

Themenspecial

Bremervörde, Juni 2023



Das AGR-Gütesiegel macht rückengesunde Produkte erkennbar

Von Rücken-Experten geprüft und empfohlen



Drei von vier Deutschen haben mindestens einmal im Leben Rückenschmerzen: Was dann hilft, kann ganz unterschiedlich sein. Erste Hilfe bietet die AGR.

Rückenfreundliche Produkte zeichnet die AGR mit einem AGR-Gütesiegel aus. Es soll den Verbrauchern Sicherheit und Orientierung geben.

Die Arbeit der AGR wird unterstützt durch die Allianz der Rückengesundheit. Darin ist die Kompetenz von rund 150.000 Ärzten und Therapeuten gebündelt.

Wer sich für ein rückenfreundliches Leben interessiert, ist bei der Aktion Gesunder Rücken (AGR) e. V. genau richtig: Das AGR-Gütesiegel bietet Verbrauchern eine vertrauensvolle Hilfe – eine Art Kompass – bei der Auswahl von Produkten für ein rückengesundes Leben. Diese Auszeichnung gilt auch unter Experten als kompetent und unabhängig. Zudem wissen Hersteller das Zertifikat der AGR sehr zu schätzen und nutzen es als Qualitätsmerkmal für ihre Kunden. Das AGR-Expertennetzwerk steht den Herstellern beratend zur Seite, wenn es um die Weiterentwicklung von Babytragen, Sportgeräten, Autositzen und Co. geht.

Drei von vier Deutschen leiden mindestens einmal im Leben unter Rückenschmerzen: Obwohl diese in jedem Alter auftreten können, ist es besonders typisch, dass sie ab einem Lebensalter von etwa 30 oder 40 Jahren plötzlich auftreten und innerhalb einiger Tage oder Wochen auch wieder verschwinden. „Das Beste, was Sie tun können, ist weiter Ihrem Alltag nachzugehen und so gut es geht körperlich aktiv zu bleiben“, sagt Rücken-Experte Ulrich Kuhnt, Vorstand des Bundesverbands deutscher Rückenschulen e. V. Noch besser sei es natürlich, bereits im Voraus den Rücken so zu stärken, dass es erst gar nicht zu dem schmerzhaften Erlebnis komme.

Keine Angst vor Rückenschmerzen: Die richtige Auswahl an Hilfsprodukten treffen

Wer sich für Rückengesundheit interessiert oder bereits Rückenschmerzen hat, dem steht ein großer Markt an Rücken-Produkten offen – vom Sportgerät über Einlagen bis hin zu rückengerechten Bürostühlen und Sesseln. „Wegen der Breite des Angebots braucht es dringend einen Wegweiser, einen Kompass“, sagt AGR-Geschäftsführer Detlef Detjen. Nicht jeder könne und müsse sich gleich zum Rückenexperten weiterbilden, um seiner Rückengesundheit etwas Gutes zu tun. Die Aktion Gesunder Rücken e. V. versteht sich als eine Art „Verbraucherzentrale für Rückengesundheit“ und werde auch von Ärzten und Therapeuten entsprechend weiterempfohlen. „Wir wollen hier vor allem Mut machen und den Betroffenen zeigen, dass sie nicht allein sind“, sagt Detjen. Denn Rückenschmerzen lassen sich in den meisten Fällen in den Griff bekommen oder zumindest reduzieren. Im Verzeichnis der AGR-Webseite finden sich auch Kontakte zu AGR-zertifizierten Fachgeschäften, zu medizinischen Verbänden sowie zu Experten für Ergonomie und Rückengesundheit (weiterführende Links siehe unten).

