

# 姿勢排程智能電動桌(Posture Schedule Desk)

## 姿勢排程桌(PSDesk)

Tabulation (製表) : Lky ( K.Y.Lin. -林坤益, Products Manager, abdc)

ABDC WorkShop : <http://www.chromnet.net/>

Taichung City, Taiwan

+886 (0)986-868060 (WhatsApp) +886-(0)4-26910368

[service@chromnet.net](mailto:service@chromnet.net), [service.abdc@gmail.com](mailto:service.abdc@gmail.com)

LINE: service.abdc, SKYPE: skypeabdc, [LinkedIn](#)

實在是坐太久了! 讓姿勢排程桌(Posture Schedule Desk)

帶引您有規律地站著或坐著, 達到更健康的工作狀態與成果吧 !!

## 近代的產業結構與工作型態的轉變:

俗話說: "換一種工作, 換一種筋骨", 早期農業社會, 以粗重或密集的勞力為主, "做到歪腰" 是時有所聞的:

台南縣中洲遺址出土了一具清代漢人遺骨, 身上佈滿生前辛勤勞動的痕跡, 推測脊椎多處患有關節炎, 頸部尤其嚴重, 顯示生前長期從事頭頸負重的工作。由於沒有進一步相關資料, 無法得知他的真實身份, 但可以確定, 他是一位古早的勞動者。

**古早台灣勞動者特展**(國立自然科學博物館)

<http://www.nmns.edu.tw/public/exhibit/2009/work/cognition.htm>



農業社會的人, 大概很難想像到, 現今全球竟然會有>70%以上的人口  
必須長年在桌前面閱讀及工作!



## 學術研究的情況:

有關運動量較少, 但時間長的型態工作的人因工程學及生理醫學的研究質量, 很明顯地, 也是在近 10 年來才快速增加, 其中, 當然還是以電腦及辦公桌前的長時間工作的相關的人因工程學及生理醫學的研究結果並不另人意外, 同時也帶動了動態電腦及辦公桌的研究。對於長時間工作者, 以下的研究參考資料內容是很直觀的 :

Cumulative Trauma Disorders, CTDs(Repetitive strain injury)

[http://en.wikipedia.org/wiki/Cumulative\\_trauma\\_disorder](http://en.wikipedia.org/wiki/Cumulative_trauma_disorder)

職場作業勞工勞動疲勞檢測及運動介入相關性研究(勞工安全衛生研究所)

[http://www.iosh.gov.tw/Book/Report\\_Publish.aspx?P=1721](http://www.iosh.gov.tw/Book/Report_Publish.aspx?P=1721)

電腦工作站作業負荷與傷病研究(勞工安全衛生研究所)

[http://www.iosh.gov.tw/Book/Report\\_Publish.aspx?P=1652](http://www.iosh.gov.tw/Book/Report_Publish.aspx?P=1652)

電腦作業勞工之上肢肌肉骨骼傷害危險因子評估研究(勞工安全衛生研究所)

[http://www.iosh.gov.tw/Book/Report\\_Publish.aspx?P=1432](http://www.iosh.gov.tw/Book/Report_Publish.aspx?P=1432)

電腦作業勞工鍵盤操作肌肉骨骼疲勞與傷害分析(勞工安全衛生研究所)

[http://www.iosh.gov.tw/Book/Report\\_Publish.aspx?P=1536](http://www.iosh.gov.tw/Book/Report_Publish.aspx?P=1536)

國際人因工程標準之探討(勞工安全衛生研究所)

[http://www.iosh.gov.tw/Book/Report\\_Publish.aspx?P=1436](http://www.iosh.gov.tw/Book/Report_Publish.aspx?P=1436)

電腦繪圖人員上肢危害評估及滑鼠使用量化工具研發(勞工安全衛生研究所)

