

 Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederazione svizzera

Eidgenössisches Volkswirtschaftsdepartement EVO  
Bundeskantariat für Wirtschaft SECO  
Ressort Grundlagen Arbeit und Gesundheit

**Causes et mécanismes des lombalgies dans le secteur de la santé**

**Ursachen und Entstehung von Kreuzschmerzen in der Pflege**

PD Dr. med. Thomas Läubli  
Wissenschaftlicher Mitarbeiter  
Staatssekretariat für Wirtschaft SECO,  
Ressort Grundlagen Arbeit und Gesundheit

Leiter  
Forschungsgruppe Ergonomie und Umwelt, Eidgenössische Technische Hochschule Zürich  
Professor in residence  
Kyoto Institute of Technology, Japan

8. SOHF - et 48. ANMTEPH – Weiterbildungstagung 8è symposium de formation de la SOHF et 48è journées de FMC de l'ANMTEPH Genf/ Genève, 15 et 16 septembre 2011

Abbildung aus Weissbrodt et al. SOHF, 2011



Abbildung aus Weissbrodt et al. SOHF, 2011

 **Rückenschmerz und Arbeit: Ursachen**

- hohe physische Arbeitsbelastung (Tragen schwerer Lasten, ungünstige Körperhaltungen)
- psychosoziale Arbeitsbedingungen (Stress, fehlende Autonomie oder geringe Arbeitszufriedenheit)
- multikausal



Bildnachweis: SUVA, Luzern

Kreuzschmerzen in der Pflege  
EVO/SECO Grundlagen Arbeit und Gesundheit Thomas Läubli

2 von 20

 **Ursachen und Entstehung von Kreuzschmerzen in der Pflege - Vortragsinhalt**

- Diskussionspunkte
- Häufigkeit von Rückenschmerzen (Beispiel Schweiz)
- Risikofaktoren wirken multiplikativ
- Vererbung
- Heben und Tragen
- Häufigkeit arbeitsbezogener Arbeitsausfälle in der Pflege
- D: Pflegekonzept Rückengerechter Patiententransfer
- Australien /Großbritannien u.a.: „No-Lifting-Policy“
- Vorschriften Schweiz (treffen sie den Punkt?)
- Diskussionspunkte

Kreuzschmerzen in der Pflege  
EVO/SECO Grundlagen Arbeit und Gesundheit Thomas Läubli

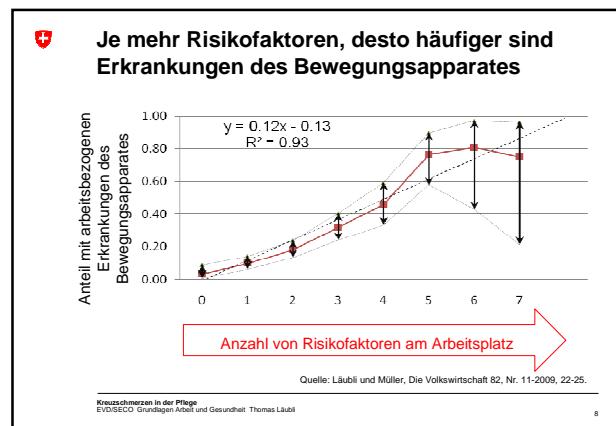
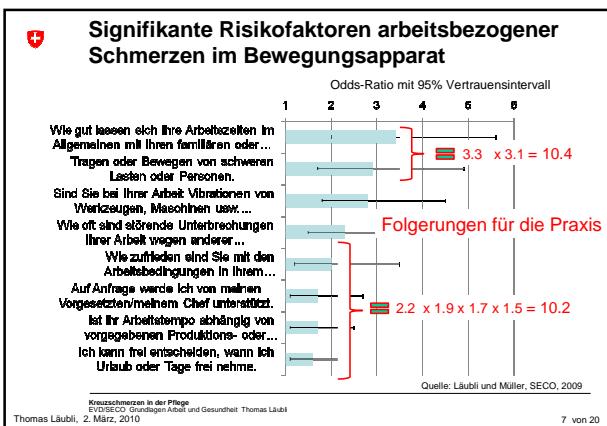
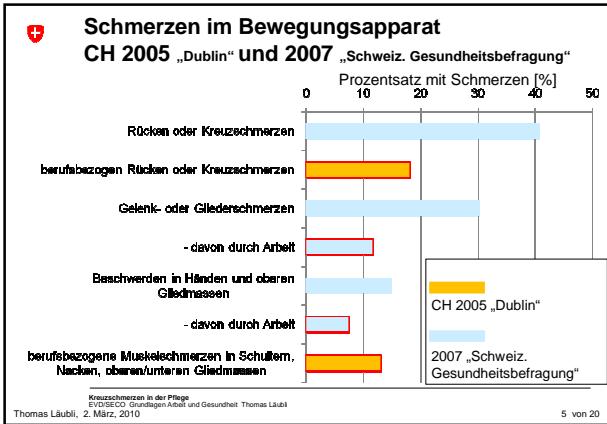
 **Rückenschmerzen in der Pflege – eine Herausforderung**

