



## Krank durch Stress am Arbeitsplatz

**S**tress... lass nach - das steht bei vielen Beschäftigten ganz oben auf der Wunschliste. Stress gehört zum Alltag und insbesondere auch zum Arbeitsumfeld vieler Menschen und stellt schon lange kein Problem nur einzelner geplagter Manager mehr dar.

In der Arbeitswelt ist ein Strukturwandel festzustellen, der mit ständig neuen oder wechselnden Arbeitsaufgaben, steigendem Zeitdruck und Mehrarbeit einhergeht. Auch die Angst um den einstmals so vermeintlich sicheren Arbeitsplatz führt dazu, dass Menschen immer häufiger Stresssituationen ausgesetzt sind. Dieses geht auf Dauer nicht spurlos vorüber. Schätzungen zur Folge soll Stress nach Rückenschmerzen mittlerweile das zweitgrößte berufsbedingte Gesundheitsproblem darstellen. Über ein Viertel aller Beschäftigten soll nach eigener Beurteilung mittlerweile regelmäßig Stress am Arbeitsplatz ausgesetzt sein. Die hierdurch verursachten Kosten werden allein im Gebiet der EU auf mindestens 20 Milliarden Euro jährlich geschätzt.

### Folgen von Stress sind vielfältig

Erste Anzeichen gehen oft mit dem Gefühl einer Erschöpfung und Daueranspannung einher und sollten ernst genommen werden. Konzentrationsdefizite und spürbare Leistungsschwankungen sind bereits die Folge. Sofern der Stress langfristig andauert, drohen häufig massive gesundheitliche Probleme. Diese können sich in zahlreichen ernsthaften Erkrankungen niederschlagen. Neben Herz-Kreislauf-Erkrankungen können Störungen des Verdauungssystems, des Nervensystems, der Atmung oder auch der Psyche auftreten. Beschwerden im Hals-

Nacktenbereich werden ebenfalls in Zusammenhang mit Stress geschildert. Auch das Suchtverhalten wird durch Stresseinflüsse negativ beeinflusst. Erhöhter Alkohol- und Zigarettenkonsum sowie der Missbrauch von Medikamenten können die Folge sein. Stress hat aber nicht nur individuellen Einfluss auf die Gesundheit jedes Einzelnen, der hiervon betroffen ist – auch in den Unternehmen wirken sich die negativen Folgen des Stresses unmittelbar aus. Nicht nur die Qualität und Quantität der Arbeit lassen nach und längere krankheitsbedingte Arbeitsausfälle entstehen; durch mangelnde Konzentration kann es auch direkt zu kritischen Situationen oder gar Unfällen kommen, die ohne den Faktor „Stress“ vermeidbar gewesen wären.

Daher liegt eine optimale Stressvermeidung und -bewältigung im Interesse aller Beteiligten.

### Präventionsauftrag

Die Berufsgenossenschaften haben als Träger der gesetzlichen Unfallversicherung einen aktiven Präventionsauftrag, in dem die Vermeidung arbeitsbedingter Gesundheitsgefahren wesentliches Ziel ist. Sie sind kompetente Ansprechpartner, wenn es um die Beseitigung der so genannten „Stressoren“ geht; das sind die eigentlichen Auslöser des Stresses.

Im Zusammenspiel aller beteiligten Stellen gilt es, die Auslöser des Stresses zu erkennen, zu benennen und zu analysieren. Gemeinsam mit allen Betroffenen sind Lösungen zu suchen, die bereits im Vorfeld das Entstehen von Stressfaktoren minimieren oder vermeiden können.

Das Arbeitsschutzgesetz sowie die Arbeits-

stättenverordnungen enthalten bereits verbindliche und wirkungsvolle Regelungen, die alle Beteiligten dazu verpflichten, auch den Faktor „Stress“ bei der Planung und Umsetzung der Arbeit zu berücksichtigen. Schon vermeintliche Kleinigkeiten wie eine den jeweiligen Erfordernissen angepasste Beleuchtung oder ein wirksamer Lärmschutz können ihren Beitrag dazu leisten, dass die Stressoren in ihrer Gesamtheit so gering wie möglich gehalten werden. Auch eine Optimierung einzelner Arbeitsabläufe sowie die Beseitigung organisatorischer Mängel tragen dazu bei, dass der einzelne Mitarbeiter nicht unnötigen Stressfaktoren ausgesetzt ist. Regelmäßige und offene Vor-Ort-Gespräche hierüber können die Arbeitsbedingungen verbessern.

Die langfristig negativen Folgen des Stresses am Arbeitsplatz machen es notwendig und lohnenswert sich dem Problem rechtzeitig und effektiv entgegenzustellen. Dieses Bewusstsein rückt auch bei der Umsetzung vieler EG-Rahmen-Richtlinien immer weiter in den Vordergrund. Zahlreiche aktuelle Studien und Forschungsprojekte haben zum Ziel, wirksame und praxisgerechte Vermeidungsstrategien zu entwickeln.

### Stress versichert?

Eine Diskussion, ob die gesundheitlichen Folgen des arbeitsbedingten Stresses in die Berufskrankheitenliste aufzunehmen sind, wird bereits geführt. Zur Zeit jedoch gibt es keine Berufskrankheit „Erkrankungen durch



Stress“. Auch eine Anerkennung „wie eine Berufskrankheit“ ist nicht möglich, da es keine konkreten und gesicherten Anhaltspunkte dafür gibt, dass bestimmte Berufsgruppen in einem erheblich höheren Maße gefährdet sind, an den Folgen von Stress zu erkranken als die übrige Bevölkerung. Dies haben in der Vergangenheit die Sozialgerichte durch zahlreiche Urteile immer wieder bestätigt.

