

Kostensparnisse durch Gesundheitsschutz und Gesundheitsförderung

Die Aufgaben des Betriebsphysiotherapeuten Von der Theorie in die Praxis Lieber gesund und reich als krank und arm

Andy Mühlheim, Ergonom / Betriebsphysiotherapeut ErgonPt®, dipl. Physiotherapeut, Sport- und Manualtherapeut, Utzenstorf

Genügt es nicht einfach, dass menschengerechte Arbeitsgestaltung unsere Gesundheit schützt? Was wollen wir noch mehr?

Zunehmend müssen wir wirtschaftliche Begründungen liefern, wenn wir Arbeitsbedingungen verbessern wollen. Gesundheitsschutz und Gesundheitsförderung als Zweck und Ziel ist gut. Diese Argumente genügen für sich allein aber nicht, wenn es um Investitionen und Neuanschaffungen geht. Änderungen kosten Geld. Wie zahlt sich das aus? Kriegen wir das investierte Geld zurück?

Im Folgenden wird erklärt, welche Aufgaben der Ergonom / Betriebsphysiotherapeut in Projekten der betrieblichen Gesundheitsförderung wahrnimmt und wie ein Projekt gewinnbringend umgesetzt werden kann.

Es wird im Referat vor allem auf die Praxisbeispiele und den Nutzen solcher Projekte wert gelegt.

Im Frühling 2002 wurde bei Utzenstorf Papier, dem grössten Zeitungspapierhersteller der Schweiz, das Projekt: «Gesund arbeiten – gesund leben» von der Werkleitung zusammen mit Andy Mühlheim initiiert. Dies war der Start des Projektes zur betrieblichen Gesundheitsförderung bei Utzenstorf Papier.

In der Schweiz, wie in der ganzen westlichen Welt, leiden immer mehr ArbeitnehmerInnen an krankheitsbedingten Beschwerden, die zu vielen Ausfalltagen führen. In der Schweiz führt das zu Kosten für den Produktionsausfall von ca. 6 Milliarden Schweizer Franken pro Jahr. Bei Utzenstorf Papier betragen die Kosten der Krankheitsausfälle 2003 sFr. **1'101'780.-**

Nicht zu vergessen ist das menschliche Leid das dahinter steckt. Wer ist schon gerne krank, dass er zu Hause bleiben muss!

Was bringt es also einem Betrieb, der in die Gesundheitsförderung investiert?

- Reduktion Ausfallstunden und der entsprechenden Kosten
- Begrenzung des Schadensverlauf der Krankentaggeldversicherung
- Begrenzung des Schadensverlauf der Unfallversicherung
- Erhöhung der Motivation der Mitarbeiter
- Wohlbefinden und Zufriedenheit der MitarbeiterInnen
- Erhöhung der Leistungsfähigkeit
- Qualitätssicherung, bzw. Steigerung
- Höhere Flexibilität und Kreativität
- Zufriedenere Kunden und Mitarbeitende
- Besseres Firmenimage
- Arbeitsplatzattraktivität
- Verringerung der Fluktuation
- Hohe Konkurrenzfähigkeit
- Vertrauen der Investoren
- Insgesamt attraktivere und sicherere Arbeitsplätze

