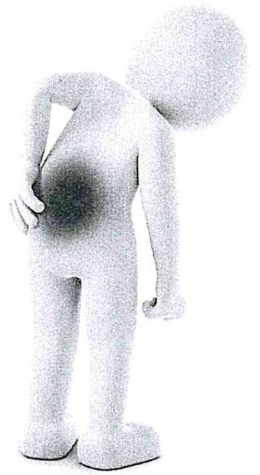


# Berufsrisiko Rückenerkrankung



Grafik: fotomek/fotolia.com

TOP nennt sich ein Konzept, mit dem die Unfallkasse NRW **Rückenerkrankungen** von Rettungskräften vorbeugen möchte. Es setzt sich aus technischen, organisatorischen und persönlichen Maßnahmen zusammen.

**S**chwere Lasten, Zeitdruck, beengte Transportwege und ungünstige Körperhaltungen führen zu hohen Belastungen des Muskel-Skelettsystems, insbesondere des Rückens.

Durch die Zunahme schwergewichtiger Patienten und das höhere Einsatzaufkommen ist künftig mit einer noch stärkeren Belastung des Rückens zu rechnen.

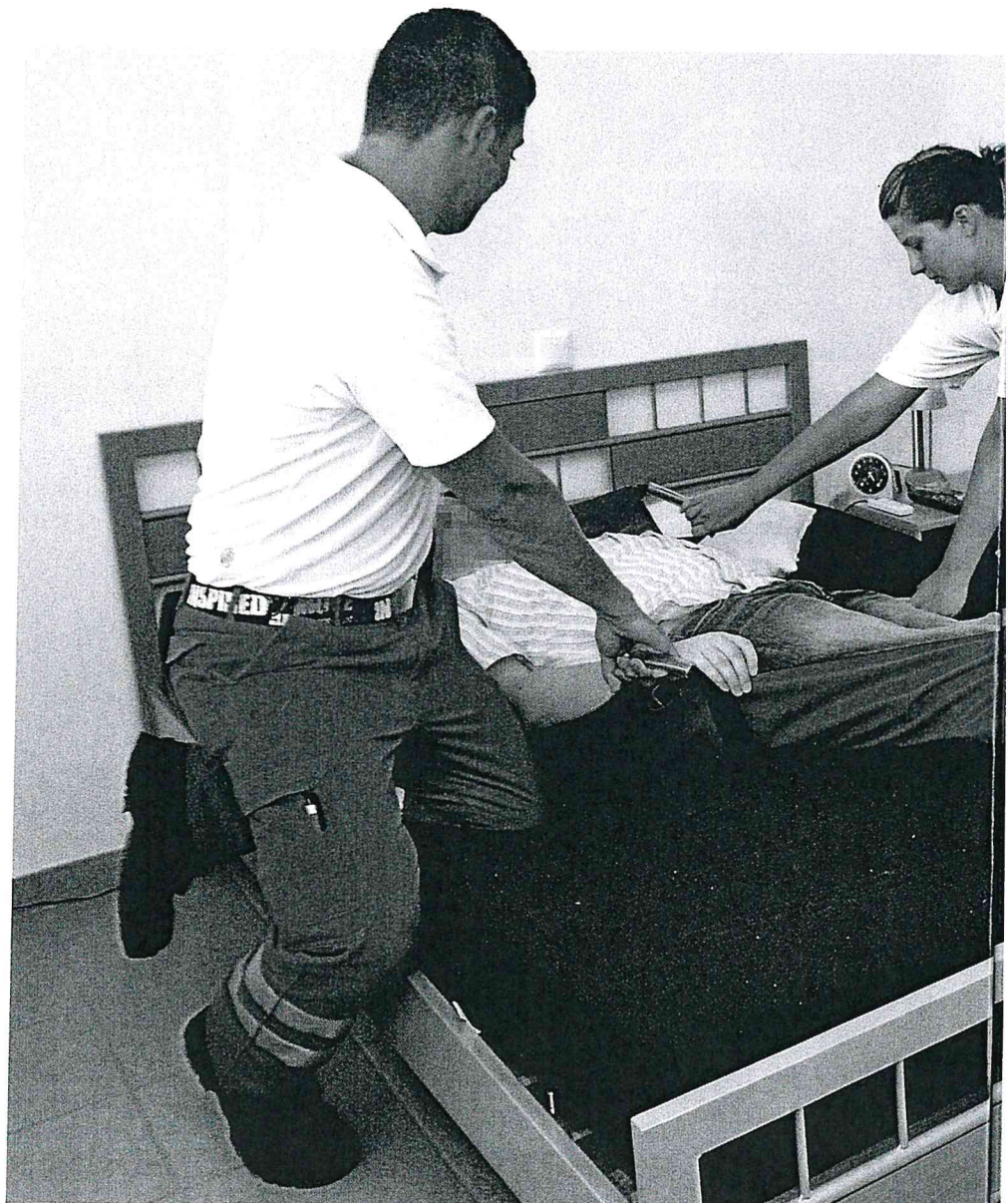
Durch das Heben schwerer Lasten – mit einer nicht ausreichend trainierten Rückenmuskulatur – besteht die Gefahr, Rückenerkrankungen zu erleiden. Im höheren Alter kann dies zu einer Einschränkung der Leistungsfähigkeit bis hin zu einer möglichen Berufsaufgabe führen.

