



78  
DE

# FACTS

Europäische Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz

## Arbeitsbedingte Muskel-Skelett-Erkrankungen: Präventionsbericht Eine Zusammenfassung



### Einführung

Schmerzen und Bewegungseinschränkungen im Rücken, im Nacken und in den Gliedmaßen sind bei Berufstätigen weit verbreitet. Diese Leiden werden üblicherweise als Muskel-Skelett-Erkrankungen bezeichnet. Innerhalb der EU-27 klagen etwa 25 % der Arbeitnehmer über Rückenschmerzen, und etwa 23 % berichten über Muskelschmerzen. Daher sind Muskel-Skelett-Erkrankungen das am häufigsten angeführte arbeitsbedingte Gesundheitsproblem (1). Muskel-Skelett-Erkrankungen sind aufgrund ihrer gesundheitlichen Auswirkungen auf die einzelnen Arbeitnehmer Anlass zur Sorge. Darüber hinaus sind die wirtschaftlichen Auswirkungen für Unternehmen und die Sozialkosten für die europäischen Länder beachtlich (2).

Die Bekämpfung von Muskel-Skelett-Erkrankungen erfordert das Ergreifen von Maßnahmen bereits am Arbeitsplatz. Zuerst können vorbeugende Maßnahmen ergriffen werden. Aber für Arbeitnehmer, die bereits unter Muskel-Skelett-Erkrankungen leiden, besteht die Herausforderung darin, ihre Beschäftigungsfähigkeit aufrechtzuerhalten, sie im Arbeitsprozess zu behalten und, falls notwendig, sie am Arbeitsplatz wiedereinzugliedern.

Dieses Factsheet hebt die zentralen Ergebnisse des „Präventionsberichts“ der Europäischen Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz hervor, der sich auf die Prävention von Muskel-Skelett-Erkrankungen sowie auf die Entwicklung und die Fortschritte in diesem Bereich seit der ersten

Kampagne zu Muskel-Skelett-Erkrankungen im Jahr 2000 konzentriert. Der Bericht besteht aus zwei Teilen: 1. Im ersten Teil wird die aktuelle Forschungsliteratur zu arbeitsbezogenen Präventionsmaßnahmen gegen Risiken von Muskel-Skelett-Erkrankungen überprüft. 2. Im zweiten Teil wird in 15 Fallstudien aufgezeigt, wie die Probleme auf Arbeitsplatzebene gelöst wurden.

Ein weiterer Bericht der Agentur, *Arbeitsbedingte Muskel-Skelett-Erkrankungen: Rückkehr an den Arbeitsplatz*, bewertet die Effektivität von Maßnahmen am Arbeitsplatz und gibt einen Überblick über politische Initiativen in Europa und auf internationaler Ebene betreffend Weiterbeschäftigung, Wiedereingliederung und Rehabilitation von Arbeitnehmern mit Muskel-Skelett-Erkrankungen. Es gibt keine klare Trennlinie zwischen Prävention und Rehabilitation; die beiden Berichte ergänzen sich daher.

### Wissenschaftliche Erkenntnisse

Eine systematische Überprüfung der wissenschaftlichen Erkenntnisse zur Effektivität von Präventionsmaßnahmen gegen arbeitsbedingte Muskel-Skelett-Erkrankungen hat ergeben, dass die Zahl qualitativ hochwertiger Studien seit dem Jahr 2000 zugenommen hat. Die Zahl der Studien ist jedoch immer noch gering, und viele Berichte beschreiben oder quantifizieren nicht, wie gut die Risikofaktoren an den betreffenden Arbeitsplätzen reduziert wurden. Es wurden keine wissenschaftlichen Studien gefunden, die dem Ansatz widersprechen, der den EU-Richtlinien zur manuellen Handhabung von Lasten oder zur Arbeit an Computern zugrunde liegt. Die wichtigsten Schlussfolgerungen aus der Literaturlauswertung sind unten aufgeführt.

### Organisatorische und administrative Maßnahmen

- Eine Reduzierung der täglichen Arbeitszeit kann Muskel-Skelett-Erkrankungen verringern.
- Die Einführung zusätzlicher Pausen bei repetitiver Arbeit kann ohne Produktivitätsverlust erzielt werden.

### Technische Maßnahmen

- Technische ergonomische Maßnahmen können die Belastung des Rückens und der oberen Gliedmaßen (z. B. ergonomische Handwerkzeuge) und somit das Auftreten von Muskel-Skelett-Erkrankungen ohne Produktivitätsverlust verringern.

(1) Europäische Stiftung zur Verbesserung der Lebens- und Arbeitsbedingungen, *Vierte Europäische Umfrage über Arbeitsbedingungen*, 2007, unter: <http://www.eurofound.europa.eu/ewco/surveys/EWCS2005/index.htm>

(2) Europäische Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz, *Thematischer Bericht zu Muskel-Skelett-Erkrankungen*, 2008. In Vorbereitung.

## Schutzausrüstung

- Es gibt keinen schlüssigen Nachweis, dass die Verwendung von Rückengürteln arbeitsbedingte Rückenschmerzen verhindert.

