

เก้าอี้แบบไหนเหมาะกับการใช้งานของคุณ?

นำเสนอเมื่อ : 2 ก.ค. 2568

การเลือกเก้าอี้ที่ใช้สำหรับตัวเราไม่ใช่เรื่องง่ายเลย โดยเฉพาะยุคนี้ที่เราต้องนั่งทำงานหน้าคอมพิวเตอร์เป็นชั่วโมง หรือ Work from Home ที่บ้าน การมีเก้าอี้ที่ดีจึงเป็นสิ่งสำคัญมากที่จะช่วยลดความเสี่ยงภาวะกระดูกสันหลังของเรา วันนี้เราจะมาดูกันว่าแต่ละประเภทของเก้าอี้มีข้อดีข้อเสียอย่างไร และเหมาะกับใครบ้าง



เก้าอี้พลาสติก ตัวเลือกที่คุ้มค่าและหลากหลาย

เก้าอี้พลาสติก[1] เป็นตัวเลือกที่ได้รับความนิยมมากในปัจจุบัน เพราะนอกจากจะมีราคาไม่แพงแล้วยังมีดีไซน์ที่หลากหลายให้เลือก ไม่ว่าจะเป็นสี สัน รูปทรง หรือขนาดต่างๆ ที่สามารถเข้ากับการตกแต่งบ้านหรือออฟฟิศได้ง่าย

ข้อดีของเก้าอี้พลาสติกคือน้ำหนักเบา ย้ายง่าย ทำความสะอาดได้ง่าย และทนทานต่อสภาพอากาศ ถ้าเป็นคุณภาพดีก็สามารถใช้ได้นานหลายปี แต่ข้อเสียก็คือ ถ้านั่งนานๆ อาจจะรู้สึกไม่นุ่มสบายเท่าเก้าอี้แบบอื่น และบางรุ่นอาจไม่มีการรองรับหลังที่ดีพอ

เก้าอี้ พลาสติกเหมาะกับคนที่ต้องการความสะดวกในการใช้งาน ไม่ได้นั่งติดต่อกันนานมาก หรือใช้เป็นเก้าอี้เสริมสำหรับรับแขก

เก้าอี้สำนักงาน เพื่อการทำงานที่มีประสิทธิภาพ

สำหรับคนที่ต้องทำงานหน้าโต๊ะเป็นประจำ เก้าอี้สำนักงาน คือสิ่งที่ขาดไม่ได้เลย เพราะออกแบบมาเพื่อรองรับการใช้งานเป็นเวลานานโดยเฉพาะ

เก้าอี้สำนักงานที่ดีจะมีการรองรับหลังที่เหมาะสม มีการปรับระดับความสูงได้ พนักพิงที่รองรับส่วนโค้งของหลัง และมีท้าวแขนที่ช่วยลดอาการปวดไหล่ บางรุ่นยังมีหมอนรองศีรษะ หรือหมอนรองหลังส่วนเอวเพิ่มเติมอีกด้วย

การลงทุนกับเก้าอี้สำนักงานที่ดีถือเป็นการลงทุนกับสุขภาพระยะยาวของเรา เพราะช่วยป้องกันอาการปวดหลัง ปวดคอ และปัญหากระดูกสันหลังที่อาจเกิดขึ้นจากการนั่งในท่าที่ไม่ถูกต้องเป็นเวลานาน

เก้าอี้คอม สำหรับนักเกมเมอร์และคนทำงานหนัก

เก้าอี้คอม หรือเก้าอี้เกมมิงเป็นอีกหนึ่งตัวเลือกที่น่าสนใจสำหรับคนที่ใช้คอมพิวเตอร์เป็นเวลานาน ไม่ว่าจะเป็นการเล่นเกม การทำงาน หรือดูซีรีส์

เก้าอี้คอมมักจะมีดีไซน์ที่ดูสวยงาม มีสี สัน สะดุดตา และมีฟีเจอร์ที่ครบครันมากกว่าเก้าอี้สำนักงานทั่วไป อย่างเช่น:

- การปรับได้หลายจุด ทั้งความสูง มุมเอนหลัง และตำแหน่งท้าวแขน
- วัสดุที่นุ่มสบาย มักจะเป็นหนังเทียมหรือผ้าพิเศษ
- รองรับน้ำหนักได้มาก และมีความคงทนสูง

ข้อดีของเก้าอี้คอมคือการรองรับที่ดีมาก สามารถปรับแต่งให้เข้ากับสรีระของแต่ละคนได้ และใช้งานได้เป็นเวลานานโดยไม่เมื่อยล้า แต่ข้อเสียคือราคาค่อนข้างสูง และบางรุ่นอาจจะใหญ่เกินไปสำหรับพื้นที่เล็กๆ



เลือกอย่างไรให้เหมาะกับตัวเรา

การเลือกเก้าอี้ที่เหมาะสมควรพิจารณาจากหลายปัจจัย ได้แก่ ลักษณะการใช้งาน งบประมาณ พื้นที่ที่มี และความต้องการเฉพาะตัว หากคุณเป็นคนที่ไม่ได้นั่งทำงานนาน หรือใช้แค่เป็นครั้งคราว เก้าอี้พลาสติกคุณภาพดีก็เพียงพอแล้ว แต่หากคุณต้องนั่งทำงานเป็นประจำ การลงทุนกับเก้าอี้สำนักงานหรือเก้าอี้คอมที่ดีย่อมคุ้มค่ากว่า

อย่าลืมทดลองนั่งก่อนซื้อด้วยนะ เพราะความสบายของแต่ละคนไม่เหมือนกัน สิ่งที่สำคัญที่สุดคือเก้าอี้ตัวนั้นต้องทำให้คุณรู้สึกสบาย รองรับหลังได้ดี และช่วยให้คุณนั่งในท่าที่ถูกต้อง การมีเก้าอี้ที่ดีไม่ใช่แค่เรื่องของความสบาย แต่เป็นการดูแลสุขภาพของเราในระยะยาวด้วย ดังนั้นอย่าประหยัดในส่วนนี้มากเกินไป เพราะค่ารักษาพยาบาลในอนาคตอาจจะแพงกว่าการลงทุนกับเก้าอี้ที่ดีตั้งแต่แรกเสียอีก