Den Rücken in allen Lebensbereichen und Altersklassen stärken

Darüber hinaus liefert die AGR das ganze Jahr über auch Tipps zu Produkten, die die Rückengesundheit fördern – vom Schulranzen über Bürostühle, Sofas und Autositze bis hin zu Trainingsgeräten und Schuhen. „Mit unserem Gütesiegel haben wir eine Art Lotsen geschaffen, der die Verbraucher durch den Produktdschungel begleitet“, ergänzt Detjen. Wer Ausschau nach einer neuen Matratze, einem neuen Fahrrad oder Schreibtisch hält und seinem Rücken etwas Gutes tun will, der ist bei der AGR genau richtig. Denn welche Produkte wirklich rückenfreundlich sind, sieht man ihnen oft nicht an: Es sei denn, sie sind mit dem AGR-Gütesiegel versehen. Zertifiziert werden Produkte, die den Rücken und den menschlichen Bewegungsapparat insgesamt optimal unterstützen. Das Spektrum reicht von Büro-, Polster- und Kindermöbeln über Fahrräder und Sportgeräte bis hin zu Staubsaugern und Akkuschaubern sowie vielem mehr. Zudem werden auch Produkte zur rückengesunden Prävention geprüft und zertifiziert.

Prüfkommission besteht aus unabhängigen Ärzten und Therapeuten

Ein unabhängiges Gremium aus Ärzten und Therapeuten von zwei medizinischen Fachverbänden (Forum Gesunder Rücken – besser leben e. V. und Bundesverband deutscher Rückenschulen e. V.) überprüft, ob ein Produkt rückenfreundlich ist. Diese medizinisch multidisziplinäre Vorgehensweise überzeugte auch das Portal „Label-online“ des Bundesverbandes „Die Verbraucherinitiative e. V.“, das das Gütesiegel als „besonders empfehlenswert“ bewertete. Das AGR-Gütesiegel wurde 2022 zudem als EU Gewährleistungsmarke ausgezeichnet, eine internationale Anerkennung der Seriosität und Vertrauenswürdigkeit des AGR-Gütesiegels und des unabhängigen Prüfprozesses.

Das Gütesiegel ist jedoch nicht nur eine wichtige Orientierungshilfe für die Käufer, sondern auch für die Produktwahl von Therapeuten und Ärzten: 71 Prozent der Orthopäden empfehlen bevorzugt Produkte mit AGR-Gütesiegel. Das belegt das Rücken-Konsilium, eine groß angelegte Befragung zum Thema Rückenschmerzen unter rund 1.000 Orthopäden in Deutschland. Da die Experten der Prüfkommission aus medizinischen Fachverbänden stammen, zählt ihr Urteil als fachlich fundierte Empfehlung, die die Spezialisten gerne an ihre Patienten weitergeben. Hinzu kommt die Signalwirkung an die Industrie: Hersteller können ihre Produkte aus allen Bereichen des täglichen Lebens und Arbeitens aufwerten und mit dem Gütesiegel ein relevantes Unterscheidungskriterium zur Konkurrenz bieten. Das spornt an und setzt Impulse in ganz unterschiedlichen Branchen.

AGR-Gütesiegel auch von medizinischer Fachwelt und Industrie anerkannt

So sieht Dr. Olaf Heinemann vom Produktmanagement City Reinigung bei Hako in dem Gütesiegel eine „Wertschätzung unseres Bemühens, nicht nur besonders funktionale, sondern eben auch rückengesunde Maschinen herzustellen“. Das Unternehmen versteht sich als Spezialist für Reinigungstechnik, der höchste Anforderungen in der professionellen Gebäude- und Außenreinigung erfüllt. Auch RECARO Automotive setzt bei der Entwicklung von Autositzen auf die Expertise der AGR: „Die Auszeichnung unserer Produkte mit dem AGR-Gütesiegel bestätigt uns darin, nur anatomisch-geformte Produkte zu entwickeln, die wie eine zweite Haut passen und den Rücken vollflächig ab- und unterstützen“, sagt Ulrich J. Severin, Geschäftsführer und VP Europe. Das AGR-Team hat aus seiner Sicht maßgeblich zu wirklich guten und gesunden Autositzen beigetragen und das Bewusstsein in der Gesellschaft geschärft.

