

# Betriebsärztlicher Gesundheitsbericht für Schreibtischberufe



# Gesundheitsbericht für Schreibtischberufe

Wir, Ihre Betriebsärzte der AMD der BG BAU GmbH, unterstützen Sie in allen Fragen des Gesundheitsschutzes. Daher übergeben wir Ihnen den aktuellen Gesundheitsbericht für die Beschäftigten, die überwiegend im Büro tätig sind (incl. Führungskräfte). Im Bericht werden die Beschäftigten dieser Arbeitsplätze kurz als Schreibtischberufe oder auch als Büroangestellte bezeichnet.

## **Wozu dient dieser Bericht?**

Der Bericht beschreibt die gesundheitliche Situation der Beschäftigten, die in Schreibtischberufen tätig sind. Er soll Sie bei Ihrer Fürsorge für die Gesundheit Ihrer Mitarbeiter unterstützen. Der Vergleich der Schreibtischberufe mit der Gesamtheit der in der Bauwirtschaft Beschäftigten zeigt Ihnen, wo die gesundheitlichen Stärken und Schwächen der Beschäftigten Ihres Unternehmens liegen können.

Sie finden hier Hinweise auf Gesundheitsgefahren, die zu Leistungsminderungen, Arbeitsausfall und gegebenenfalls zum Ausscheiden von Mitarbeitern aus dem Betrieb führen können.

## **Impressum:**

Arbeitsmedizinischer Dienst der BG BAU GmbH  
Hildegardstraße 29/30  
10715 Berlin  
Telefon: +49 30 85781-300  
Telefax: +49 800 6686688-39400  
E-Mail: [info@amd.bgbau.de](mailto:info@amd.bgbau.de)  
Internet: [www.amd.bgbau.de](http://www.amd.bgbau.de)

## **Ihr Regionaler Ansprechpartner:**

### **Informationen zum Gesundheitszustand der Schreibtischberufe**

Für das eigene Unternehmen sind konkrete Einzelfälle von Interesse, aus statistischen Gründen ist aber eine Auswertung über einen einzelnen meistens kleineren Betrieb nicht sinnvoll.

Weil die Arbeitsbedingungen bei Schreibtischberufen verschiedener Firmen ähnlich sind, haben wir als Grundlage für diesen Bericht Daten über die Gesundheit von 8.158 Beschäftigten (2.627 Frauen und 5.531 Männer) aus verschiedenen Unternehmen zusammengefasst. Die gewonnenen Erkenntnisse sind auf Ihren Betrieb übertragbar.

### **Befundhäufigkeiten**

Die arbeitsmedizinischen Untersuchungen der Beschäftigten werden in Hinblick auf die Tätigkeit und die besonderen Belastungen durchgeführt. Am Ende einer jeden Untersuchung werden die Ergebnisse beurteilt und gegebenenfalls Diagnosen gestellt. Aus diesen Diagnosen wurden die häufigsten ermittelt.

In Abbildung 1 und 2 sind die Ergebnisse für die Schreibtischberufe getrennt nach Frauen (Abb.1) und Männern (Abb. 2) denen aller Untersuchten der Baubranche gegenübergestellt.

Die Beschäftigten in den Schreibtischberufen leiden am häufigsten unter Erkrankungen des Muskel- und Skelettsystems sowie unter Herz-Kreislaufkrankungen.

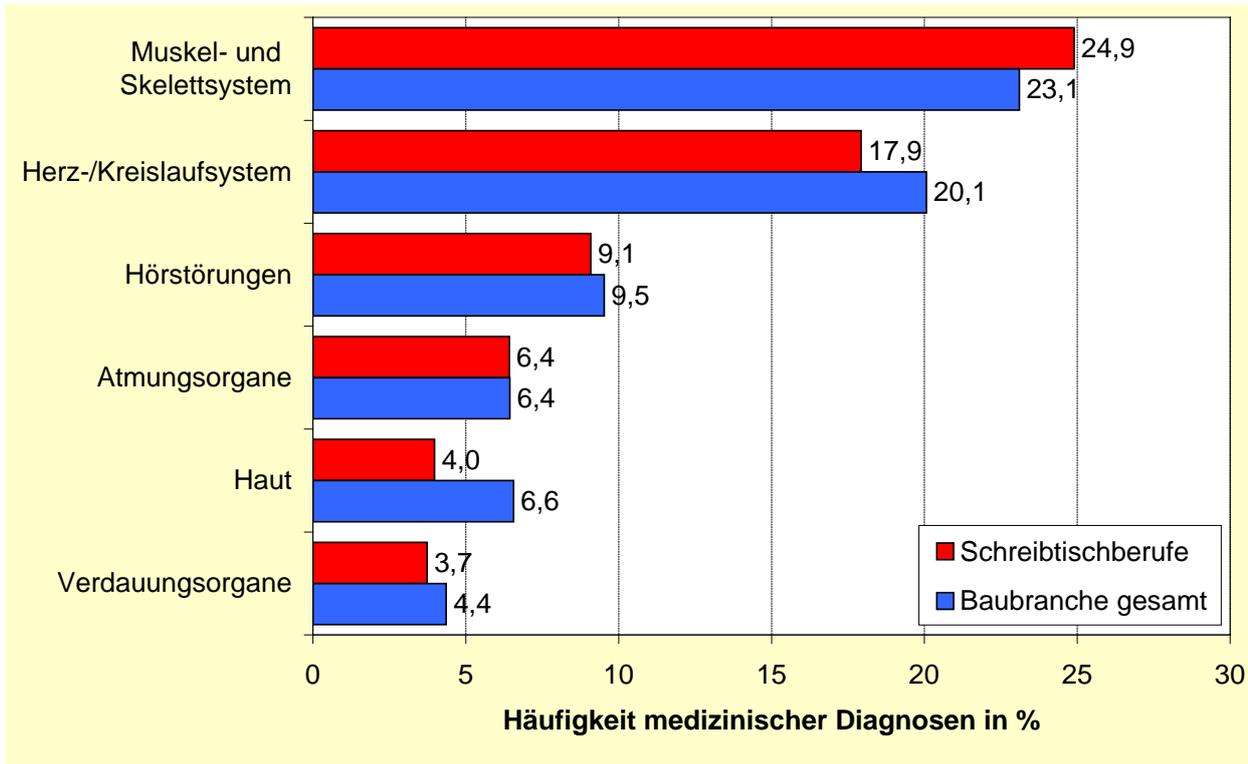
Im Vergleich zu den Beschäftigten der gesamten Baubranche leiden weibliche Büroangestellte häufiger unter Muskel- und Skeletterkrankungen und seltener unter Hauterkrankungen.