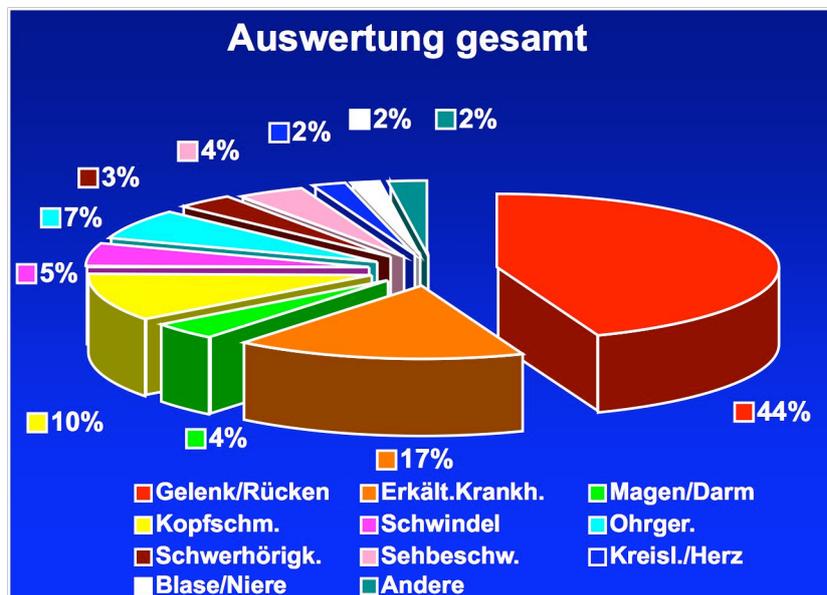
Gemäss ausgewerteter Studien über Gesundheitsförderungsprogramme, die individuelle Verhaltensschulung und gleichzeitig ergonomisches Gestalten der Arbeitsplätze beinhalten, berichten 80 % über positive Ergebnisse (Heaney & Goetzel, 1997 Mehrkomponenten-Programme).

Unter Berücksichtigung dieser Zusammenhänge planten Herr Peter von Utzenstorf Papier und Andy Mühlheim das Projekt «Betriebliche Gesundheitsförderung bei Utzenstorf Papier».

„Arbeit soll nicht eine Belastung, sondern vielmehr eine Ressource für die Gesundheit sein!“

Aktuelle Situation

Als erstes wurde die aktuelle Situation erfasst. Nebst Erfassung der Kosten der Krankheits- und Unfallstunden wurde ein anonymisierter Fragebogen erarbeitet, um die Art der Leiden zu bestimmen.



Dies sind wichtige Daten, um arbeitsplatzspezifische Analysen durchzuführen und dadurch eine Grundlage für die Reduktion von Krankheiten und Beschwerden zu schaffen. Um in Zukunft solche und andere Erhebungen zu vereinfachen führte die Personalabteilung, auf anraten des Betriebsphysiotherapeuten, auf Januar 2005 ein Anwesenheitsmanagement ein.

Sensibilisierung

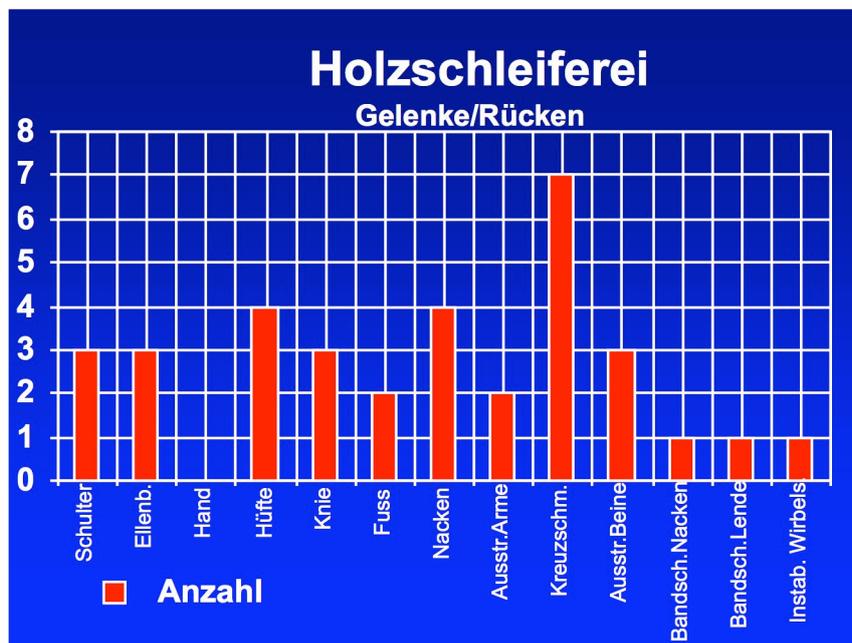
Im Projekt «Gesund arbeiten – gesund leben» wurden die MitarbeiterInnen für die Ergonomie und die betriebliche Gesundheitsförderung sensibilisiert, indem die Ziele und Prinzipien der Ergonomie erklärt und der Zusammenhang zwischen Krankheiten und den gesamten Arbeitsbedingungen erläutert wurde.

