本文目录

- 人体工学椅什么牌子好?有谱这个牌子的椅子质？
- 结实的电脑办公椅最好符合人体工学的椅？

人体工学椅什么牌子好?有谱这个牌子的椅子质？

对办公人士来说每天至少有一半的时间必须坐在办公室里工作。其中腰痛和颈椎疼痛的人士不在少数。这是因为公司用的椅子并不能为你的健康提供很好的保障。长时间坐在这样的椅子上会压迫椎间盘和颈椎，最终导致或剧烈或慢性疼痛。这种疼痛可能会严重到影响你余生的行动能力。

人体工学椅就是专为办公人士而设计的。它有助于让你保持正确的身体姿势，从而减轻脊髓神经的压力，减少肌肉和神经疾病的发生。萊坦頭條

因此很多人为了自己的健康而购买更好的人体工学椅来代替公司的办公椅。如果你也有此想法，希望这篇文章会对你有所帮助。萊坦頭條

下面的10把椅子是从不同价格区间精选出的值得为健康投资的产品，希望能满足不同预算的人们的需求。頭條萊坦

Top 10) Mid-Back Mesh Chair by Flash Furniture萊坦頭條

Flash Furniture出品的Mesh的中背网眼椅是一把广受好评的椅子，其特点是拥有坚固的五轮底座，和符合人体工程学的网格轮廓。萊坦頭條

关键特性：

Mesh有非常好的网格轮廓，包含所有符合人体工程学的调整功能，并帮助身体保持凉爽。网格是比较结实的尼龙材质，有助于提高抗拉强度。頭條萊坦

特别说明，Mesh的尺寸非常适合身高超过1.8米的大个子，这在这么便宜的椅子中是很少见的。條萊坦頭

优点：條萊坦頭

透气网材质，可以保持凉爽。萊坦頭條

适合大个子。萊坦頭條

实惠的价格。萊坦頭條

缺点：萊坦頭條

耐用性差萊坦頭條

Top 9) White Ergonomic Leather Chair by GM Seating萊坦頭條

Ergonomic具有非常独特的风格，整个座椅由奢华的真皮包裹，是您办公室的最佳选择之一。條萊坦頭

关键特性：萊坦頭條

具有座椅滑动调节、倾斜张力调节、头枕高度调节、颈部疼痛角度调节等功能。3D扶手高度可调，可前后移动。坦頭條萊

独特的设计确保了腰椎的支撑和身体姿势的适当调整，尤其是颈部和背部。萊坦頭條

优点：坦頭條萊

整把椅子使用了奢华的真皮材质，外观设计独特，极具高级感。坦頭條萊

萊坦頭條

独特的头枕调节系统，非常适合颈部疼痛的人。

缺点：萊坦頭條

由于使用了大量的真皮材质，因此价格比较贵。頭條萊坦

Top 8) Alera Elusion Swivel Chair

Alera
Elusion转椅是在同等价格范围内评价最好的椅子之一，性价比极高。條萊坦頭

关键特性：

符合人体工程学的设计和透气网背，让你一整天都保持凉爽和舒适。与许多这种价位的椅子不同，Alera的椅子提供了带有瀑布边缘的外形，坐垫能够提供优质的承托，帮助你减轻腿部的压力，而背部的支撑也同样到位。萊坦頭條

