

# 在宅用、牽引椅子



## 負荷の目安

目安としては、**体重の1/10～1/7の範囲**  
垂直持続牽引の場合、**2～4kg**から初めて  
**最大限度8kg**としてください。  
頸椎牽引の時間ですが**10～30分**を目安  
としてください。