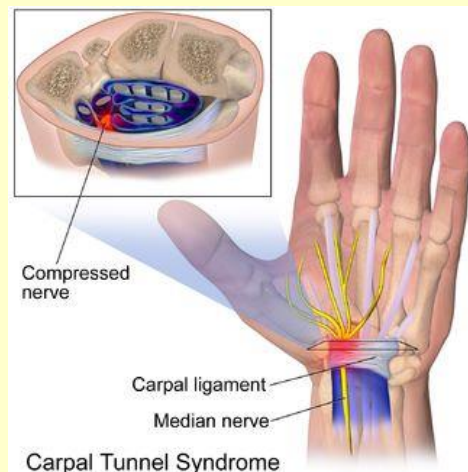
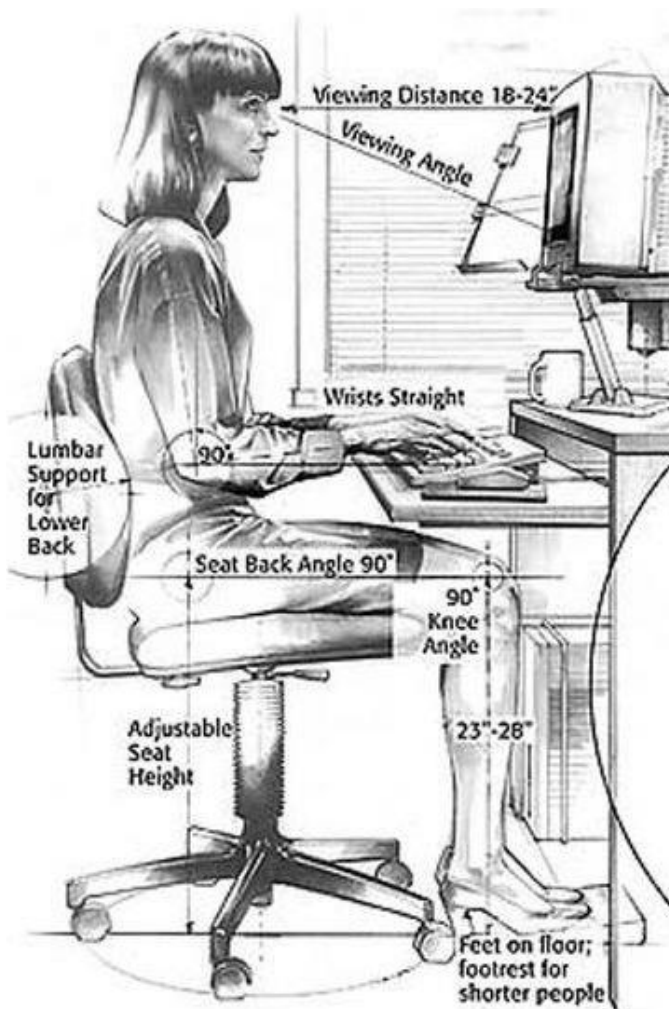
[http://www.iosh.gov.tw/Book/Report\\_Publish.aspx?P=1068](http://www.iosh.gov.tw/Book/Report_Publish.aspx?P=1068)

VDT 電腦工作站設計與評估(勞工安全衛生研究所)

[http://www.iosh.gov.tw/Book/Report\\_Publish.aspx?P=964](http://www.iosh.gov.tw/Book/Report_Publish.aspx?P=964)

電腦工作者頸肩四肢疼痛之危險因子及職場運動之效果

[http://www.iosh.gov.tw/Book/Report\\_Publish.aspx?P=901](http://www.iosh.gov.tw/Book/Report_Publish.aspx?P=901)





## 近年來媒體的資訊:

更多業界及媒體的補充資訊, 也已相當豐富,  
久坐讓人老十年

<http://scitech.people.com.cn/BIG5/6839868.html>

New Exercise Prescription: Don't Just Sit There: Stand Up and Move More, More Often <http://archinte.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=1108794&resultClick>

美國科學家發現 站著能減肥

<http://zhichang.hr369.com/dongtai/200902/129996.html>

德國人喜歡 "站立"工作學習

<http://www.phchome.cn/deguoyimin/deguojieshao/1318.html>

拉姆斯菲爾德用升降桌

[http://big5.xinhuanet.com/gate/big5/news.xinhuanet.com/2011-09/17/c\\_1220483](http://big5.xinhuanet.com/gate/big5/news.xinhuanet.com/2011-09/17/c_1220483)

美國上班族流行站著工作

[http://blog.sina.com.cn/s/blog\\_4a39e75c0100pk16.html](http://blog.sina.com.cn/s/blog_4a39e75c0100pk16.html)

[http://seattletimes.com/html/nationworld/2013189710\\_stand18.html](http://seattletimes.com/html/nationworld/2013189710_stand18.html)

FaceBook 倡導站式辦公

[http://paper.people.com.cn/smsb/html/2011-09/27/content\\_931921.htm](http://paper.people.com.cn/smsb/html/2011-09/27/content_931921.htm)

站著寫作的海明威 <http://www.ixuela.com/lishi/renwu/24319.html>

紐約時報 請站著讀這篇

[http://paper.people.com.cn/gjjrb/html/2010-06/04/content\\_535550.htm](http://paper.people.com.cn/gjjrb/html/2010-06/04/content_535550.htm)

男性久坐不動 不利生育

[http://www.ycwb.com/big5/newlife2/2009-06/04/content\\_2150881.htm](http://www.ycwb.com/big5/newlife2/2009-06/04/content_2150881.htm)

青少年與脊椎病

[http://cht.a-hospital.com/w/脊椎病#.Uvct\\_2KSy2M](http://cht.a-hospital.com/w/脊椎病#.Uvct_2KSy2M)

測試你的頸肩腰健康嗎

<http://bodylearning.pixnet.net/blog/post/31346168-脊椎健康度小測試-解答與說明篇>

[http://www.linglingdao.com/info\\_19.html](http://www.linglingdao.com/info_19.html)

女性為什麼下半身容易發胖

<http://gd.qq.com/a/20120601/000391.htm>

## 尋找真正的原因與解答:



## 姿勢排程智能電動桌(Posture Schedule Desk)

目前業界提供的解決方案是，是手動升降桌及電動升降桌，但是仍有其不足的地方。我們知到，當我們專注於工作的時後，不可能經常分心去操作電動桌的升降，有時遲鈍於意識身體的狀態，無法適時地站起來或坐下也是大多數人的情況 ？！這是造成勞動疲勞(CTDs)主要原因 ！