„Mit gezielten gesundheitsschützenden und gesundheitsfördernden Massnahmen lassen sich die Arbeitsqualität und das Arbeitstempo sichern sowie die krankheitsbedingten Absenzen senken!“

Arbeitsplatzanalysen, Produktionsarbeitsplätze

Gezielte Belastungs-, Beanspruchungs- und arbeitshygienische Analysen wurden an den Produktionsarbeitsplätzen durchgeführt. Die Arbeitsplatzanalyse dient der Einstufung der Belastung und Beanspruchung im Sinne des Risikoniveaus und ist die Grundlage für die Gestaltungs- und Verhaltensmassnahmen.

Als Beispiel des Vorgehens wird hier die Holzschleiferei beschrieben. Wie aus dem Diagramm ersichtlich, mussten vor allem Belastungen gesucht werden die den Rücken übermässig beanspruchen.



Massnahmen

Nach der detaillierten Analyse folgten die Vorschläge für Massnahmen, die nach der Dringlichkeit, sowie nach dem TOP-Prinzip (technische-, organisatorische und persönliche Massnahmen) gegliedert wurden. In der Holzschleiferei war die gesamte Beanspruchung der Wirbelsäule zu hoch.



Holzschleiferei vor 3 Jahren

Die, in diesem einfachen Beispiel, mit den Mitarbeitern zusammen erarbeitete Lösung war:

- Verstellbare Trennwände
- Verstellbare Fussbretter
- Handgriffe
- Eine maximal zulässige Dicke des Schleifholzes

Dies führte zu einer tieferen Beanspruchung, jetzt im tragbaren Bereich.



Holzschleiferei Heute

Es gilt als Erstes, die vorhandenen Ressourcen optimal zu nutzen. Die Erfahrung zeigt, dass 80 - 90% der Änderungen mit schon vorhandenen Ressourcen gemacht werden können.

Arbeitsplatzanalysen, Büroarbeitsplätze

Als weiteres Beispiel seien hier die vielen Büroarbeitsplätze erwähnt. Sie sind einem riesigen Wandel unterworfen, arbeiteten doch um die Wende 18./19. Jahrhundert gerade mal 4 Prozent in diesem Bereich – mehrheitlich an Steh-Schrägpulten. Heute beträgt der Anteil an Büro- und Bildschirmarbeitsplätzen in der Industrie bis zu zwei Drittel!

„Massnahmen zur Gesundheitsförderung und zur Leistungsoptimierung sind keine Gegensätze, sondern tragen einander gegenseitig!“

Es wurde eine schriftliche Befragung zum Thema Gestaltungsmassnahmen im Bildschirm- und Büroarbeitsplatzbereich durchgeführt, mit anschliessender Analyse der Büro- und Bildschirmarbeitsplätze.

Auch die Warten (Überwachung und Steuerung der Papiermaschinen) sind Bildschirmarbeitsplätze.



Warte PM 1 + 2 vor 3 Jahren



Warte PM 1 + 2 Heute

Alle Bildschirmarbeitsplätze wurden in Zusammenarbeit mit den MitarbeiterInnen angepasst. Weitere Massnahmen zur Optimierung wurden den MitarbeiterInnen, den IT-Verantwortlichen und den Vorgesetzten schriftlich abgegeben.

Individuelle Verhaltensmassnahmen

Gestalterische Massnahmen und Änderung der Arbeitsbedingungen wurden durch individuelle Verhaltensmassnahmen und arbeitsplatzbezogenen Dehnübungen ergänzt. Eine praxisnahe und tätigkeitsspezifische Schulung aller MitarbeiterInnen wurde durchgeführt. Das Gelernte wurde am Arbeitsplatz geübt.