Die männlichen Büroangestellten weisen seltener Muskel- und Skeletterkrankungen, Herz-Kreislaufkrankungen, Erkrankungen der Haut und Hörstörungen auf als die Gesamtheit der männlichen Beschäftigten des Baugewerbes.

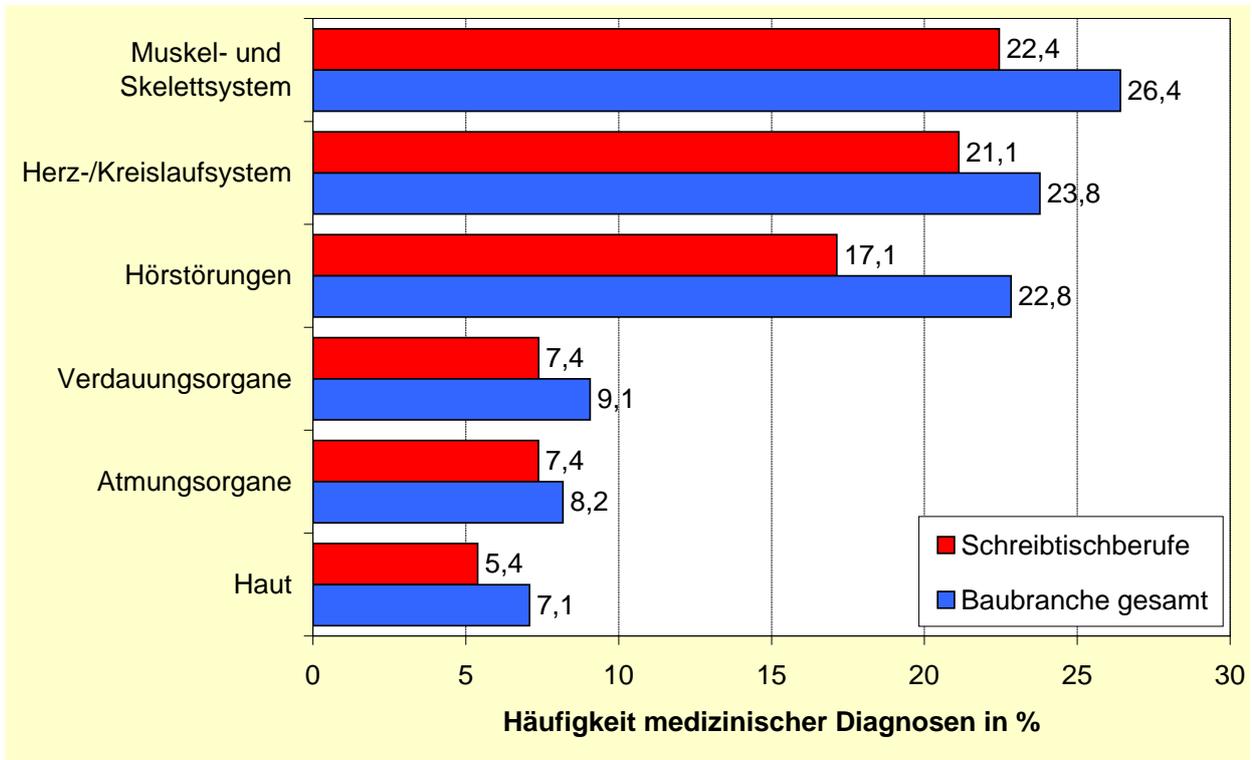
Aufgrund der Bedeutung der Muskel- und Skeletterkrankungen sind in den Abbildungen 3 und 4 Schwerpunkte dieser Erkrankungen dargestellt.

Es ist zu erkennen, dass bei den Frauen (Abb. 3) und den Männern (Abb. 4) insbesondere die Nacken- und Schulterregion von Verspannungen betroffen sind. Bei Männern treten zusätzlich gehäuft Verspannungen des unteren Rückenbereichs auf.

