

„gesund pflegen“

Arbeitsprogramm Sicherheit und
Gesundheitsschutz bei der Pflege

**Muskel-Skelett-Erkrankungen:
„Prävention von Rückenbeschwerden
auf neuen Wegen“**

Ruth Reichenbach



Muskel-Skelett-Erkrankungen (MSE) - Daten und Fakten

Fehlzeitenreport (2009)

- MSE stehen an der Spitze der Krankheitsstatistik
- und der Langzeit-Arbeitsunfähigkeit (> 6 Wochen)

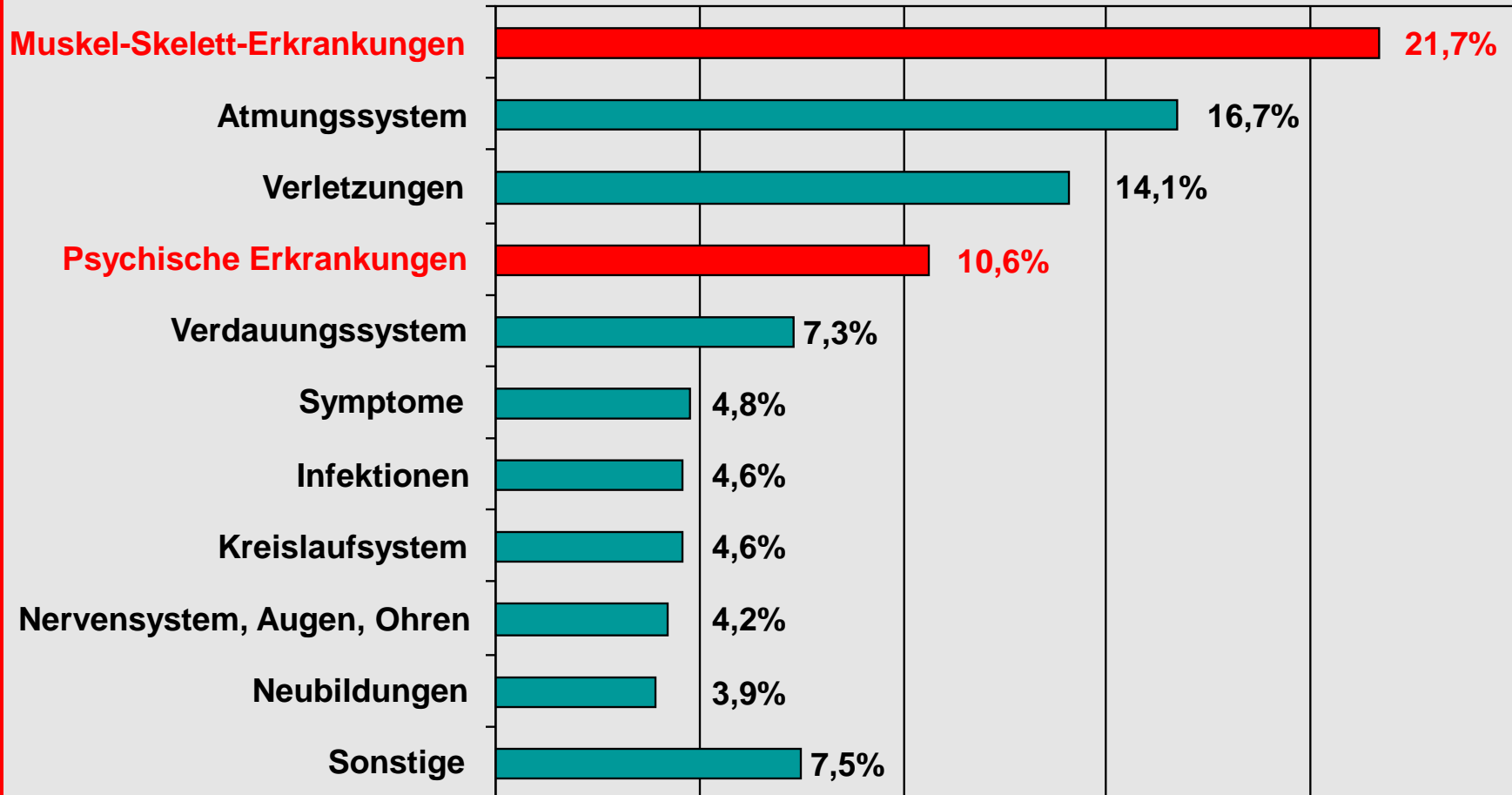
BGW-Studie (Kronmark et al., 2009)