Parallel dazu wurden Poster mit den geübten Verhaltensregeln und gezeigten Übungen aufgehängt.

„Es ist nicht WAS Sie bewegen, sondern WIE Sie bewegen“ S. Sahrman 1999

Natürlich wurden noch unzählige andere Massnahmen geplant und durchgeführt, z.B:

- Einbau einer Zwangslüftung inkl. Filtereinheiten im Deculatorraum der Papiermaschine 1. Durch so erreichte tiefere Temperaturen und Feuchtigkeit kann eine Maske getragen werden zur Vermeidung von Gesundheitsproblemen beim Wechseln der Filter
- Beleuchtung optimiert im Keller der PM1, der PM2, der Entrindung und an anderen Plätzen, was zu einer besseren Konzentration, weniger Unfall- und Krankheitsrisiken (Stressfaktor) führt
- Gehörschutz wird nach Mass abgegeben für alle Personen die schädlichem Lärm ausgesetzt sind
- Anschaffung von Staubmasken mit geringem Atemwiderstand
- Vergrösserung der Platzverhältnisse an versch. Arbeitsplätzen
- Ersatz, adäquate Rückhaltevorrichtungen und diverse Anpassungen bei den Fahrzeugen
- Pneumatisch gesteuerte Rollenstopper für die Rollenschneidemaschinen

- Ausschussförderband und Abluftsystem bei Papiermaschinen um die Temperatur zu reduzieren und die Aufenthaltszeit im hohen Temperaturbereich massiv zu verkürzen
- Spezifische Technische Massnahmen
- Organisatorische Massnahmen
- Ergonomische Büro-, Produktionsarbeitsplatz- und Fahrzeugstühle

um nur einige wenige zu nennen.