优点：坦頭條萊

性价比极高。萊坦頭條

带有瀑布边缘的外形提供优质的支撑功能萊坦頭條

网眼面料，可以让身体保持清爽條萊坦頭

缺点：頭條萊坦

由于价格低廉，并没有太多的调整功能。萊坦頭條

Top 7) Serta Mid-Back Office Chair條萊坦頭

尽管舒达最出名的产品是床垫，但随着这款办公椅的推出，舒达进入了人体工程学领域。萊坦頭條

这款椅子拥有高端品牌的外观和手感，采用了枕垫式ergo-
layer靠垫，提供舒适和支撑的完美结合。條萊坦頭

关键特性：

这把椅子是由环保皮革制成，配有BIM主动式腰椎支点，为腰椎提供支撑。按下按钮即可调节夹垫扶手的高度，使用方便的线缆驱动杠杆控制升降和锁定功能。还提

供了独特的倾仰技术，当你倾仰的时候，它会使你的骨盆向前倾斜。还能使你的背部处于中间位置，防止压力在身体的脆弱部位积聚。條萊垍頭

优点：條萊垍頭

高档环保皮革，能够提供专属品牌的触感。頭條萊垍

柔软的枕头，确保完美的舒适。條萊垍頭

倾仰技术，保持完美的身体姿势。萊垍頭條

提供了很大的可调性。萊垍頭條

缺点：條萊垍頭

即便最低坐姿也比较高，只适合比较高的人士。萊垍頭條

保修期只有一年。萊垍頭條

Top 6) Herman Miller Sayl Chair萊垍頭條

Herman Miller这个高端品牌以生产世界上最好的座椅而闻名。设计的Sayl椅是该品牌首款人体工程学办公椅，也是最便宜的办公椅，在这个价格范围内，它超过了绝大多数椅子。有多种颜色可选。條萊垍頭

Sayl集卓越的设计、有利健康的支撑和超高价值于一体。无论从质量、性能和设计方面都成为了同类产品中的标杆。頭條萊垍

关键特性：條萊垍頭

Sayl的无框架3D智能靠背，让您可自由伸展和活动，在承托与自由之间，达到一个健康的平衡点。悬式靠背的弹性索粗细、张力不一，以为沿脊椎的转换区提供较大的承托，而在其他部位则相对减轻。萊垍頭條

Sayl拥有两个独特的创新:Y-Tower和ArcSpan。前者是椅子的假脊椎骨，就像人类的脊椎骨一样。它的主要功能是拉伸织物，同时提供支撑。后者的作用是让您的脊椎能够保持自然的“S”形状，身体保持健康的姿态，减少疲劳。萊垍頭條

这把椅子的设计灵感来自伦敦的金桥，SAYL的名字由sail改变而来，从侧面看像极

了一艘帆船。萊坦頭條

优点：條萊坦頭

无框靠背的大网孔材质有助于空气的正常流通，帮助你在工作时保持凉爽。萊坦頭條

12年保修萊坦頭條

3D智能靠背有助于准确地保持身体姿势和脊柱及颈部的对齐。萊坦頭條

非常优雅的设计。萊坦頭條

由可回收材料制成，几乎所有部件都可回收。萊坦頭條

缺点：萊坦頭條

扶手可能会随着年龄的增长而轻微磨损萊坦頭條

Top 5) Steelcase Leap fabric Chair萊坦頭條

Leap是Steelcase生产的最畅销的人体工程学椅，是一把非常可靠而舒适的椅子。萊坦頭條

关键特性：

Leap最大的特点之一是Steelcase的专利LiveBack技术。让椅子完美符合背部形状，对身体提供非常好的支撑，当你改变坐姿或斜倚时，椅子也会滑动以适应你的不同姿势，从而减轻身体中脆弱部位的压力，比如脊髓、脖子和头部。萊坦頭條

