

# Gesünder arbeiten

## Arbeitgeber und Krankenkassen investieren in das Wohlbefinden von Berufstätigen

Von Christine Auerbach  
und Michael Tibudd

Den ganzen Tag am Schreibtisch oder an der Werkbank. Immer die gleichen Bewegungen, immer die gleiche Haltung. Dazu Stress, steigende Anforderungen und vielleicht Kollegen, mit denen man nicht auskommt. In Betrieben gibt es viele Ursachen, die Mitarbeiter krank machen. Dazu kommt die zu erwartende Veränderung der Altersstruktur: Unternehmen müssen sich in Zukunft auf eine höhere Anzahl älterer Mitarbeiter einstellen – womit auch das Risiko steigt, dass diese Mitarbeiter häufiger erkranken.

Unter dem Begriff „Betriebliches Gesundheitsmanagement“ ist dazu in den vergangenen Jahren eine Struktur entstanden, in der viele Arbeitgeber mit denen zusammenarbeiten, die außer ihnen die Kosten für mögliche Erkrankungen tragen müssen – den Krankenkassen. Bei der AOK Bayern etwa beschäftigt sich die Hälfte der Mitarbeiter der Abteilung Gesundheitsförderung mit diesem Thema. Ähnliches ist es bei der Techniker Krankenkasse (TK). „Wir haben zur Zeit so viel zu tun, dass wir komplett ausgelastet sind“, sagt Otto Gieseke, Leiter der Gesundheitsförderung bei der AOK. Die Nachfrage nach Veranstaltungen in den Betrieben steige ständig, und die Themen würden komplexer. Wie bleiben Mitarbeiter gesund bis zur Rente mit 67? Wie kann man frühzeitig Krankheiten vorbeugen? Wie muss ein Arbeitsplatz für ältere Mitarbeiter gestaltet sein?

Zum Beispiel BMW: Im Dingolfinger Werk hat der Autobauer zur Klärung dieser Fragen eine Abteilung zusammengestellt, die mit ihren 40 Arbeitern so besetzt ist, wie eine durchschnittliche Abteilung in zehn Jahren aussehen wird. Diese Simulation der Zukunft hilft dem

Unternehmen, sich auf eine immer älter werdende Belegschaft einzustellen. Oft sind es einfache Dinge, die älteren Mitarbeitern das Arbeiten erleichtern: Das Verlegen von Holzböden für besseres Stehen, Spezialschuhe oder einfach die Verwendung größerer Schriften bei Briefen und Hinweisschildern. „Es liegt ja auch in unserem Interesse, dass unsere Leute so lange wie möglich fit bleiben“, sagt BMW-Pressesprecher Michael Rebstock. Ähnlich reagieren viele Unternehmen.



Wer lange vor dem Computer sitzt, ist anfällig für Rückenschmerzen. Regelmäßige Pausen und Bewegung mindern das Risiko.  
Foto: Laif

Doch der Wunsch nach gesunden Mitarbeitern ist keineswegs selbstlos. Nach einer AOK-Studie liegt der ökonomische Nutzen von Investitionen in gesunde Mitarbeiter bei 1:3 bis 1:5. Das heißt, ein Euro, der für die Gesundheit der Mitarbeiter eingesetzt wird, spart drei bis fünf Euro an krankheitsbedingten Ausgaben. Für Unternehmen ist es also billiger, in die Gesundheit ihrer Beschäftigten zu investieren, als Ausfälle durch Krankheit zu bezahlen.

In vielen großen Unternehmen gibt es inzwischen Fitnessclubs und sportliche Freizeitangebote, Aktionstage für gesundes Essen und Aktionstage gegen Stress. Die Angebote werden gut angenommen. 20-30 Prozent der Belegschaft komme an großen Standorten wie München zu den Aktionstagen, schätzt Gudrun Reilhofer-Siegle, die bei der Hypo Vereinsbank für das Gesundheitsmanagement zuständig ist. Anderswo gab es in diesem Jahr sogar staatliche Auszeichnungen: Das Bayerische Gesundheitsministerium hat O2 und der Flughafengesellschaft Goldmedaillen für ihr Gesundheitsmanagement verliehen.

Angebote wie Fitnessclubs und Rückenschulen können einiges an Problemen auffangen. „Erkrankungen des Muskel-Skelett-Systems sind nach wie vor die häufigste Krankheitsursache“, sagt AOK-Abteilungsleiter Otto Gieseke. Wogegen körperliches Training jedoch nur bedingt hilft, sind psychische Erkrankungen, die in den vergangenen Jahren konstant zugenommen haben. Als Folge von Dauerstress, Mobbing und regelmäßiger Überlastung sind im Jahr 2007 nach Angaben der TK mehr als 700 Menschen in München frühverrentet worden. Spezielle Kurse zum Umgang mit Stress sind deshalb bei fast jeder betrieblichen Gesundheitsvorsorge im Programm.