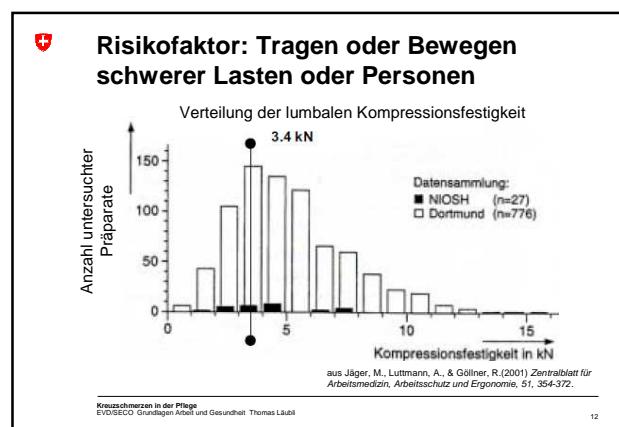
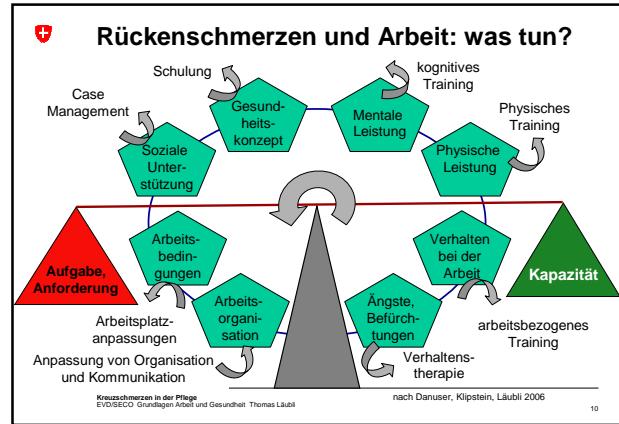
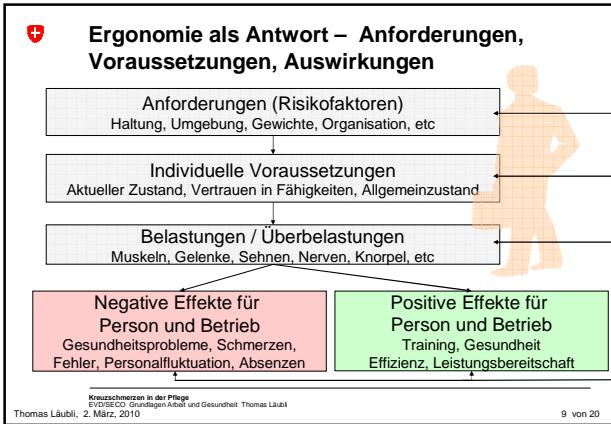
- Herausforderungen für Akutspitäler, Rehabilitationskliniken, Alters- und Pflegeheime, Hauspflege
  - Rückenschmerzen generell sehr häufig
  - Bei Pflegepersonal signifikant erhöhtes Risiko für Rückenschmerzen
  - Bei Pflegepersonal wichtiger Grund für Arbeitsunfähigkeit und Arbeitsabsenzen
  - zunehmend ältere Pflegende im Arbeitsprozess.
- Wirksamkeit von Präventionsmaßnahmen in Fachliteratur kontrovers beurteilt (Ursachen, methodische Schwierigkeiten)
- Programme wie „No-Lifting-Policy“ in Schweiz wenig bekannt
- für konsequente „No-Lift-Policy“ in mehreren Ländern Erfolg nachgewiesen.