- Jede 2. Pflegekraft von 1.390 Befragten hatte LWS-Beschwerden in den letzten 4 Wochen

BAuA / GDA Pflege (2007/2008-2012)

- 25 % betriebliche Ausfallzeiten jährlich aufgrund MSE
- Jeder 5. Rentenzugang wegen verminderter Erwerbsfähigkeit ist MSE-bedingt
- Ursachen: berufliche, außerberufliche und individuelle Faktoren
- Internationale Schätzungen: 15 – 30 % berufsbedingt verursacht

Arbeitsunfähigkeit in der stationären Krankenpflege - Anteil der zehn wichtigsten Krankheitsarten



Quelle: DAK Gesundheitsreport 2009 S. 147

Sich gegenseitig beeinflussende Ursachen

- Belastung durch Unterstützung der Patienten bei ATLS
- Heben, Tragen oder Schieben von Lasten
- ungünstige Arbeitsabläufe
- ungünstige Gestaltung der Arbeitsplätze
- fehlende Hilfsmittel
- fehlendes Personal
- unzureichende Qualifikation und Unterweisung des Personals
- Zeitdruck
- Arbeitsstress
- geringe Handlungs- und Entscheidungsspielräume

Druckkräfte „sicher gefährdender“ Pflegetätigkeiten

Druckkraft (kN) auf die Bandscheibe L5/S1 bei Patiententransfers

Nr.	Tätigkeit	Druckkraft
1	Aufsetzen im Bett, ggf. mit Hochstellen des Kopfteils	4,4
2	Aus dem Liegen zum Sitzen an der Bettkante bzw. zurück	5,1
3	Von Bettkante in Stuhl o.ä. bzw. zurück	5,9
4	Vom Sitzen in den Stand bzw. zurück	4,9
5	in die Badewanne hinein bzw. herausheben	4,6
6	Im Bett höher lagern (auch zu zweit)	7,3
7	Umlagern von Bett zu Bett, Liege o. ä. (zu zweit)	4,6
8	Vom Boden aufheben (zu zweit)	4,1
9	Bettpfanne unterschieben und entfernen	4,6
10	Bein anheben	2,9
11	Tragen von Menschen (zu zweit) ggf. mit Hilfsmitteln	5,3
12	Umgang mit Gegenständen	
	Mittelwert	4,7

Schwellenwerte der Druckkräfte auf die Bandscheibe L5/S1 in Bezug auf die **Gefährdung für Pflegekräfte** (MDD)

- **Frauen: 2,5 kN**
- **Männer: 3,2 kN**

Prävention von Rückenbeschwerden: Konzepte in Deutschland

Gesundheitsentwicklung der Pflegeempfänger	Prävention und Belastungsreduzierung für Pflegende
<p>Ressourcenorientierung</p> <ul style="list-style-type: none">• Kinästhetik• Bobath• Aktivitas	<p>Rückengerechte Arbeitsweise</p> <ul style="list-style-type: none">• Allgemeine Rückenschule• Rückengerechter Patiententransfer• Kleine Hilfsmittel• Technische Hilfsmittel
<ul style="list-style-type: none">• Ergonomico• TOPAS_R	

