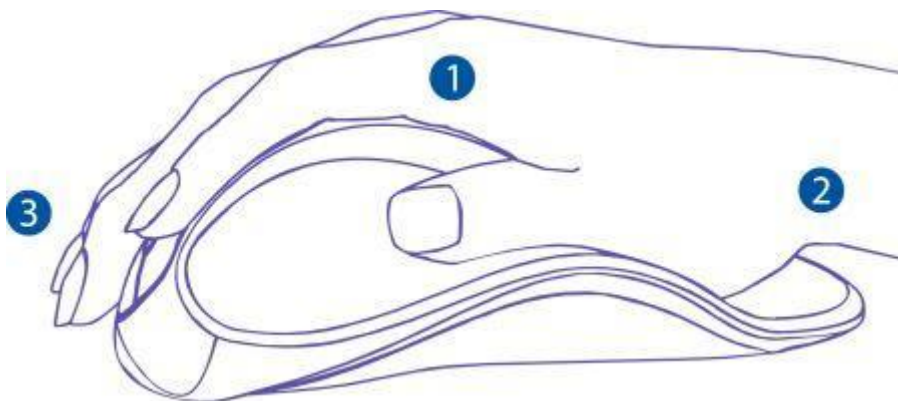
Für den maximalen Nutzen, empfehlen wir Folgendes:

1. Sitzen Sie so entspannt wie möglich und legen Sie Ihre Hand so auf die Maus (1), dass sie wie ein Sattel für die Hand wirkt.
2. Das Handgelenk sollte am Ende gut unterstützt sein (2), während die Finger und der Daumen auf dem Maus-Body ruhen (3).
3. Die Fingerspitzen dürfen nur ganz leicht die Arbeitsplatzoberfläche berühren.
4. Bewegen Sie die HandShoe Maus grundsätzlich durch das Bewegen des Unterarms (welcher von Ihrem Schreibtisch und / oder der Armlehne des Stuhls gestützt werden sollte).
5. Um innerhalb kleiner Bereiche auf dem Bildschirm zu arbeiten, können Ihre Bewegungen natürlich vom Handgelenk ausgehen.
6. Vermeiden Sie das Halten der Maus, wie in Bild 2 dargestellt. Wenn Sie die Maus auf diese Weise halten, werden Sie nicht von den Vorteilen ihres ergonomischen Bio-Designs profitieren.
7. Um die Maus zu bedienen, ohne den Cursor zu bewegen, rollen Sie sie nur auf ihre Seite, und schieben Sie sie über den Schreibtisch.

Ihre Position am Schreibtisch

Stellen Sie sicher, dass die Höhe Ihres Schreibtisches und Stuhls richtig ist:

1. **Der Vorderarm sollte** entweder durch Ihren Schreibtisch oder die Armlehne Ihres Stuhls **gestützt sein** (siehe Abbildungen 1 und 3)
2. **Halten Sie Ihren Arm nicht gestreckt.** Lassen Sie nicht zu, dass Ihr Arm oder Ellbogen über dem Schreibtisch schwebt (siehe Abbildung 4).
3. **Lassen Sie Ihren Oberarm am Körper entlang, in einer komfortablen Position, hängen.**



OK



Abbildung 1 – Vergessen, das Handgelenk zu stützen



Abbildung 3 – Wie führt die Verwendung einer Maus zu Schmerzen?

Nicht OK



Abbildung 2 – Finger sollten gestützt sein



Abbildung 4 – Nicht ausgestreckt halten



Tun Sie das nicht: Finger sollten "relaxed" sein

Stützen des Unterarms

Zu Ihrer Information, das Durchschnittsgewicht eines Arms ist rund 7 Kilogramm. Wenn Sie es zulassen, dass Ihr Unterarm schwebt, d. h. dass dieser nicht durch die Arbeitsoberfläche oder die Armlehne Ihres Stuhls gestützt wird, müssen die Muskeln um den Schulterbereich ständig aktiv sein. Dies wird höchstwahrscheinlich zu unnötigen Verspannungen führen. Das Gewicht der Hand und des Arms auf der Maus verursacht eine unnötige Reibung auf der Arbeitsoberfläche und erschwert das Bewegen der Maus.

Um bequem zu arbeiten, müssen Sie den Unterarm vorzugsweise kurz vor dem Ellbogen, wo die Muskeln schön und dick sind, stützen. Dies verhindert einen unangenehmen Druck auf den Arm.