## Änderung des Verhaltens

- Schulungen über richtige Arbeitsmethoden für die manuelle Handhabung von Lasten sind nur dann effektiv, wenn sie von anderen Maßnahmen unterstützt werden.
- Sportliche Betätigung kann wiederholtes Auftreten von Rückenschmerzen und Schmerzen im Nacken-Schulter-Bereich reduzieren. Um effektiv zu sein, sollte die Betätigung jedoch intensive Übungen umfassen und mindestens dreimal wöchentlich wiederholt werden.

## Umsetzungsstrategien

- Um Muskel-Skelett-Erkrankungen vorzubeugen, ist es erforderlich, verschiedene Arten von Maßnahmen zu kombinieren (multidisziplinärer Ansatz). Dies umfasst organisatorische, technische und persönliche Maßnahmen. Es ist unwahrscheinlich, dass lediglich einzelne Maßnahmen Muskel-Skelett-Erkrankungen vorbeugen.
- Positiv auf den Erfolg einer Maßnahme kann sich die Einbeziehung der Arbeitnehmer in den Umstellungsprozess auswirken.

## Fallstudien

Eine Stichprobe von 15 Fallstudien wurde aus einer Reihe von Berufen und Wirtschaftsbereichen in ganz Europa ausgewählt. Die Fallstudien decken unter anderem den Gesundheitsbereich, den Pharma- und den Bausektor sowie die Näh-, Abfall- und Lebensmittelindustrie ab. Sie liefern konkrete Beispiele dafür, wie Unternehmen und Organisationen Maßnahmen ergriffen und versucht haben, die Risiken von Muskel-Skelett-Erkrankungen am Arbeitsplatz zu managen und zu verringern.

Die Fallstudien sind in dem Bericht nach ihrem Haupt-Maßnahmen-typ gruppiert:

- technische Maßnahmen (Umgestaltung des physischen Umfeldes oder Arbeitshilfen und -geräte, Einführung von Hebe- und Transporthilfen usw.);
- organisatorische und administrative Maßnahmen (Änderung der Arbeit, Arbeitsplatzwechsel usw.);
- Änderung des Verhaltens (Schulungen zu Techniken für die manuelle Handhabung von Lasten, Förderung sportlicher Betätigung usw.).

Die für die Prävention der Risiken von Muskel-Skelett-Erkrankungen angewandten Ansätze und die in jedem Fall beschriebenen Lösungen können auch in anderen Situationen und Branchen sowie in anderen EU-Mitgliedstaaten angewendet werden.

Die Fallstudien zeigen, dass Maßnahmen zur Bekämpfung der Risiken von Muskel-Skelett-Erkrankungen viele Vorteile bringen, z. B.:

- Verbesserung der Arbeitsbedingungen;
- Erhöhung der Zufriedenheit und Motivation der Arbeitnehmer;



© Peter Rimmer

- Rückgang des Krankenstandes infolge von Muskel-Skelett-Erkrankungen;
- Verbesserung der Sicherheit am Arbeitsplatz;
- Erhöhung von Prozesskapazität, Produktionsmenge und/oder Produktqualität.

In den meisten Fallstudien ist ersichtlich, dass das Kosten-Nutzen-Verhältnis einer ergonomischen Maßnahme ein entscheidender Faktor für deren Genehmigung und Erfolg ist.

Die 15 Fallstudien zeigen, dass unter anderem folgende Grundsätze für eine erfolgreiche Umsetzung von Maßnahmen am Arbeitsplatz wichtig sind:

- partizipatorischer Ansatz – Einbeziehung der Arbeitnehmer und ihrer Vertreter während des gesamten Prozesses;
- multidisziplinärer Ansatz – Zusammenarbeit von Personen mit Fachwissen in verschiedenen Bereichen (z. B. Ergonomie, Technik, Psychologie usw.) bei der Bewertung und Überwachung der Risiken am Arbeitsplatz und der Suche nach Lösungen;
- Unterstützung durch die Geschäftsführung, damit geeignete Mittel für Verbesserungen des Arbeitsumfeldes zur Verfügung gestellt werden;
- gute praktische Lösungen, die auf einen anderen Arbeitsplatz übertragen werden, sollten auf dessen spezifische Bedingungen zugeschnitten werden.

**Weitere Informationen** zu Muskel-Skelett-Erkrankungen sind unter folgender Adresse verfügbar: <http://osha.europa.eu/topics/msds>

**Informationen** zur Prävention von Muskel-Skelett-Erkrankungen in Belgien, Deutschland, Luxemburg und Österreich sind unter folgender Adresse verfügbar: [www.arbeitsinspektion.gv.at](http://www.arbeitsinspektion.gv.at), [http://www.osha.de/topics/belastungen\\_des\\_muskelskelettsystems](http://www.osha.de/topics/belastungen_des_muskelskelettsystems), <http://www.itm.lu/secureite-sante-ss/semaine-europeenne/semaine-europeenne-2007-allegez-la-charge-potent-sur-les-tms> und <http://www.beswic.be>

**Europäische Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz**

Gran Vía, 33, E-48009 Bilbao

Tel. (+34) 94 479 43 60, Fax (+34) 94 479 43 83

E-Mail: [information@osha.europa.eu](mailto:information@osha.europa.eu)

© Europäische Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz. Nachdruck mit Quellenangabe gestattet. Printed in Belgium, 2008



<http://osha.europa.eu>