

Fot. Blaklader

Wygodny
i bezpieczny
strój roboczy:

Jak chronić
kolana?

Staw kolanowy jest największym stawem w organizmie człowieka i jednocześnie jedną z najbardziej skomplikowanych struktur kostno-mięśniowych. Jego kontuzje to nie tylko mniejszy lub większy dyskomfort, ale także szczególne zagrożenie dla osób pracujących fizycznie, zwłaszcza na kłęcząco. Jak w ochronie tego newralgicznego układu ruchowego może pomóc odpowiednio dobrany strój roboczy?

Zginanie, prostowanie, a nawet rotacja w zgięciu: staw kolanowy potrafi wiele, gdy więc zostanie uszkodzony, mocno odczuwamy jego obniżoną lub wręcz wyłączoną sprawność. Rehabilitacja i powrót do zdrowia zajmują z reguły dużo czasu, dlatego w przypadku urazów kolan jak najbardziej potwierdza się przysłowie, że lepiej zapobiegać, niż leczyć. Na co więc należy zwrócić szczególną uwagę, zabezpieczając kolana przed kłopotliwymi uszkodzeniami?

Dwa kolana, wiele możliwości

– *Ochrona kolan, którą może zapewniać strój roboczy, dotyczy generalnie trzech obszarów: zapobiegania uszkodzeniom mechanicznym, ochrony termicznej oraz przeciwwilgociowej. To, która z nich będzie najistotniejsza, zależy od rodzaju i miejsca wykonywanej pracy – wyjaśnia Grzegorz Marcinkowski z firmy Blaklader.*

Podstawową ochronę mechaniczną zapewniają w strojach roboczych zastosowane do wykonania spodni materiały, które na kolanach powinny być wzmocnione. Aby częsty kontakt z podłożem nie doprowadził do przetarcia, najlepiej wybierać te zawierające wstawki na przykład z bardzo wytrzymałej Cordury. Jeśli spodnie ich nie posiadają, można zastosować dostępne osobno, zgrzewane wzmocnienia.



Wygoda i bezpieczeństwo: dobrze dobrane nakolanniki dopasowane do roboczych spodni pomogą zachować komfort pracy przez wiele godzin, a także ochronią kolana przed uszkodzeniami mechanicznymi, takimi jak np. przebiecie leżącym na posadzce gwoździem czy innym ostrym przedmiotem.

Fot. Blaklader

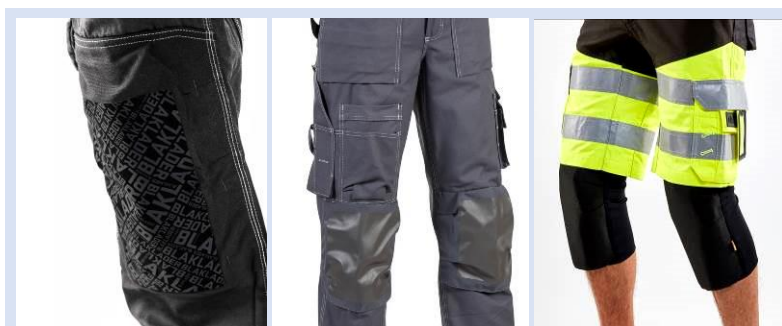
Gdy praca na kolanach nie jest wyjątkiem, ale stanowi codzienność – na przykład w przypadku osób układających podłogi lub instalacje sanitarne – obowiązkowym elementem stroju muszą być nakolanniki. – *Jeśli zależy nam na lekkości i okazjonalnie pracujemy na kolanach, sprawdzą się podstawowe, piankowe modele. Jeśli jednak potrzebujemy ochrony do częstej i intensywnej pracy, na przykład na kamienistych bądź chropowatych powierzchniach, warto wybrać grube, żelowe ochraniacze, zapewniające nie tylko podwyższoną ochronę przed naciskiem podłoża, ale również bardzo stabilne i wygodne oparcie kolana przez wiele godzin* – podkreśla Grzegorz Marcinkowski i przypomina: – *Oczywiście przed zakupem należy upewnić się, że wybrane wcześniej spodnie posiadają specjalne kieszenie, w które te*

nakolanniki będzie można wsadzić.

Komfort to bezpieczeństwo

Kłękając często na zimnym, wilgotnym lub wręcz mokrym podłożu narażamy kolana na wychłodzenie, co z kolei może prowadzić do rozwoju chorób i schorzeń tych skomplikowanych stawów. Dlatego izolacja termiczna i przeciwwilgociowa są w takich sytuacjach równie ważne, jak ochrona mechaniczna. – *Czy zatem pracujemy w nieogrzewanym, zawilgoconym pomieszczeniu czy w ogrodzie, kłęcząc na zimnej i mokrej ziemi, nakolanniki będą cennym, dodatkowym izolatorem. Z kolei w powstrzymaniu wilgoci pomogą gumowane powierzchnie kolan* – wyjaśnia Grzegorz Marcinkowski.

Oprócz bezpośredniego zabezpieczenia kolan przed urazami warto również pamiętać o tym, że ich ochronę wspiera zapewnienie im odpowiedniego komfortu pracy. Pomagają w tym takie rozwiązania jak zastosowanie w spodniach rozciągliwego stretchu i wstępnie uformowane kolana. Swoboda ruchu i brak uciskania stawu podczas kłęknięcia mają w końcu bardzo duże znaczenie zarówno dla prawidłowego



Zgrzewane wzmocnienie, kieszeń na kolanie wykonana z gumy czy osobny ochraniacz – pomysłów na ochronę kolan podczas prac fizycznych jest wiele. Pierwszy to opcja szczególnie polecana do prac groźących szybkim przetarciem spodni. Druga sprawdzi się podczas np. częstego kłęknięcia na mokrym lub wilgotnym podłożu, a trzecia – prac w upale, gdy przy krótkich spodniach nie chcemy rezygnować z zapewnienia kolanom odpowiedniej ochrony i komfortu.

Fot. Blaklader

funkcjonowania kolan. A pośrednio także całego ciała – niewygodny w jednym miejscu strój może mieć wpływ na ogólny dyskomfort pracownika, a przez to jego obniżoną koncentrację, prowadzącą z kolei do wypadków powodujących urazy.



Podczas kompletowania bezpiecznego i wygodnego ubrania roboczego należy więc ze szczególną uwagą przeanalizować to, w jaki sposób możemy zabezpieczyć zdrowie naszych stawów kolanowych. Dzięki temu wykorzystywane do pracy spodnie nie będą „strzałem w kolano”, a przeciwnie – pomogą odpowiednio je chronić, podnosząc ogólny komfort i bezpieczeństwo pracy.

Blaklader Workwear Sp. z o.o.

ul. Kolneńska 4
02-242 Warszawa
www.blaklader.pl

Firma **Blaklader** to szwedzki producent wysokiej jakości odzieży roboczej. Od ponad 60 lat dostarcza profesjonalistom ubrania przystosowane do pracy w najróżniejszych warunkach – od niewielkich warsztatów po ekstremalne miejsca takie jak kopalnie czy platformy wiertnicze. Renomę marki zbudowało połączenie wyjątkowej trwałości, funkcjonalności i estetyki produktów Blaklader z szybką i nastawioną na klienta obsługą serwisową.

Odzież i akcesoria Blaklader są dostępne w 16 krajach. Polski oddział firmy został uruchomiony w 2019 roku.