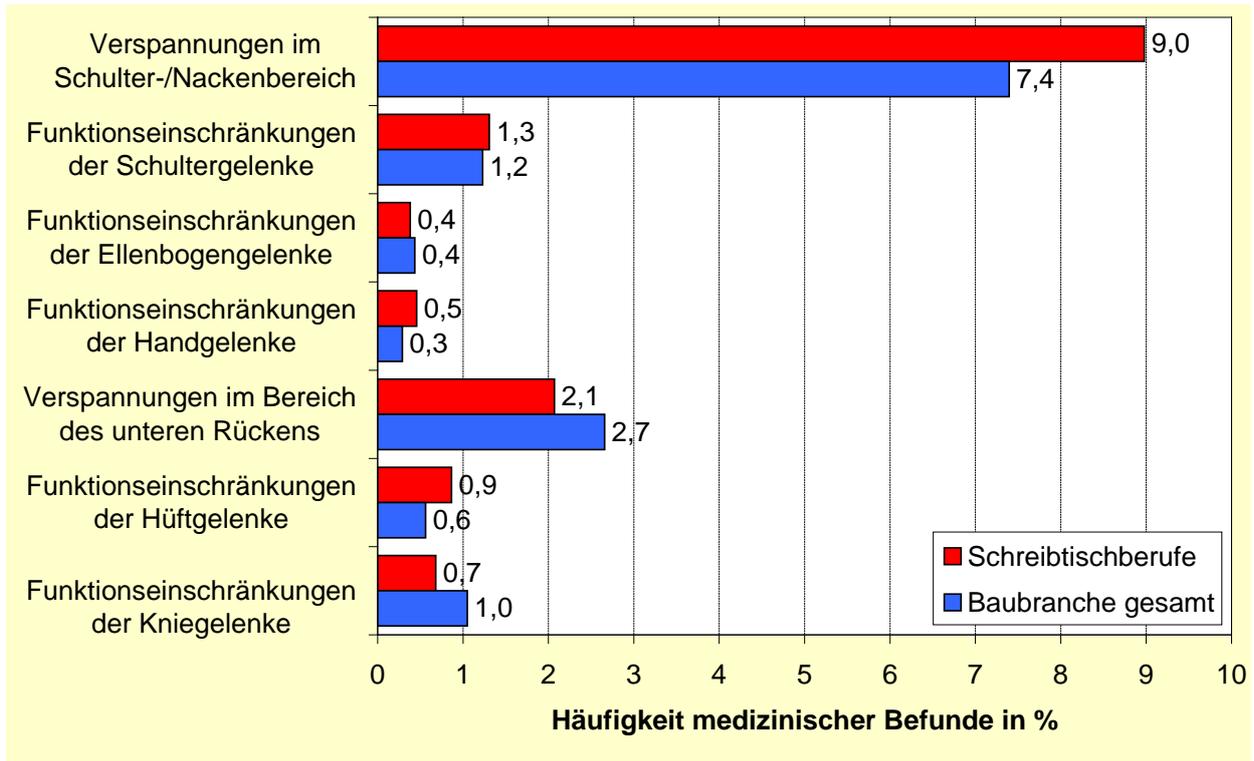
Gelenkbeschwerden treten bei den Männern in Schreibtischberufen weniger häufig auf als im geschlechtsspezifischen Gesamtdurchschnitt der Baubranche.



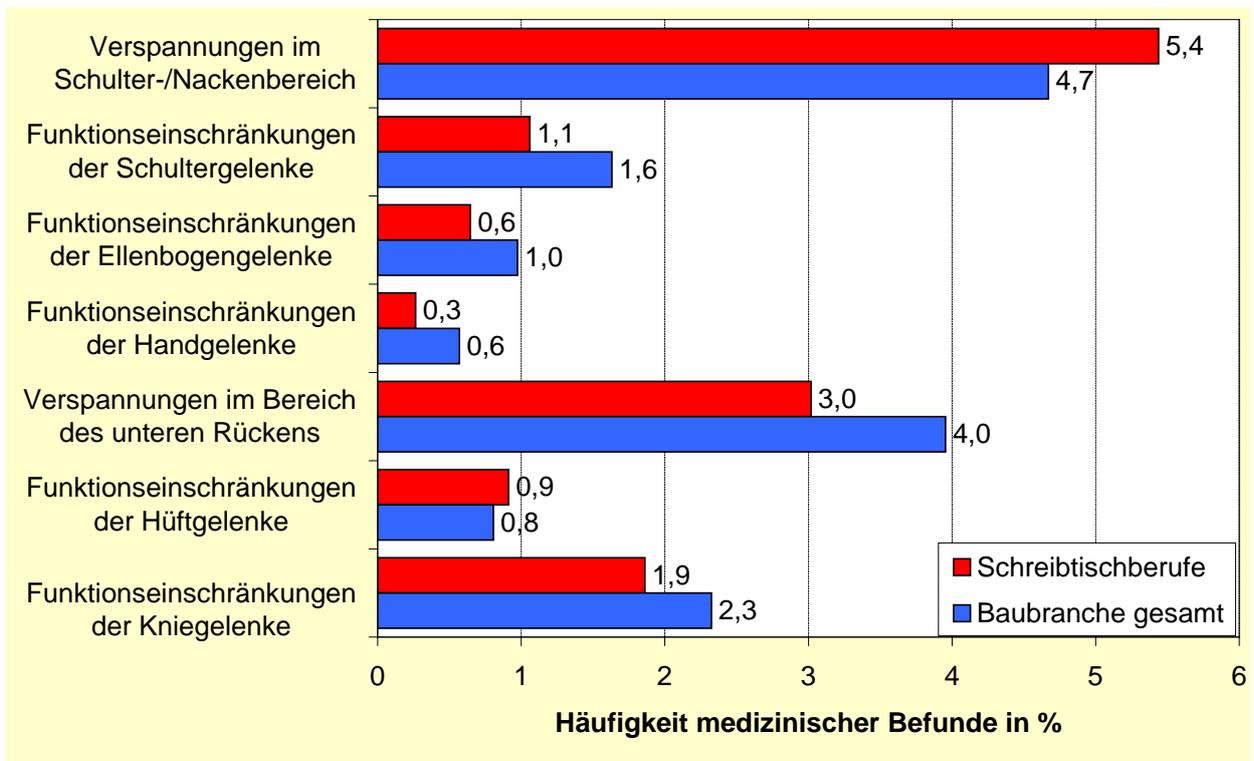
**Abbildung 1: Prozentuale Häufigkeit medizinischer Diagnosen bei Frauen – festgestellt bei arbeitsmedizinischen Untersuchungen**