Eduard Haider, Inhaber von Haider Bioswing bestätigt: „Dieses Gütesiegel hat für unsere Sitz- und Trainingssysteme einen hohen Stellenwert, weil es von kompetenten Orthopäden, Therapeuten und Ergonomen geprüft und empfohlen wird.“ Das Zertifikat basiert auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und auf fundierten praktischen Erfahrungen. Es sei deshalb „eine Expertise, die unsere Produkte bei den Kunden stark aufwertet.“ Zudem betont Haider: „Auch unsere Fachhandelspartner nutzen die vielfältigen Möglichkeiten der Weiterbildung bei der AGR, um ihre Kunden noch besser beraten zu können.“ Auch Martin Buchberger, Geschäftsführer von Streetstepper, weiß die externe Instanz der AGR sehr zu schätzen: „Eine

objektive Beurteilung wie durch das AGR-Gütesiegel ist für Kunden eine Orientierungshilfe, und für uns als Hersteller eine Bestätigung und zugleich ein hilfreiches Marketinginstrument.“ Dieses Urteil gehe deshalb über die subjektiven Rückmeldungen von Therapeuten, Orthopäden und Kunden hinaus.

Impulse für die Produkt-Entwicklung nach ergonomischen Kriterien

Für Karin Ritter, Hebamme, Trage-, Schlaf- und Entwicklungsexpertin bei der Firma Ergobaby Europe, unterstützt das AGR-Gütesiegel außerdem ihr Unternehmen dabei, neue Qualitätsstandards im Markt für rückenfreundliche Babyprodukte zu setzen: „So haben wir zum Beispiel die Anforderungen an eine ergonomische Babywippe mit erarbeitet und stellen sicher, dass die kindliche Anatomie und gesunde Entwicklungsförderung immer mehr Beachtung finden.“ Profitiert denn der Käufer von Produkten, die ein AGR-Gütesiegel tragen, tatsächlich in Sachen Gesundheit? „Das ist für mich eine der wichtigsten Fragen, die mir der Hersteller bei der Prüfung beantworten muss“, sagt Martin Vierl, Chefarzt der orthopädischen Rehaklinik Sonnhalde in Donaueschingen und Mitglied der unabhängigen Prüfkommision. Bei solchen Fragen helfen unter anderem wissenschaftliche Studien, die der Hersteller der Kommission entsprechend vorlegt. Denn die Aktion Gesunder Rücken bürgt mit ihrem Gütesiegel für einen Qualitätsanspruch, auf den sich Käufer verlassen können.

Änderungen am Produkt erfordern eine erneute Prüfung

Für Hersteller, die das Gütesiegel verliehen bekommen, geht die Verantwortung weit über die eigentliche Auszeichnung hinaus: Sie schließen einen Nutzungsvertrag ab, der genau festlegt, unter welchen Bedingungen sie das Gütesiegel verwenden dürfen. „Darin ist festgehalten, dass uns sämtliche Änderungen gemeldet und die Produkte dann eventuell erneut geprüft werden müssen“, sagt Vierl. Damit sind beispielsweise Abwandlungen am Produkt oder seiner Ergonomie gemeint sowie veränderte medizinische Erkenntnisse, die womöglich Grundlage für die Prüfung waren.