椅子的每一部分都非常灵活，从上背到下背，从扶手到座位的边缘，从座位的高度到深度，都可以调节，这样每个人都可以享受到最适合自己的坐姿。萊坦頭條

优点：萊坦頭條

是由可回收材料制成的，它的所有部件都是可回收的。條萊坦頭

难以置信的灵活性和可调节性。坦頭條萊

LiveBack技术使它非常舒适。萊坦頭條

缺点：萊坦頭條

扶手调节复杂而累赘萊坦頭條

价格偏高萊坦頭條

Top 4) Haworth Zody Chair

Zody是唯一获得美国物理治疗协会认可的椅子，这把椅子对功能的重要性超过了对设计的重要性。條萊坦頭

关键特性：

Zody有独特的非对称调节系统，该系统由密歇根大学人类行为研究所设计，它可以让你瞄准问题区域，比如后背下部，使椅子与你的身体相适应。萊坦頭條

另一个特点是它的被动骨盆支撑，能够帮助你的脊髓完美对齐，防止椎间盘滑脱等疾病。设计简单的靠背可以保持背部的自然弯曲，让背部疼痛成为过去。條萊坦頭

优点：萊坦頭條

被动骨盆支撑有助于脊柱的正确对齐。條萊坦頭

容易调整：座椅高度，扶手宽度，3点倾斜机构，以及前倾功能。萊坦頭條

缺点：萊坦頭條

萊坦頭條

扶手太容易移动，不容易保持在固定位置。

相比其他同价位椅子来说，设计并不突出，显得太中庸廉价。萊坦頭條

Top 3) Herman Miller Aeron Chair頭條萊坦

Aeron引发了人体工程学热潮，多年来吸引了非常多的追随者。是第一把没有使用泡沫垫的网状编织座椅。條萊坦頭

新款new Aeron从头到脚都经过了重新制作以满足当今工作的需求。萊坦頭條

关键特性：

Aeron座椅中使用的创新弹性体悬架支撑结构Pellicle，能够消除限制血液流通的压力点并且拓展了材料设计的边界。分成8个弹性和支撑区间的8Z Pellicle将人类对于材料的应用推进到了一个前所未有的境界。萊坦頭條

在整个座椅和靠背中，分布有八个具有不同张力的横向区域——边缘张力最强的区域和与人体接触的部位更为柔和的区域——包容着就坐者的身体，为您带来更多的舒适感和更符合人体工程学的支撑。萊坦頭條

PostureFit SL和8Z Pellicle代表了更高层次的人体工程学专业知识和最尖端的支撑技术，将极大地改善就坐者的整体体验。二者综合起来创造出完整的脊椎支撑——通过精密计算、分区设计的支撑使人体的骨骼系统调整到最理想的位置，从而提供最终的脊椎支撑效果。无论就坐中的人是保持静止还是频繁移动，这种更为活动的支撑功能都能实现脊椎支撑的最终效果。萊坦頭條

Aeron椅子有A、B、C三种尺寸可供选择，可以完美满足不同体型的人士。萊坦頭條

优点：萊坦頭條

最舒适的人体工学椅之一。頭條萊坦

科技感十足，骶骨和腰部双主动支撑调节。頭條萊坦

前倾功能对时常伏案写作的工作环境非常友好。萊坦頭條

专利网状材质，非常透气，能够保持身体血液顺畅流通。萊坦頭條

不同尺寸可选，可以适用于广泛人群。萊坦頭條

12年保修頭條萊坦

缺点：條萊坦頭

这款椅子经过了二十多年的市场检验，几乎没有缺点。萊坦頭條

Top 2) Steelcase Gesture Chair萊坦頭條

Gesture是目前市面上最好的人体工程学座椅之一，曾多次获得顶级医疗机构的奖项，在2013年获得新ocon金奖。頭條萊坦

关键特性：

这款革命性的新办公椅可以适应各种自然的身体姿势和大小，同时支持和保护背部和颈部。专属的LiveBack技术，可以自动适应你的身体，模仿你的脊柱和颈部的自然运动。頭條萊坦

扶手调节是这款椅子的最大特点之一，扶手可以360度上下左右运动，可以在任何你想要的位置固定。萊坦頭條

Gesture不仅可以调整椅子的高度，还可以调整它给你背部带来的张力，可以让靠背更紧或更软。頭條萊坦

优点：條萊坦頭

巨大的调整空间，可以适应不同体型的人士。條萊坦頭

扶手可以旋转360度，在任何位置固定。坦頭條萊

缺点：頭條萊坦

除了价格偏高，基本没有缺点。頭條萊坦

Top 1) Herman Miller Embody Chair

Embody是拥有最好功能的人体工学椅，是当之无愧的第一名。Embody赢得了多个奖项，包括著名的新保守主义银奖和最佳科技奖。條萊坦頭

如果你没有预算，为什么不坐最好的呢? 哈哈！！萊坦頭條

关键特性：

Embody由来自生物力学、视力、物理疗法和人体工程学等领域的20多位医生和博士，以其丰富的专业知识，为座椅研发予以指导。因此，在人体工程学技术座椅的压力分散、天然调节和对健康运动的支撑等方面，Embody 都堪称标杆。

动态点阵设计让Embody 的座椅和靠背，能根据身体的微小动作自动进行调整，均匀地分布您身体的重量。让您自如活动，以促进健康循环和专注力。萊坦頭條

Embody的靠背就像自身的背部，带有脊柱和软肋骨。Backfit调节功能能够调整靠背至贴合脊椎自然曲线的位置，调整后的靠背便会适应您的动作，随着身体的动态自动调整。无论是前倾还是斜倚，它都能提供持续而稳定的承托。萊坦頭條