**Abbildung 2: Prozentuale Häufigkeit medizinischer Diagnosen bei Männern – festgestellt bei arbeitsmedizinischen Untersuchungen**



**Abbildung 3: Befunde am Muskel- und Skelettsystem bei Frauen - festgestellt bei arbeitsmedizinischen Untersuchungen**



**Abbildung 4: Befunde am Muskel- und Skelettsystem bei Männern - festgestellt bei arbeitsmedizinischen Untersuchungen**

### **Belastungen am Arbeitsplatz**

Die Abbildungen 5 und 6 zeigen erwartungsgemäß, dass die dargestellten Belastungen bei den Schreibtischberufen eher die Ausnahme sind.

Bei den weiblichen Beschäftigten gaben 8 % Zwangshaltungen an.

Bei den männlichen Beschäftigten werden Lärm (25%) und schwere Lasten (22%) am häufigsten als Belastungen genannt.

Verglichen mit den Frauen geben Männer höhere Belastungen an.

### **Allgemeine Risikofaktoren**

22% der weiblichen und 29% der männlichen Beschäftigten, die vorwiegend im Büro arbeiten, bezeichnen sich aktuell als Raucher.

22% (w) bzw. 25% (m) weisen zu hohe Cholesterinwerte auf, 13% (w) bzw. 20% (m) haben deutliches Übergewicht, 6% (w) bzw. 8% (m) fallen mit zu hohen Blutdruckwerten auf und bei 1% (w) bzw. 2% (m) zeigen sich Anzeichen für einen möglichen Diabetes.

Der Anteil der Raucher und der Beschäftigten mit zu hohen Blutdruckwerten ist sowohl bei den weiblichen als auch den männlichen Beschäftigten mit Schreibtischberufen niedriger als in der gesamten Baubranche.

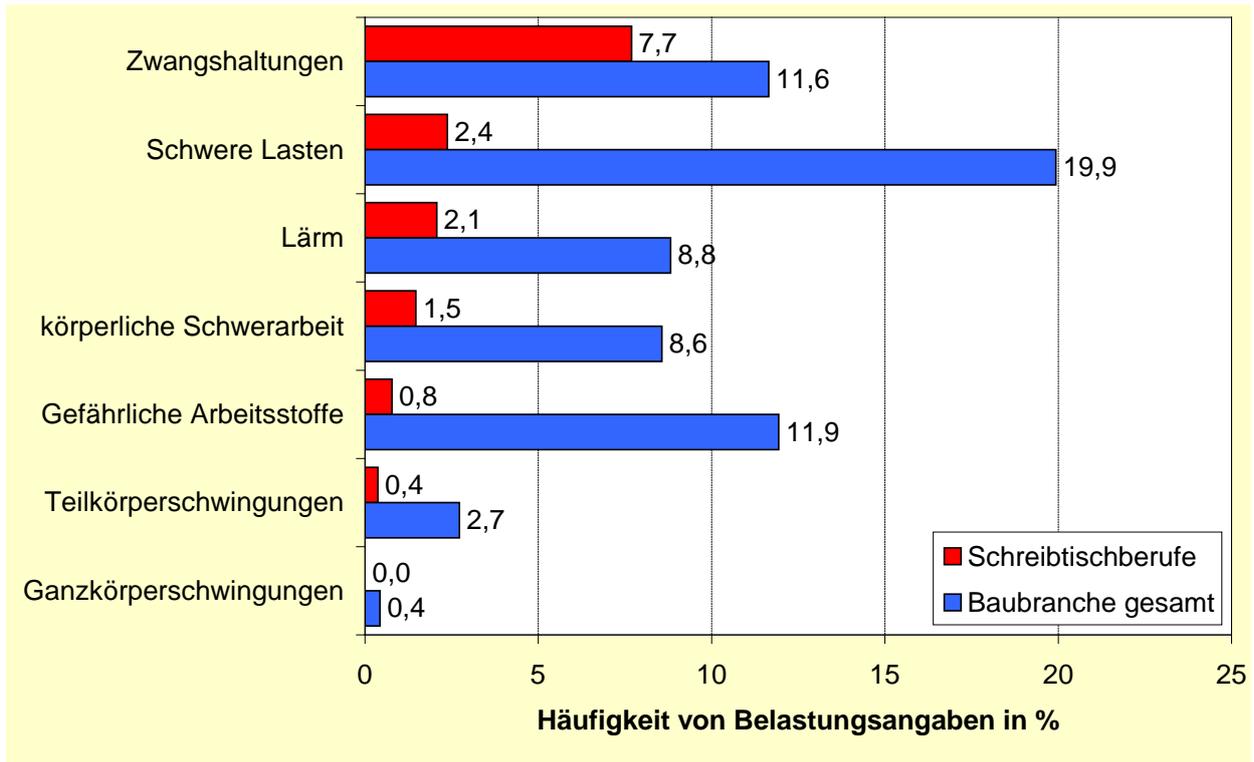
Weibliche Beschäftigte, die vorwiegend im Büro arbeiten, haben zudem seltener ein deutliches Übergewicht als die Gesamtheit der untersuchten Frauen.