Neben dem Gütesiegel bietet die AGR Tipps für einen rückenfreundlichen Alltag

Der Service der AGR reicht weit über das Gütesiegel hinaus: Auf der AGR-Website etwa gibt es Checklisten zum Einstellen höhenverstellbarer Schreibtische und Bürostühle ebenso wie Schaubilder mit Detailinfos zum ergonomischen Sitzen im Auto. „Wer viele Stunden am Tag im Auto oder am Schreibtisch verbringt, erhält bei uns konkrete Tipps, wie er für seinen Rücken vorsorgen kann und worauf dabei zu achten ist“, erklärt Detjen. Auch wer sich zuhause entspannen möchte und sich einen Relaxsessel gönnt, sollte auf ergonomische Aspekte wie passende Bemaßungen und die Lordosenstütze achten. „Darüber hinaus haben wir Tipps für die Gartenarbeit wie das ergonomische Halten einer Heckenschere oder Hinweise zur idealen Arbeitshöhe beim Rasentrimmen“, weist Detjen auf das weite thematische Spektrum der Rückengesundheit hin.

Auch die Themen Freizeit und Sport kommen nicht zu kurz: So gibt es zahlreiche Hilfestellungen etwa zum Thema rückengerechtes Fahrradfahren – von der Sattelform über die anatomisch passenden Fahrradgriffe bis hin zu einer Checkliste für rückengerechte Stepper-Fahrräder als Alternative zum Fahrrad. Eine Übersicht mit einigen Tipps gibt es unter: www.agr-ev.de/tipps.

“Allianz der Rückengesundheit”: Fachkompetenz unterschiedlicher Berufsgruppen

Grundlage dieser gesammelten Kompetenz für Rückengesundheit bildet die Allianz der Rückengesundheit. „Denn so vielfältig die Ursachen von Rückenschmerzen sind, so vielseitig sollten auch die Lösungsansätze sein“, sagt Detjen. Deshalb kooperieren verschiedene medizinische Fachverbände und damit auch unterschiedliche Berufsgruppen. Gemeinsam widmen sie sich alle dem Thema „Rückenschmerzen“: vom Berufsverband für Orthopädie und Unfallchirurgie über den Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen und den Deutschen Turner-Bund bis hin zum Verband für Physiotherapie. Insgesamt besteht diese Allianz aus rund 150.000 Therapeuten und Ärzten. „Ein Experte allein kann gar nicht die richtige Antwort oder Lösung für alle Fragen und Herausforderungen parat haben“, sagt Detjen. Nur gemeinsam lasse sich das Volksleiden in den Griff bekommen. Und genau für diese Expertise steht auch das Gütesiegel: ausgezeichnet rückenfreundlich.

Zusatzelemente

Die Marke AGR

Kompetenz und Qualität für mehr Rückengesundheit

Interview mit Detlef Detjen, Geschäftsführer der Aktion Gesunder Rücken e. V.

Was motiviert das Team der AGR zu seiner Arbeit?

Was unser Team besonders motiviert, ist das tolle Feedback. Allen voran natürlich die positive Rückmeldung von Betroffenen und deren Angehörigen, denen wir durch Tipps, Produktempfehlungen oder Weiterleitung an Experten weiterhelfen konnten. Aber auch Ärzte und Therapeuten sowie Unternehmen, die mit dem Gütesiegel arbeiten oder sich daran interessieren, unterstützen unsere Arbeit. Wenn Hersteller beispielsweise unsere Prüfkriterien für die Entwicklung ihrer Produkte heranziehen, zeigt uns das, wie wichtig unsere Arbeit ist.

Welche Produkte hat die AGR für die Verbraucher im Blick?

Die Auswahl ist riesig. Ich kann hier nur einige wenige Produktgruppen nennen: Das fängt bei der Auswahl der Babywippe für die Jüngsten an, reicht über eine weiche und flexible Sohle bei Kinderschuhen und das richtige Einstellen der Schultergurte bei Schulranzen bis hin zur Auswahl von Spezialschuhen mit und ohne Einlagen im Erwachsenenalter. Außerdem haben wir Tipps zum passenden Autositz für den Außendienstler, zum optimalen Büroarbeitsplatz für den Angestellten oder zum häuslichen Umfeld für den Pensionär – je nach Alltag, Lebensalter und Freizeitgestaltung gibt es Tipps und Empfehlungen für die Rückengesundheit.

Was bewirkt die AGR mit ihrer Arbeit?