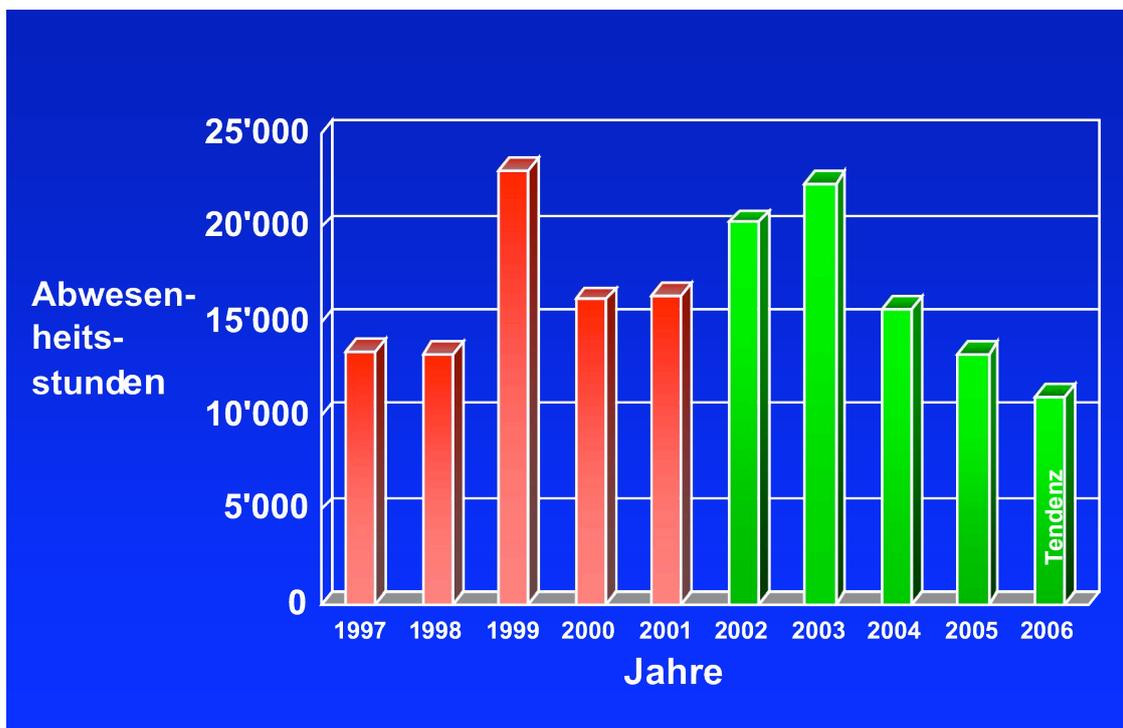
Ergebnisse

Viele Ergebnisse, wie eingangs erwähntes Wohlbefinden der MitarbeiterInnen, Qualitätsverbesserung usw. sind begrenzt messbar, anders ist es mit den Krankheits- und Unfallstunden und den daraus resultierenden Kosten. Bei Utzenstorf Papier kann glücklicherweise eine sehr positive Trendwende festgestellt werden.

Im Jahr 2005 ereigneten sich nur 12 Berufsunfälle mit mehr als 3 Abwesenheitstagen pro Jahr gegenüber 16 im Jahr 2003! 2004 waren es sogar nur 4 Betriebsunfälle!

Im Jahr 2005 sind nur 3230 Berufsunfallstunden gegenüber 3602 im Jahr 2003 zu verzeichnen! 2004 waren es sogar nur 1285 Stunden!

2005 wurden nur 13296 Krankheitsstunden verzeichnet, 2004 nur 15630, gegenüber 2003 als es 22367 Krankheitsstunden waren!



Dies ergibt eine Senkung der eingangs erwähnten Kosten der Krankheitsstunden von **SFR. 1'101'780.- 2003**, auf **SFR. 677'134.- 2004** und **2005** sogar auf **SFR. 584'090.-**, was einer Senkung von **47 Prozent** entspricht! **2006** war die **Tendenz** weiter sinkend.

Nicht berücksichtigt sind die Unfallkosten, die Überzeitleistungen infolge Stellvertretungen, die temporären und die externen Einsätze.

Diese Zahlen sind mit Vorsicht zu geniessen! Nur wenn die Gesundheitsfördernden Massnahmen weiterhin in jeder Abteilung, der Arbeitssicherheit und im Personalbereich konsequent, hartnäckig und mit viel Engagement wie bis jetzt weiter verfolgt, überprüft und von allen MitarbeiterInnen unterstützt werden, ist die Chance realistisch diesen Abwärtstrend zu halten.

„In der betrieblichen Gesundheitsförderung liegt ein enormes Leistungspotential um die Kosten zu senken, nicht nur im Betrieb, sondern auch bei den Sozialversicherern“

Themen der Ergonomie:

- Einstellung der Arbeitsmittel
- Platzverhältnisse
- Gestaltung der Arbeitsgeräte
- Führungshilfen (Anzeige etc.) der Arbeitsmittel
- Kleidung und Schuhe
- Heben und Tragen von Gewichten
- Hindernisse
- Bodenbeschaffenheit
- Anthropometrie (Menschengerechte Dimensionierung)
- Menschengerechte Anordnung der Arbeitsmittel
- Repetitive Arbeitsabläufe
- Bewegungsarmut
- Kompressionsstellen
- u.s.w.

Themen der Arbeitshygiene

- Klima (Raumtemperatur, Temperatur der Umschliessungsflächen, Feuchtigkeit, Zugluft)
- Staub
- Dampf
- Lärm
- Vibrationen
- Lichtverhältnisse (Leuchtdichte, Leuchtdichteunterschiede, Spiegelung)
- Biologische Faktoren (Bakterien, Viren, Schimmelpilze)
- u.s.w.

Andy Mühlheim

Ergonom / Betriebsphysiotherapeut ErgonPt® / SwissErgo
Eidg. Dipl. FEAM (Elektroniker),
Dipl. Physiotherapeut SPV
Manualtherapeut SAMT/SVOMP
Sportphysiotherapeut SGSM

Ergonomie / Physiotherapie

Ringweg 2
3427 Utzenstorf

Tel: 032'665'42'32

ergonomie@bluewin.ch