### **Psychische Belastungen am Arbeitsplatz**

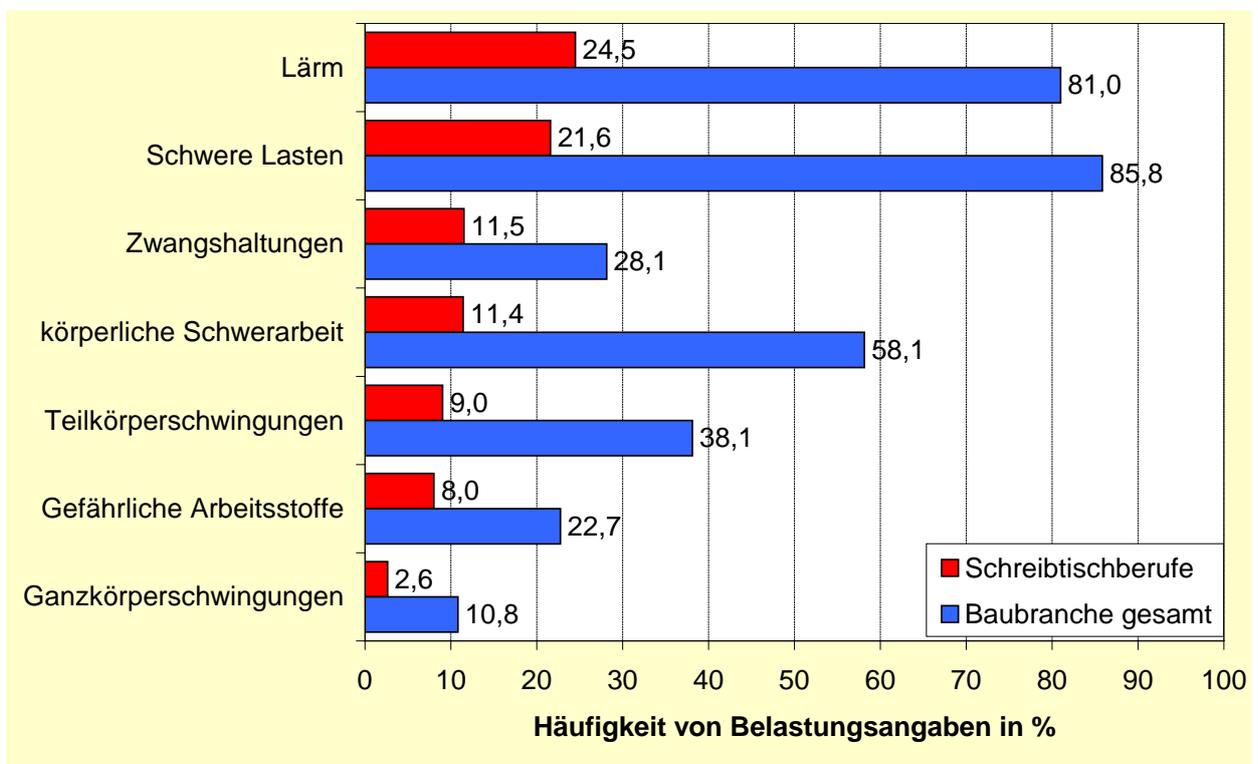
Die Leistungsanforderungen in den Betrieben werden ständig härter. Psychische Faktoren spielen auch bei der Arbeit eine zunehmende Rolle. Die Zahl der Krankheitstage wegen psychischer Probleme ist in den letzten Jahren teilweise um 50% gestiegen.