Durch die Mitarbeit von unabhängigen medizinischen Experten in der Prüfkommision setzen wir zum Beispiel Impulse für die industrielle Forschung. Denn wir steuern unser Wissen bei, wie sich ergonomische Faktoren bei der Entwicklung und Produktion von rückengerechten Alltagshilfen berücksichtigen lassen. Diese Produkte können dann sowohl potenziellen Rückenleiden vorbeugen als auch eine Therapie begleiten.

Auf dem Weg zum Gütesiegel

Einblick in die Arbeit der Prüfkommision

Interview mit Martin Vierl, Experte der Prüfkommision und Chefarzt der orthopädischen Rehaklinik Sonnhalde in Donaueschingen

Was ist Ihre Aufgabe in der Prüfkommision?

Als Chefarzt kenne ich die ergonomischen Bedürfnisse der arbeitenden Bevölkerung: Rückenschmerzen und Arbeitsplatzprobleme wie Zwangshaltungen und monotone repetitive Belastungen sind Themen, die unsere Patienten beschäftigen. Somit kann ich den ergonomischen Nutzen eines Produktes gut beurteilen. Ich bringe meine fachliche Kompetenz aus 30 Berufsjahren in der operativen und konservativen Orthopädie ein.

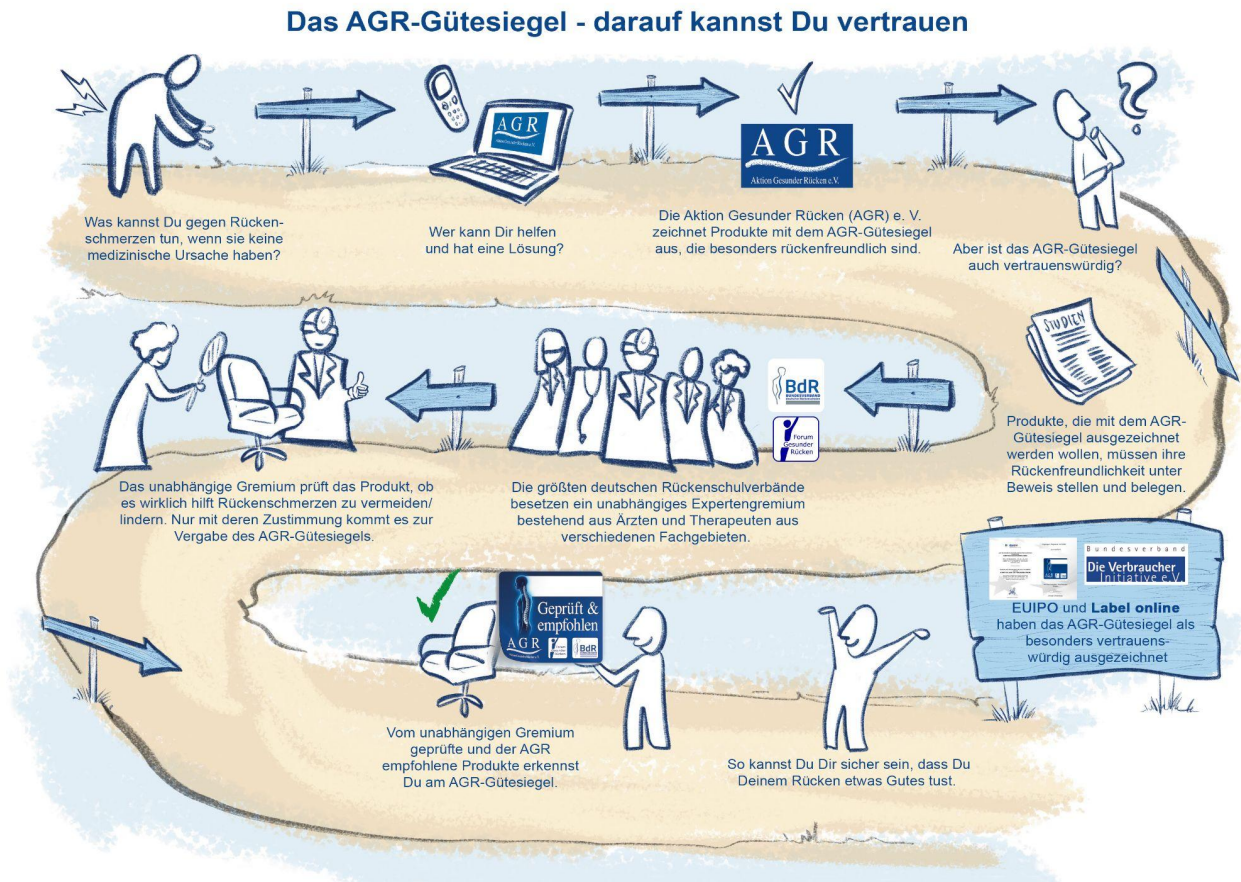
Welches Prüfkriterium ist aus Ihrer Sicht das Wichtigste?