Kleine Hilfsmittel: Antirutschmatte



Kleine Hilfsmittel: Bewegen Richtung Kopfende mit der Gleitmatte



Kleine Hilfsmittel: Bewegen Richtung Kopfende mit der Gleitmatte



Kleine Hilfsmittel: Positionieren im Rollstuhl mit der Gleitmatte



Kleine Hilfsmittel: Haltegürtel



Kleine Hilfsmittel: Haltegürtel



Kleine Hilfsmittel: Rutschbrett

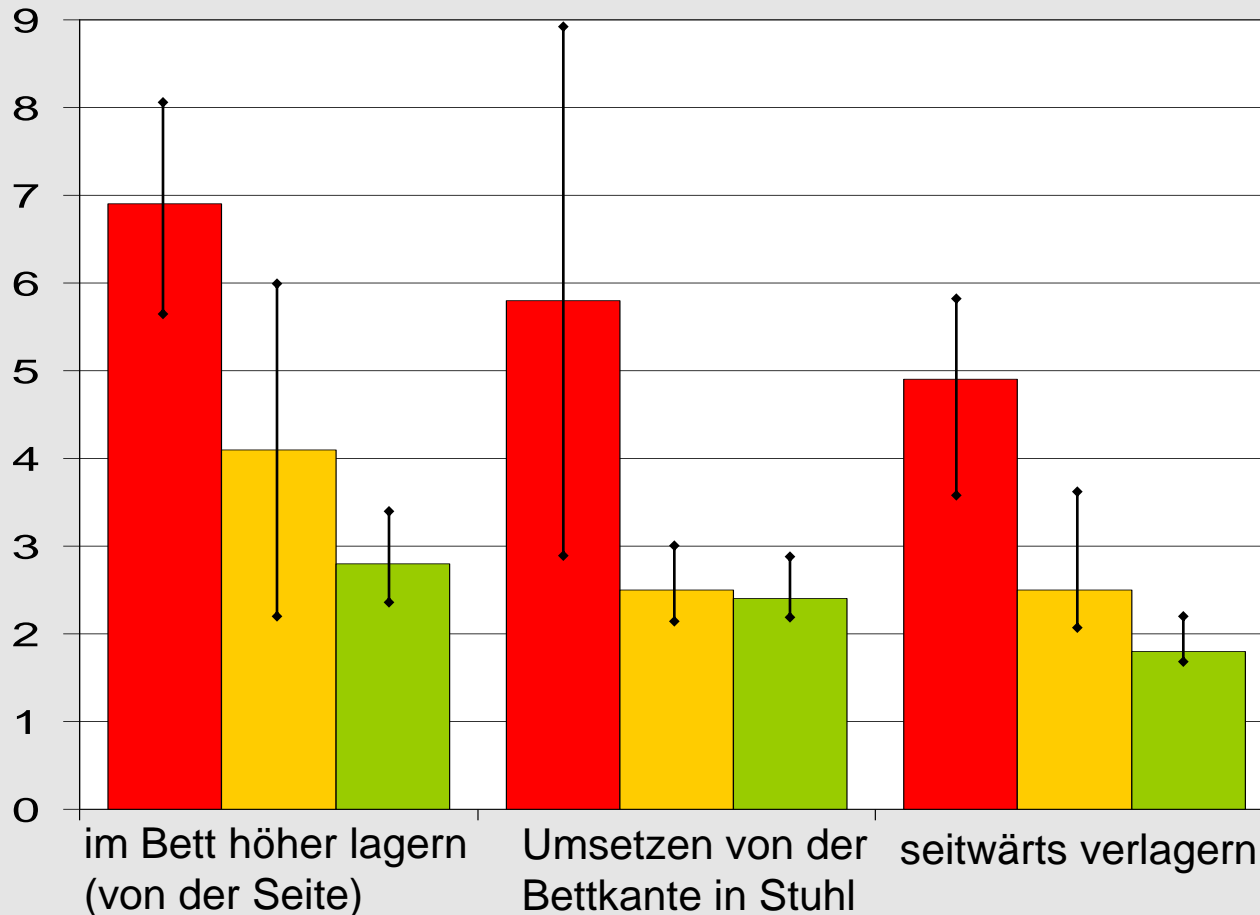


Kleine Hilfsmittel: Rutschbrett

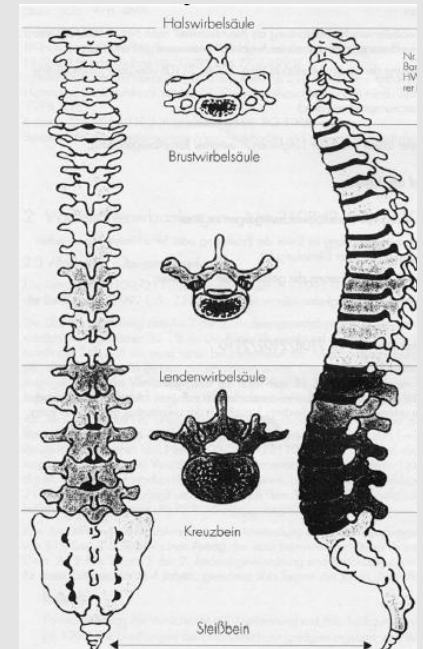


Druckkräfte auf die Bandscheibe L5/S1 bei verschiedenen Tätigkeiten und mit verschiedenen Methoden / Techniken

Druckkraft (kN) bei „sicher gefährdenden Tätigkeiten“ (Patiententransfers)