Reaktionen auf psychische Belastungen sind vielfältig. Kopfschmerzen, Erschöpfung, Unzufriedenheit, „Ausgebrannt-Sein“ oder Schlafstörungen sind weit verbreitete Folgen. Arbeitsbezogene Auslöser von Stressreaktionen können sein:

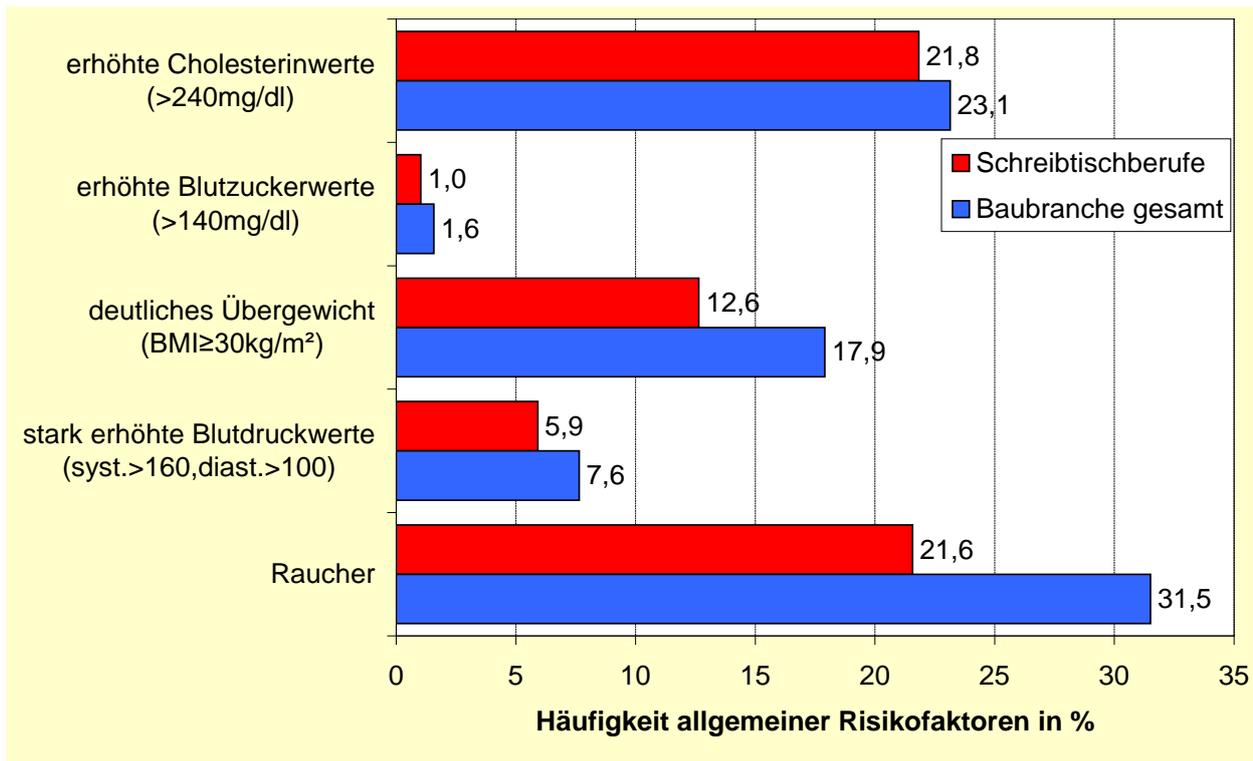
- die Arbeitsaufgabe, z.B. Zeit- und Termindruck
- die Umgebungsbedingungen, z.B. mangelnde ergonomische Verhältnisse, Gefahren
- die betriebliche Organisation, z.B. Arbeitszeit, Arbeitsabläufe
- die sozialen Verhältnisse, z.B. schlechtes Betriebsklima, Führungsstil.



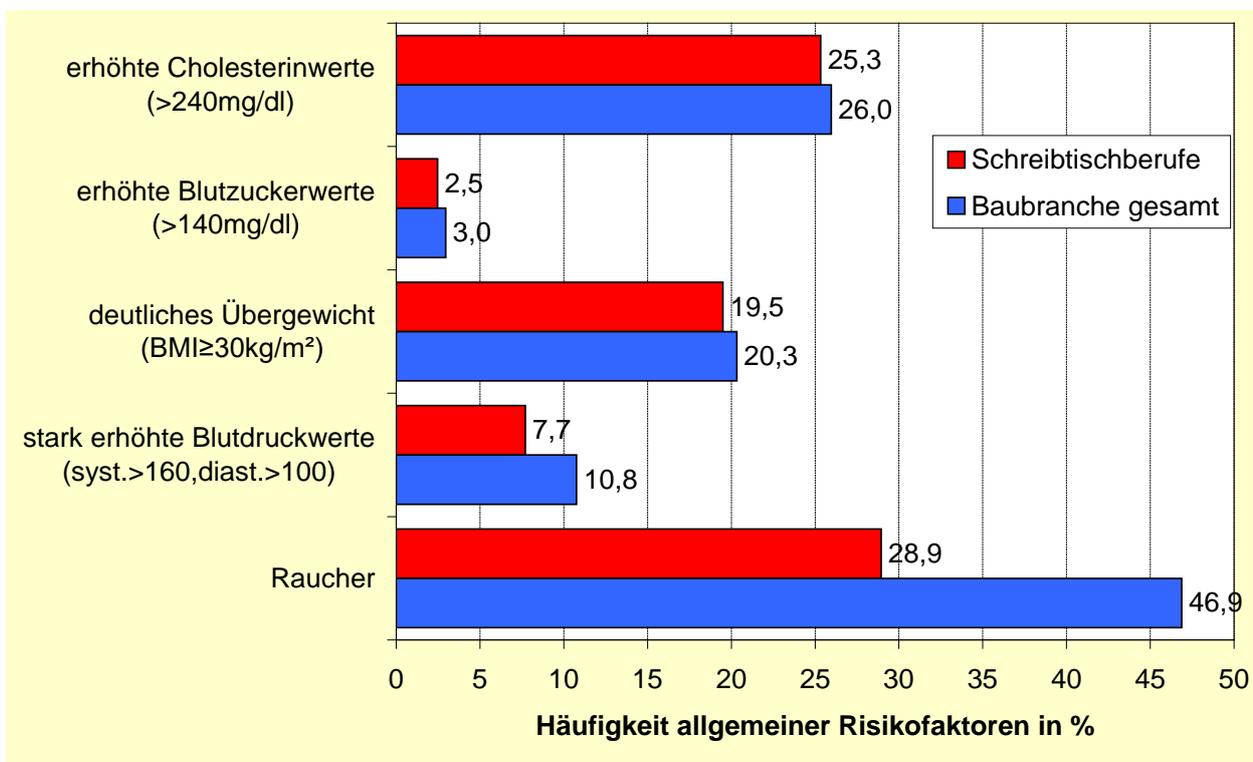
**Abbildung 5: Prozentuale Häufigkeit von Belastungsangaben bei Frauen - erfragt im Rahmen arbeitsmedizinischer Untersuchungen**