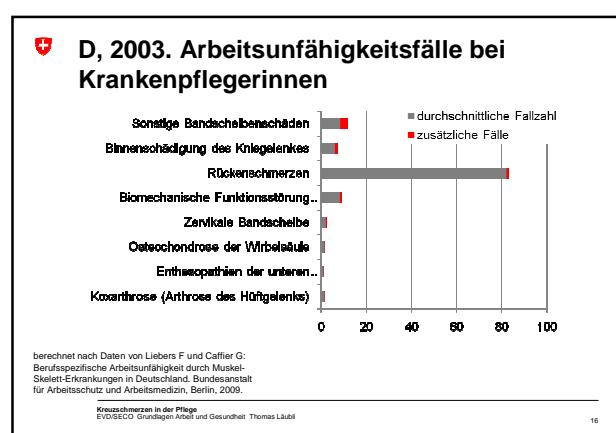
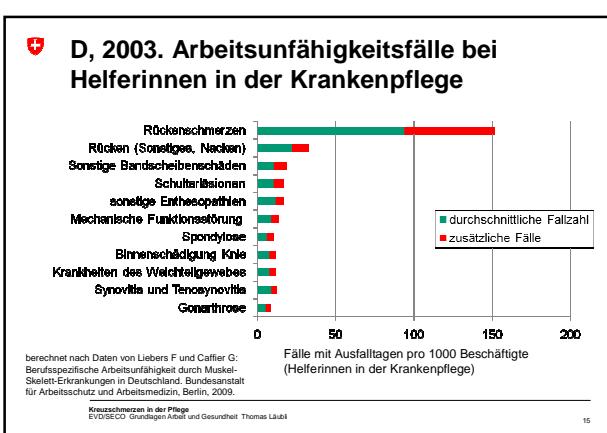
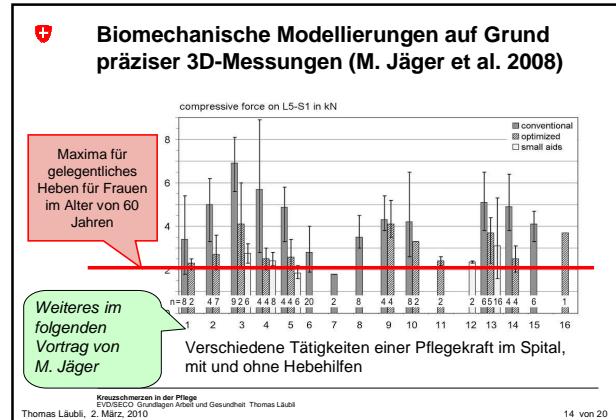
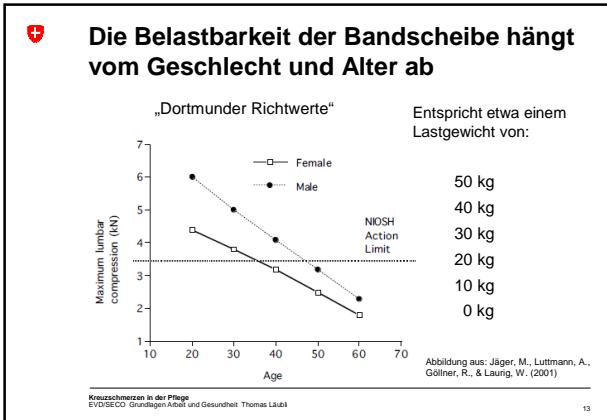
zusammengestellt nach Weissbrodt et al. SOHF, 2011

Kreuzschmerzen in der Pflege  
EVO/SECO Grundlagen Arbeit und Gesundheit Thomas Läubli

4









## Beispiel Deutschland: Pflegekonzept Rückengerechter Patiententransfer „RPT“

### Auftraggeber

Bundesverbandes der gesetzlichen Unfallversicherung (BAGUV)

### Autoren

Arbeitsgruppe aus Rheumaklinik Bad Bramstedt und Universitätskrankenhaus Hamburg-Eppendorf

### Ziel

multifaktorielle Strategie zur Reduzierung körperlicher Belastungen  
systematische Anwendung biomechanisch validierter Transferprinzipien (SOYKA, 2000).

M. Michaelis, S. Hermann: Evaluation des Pflegekonzepts Rückengerechter Patiententransfer in der Kranken- und Altenpflege. Langzeit-Follow-up.  
Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin, Dortmund/Berlin/Dresden, 2010

Kreuzschmerzen in der Pflege  
EV/D/SECO Grundlagen Arbeit und Gesundheit Thomas Läubli

17



## Pflegekonzept Rückengerechter Patiententransfer „RPT“

### Handlungsanweisungen

- vorausschauende ergonomische Planung des Transfers
- konsequenter Hilfsmittelleinsatz sowie
- die Betonung der Patientenaktivierung
- Schieben oder ziehen statt heben,
- Reibung reduzieren,
- Höhendifferenzen und schräge Ebenen ausnutzen,
- Rampen einsetzen,
- Körperhebel des Patienten nutzen,
- Patienten kompakt machen,
- in Etappen arbeiten,
- Schwerpunktverlagerung des eigenen Körpers,
- gerade Körperlängssachse bewahren.