Das Ziel von Präventionsmaßnahmen muss es daher sein, dass die Beschäftigten im Rettungsdienst das Rentenalter gesund erreichen. Dazu ist eine Verbesserung der Situation durch gezielte Schutzmaßnahmen erforderlich. Verantwortlich für die Umsetzung ist nach der Lastenhandhabungsverordnung der Arbeitgeber, für den die Rettungsfachkraft tätig ist. Er hat Maßnahmen zu treffen, um die Rückengesundheit der Beschäftigten zu schützen.

Das Präventionskonzept sollte nach dem so genannten TOP-Prinzip erstellt werden. TOP steht für

- technische,
- organisatorische und
- persönliche Schutzmaßnahmen.

Dies bedeutet, dass zunächst die tech-





nischen Möglichkeiten zur Belastungsreduzierung genutzt werden müssen. Erst danach haben organisatorische und persönliche Maßnahmen zur Rückenprävention zu erfolgen.

### Technische Schutzmaßnahmen

Zu den technischen bzw. kleinen Hilfsmitteln im Rettungsdienst gehören:

- Raupenstuhl für den Patiententransport (im Sitzen) treppab,
- Treppengleittuch für den Patiententransport (liegend) treppab, insbesondere bei engen Treppenhäusern,
- Raupenstuhl mit Antrieb für den Patiententransport (im Sitzen) treppauf (für den Krankentransport),
- Treppensteiger für den Patienten-

transport (im Sitzen) treppauf, als Alternative zum Raupenstuhl, insbesondere bei engen Treppenhäusern,

- Roll-in-Fahrtrage für den Patiententransport und
- Rollboard zum rückschonenden Umlagern (kleines Hilfsmittel).

Durch die Entwicklung und den Einsatz neuer Transport-Hilfsmittel besteht die Möglichkeit, Patienten möglichst ohne zu heben beispielsweise durch ein Treppenhaus und zum Fahrzeug zu befördern. Für die Akzeptanz neuer Hilfsmittel ist es wesentlich, dass die Beschäftigten ausreichend geschult werden und ihnen eine Erprobung ermöglicht wird.



Zur Prävention von Rückenerkrankungen im Rettungsdienst gehört auch eine Verbesserung des Hebe- und Trageverhaltens.

Ethische Bedenken, zum Beispiel wegen des Patiententransports über den Fußboden beim Einsatz des Treppengleittuchs, müssen besprochen und können so ausgeräumt werden.

### Organisatorische Maßnahmen

Zu den organisatorischen Maßnahmen zählen unter anderem:

- Konzept für den Transport von schwergewichtigen Patienten,
- Regelungen für die Anforderung von Tragehilfen und
- arbeitsmedizinische Vorsorge für den Rücken (AMR 13.2).

Der Transport schwergewichtiger Patienten stellt die Rettungsdienste vor große Herausforderungen. Damit diese Transporte von den Rettungskräften sicher und möglichst rückschonend durchgeführt werden können, ist es erforderlich, ein Konzept zu erstellen und dieses den Beschäftigten zu vermitteln.