**Abbildung 6: Prozentuale Häufigkeit von Belastungsangaben bei Männern - erfragt im Rahmen arbeitsmedizinischer Untersuchungen**



**Abbildung 7: Prozentuale Häufigkeit von allgemeinen Risikofaktoren bei Frauen - erhoben im Rahmen arbeitsmedizinischer Untersuchungen**



**Abbildung 8: Prozentuale Häufigkeit von allgemeinen Risikofaktoren bei Männern - erhoben im Rahmen arbeitsmedizinischer Untersuchungen**

## **Welche Empfehlungen gibt es für die tägliche Arbeit im Betrieb?**

Bei den von uns vorgestellten Diagnosen ist immer zu prüfen,

- ob diese auf die Belastungen am Arbeitsplatz zurückzuführen sind,
- ob die Tätigkeit so hohe Anforderungen hat, dass sie nur von Gesunden längere Zeit ausgeübt werden kann und deshalb weniger Krankheiten zu finden sind,
- wie eine Verbesserung des Gesundheitszustandes der Beschäftigten erreichbar ist.

Um dies zu klären, kann Sie der Betriebsarzt im Detail beraten und Sie bei der Lösung gemeinsam erkannter Probleme unterstützen.

Um die Gesundheit der Beschäftigten Ihrer Firma zu erhalten, empfehlen wir aufgrund unserer oben vorgestellten Untersuchungsergebnisse und der Kenntnis Ihres Gewerbes, auf folgende Schwerpunkte des Arbeits- und Gesundheitsschutzes ein besonderes Gewicht zu legen:

### **1. Belastungen des Muskel-Skelett-Systems vermindern**

Ergonomische Verbesserungen am Arbeitsplatz sind ein wichtiger Baustein zur Prävention von Wirbelsäulen- und Gelenkerkrankungen.

Beim Sitzen sollte auf wechselnde Sitzpositionen geachtet werden. Der Bürostuhl sollte sich an verschiedene Körperhaltungen anpassen lassen und gut auf den individuellen Körperbau einzustellen sein.

Einseitige Körperhaltungen wirken sich nicht nur negativ auf den Bewegungsapparat, sondern auch auf Herz, Kreislauf und Verdauung aus. Vorteilhaft ist der Wechsel von Stehen, Sitzen, Gehen und -wenn möglich- Treppensteigen. Muskeln und Gelenke leben von der Bewegung.

Die tätigkeitsgerechte Gestaltung der Büroarbeitsplätze ist von großer Bedeutung. Zu denken ist an ergonomisch gut gestaltetes Mobiliar und Arbeitsmittel (z.B. PC und Software), aber auch an Bereiche wie Beleuchtung, Raumklima und die Vermeidung von Stressfaktoren wie störendem Lärm oder Schadstoffen.

Nicht immer lässt sich längeres Sitzen vermeiden. Muskelverspannungen, Gelenkbeschwerden und Rückenschmerzen können die Folge sein. Daher ist sportlicher Ausgleich wichtig. Dieser hilft Beschwerden vorzubeugen und gleichzeitig Stress abzubauen.

Muskelverspannungen u.a. können auch durch Stress entstehen, den z.B. gute Absprachen mindern.

Lassen Sie sich von Ihrem Betriebsarzt über Sport- und Bewegungskonzepte, Präventions- und Rehabilitations-Möglichkeiten für Ihre Mitarbeiter beraten.

## **2. Atemwege und Kreislauf**

Das Zigarettenrauchen ist eine wichtige Ursache für Atemwegserkrankungen.

Übergewicht in Verbindung mit Bluthochdruck, erhöhte Blutfettwerte, nicht erkannte Zuckerkrankheit und Zigarettenrauchen sind Hauptursachen schwerwiegender Herz-Kreislaufkrankungen. Änderungen der Lebensgewohnheiten wie gesunde Ernährung und Ausdauersport beugen vor.

