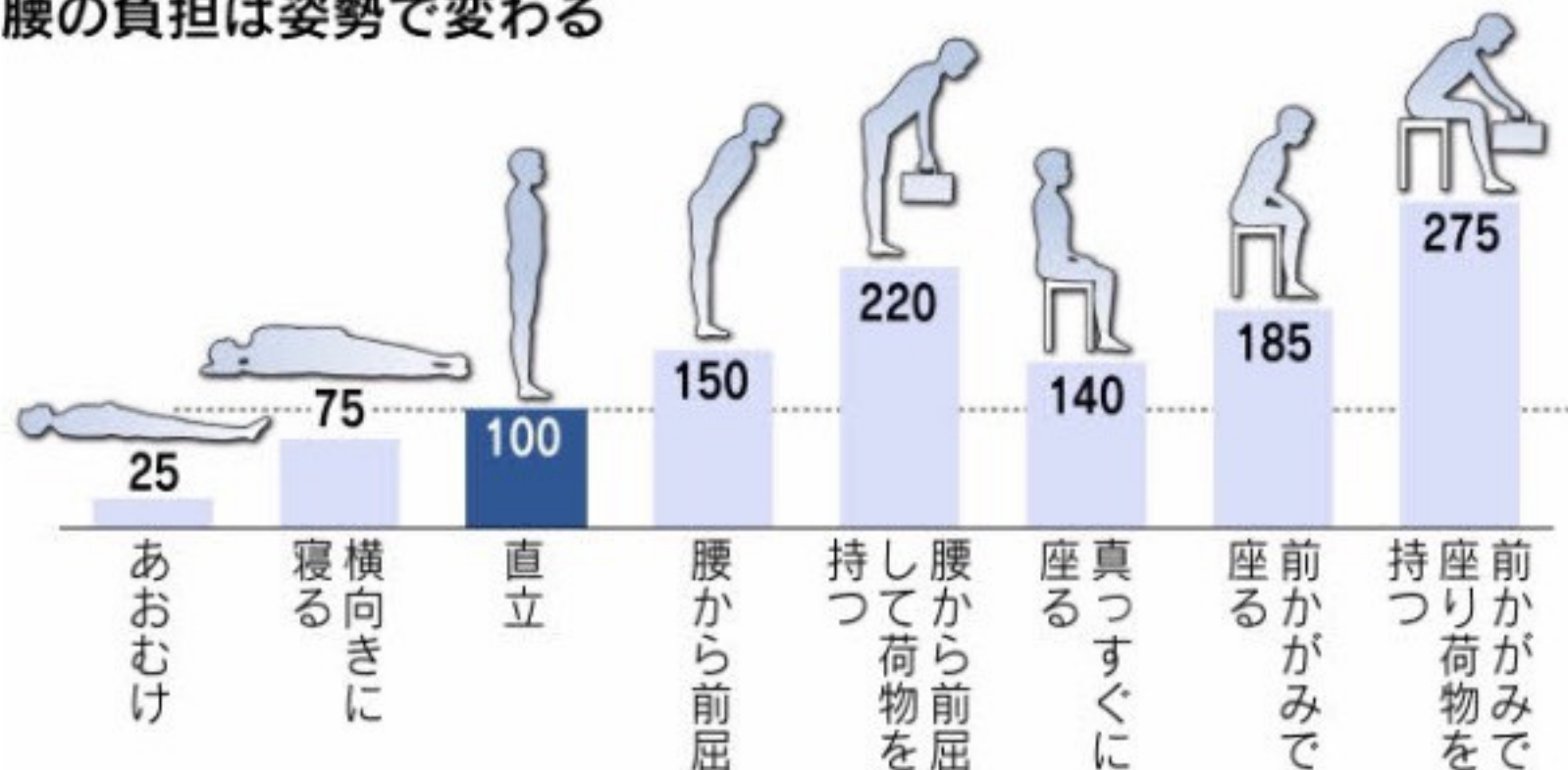


腰の負担は姿勢で変わる



(注) 数字は体重70キログラムの人の第3腰椎の椎間板内圧で、直立を100とした場合。
スウェーデンの整形外科医ナッケムソンが数値化