

Anleitung zur HandshoeMouse

Unter dem Verpackungsboden finden Sie eine bebilderte Anleitung in englischer Sprache sowie einen Schutzbeutel für Ihre HandshoeMouse.

Anschluss der Wireless-Version

Stecken Sie den USB-Empfänger in einen freien USB-Port Ihres Computer und laden Sie die Maus mit dem mitgelieferten Kabel während 2 Stunden auf. Die Wireless-Verbindung zwischen Maus und Empfänger herstellen: drücken Sie den kleinen schwarzen Knopf auf der Unterseite der Maus, sobald der Empfänger aufleuchtet, drücken Sie den kleinen schwarzen Knopf erneut.

Klicken Sie jeweils mit der linken Maustaste um die Maus aus dem Standby-Modus «aufzuwecken».

Sitzhaltung und Anwendung der Maus

Sitzen Sie möglichst entspannt und legen Sie Ihre Hand auf die Maus, sie funktioniert wie ein Sattel für die Hand. Das Handgelenk sollte am hinteren Ende gut abgestützt sein während die Handfläche, die Finger und der Daumen auf der Maus ruhen. Die Fingerspitzen können ganz leicht die Arbeitsfläche berühren.

Achten Sie darauf, dass die Höhe der Arbeitsfläche Ihres Bürotisches und Ihr Stuhl für Sie passend eingestellt sind. Der Unterarm sollte abgestützt sein, entweder auf der Arbeitsfläche oder auf der Armlehne des Stuhles. Strecken Sie Ihren Arm oder Ellenbogen nicht aus, um ihn über der Arbeitsfläche schweben zu lassen. Lassen Sie Ihren Arm in einer, für Sie bequemen Haltung, seitlich entlang Ihres Körpers. Zur Ihrer Information: Das durchschnittliche Gewicht eines Armes beträgt etwa sieben Kilogramm. Wenn Sie Ihren Arm also in der Luft über der Arbeitsfläche schweben lassen, das heißt, ihn nicht auf dem Pult oder einer Armlehne abstützen, belasten Sie stark die Muskeln im Schulterbereich, denn diese müssen in diesem Fall ständig aktiv sein. Das andauernde Arbeiten in einer solchen Position ist der häufigste Grund für Verspannungen im Nacken-, Schulter- und Armbereich.

Mausklick

Um mit wenig Kraftaufwand zu klicken ist wichtig, dass die Zeigefingerspitze möglichst weit vorne auf der Klicktaste platziert wird. Das Klicken erfolgt dann durch Beugen des Zeigefingers anstelle des üblichen Runterdrückens des Fingers.

Technische Aspekte

Eine spezielle Software zur HandshoeMouse wird nicht benötigt; sie ist sofort betriebsbereit. Prüfen Sie die Mauseinstellungen: Die Geschwindigkeit Ihres Cursors (Mauszeigers) sollte auf eine mittlere Stufe eingestellt sein. Falls der Cursor auf einer zu hohen Geschwindigkeit eingestellt ist, kann dies zu erhöhter Muskelspannung führen. Spezielle Maus-Software, die bereits auf Ihrem Rechner installiert ist, sollte bei Problemen beendet oder deinstalliert werden.

Wie passen Sie die Maus-Geschwindigkeit an?

In Windows 98, 2000, XP und Vista gehen Sie unter

- Startmenü,
- Systemsteuerung,
- Maus,
- dann auf «Zeigeroptionen» und stellen Sie die Geschwindigkeit auf den mittleren Wert oder sogar etwas darunter.