Michaelis, und Hermann, 2010

Kreuzschmerzen in der Pflege  
EV/D/SECO Grundlagen Arbeit und Gesundheit Thomas Läubli

18



## Pflegekonzept Rückengerechter Patiententransfer „RPT“

### Vorgehen

- kompetente Analyse der individuellen Ausgangssituation eines Transfers,
- ergonomisch optimale Auswahl von Transfertechniken und technischen Hilfsmitteln
- Einleitung weiterer Gestaltungsmassnahmen (z. B. Team- oder Raumorganisation)

### Schulung

- durch intensiv ausgebildete Multiplikatoren („Instruktoren“),
- Multiplikatoren („Instruktoren“) auch als Praxisbegleiter, um den Wissenstransfer in den Pflegealltag sicherzustellen
- Expertenwissen der Instruktoren in der Einrichtung nutzen

Michaelis, und Hermann, 2010

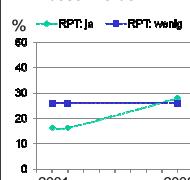
Kreuzschmerzen in der Pflege  
EV/D/SECO Grundlagen Arbeit und Gesundheit Thomas Läubli

19



## Evaluation des Pflegekonzeptes Rückengerechter Patiententransfer „RPT“

### Kreuzbeschwerden



Follow-up 2000-2001 - 2009

RPT: ja, n=43  
RPT: nein, n=23

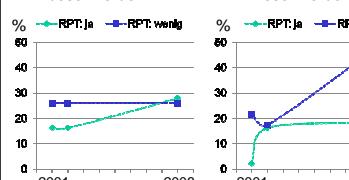
M. Michaelis, S. Hermann: Evaluation des Pflegekonzepts Rückengerechter Patiententransfer in der Kranken- und Altenpflege. Langzeit-Follow-up.

Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin, Dortmund/Berlin/Dresden, 2010

20

Kreuzschmerzen in der Pflege  
EV/D/SECO Grundlagen Arbeit und Gesundheit Thomas Läubli

### HWS-Beschwerden

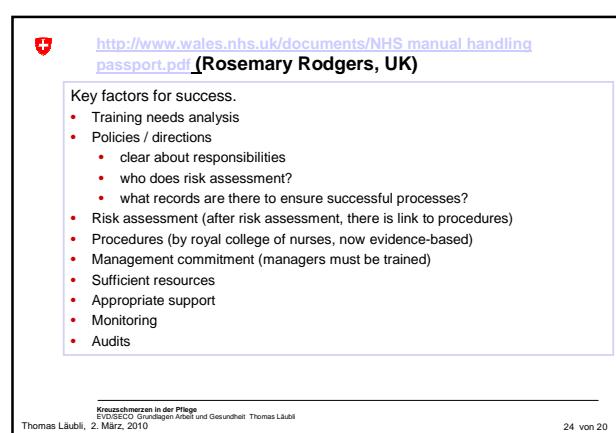
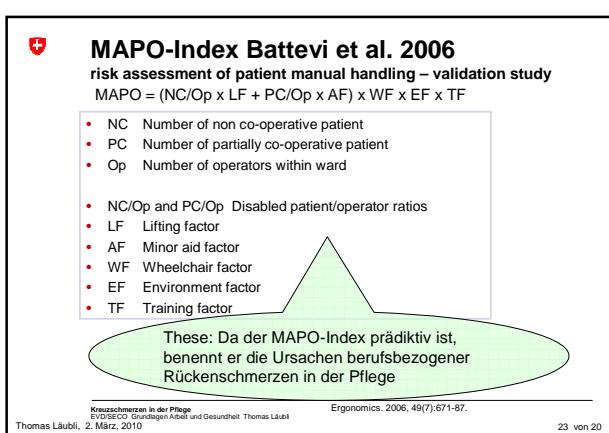
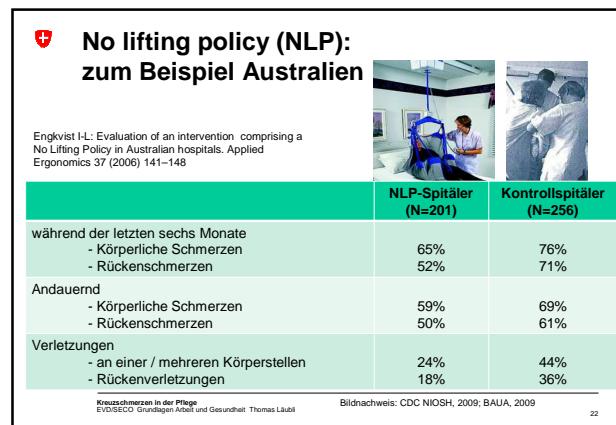
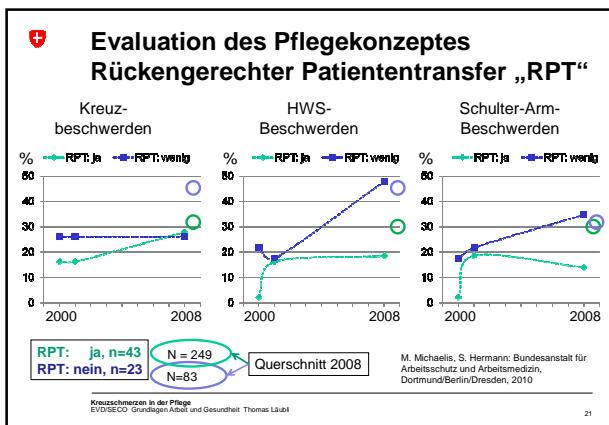


