

VDSI *aktuell*

In Werte investieren

Der VDSI setzt auf effiziente Strukturen, strategische Partnerschaften und systematisches Wissensmanagement. Details schildert der Vorstand in seinem Jahresbericht 2009/2010.



Versteckte Belastung

17 Millionen Menschen in Deutschland arbeiten im Büro. Kein Wunder, dass die Gemeinsame Deutsche Arbeitsschutzstrategie (GDA) für diesen Bereich ein eigenes Arbeitsprogramm vorgesehen hat – unterstützt auch vom VDSI.

Arbeit im Büro galt viele Jahre lang als wenig belastend, da sie als keine „richtige“ – sprich: körperliche – Arbeit angesehen wurde. Aber auch im Büro lauern Gefährdungen: Lärm, unzureichende Beleuchtung, visuell unruhige Umgebung, unfallträchtige Arbeits- und Raumgestaltung, Improvisation organisatorischer oder technischer Art. Viele Mitarbeiter im Büro leiden unter diesen Belastungen, die außerdem körperliche und seelische Krankheiten fördern oder gar verursachen können, beispielsweise stressbedingte Herz-Kreislauf-Beschwerden, langwierige Muskel-Skelett-Erkrankungen oder psychische Probleme. Besonders diese drei Krankheitsbilder sind bei Büroangestellten überdurchschnittlich ausgeprägt.

Präventionskultur etablieren

Muskel-Skelett-Erkrankungen (MSE) bilden einen der Schwerpunkte des GDA-Arbeitsprogramms Büro, da sie nicht nur Leid für die Betroffenen bedeuten, sondern auch ein handfestes ökonomisches Problem sind: Sie gehören zu den häufigsten arbeitsbedingten Gesundheitsbeschwerden. Nach Zahlen des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales (BMAS) gehen fast ein Viertel aller Arbeitsunfähigkeitstage auf MSE zurück, die außerdem häufig zu einem vorzeitigen Ausscheiden aus dem Erwerbsleben führen. Der Volkswirtschaft in Deutschland entstehen durch MSE jährlich Kosten von rund 24 Milliarden Euro. Weiteres Problem: Da chronisch-degenerative Erkrankungen mit zunehmendem Alter häufiger auftreten, ist vor dem Hintergrund des demografischen Wandels eine Zunahme der Häufigkeit von MSE in den nächsten Jahren zu erwarten.

Immerhin: Die Sensibilität für die Belastungsfaktoren im Büro wächst. Das GDA-Arbeitsprogramm Büro hat das Ziel, dass nicht nur das Bewusstsein für Gefährdungen weiter zunimmt, sondern auch die entsprechenden Konsequenzen gezogen werden. In Büro-Betrieben soll dazu zum einen eine Präventionskultur etabliert und gestärkt werden, die den Einfluss von körperlichen und psychosozialen Risikofaktoren für Muskel-Skelett-Erkrankungen reduziert. Das bedeutet, dass der Arbeitgeber geeignete Rahmenbedingungen für eine MSE-präventive Arbeitsgestaltung schafft. Konkrete Maßnahmen sind die Umgestaltung bewegungsarmer beziehungsweise einseitiger Tätigkeiten, die Verankerung systematischer und langfristiger Gesundheitsförderung in die betrieblichen Prozesse und die Verringerung psychischer Belastungsfaktoren. Zum anderen soll bei Führungskräften und Beschäftigten die individuelle Gesundheitskompetenz gefördert werden. Unter diesem Begriff werden die Fähigkeiten und Fertigkeiten zusammenge-

fasst, auf die der Einzelne zum Erhalt der zur Förderung seiner Gesundheit zurückgreifen kann. Konkrete Maßnahmen sind die Sensibilisierung und Motivation für MSE-präventives Verhalten (insbesondere die Etablierung einer gesundheitsförderlichen Bewegungskultur), der Aufbau emotionaler und sozialer Kompetenzen und der Erwerb von Stressbewältigungstechniken.

Mehrere Schritte

Erster Schritt des GDA-Arbeitsprogramms, das sich auf kleine und mittelständische Unternehmen (KMU) konzentriert, ist die Aufnahme des Ist-Zustandes: Mit Hilfe eines Erhebungsbogens können Präventionskultur und Gesundheitskompetenz in einem Unternehmen erfasst und Ansatzpunkte für Maßnahmen abgeleitet werden. Die Feststellung des Ausgangszustandes beinhaltet neben Überprüfungen zur Gefährdungsbeurteilung und Arbeitsschutzorganisation auch die Kompetenz zu gesunder Führung und – nicht zuletzt – die Umsetzung der Bildschirmarbeitsverordnung in den Bürobereichen.