Embody座椅包含四个承托层，各有独特的材料属性和制造工艺。四个承托层相互配合，可以自动根据坐姿进行精确的调整。萊坦頭條

椅子的面料很像人的皮肤。它有助于空气和氧气的正常循环，无论你坐多久都能保持凉爽。萊坦頭條

优点：萊坦頭條

保修12年萊坦頭條

采用可再生能源制造，95%可回收條萊坦頭

外骨骼通过保持正确的姿势减少脊椎和颈部的压力，有助于减少肌肉疼痛和久坐相关的疾病。條萊坦頭

拥有所有的人体工程学功能，是一把几乎完美的人体工程学椅子。萊坦頭條

椅子的面料很像人的皮肤。它有助于空气和氧气的正常循环。萊坦頭條

缺点：萊坦頭條

面料相对容易脏一些，需要经常清理。萊坦頭條

购买参考

以上十款椅子中，Herman Miller，Steelcase，Haworth
这三个也是国内认知度最高的品牌。頭條萊坦

其中Herman Miller和Haworth有天猫旗舰店。官方购买价格一般都比较高，所以可以找找其他渠道，团购等等，价格更加合理。頭條萊坦

这三个品牌也有很多二手出售，如果想买二手建议购买个人自用的，不推荐从二手

办公家具商家处购买。萊垍頭條

以上是题主的一点个人建议，希望对想为健康投资的朋友有所帮助，有说的不对的地方欢迎指正。如果想买一把Herman Miller也可以找题主聊聊，个人资料有介绍。萊垍頭條

结实的电脑办公椅最好符合人体工学的椅？

市面上的电脑椅各式各样：有人体工学椅，有电脑沙发，有电竞椅还有那种最普通直上直下的电脑椅。萊垍頭條

最推荐的一种：人体工学电脑椅垍頭條萊

推荐理由：除了床以外，我们每天使用最多的家具是什么？一定是电脑椅，如果一把椅子不符合人体工学，只是具有坐这一个功能那么你每天坐完之后必然就会各种部位的酸痛。而上述几种椅子除了电竞椅邯郸学步般模仿了一点点人体工学椅之外，都不符合人体工学。萊垍頭條

但是电竞椅说到底也就只是外观比较亮丽，比较打眼而已，简单的放一个小枕头可不能替代腰枕的功能啊。條萊垍頭

那么如何选择一把好的人体工学椅呢？以壹巢品牌的电脑椅为例可概括为以下几点:萊垍頭條

一张好的电脑椅，应该由五部分构成：五星脚、气压棒、底盘、坐垫和椅背。只有各个成员各司其职、协调一致，才构成一把舒适耐用的椅子。萊垍頭條

第一部分是五星脚，即滑动电脑椅的五个轮子，它们承受着人体的重量，关系到椅子的耐用性。很多便宜的电脑椅的轮子是用塑料甚至是废旧塑料制成， 塑料的物理性能不好，夏天太软冬天太脆，人们在使用的时候经常会碰到轮子突然坏掉了的情况。好一点的轮子使用的是PU及尼龙的复合材料，增加其耐磨性。頭條萊垍

第二部分是气压棒，它主管电脑椅升降。业内人士指出，好的气压棒和质量差的气压棒价格相差约7倍。质量差的气压棒钢壁很薄，阀门密闭不严，时间久了会漏气，导致椅子无法升降。目前国内生产的办公家具，大部分无法通过BIFMA测试。办公椅是组装类产品，选择是其他方面可以不用管，气压棒这块一定要选一个大品牌的。 气压棒的品牌一般都会在管壁上。頭條萊垍

?第三部分是坐垫，它必须符合人体臀部和大腿的曲线。坐板上覆盖的海绵的密度

和厚度关系到座椅的舒适性，如果上面的海绵太薄、密度不够，坐上3个月就会“位子不保”。萊坦頭條

第四部分是椅背，这个部分必须符合人体功能学，与人体脊柱的曲线贴合得越紧密越好，椅背的弹性和韧性是决定是否舒适的重要因素。萊坦頭條

第五部分是底盘，这是椅子的大脑，几乎所有的功能都通过底盘实现。底盘可以操纵椅子后仰或者前倾的角度，以及后仰弹力的大小，底盘功能决定了整个座椅可以倾斜还是只有椅背能倾斜。頭條萊坦