

LIA.fakten

Auswirkungen von Belastungen in der Pflege.

Die Arbeit in der Altenpflege ist anstrengend. Sie ist geprägt durch schwere körperliche Arbeit und durch den Stress, viele Arbeiten in kurzer Zeit oder gleichzeitig erledigen zu müssen.

Die sich aufgrund des demografischen Wandels verändernde Bevölkerungsstruktur wird insbesondere auf die Pflegebranche gravierende Auswirkungen haben: die Zahl der hochaltrigen, multimorbiden oder chronisch kranken Menschen wird steigen, was gleichzeitig zu einem Anstieg der Arbeitsbelastungen führen wird – qualitativ wie quantitativ. Es ist also nicht abzusehen, dass die Arbeit für die Pflegekräfte leichter oder weniger wird. Die Herausforderungen müssen von einer zunehmend alternden und weiblich geprägten Belegschaft bewältigt werden, Nachwuchs lässt sich nur schwer finden.

Die Auswirkungen der Belastungen zeigen sich in den Arbeitsunfähigkeitsdaten. Der BKK-Gesundheitsreport weist als wichtigste Krankheitsgruppen für Arbeitsunfähigkeit im Gesundheitswesen die Diagnosegruppen der „Muskel-Skeletterkrankungen“,

„Krankheiten der Atmungssysteme“ und der „psychischen und Verhaltensstörungen“ unter BKK-Versicherten aus (2014). Zum gleichen Ergebnis kommt auch die Beschäftigtenbefragung (Gesunde Arbeit NRW, 2014), die das Landesinstitut für Arbeitsgestaltung NRW (LIA.nrw) in regelmäßigen Abständen durchführt. So gaben 2014 67% der Befragten aus dem Gesundheitswesen „Beschwerden im Rücken oder den Gelenken“ an, 53% berichten von regelmäßiger „Erschöpfung“ und 44% sagen, dass sie nach der Arbeit „nicht abschalten können“. Diejenigen unter den Befragten, die angeben, unter Schlafstörungen zu leiden, führen dies zu 64% auf „nicht verarbeitete Belastungen“ aus dem Tagesgeschäft zurück.

In Anbetracht dieser Ergebnisse bleibt den Arbeitgebern in der Pflegebranche nunmehr keine andere Möglichkeit, als die Arbeit und die Arbeitsbedingungen so zu gestalten, dass die Gesundheit ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter so lange wie möglich erhalten bleibt und sie ihre Arbeit mit Freude ausführen können.

hohe arbeitsbedingte Belastungen...

- Infektionsgefahr
- hohe Verantwortung
- hoher Zeitdruck
- verschiedene Aufgaben gleichzeitig erledigen zu müssen (Multitasking)
- körperlich schwere Arbeit
- körperliche Zwangshaltung
- Überforderung durch Arbeitsmenge
- ungünstige Arbeitszeiten

...arbeitsbedingte Beanspruchungsfolgen

- Rücken- oder Gelenkbeschwerden
- Erschöpfung
- Nicht-abschalten-können
- Wut, Verärgerung
- Kopfschmerzen
- Lustlosigkeit, Ausgebrannt sein
- Schlafstörungen
- Niedergeschlagenheit

LIA.fakten

Projekt

Das LIA.nrw hat im Jahr 2015 mit der AWO Senioren- dienst Niederrhein gGmbH und dem Stadtsportbund Duisburg e.V. das Projekt „aktiv Bewegung pflegen“ durchgeführt, in dem durch bewegungsorientierte Interventionen sowohl bei den Pflegekräften als auch bei den Bewohnerinnen und Bewohnern sowie den systematischen Einsatz von Hebehilfen die körperliche Belastung reduziert werden sollten. Ziel war es, dass die Beschäftigten durch systematische Interventionen lernen, auf den verschiedenen Ebenen die täglichen physischen Belastungen besser zu kompensieren. Auf Wunsch der Beschäftigten wurden eine aktive Pause und Zumba angeboten, die Seniorinnen und Senioren machten rhythmische Tanz-Gymnastik, die durch Bewegungs- und Gleichgewichtsübungen einen Beitrag zur Sturzprophylaxe liefert. Zu Beginn der Durchführungsphase wurde zusätzlich eine Schulung zum Umgang mit kleinen und großen Hebehilfen durchgeführt. Der Altersdurchschnitt der Mitarbeiterinnen beider Einrichtungen beträgt 40 Jahre, wobei die jüngste Mitarbeiterin 20 und die älteste 62 Jahre alt sind. Ähnlich heterogen verhält es sich mit den Berufsjahren, die zwischen 1 und 28 Jahren liegen.

Ergebnisse

- Das Angebot bekam die Schulnote „gut“, sowohl von Bewohnerinnen und Bewohnern als auch von den Pflegekräften.
- Alle gaben an, Spaß am Angebot gehabt zu haben und sich nach der Teilnahme besser zu fühlen.
- Einzelbefragungen ergaben, dass sich nach Teilnahme eine Verbesserung der körperlichen Befindlichkeit um einen Punkt auf einer 6-teilige Skala feststellen lässt.

Ausgleichsangebote, die ein systematisches Bewegungs- und Entspannungsprogramm enthalten, haben einen positiven Einfluss auf das körperliche Befinden, was in vielen Studien bereits nachgewiesen wurde und sich auch in diesem Projekt bestätigte.



Impressum

Landesinstitut für Arbeitsgestaltung
des Landes Nordrhein-Westfalen (LIA.nrw)
Ulenbergstraße 127-131
40225 Düsseldorf
www.lia.nrw.de

Telefon 02 11 31 01 - 1133
Telefax 02 11 31 01 - 11 89
info@lia.nrw.de

Bildnachweis

S.1: © iceteastock/Fotolia
S. 2: © LSB NRW | Foto: Andrea Bowinkelmann

Landesinstitut für
Arbeitsgestaltung
des Landes Nordrhein-Westfalen