Darauf folgen die Beratung der Betriebe zur MSE-Prävention im Rahmen der betriebsbezogenen Aufwendungen, vorzugsweise im Rahmen der Betriebsbetreuung durch die Aufsichtspersonen, die Umsetzung von Maßnahmen zur Förderung von Präventionskultur und Gesundheitskompetenz sowie die Schulung von Führungskräften in den Betrieben und Multiplikatoren des Arbeitsschutzes zum Thema MSE. Den Abschluss bildet die Projektevaluation: Zum Nachweis der Wirksamkeit der Maßnahmen werden in allen Betrieben, in denen Interventionen stattgefunden haben, die Veränderungen im Vergleich zur Ausgangslage in einem Dokumentationsbogen erfasst.

Praxisorientierte Lösungen

Ansatzpunkte für Verbesserungen gibt es viele, zumal speziell MSE durch viele auf den ersten Blick kleine Faktoren ausgelöst oder verschlimmert werden. Beispiel Schreibtisch: Bis zu Beginn des 20. Jahrhunderts gehörte das Stehpult als wichtiges Möbel zu jedem Büro; Büroarbeit war durchaus eine Tätigkeit, die auch im Stehen ausgeübt wurde. Erst in den 1920er Jahren nahm der Sitzzwang bei der Büroarbeit stark zu – das Stehpult wurde aus dem Büro verbannt. Der Grund: Zunahme der schreibmaschinengebundenen Arbeitsplätze und eine ausgeprägte Rationalisierungshysterie. Allerdings ist weder permanentes Sitzen noch zu langes Stehen die geeignete Haltung bei der Büroarbeit. Die Lösung liegt in der Mitte: abwechselnd sitzen und stehen. Dadurch kommt Bewegung in die Arbeit im Büro, die Büroarbeit wird dynamisch. Das entspricht dem, was Arbeitswissenschaftler und Mediziner fordern: mehr Bewegung während der Arbeit.

Aber auch Stress ist ein Problem im Büro, da MSE eine psychosoziale Komponente haben und ohnehin viele Beschäftigte über psychische Fehlbelastungen klagen. Lärm im Büro beispielsweise führt häufig zu Stress: Der AOK zufolge kann Lärmbelastung „zu psychologischem Stress werden, dann nämlich, wenn sie Ärger hervorruft. Je nach subjektiver Empfindung kann dies zu Kopfschmerzen und





Anspannung oder psychosomatischen Erkrankungen, bei impulsartigem Lärm sogar zu Schockwirkungen führen.“ Ähnlich wirkt visuelle Unruhe: Optische Störungen sind vor allem dann ein Problem, wenn mehrere Menschen in einem Raum arbeiten, denn visuelle Unruhe entsteht in erster Linie durch die Aktionen anderer. Eine visuell unruhige Umgebung jedoch stört konzentriertes Arbeiten und ist damit ein zermürender Stressauslöser.

Angesichts von 17 Millionen Beschäftigten in deutschen Büros ist das Ziel des GDA-Arbeitsprogramms klar formuliert: Sensibilisierung und Aktivierung zur Ausschöpfung aller Präventionspotenziale am Büroarbeitsplatz für mehr Gesundheit und mehr Erfolg bei der Arbeit im Büro.

Petra Hannen

VDSI-Experten für die GDA

Die GDA-Schwerpunktthemen werden in insgesamt elf Arbeitsprogrammen bearbeitet. Der VDSI hat für acht dieser Arbeitsprogramme Experten benannt. Die Programme werden in loser Folge in der „VDSI aktuell“ vorgestellt.

Sicher fahren und transportieren:

Dieter Arnold, Klaus Große (VDSI aktuell 2/2010)

Zeitarbeit: Michael Kloth (VDSI aktuell 3/2010)

Büro: Karl-Heinz Lauble (VDSI aktuell 4/2010)

Bau- und Montagearbeiten: Bernd Ziegenfuß

Pflege: Frank Dieckmann

Feuchtarbeit und hautschädigende Stoffe: Frank Zuther

Schulen: Dieter Arnold, Reinhard Lenz

www.gda-portal.de

Kontakt:

Karl-Heinz Lauble

Leiter Arbeitskreis Büroarbeit

Telefon: +49 8465 1737-63

E-Mail: karl-heinz@lauble-consult.de



Anzeige

MARTOR
Solingen
Die Experten für sicheres Schneiden



Für Ihre Sicherheit
am Arbeitsplatz!

Arbeitsschutz aktuell
19.10. - 21.10.2010
Halle H1 Stand G41

SICHERHEITSMESSER zur Unfallverhütung

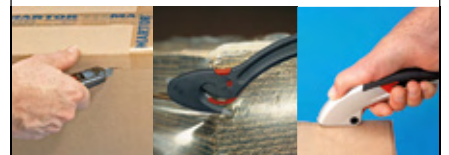
- verdeckt liegende Klinge
- automatischer Klingenrückzug
- federbelastete Klinge
- ergonomischer Griff



reddot design award
honourable mention 2010



reddot design award
honourable mention 2010



MARTOR KG · (D)42648 Solingen
T: +49 (0)212 25805-0 · F: -55
info@martor.de · www.martor.de