M. Michaelis, S. Hermann: Evaluation des Pflegekonzepts Rückengerechter Patiententransfer in der Kranken- und Altenpflege. Langzeit-Follow-up.

Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin, Dortmund/Berlin/Dresden, 2010

20

Kreuzschmerzen in der Pflege  
EV/D/SECO Grundlagen Arbeit und Gesundheit Thomas Läubli





## Heben und Tragen: Grenzwerte SUVA

### Suvapro: Grenzwerte am Arbeitsplatz 2011:

"Richtwerte für zumutbare Lastgewichte sind 25kg für Männer und 15kg für Frauen.

Bei regelmässigem Heben und Tragen (respektive Manipulationen) ist ab Lasten von 12kg für Männer und 7kg für Frauen eine Gefährdungsermittlung vorzunehmen."

Kreuzschmerzen in der Pflege  
EV/SECO: Grundlagen Arbeit und Gesundheit Thomas Läubli

25 von 20



## SECO : werden Hilfsmittel eingesetzt?

Technische Hilfsmittel (Lifter, etc.,) stehen für Bewegungs- und Transferaufgaben zur Verfügung.

Falls ja:

- Werden bewegungsunfähige Patienten oder Patientinnen unter Einsatz von **technischen Hilfsmitteln** bewegt oder transferiert?

immer	meistens	häufig	gelegentlich	selten	nie
-------	----------	--------	--------------	--------	-----

Kleine Hilfsmittel stehen für Bewegungs- und Transferaufgaben zur Verfügung.

ja	nein
----	------

- Werden bewegungsunfähige Patienten oder Patientinnen unter Einsatz von **kleinen Hilfsmitteln** bewegt oder transferiert?

immer	meistens	häufig	gelegentlich	selten	nie
-------	----------	--------	--------------	--------	-----

Kreuzschmerzen in der Pflege  
EV/SECO: Grundlagen Arbeit und Gesundheit Thomas Läubli

26



## Rückenschmerzen in der Pflege – eine Herausforderung

- Herausforderungen für Akutspitäler, Rehabilitationskliniken, Alters- und Pflegeheime, Hauspflege
  - Rückenschmerzen generell sehr häufig
  - Bei Pflegepersonal signifikant erhöhtes Risiko für Rückenschmerzen
  - Bei Pflegepersonal wichtiger Grund für Arbeitsunfähigkeit und Arbeitsabsenzen
  - zunehmend ältere Pflegende im Arbeitsprozess.
- Wirksamkeit von Präventionsmassnahmen in Fachliteratur kontrovers beurteilt (Ursachen, methodische Schwierigkeiten)
- Programme wie „No-Lifting-Policy“ in Schweiz wenig bekannt
- für konsequente „No-Lift-Policy“ in mehreren Ländern Erfolg nachgewiesen.

zusammengestellt nach Weissbrodt et al, SOHF, 2011

Kreuzschmerzen in der Pflege  
EV/SECO: Grundlagen Arbeit und Gesundheit Thomas Läubli

27