Wenn der Unterarm nicht von der Arbeitsoberfläche und / oder Armlehne des Stuhls gestützt wird, wird unnötige Spannung in den Schultern und im Nacken (M. Trapezius) erzeugt. Bewegungen sollten vorzugsweise vom Unterarm aus ausgeführt werden, können beim Arbeiten mit kleinsten Details jedoch auch aus dem Handgelenk kommen.



Muskelverspannung

Es kann einige Zeit dauern, bis sich Ihre Muskeln an die Entspannung gewöhnen, die die HandShoe Maus bietet. Ihre Muskeln werden sich neu anpassen müssen, was einige Zeit in Anspruch nehmen kann.

Bedenken Sie, dass Sie womöglich für einen längeren Zeitraum eine normale Maus bedient haben, deren Bedienung zusätzliche Muskelspannung erfordert. Die HandShoe Maus benötigt dies nicht und ist die einzige Computermaus, die Sie mit nur minimaler Muskelanstrengung bedienen können.

Option zur Änderung des Gewichts

Die HandShoe Maus wurde gewichtskompensiert, um eine optimale Entspannung Ihrer Muskeln zu erlauben, die beim Bewegen der Maus über die Arbeitsoberfläche aktiv sind. Das optimale Gewicht wurde wissenschaftlich belegt.

Um Ihnen zu ermöglichen, das Gewicht der HandShoe Maus anzupassen, können die Ausgleichsgewichte entfernt werden. Auf der Unterseite der Maus finden Sie die Abdeckung der Gewichtskammer (siehe Bild). Diese Abdeckung kann entfernt werden, und eine Anzahl von Plättchen kann herausgenommen werden.





Cursorsteuerung

Wir raten Ihnen dazu, die HandShoe Maus eher zu kippen als sie anzuheben, wenn Sie sie bewegen möchten, ohne dabei die Position des Cursors auf dem Bildschirm zu verändern. Die Maus ist mit einer Anzahl von spezifischen Gewichten ausgestattet, die eine optimale Muskelaktion und somit minimale Muskelanstrengung ermöglichen.

Bei Schwierigkeiten den Cursor zu steuern:

Überprüfen Sie die Cursorgeschwindigkeit unter den allgemeinen Mauseinstellungen auf Ihrem PC. Die Cursor-Geschwindigkeit sollte auf eine Durchschnittsgeschwindigkeit, d. h. in der Mitte, eingestellt sein.

Überprüfen Sie, ob eine spezielle Maus-Software installiert ist. Wenn ja, deaktivieren Sie diese Software, da es die korrekte Funktion des HandShoe Maus behindert.

Der erforderliche Platz für die HandShoe Maus und Mauspads

Obwohl die Blue Ray Track-Modelle auf fast jeder Oberfläche ohne ein Mauspad funktionieren werden, sollten Sie trotzdem ein Maus-Pad verwenden, falls die Oberfläche der Arbeitsoberfläche nicht glatt ist bzw. Reibung verursachen kann. In diesem Fall empfehlen wir ein Maus-Pad zu verwenden, um den Widerstand beim Bewegen der Maus zu reduzieren.

Die Hippius Maus sollte bequem über die Oberfläche gleiten und benötigt nur eine Kreisfläche von 21 cm, genau wie die Micorthin-Lösung unten. Also benötigt die HandShoe Maus eigentlich nur einen halben Zoll auf beiden Seiten, um die Bewegung über den gesamten Bildschirm abzudecken.

Funk-Version und Batterieleistung

Um eine komplette Entladung der Batterie zu verhindern, empfehlen wir die Batterie regelmäßig aufzuladen, idealerweise einmal wöchentlich.

Bitte beachten Sie, dass wenn die Batterie vollständig entladen wurde, es bis zu 20 Minuten dauern kann, bis sie wieder zu einem funktionsfähigen Niveau aufgeladen wurde. In diesem Fall ist es möglich, dass die Kommunikation zwischen der Maus und der Mikroantenne wieder neu hergestellt werden muss.

Um die Batterie aufzuladen, muss Ihr Computer angeschaltet sein.

Vertrieb Österreich:

MTP e. U.
Dr. Holter Str. 4
A-4713 Gallspach
Tel.: +43 (0) 664 2175002
Fax: +43 (0) 7248 62814
E-Mail: office@medizintechnik-peters.at
Web: www.medizintechnik-peters.at