## **3. Auf das Sehvermögen achten**

Mit zunehmendem Alter stellen sich zunehmende Leseschwäche und andere Störungen ein, die das Sehvermögen beeinträchtigen können. Ein gutes Sehvermögen ist für viele Büroarbeiten, insbesondere aber für den Bildschirmarbeitsplatz, wichtig.

Die arbeitsmedizinische Vorsorge bei Tätigkeiten an Bildschirmgeräten deckt diesen Bereich ab.

## **4. Stress vermeiden**

Ein gutes Betriebsklima motiviert die Mitarbeiter und wirkt leistungsfördernd. Es entsteht weniger Stress und der Verbrauch von Genussmitteln wie Nikotin und Alkohol kann sinken.

Ebenso sind eine Einteilung der Arbeit und eine gesunde und ausgewogene Ernährung wichtig.

## **5. Psychische Belastungen**

Das Thema „Psychische Belastungen / Stress“ sollte in jeder Gefährdungsbeurteilung aufgegriffen werden. Zur Vorbeugung hilft ein betriebliches Gesundheitsmanagement, Themen sind z.B.

- unser Betriebsklima,
- Arbeit menschengerecht gestalten,
- Mitarbeiter durch regelmäßige Besprechungen beteiligen,
- Mitarbeiter bei der Aufgabenerledigung unterstützen und
- Stärkung der individuellen Fähigkeiten, mit Stress umzugehen.

## **6. Regelmäßige arbeitsmedizinische**

### **Vorsorge**

Arbeitsmedizinische Vorsorge mit arbeitsplatzbezogener Beratung der Arbeitnehmer durch den Betriebsarzt dient der Früherkennung möglicher gesundheitlicher Beeinträchtigungen.

Oftmals lassen sich dabei beginnende Gesundheitsstörungen rechtzeitig entdecken und dauerhafte Schädigungen durch Schutzmaßnahmen und betriebsärztliche Beratung verhindern.

Nach der Verordnung zur arbeitsmedizinischen Vorsorge (ArbmedVV) muss den Beschäftigten bei Tätigkeiten an Bildschirmgeräten in regelmäßigen Abständen eine Vorsorge angeboten werden.

Wenn Sie zu den Aussagen in unserem Bericht Fragen oder Anregungen haben, rufen Sie uns an. Als zuständiger Betriebsarzt berate ich Sie gern ausführlicher.

Mit freundlichen Grüßen

Ihr Betriebsarzt

### Ihr Betriebsarzt und Ihre Sicherheitsfachkraft beraten zur Gefährdungsbeurteilung

Tragen Sie bitte ein, welche besonderen Gefährdungen und Belastungen an den verschiedenen Arbeitsplätzen in Ihrem Unternehmen bestehen. Leiten Sie daraus ab,

- welche **Maßnahmen** (TOP = technisch, organisatorisch, personenbezogen) Sie ergreifen,
- welchen **Beratungsbedarf** Sie deshalb haben (Betriebsarzt oder Sicherheitsfachkraft)
- welche **Unterweisungen** Ihrer Mitarbeiter deshalb erfolgen müssen und
- welche **arbeitsmedizinische Vorsorge(n)** durch Sie veranlasst oder angeboten - und von Ihrem Betriebsarzt durchgeführt - werden sollten

Besondere Gefährdungen und Belastungen	Gefährdung		Vorsorge
	vorhanden	möglich	
Staub (E-Staub (einatembare) und / oder A-Staub (alveolengängiger) Staub)	[ ]	[ ]	
Asbestfaserhaltiger Staub	[ ]	[ ]	
Quarzhaltiger Staub	[ ]	[ ]	
Schwere Lasten	[ ]	[ ]	
Arbeiten in erzwungenen Körperhaltungen (gebückt, hockend, kniend etc.)	[ ]	[ ]	
Repetitive manuelle Tätigkeiten	[ ]	[ ]	
Hand-Arm-Vibrationen	[ ]	[ ]	
Ganzkörpervibrationen	[ ]	[ ]	
Lärmbelastung	[ ]	[ ]	
Feuchtarbeit – bzw. Hautbelastung durch Tragen von flüssigkeitsdichten Handschuhen	[ ]	[ ]	
atemwegssensibilisierend oder hautsensibilisierend wirkenden Stoffen (Allergieauslösende Haut- und Atemwegsbelastung)	[ ]	[ ]	
Schweißen und Trennen von Metallen	[ ]	[ ]	
Belastung durch Gefahrstoffe	[ ]	[ ]	
Unausgehärtete Epoxidharze / Isocyanate (z.B. PUR)	[ ]	[ ]	
Tragen von Atemschutz / PSA	[ ]	[ ]	
Auslandstätigkeiten (z.B. Aufenthalt in Tropen / Subtropen)	[ ]	[ ]	
Kontaminierte Bereiche (Altlasten etc.)	[ ]	[ ]	
Krebserzeugende Stoffe	[ ]	[ ]	
Infektionsgefährdungen, Biologische Arbeitsstoffe (Krankenhausreinigung / Abwasser)	[ ]	[ ]	
Bildschirmarbeit	[ ]	[ ]	
Zeitdruck, Stress u. ä.	[ ]	[ ]	
Tätigkeiten mit extremer Hitze- oder Kältebelastung	[ ]	[ ]	

Weitere Gefährdungen/Belastungen siehe Anhang der ArbMedVV ([Arbeitsmedizinische Vorsorge Verordnung](#))