目前市面上的手動升降桌或電動升降桌，並沒能針對這樣的人的因素特性提對應的解決方案。還好，姿勢排程人因智慧桌(Posture Schedule Desk)提供了正確的解答方案。

既然使用者太煩忙，經常無法適時地站起來或坐下，那我們就來幫個忙吧 ！

我們(ABDC)提出專利訴求的 姿勢排程人因智慧桌(Posture Schedule Desk), 能提供了一個特別有效的對策來避免這種現象。



使用者可以自定一個電動桌的時間自動升降程序表, 使電動桌依據使用者自定的時間程序, 自動升降, 如此, 由控制系統來引導使用者適時地站起來或座下, 而不是等到使用者的身體發出了明顯的訊號, 如局部酸痛, 局部鬱悶等感覺, 才要改變姿勢, 因為那是被動的幫助 ?!

我們的姿勢排程智能電動桌, 會主動要求沉浸在工作中的朋友, 不可忽略了改變姿勢體態的重要性, 正是所謂預防勝於治療, 防微杜漸, 而能日起有功.

除了使用者自定的桌面自動升降時間表以外, 顯示器的自動升降, 旋轉及仰輔角的自動控制, 也是我們能提供的.

使用者也可達到最佳化的局部姿態的調整.

姿勢排程人因智慧桌(Posture Schedule Desk) 的控制軟硬體及其應用概念方法等, 是我們已提出的主要專利訴求.

## 我們的整合產業(Our Integrations):

在電動升降桌的組件配套來源方面, 我們與亞洲(大陸)最有規模的主要一線研發製造廠進行產品行銷及技術整合的合作,

合作內容包括:

1. 整部手動升降桌或電動升降桌的代理經銷.
2. ABDC 姿勢排程軟體與各研發製造廠的電動桌元件的整合控制.

## 廣州市優智自動化辦公設備有限公司

<http://www.youzhi168.com/aa/Index.shtml>

廣州市優智自動化辦公設備有限公司 是一家集設計,開發, 研究, 加工, 生產, 銷售辦公自動化產品及燈光, 音響, 影視器材, 投影機周邊設備的企業, 產品銷售網絡遍布三十多個大中型城市及海外.

## 廣州市共盛五金有限公司

<http://www.gudex.cn/page/creditdetail.htm>

廣州市共盛五金有限公司是一家集科研開發, 設計生產, 銷售安裝, 視訊工程為一體的視聽周邊設備及服務的專業科技發展型公司. 致力於視聽五金架領域, 廣泛用於辦公自動化設備.

## 泠泠島電動升降桌

[www.linglingdao.com/](http://www.linglingdao.com/)

泠泠島是中國首家升降桌生產制造公司, 以科技創新為主, 自主研發生產各類電動升降桌的新型企業, 產品 90%出口發達國家, 專業生產升降辦公桌.

### 主要產品項目:

#### ■竹節式電動升降辦公桌

竹節式升降辦公桌, 是現代辦公場所中廣泛推廣及應用的辦公設施.

可適合不同使用高度的需求, 實現站立與坐姿的更換,

有效預防脊椎, 頸椎病變, 肥胖症及糖尿病等.

只需輕按住開關, 到使用者所需位置放手即可鎖定高度. 不需任何工具, 操作簡便, 特別符合現代化辦公人員的使用需要.



## 客製化桌面

除現有量產的桌面尺寸，型狀以外，我們也提供客製化桌面的訂製。





## ■ 液晶螢幕旋轉系列

具有升降，仰俯，旋轉的功能，特別適用於電動升降桌的配電件模組。



## 可調電腦主機托架

內建滾珠線性滑軌，可前後滑動，可 360 度旋轉，使用更加方便。高度，寬度可調，吊掛結構，增加空間，



## 可調鍵盤架

鍵盤高度可調，可 360 度旋轉，不同操作方位更加舒適。表面噴粉處理，寬幅托板，美觀大方。雙滑鼠墊  
載重可達 25KG.



# 姿勢排程智能電動桌(Posture Schedule Desk)應用程式

- 1.可控制竹節式電動升降辦公桌的高度,
- 2.可控制液晶螢幕旋轉系列的升降高度, 仰俯角度, 旋轉角度. 使用者可自行設定一個以上的時間程序表
- 3.可控制多組光源的亮度, 升降高度, 仰俯角度, 旋轉角度. 使用者可自行設定一個以上的時間程序表,
- 4.可搭配 ABDC 自主研發的微光譜儀, 量測記錄自然或人工光源的光譜強度分佈.
- 5.可搭配 ABDC 自主研發的微光譜儀所量測的自然光譜強度分佈, 以自動化進行人工光源光譜強度及色溫分佈的動態補償平衡.
- 6.各部份功能分開購買, 可客製化進行軟體, 硬等及週邊的整合控制運作.