Ich finde es herausfordernd herauszufinden, ob der Käufer eines Produkts mit AGR-Gütesiegel gesundheitlich profitiert. Hier brauchen wir gute Belege wie etwa wissenschaftlich konzipierte Studien. Denn die Aktion Gesunder Rücken und ihr Gütesiegel stehen für eine stabile Qualitätsstufe, die wir erhalten wollen. Ich persönlich kenne das Gütesiegel seit einem Rückenschullehrer-Seminar vor vielen Jahren – und bin immer wieder fasziniert von der Vielfalt der Produkte: von der Babytrage über Büromöbel bis hin zur Asphaltwalze.

Können Hersteller ihre Produkte nacharbeiten?

Ja, gefreut hat mich zum Beispiel die Wiedervorstellung eines Bürostuhles, dem wir wegen eines Materialbruchs bei der Prüfung kein Zertifikat erteilen konnten. Meine Hinweise zur Verbesserung wurden aufgenommen und umgesetzt. Bei der erneuten Prüfung ging alles glatt.

Der Weg zum AGR-Gütesiegel



Weiterführende Links:

Suche nach AGR-zertifizierten Fachhändlern:

www.agr-ev.de/fachgeschäfte

Vermittlung von AGR-geschulten Experten:

www.agr-ev.de/ergonomie-experten

Suche nach Experten für Ergonomie und Rückengesundheit:

www.agr-ev.de/experten

Über die Aktion Gesunder Rücken e. V.

Die Aktion Gesunder Rücken (AGR) e. V. wurde 1995 gegründet und ist ein unabhängiger Verein mit Sitz in Bremervörde (Niedersachsen). Wichtigstes Ziel ist die Förderung der Rückengesundheit. Dazu zeichnet die AGR besonders rückengerechte Produkte mit dem AGR-Gütesiegel aus. Zudem schult die Aktion Gesunder Rücken auch Fachhändler und Therapeuten zum Thema Ergonomie und Rückengesundheit und arbeitet eng mit unabhängigen Experten zusammen. Der Verein bündelt Informationen aus dem medizinischen Umfeld, die bei der Entwicklung rückengerechter Produkte hilfreich sind und fördert so den direkten Wissenstransfer zwischen Medizin und Herstellern. Der Verein bereitet aktuelle Daten und wissenschaftliche Erkenntnisse verbrauchernah auf und unterstützt die Forschung zur Vermeidung von Rückenschmerzen. Die AGR versteht sich als Schnittstelle für Informationen über Schmerzursachen und deren Vermeidung sowie Therapiemöglichkeiten. Weitere Informationen: www.agr-ev.de



Ansprechpartnerin für Presseanfragen:

Lara Meyer

Tel. +49 4761 – 926358315

E-Mail: lara.meyer@agr-ev.de