

Institut und Poliklinik für Arbeits- und Sozialmedizin
Direktor: Prof. Dr. med. Andreas Seidler, MPH

| |
|--|
| TITEL |
| Arbeitsbelastung und Erholungsverhalten bei Schichtarbeit (AES-Projekt) |
| PROJEKTLEITER/IN |
| Dr. rer. nat. Dipl.-Psych. <u>Reingard Seibt</u> |
| KOORDINATOR/IN |
| Dr. rer. nat. Dipl.-Psych. <u>Reingard Seibt</u> |
| MITARBEITER/INNEN |
| Dr. phil. Dipl.-Psych. <u>Stephanie Drössler</u> Dipl.-Psych. <u>Silvia Spitzer</u> Dipl.-Psych. <u>Anne Steputat</u> |
| LAUFZEIT |
| 05/2014 - 12/2016 |
| FINANZIERUNG |
| Drittmittel, BGN |
| KOOPERATIONSPARTNER |
| Berufsgenossenschaft für Nahrungsmittel und Gastgewerbe (ASD*BGN Potsdam) Hotels des ASD*BGN: Intercontinental Berlin Westin Grand Berlin Seminaris Potsdam Courtyard Berlin Swissôtel Berlin Ritz-Carlton Berlin Seminaris Berlin Maritim Berlin Marriott Berlin |

ABSTRACT

Bei Schichtarbeitern im Hotel- und Gaststättengewerbe deuten bisherige Forschungsergebnisse auf hohe Arbeitsbelastungen, eine Gefährdung der Herz-Kreislauf-Gesundheit und eine Einschränkung der Erholungsfähigkeit hin, wobei Erholungsunfähigkeit wiederum mit Herz-Kreislauf-Risiken assoziiert ist. Solche Effekte sollen bei Servicekräften im Hotelgewerbe, die in Wechselschicht (Früh-/Spätschicht mit Nachtarbeitsanteil) und Normalschicht (nur Tagschicht) arbeiten, mit einem kardiovaskulären Untersuchungsprogramm überprüft werden. Es wird angenommen, dass bei der Arbeit in Wechselschicht – im Vergleich zu Normalschicht – nach der Arbeitsbelastung ein verzögertes kardiovaskuläres Erholungsverhalten (objektiv) und eine geringere selbsteingeschätzte Erholung (subjektiv) während der Freizeit und der Schlafphase bestehen. Zudem wird für die Wechselschicht von einem erhöhten Hypertonierisiko ausgegangen.

Die schichtspezifischen Zusammenhänge zwischen den Arbeitsbelastungen und Herz-Kreislauf-Parametern sowie dem Erholungsverhalten sollen unter Einbeziehung von Lebensstilmerkmalen (Sport, Ernährung, Genussmittelkonsum) sowie personenbezogenen Merkmalen (Erholungsunfähigkeit, Stresswahrnehmung, Stressanfälligkeit) analysiert werden. Das umfangreiche kardiovaskuläre Untersuchungsprogramm besteht aus einer arbeitsmedizinisch-psychologischen Vorsorgeuntersuchung mit Gesundheitsberatung, einer viertägigen Blutdruckselbstmessung (Ermittlung der Blutdruck-Diagnose: Normotoniker vs. Hypertoniker) und einem zweitägigen 24-Stunden-Blutdruck-Monitoring (Ermittlung des Herz-Kreislauf-Risikos und der kardiovaskulären Beanspruchung und Erholung). Zur Erfassung der Arbeitsbelastungen, des subjektiven Erholungsverhaltens und der Lebensstil- und personenbezogenen Variablen werden standardisierte Befragungsinstrumente eingesetzt.

Die Ermittlung der schichtspezifischen kardiovaskulären Arbeitsbeanspruchung und des Erholungsverhaltens erlaubt die Ableitung zielführender Präventionsstrategien und Handlungsempfehlungen. Ansatzpunkte für Prävention sind Arbeitsorganisation, Arbeitszeitregime bzw. Schichtsystem (Dauer, Lage, Fragmentierung) und individuelle Erholungsmöglichkeiten der Beschäftigten. Die für das Projekt zu entwickelnde anwenderfreundliche Untersuchungsmethodik wird erprobt und kann für weitere Berufsgruppen zur arbeitsmedizinischen Betreuung adaptiert werden, um eine Früherkennung von Personen mit einer kardiovaskulären Gesundheitsgefährdung zu ermöglichen.