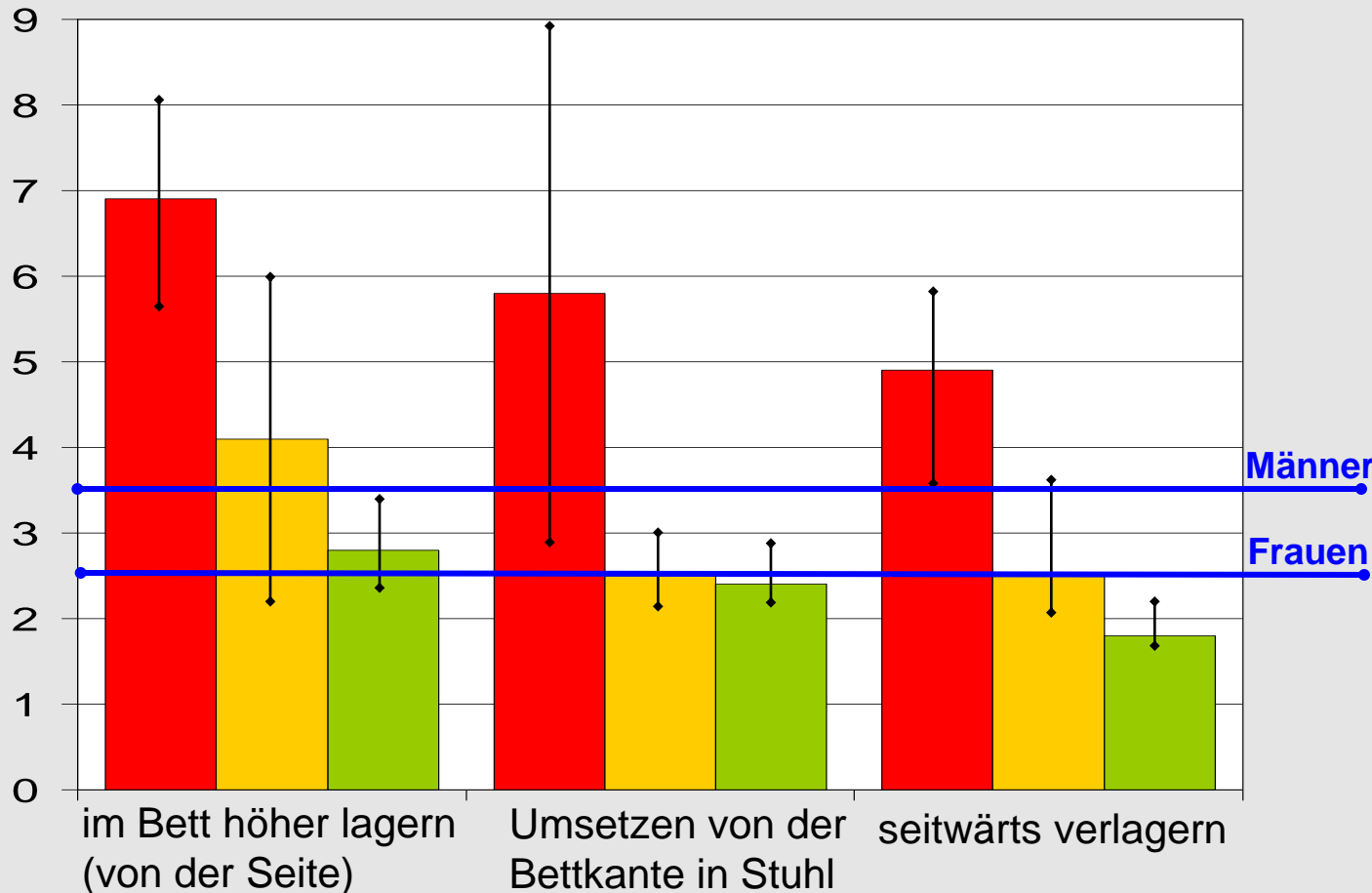


- konventionell
- optimiert
- mit kl. Hilfsmitteln

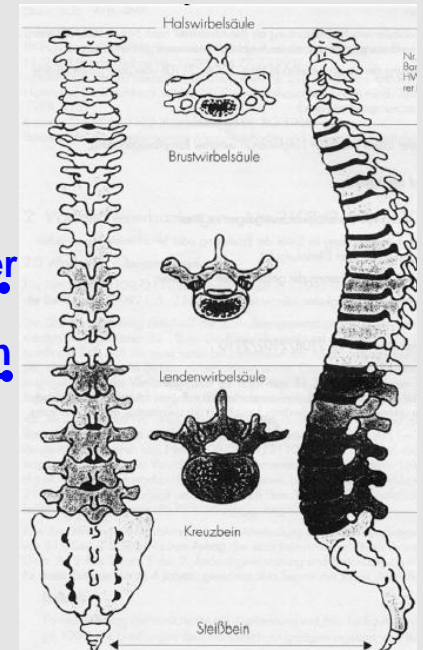


Druckkräfte auf die Bandscheibe L5/S1 bei verschiedenen Tätigkeiten und mit verschiedenen Methoden / Techniken

Druckkraft (kN) bei „sicher gefährdenden Tätigkeiten“ (Patiententransfers)



- konventionell
- optimiert
- mit kl. Hilfsmitteln



Technische Hilfsmittel



Prävention von Rückenbeschwerden: Konzepte in Deutschland

Gesundheitsentwicklung der Pflegeempfänger	Prävention und Belastungsreduzierung für Pflegende
<p>Ressourcenorientierung</p> <ul style="list-style-type: none">• Kinästhetik• Bobath• Aktivitas	<p>Rückengerechte Arbeitsweise</p> <ul style="list-style-type: none">• Allgemeine Rückenschule• Rückengerechter Patiententransfer• Kleine Hilfsmittel• Technische Hilfsmittel
<ul style="list-style-type: none">• Ergonomico• TOPAS_R	

Ganzheitliche Prävention von Rückenbeschwerden: TOP-Maßnahmenkonzept

T Technische Aspekte z. B.:

- Räumliche Arbeitsplatzgestaltung
- Technische Hilfsmittel
- Bauliche Gestaltung

O Organisatorische Aspekte z. B.:

- Personalschlüssel
- Arbeitsorganisation
- Dienstplangestaltung
- Organisation von Fortbildung, Training und Unterweisung
- Beschaffung/Pflege/Wartung der Hilfsmittel

P Personen-/ verhaltensbezogene Aspekte z. B.:

- Rückengerechte und ressourcenorientierte Arbeitsweise
- Anwendung von Hilfsmitteln
- Arbeit zu zweit
- Tragen geeigneter Arbeitskleidung und geeigneter Arbeitsschuhe
- Erhalt der Gesundheit

TOPAS_R - das Präventionskonzept der BGW

TOPAS_R



Technisch/Baulich

Arbeits-**S**chutz

Rücken

Organisatorisch

Personenbezogen

Ein ganzheitliches Konzept zur Prävention
von Muskel- und Skeletterkrankungen