Ist der Einsatz technischer Hilfsmittel nicht möglich, muss das Gewicht auf möglichst viele Personen gleichmäßig verteilt werden. Hierfür müssen unter Umständen Tragehilfen angefordert

*„Für die Akzeptanz neuer Hilfsmittel ist es wesentlich, dass die Beschäftigten ausreichend geschult werden und ihnen eine Erprobung ermöglicht wird.“*

werden. Dafür sind Richtlinien als Orientierungshilfe für die Entscheidung notwendig, die zum Beispiel Gewichtsgrenzen berücksichtigen.

Ansichts der Rückenbelastung im Rettungsdienst ist der Arbeitgeber verpflichtet, den Beschäftigten eine arbeitsmedizinische Vorsorge nach AMR 13.2 (Tätigkeiten mit wesentlich erhöhten körperlichen Belastungen mit Gesundheitsgefahren für das Muskel-Skelett-System) gemäß ArbMedVV (Verordnung zur Arbeitsmedizinischen Vorsorge) anzubieten.

### Persönliche Schutzmaßnahmen

Blieben noch die persönlichen Schutzmaßnahmen, zu denen vor allem folgende Aspekte gehören:

- Unterweisung der Beschäftigten



Durch die Entwicklung und den Einsatz neuer Transport-Hilfsmittel besteht die Möglichkeit, Patienten möglichst ohne zu heben durch ein Treppenhaus zu befördern.



**Im nächsten Rettungs-Magazin...**  
 ...erfahren Sie, welche Tipps die Unfallkasse NRW zur Rückenfitness im Rettungsdienst bietet.

- auf Grundlage der Gefährdungsbeurteilung,
- Entlastung durch Versetzung zu weniger frequentierten Wachen bzw. Rettungsmitteln,
  - Thema Rückenprävention als Standardfortbildung,
  - Hilfsmittelschulung,
  - Verbesserung des Hebe- und Trageverhaltens im Rettungsdienst,
  - Verbesserung des Stoffwechsels bzw. der Gewichtsreduktion,
  - Verbesserung der Rückenfitness (Trainingsprogramm).

Grundsätzlich ist der Arbeitgeber verpflichtet, die Beschäftigten jährlich in Bezug auf die Gefahren am Arbeitsplatz zu unterweisen. Die Unterweisungen müssen per Unterschrift dokumentiert werden.

*„Wenn es gelingt, die Beschäftigten zu sensibilisieren, ist die Chance größer, dass sie präventive Maßnahmen ernst nehmen und umsetzen.“*

Inhaltlich geht es dabei nicht nur um die Vermittlung richtiger Hebertechniken und den Einsatz entsprechender Hilfsmittel. Die Unterweisung ist auch wichtig, um die Rettungskräfte zu motivieren, die Schutzmaßnahmen im Alltag umzusetzen.

Wenn es gelingt, die Beschäftigten zu sensibilisieren, ist die Chance größer, dass sie präventive Maßnahmen ernst nehmen und umsetzen.

Ein wichtiger Baustein aus dem Mosaik der präventiven Maßnahmen ist ein fachgerechtes, aktives Rückentraining.

Da in der Praxis unterschiedliche Voraussetzungen bestehen, den Rettungskräften ein Rückentraining zu ermöglichen, hat die Unfallkasse Nordrhein-Westfalen ein Trainingsprogramm entwickeln lassen, das ohne großen Aufwand am Arbeitsplatz durchgeführt werden kann. Für die Durchführung des Trainings werden lediglich eine Trainingsmatte und etwas Platz benötigt. Das Trainingsprogramm ist in der Broschüre „Fit im Rettungsdienst – Informationen und Trainingsprogramm zur Rückengesundheit“ (PIN 73) der Unfallkasse NRW enthalten.

Die Unfallkasse NRW bietet darüber hinaus Seminare an, in denen

sich Interessierte zu Multiplikatoren ausbilden lassen können. Sie sollen anschließend in ihrem Rettungsdienst die Kolleginnen und Kollegen motivieren und anleiten.

### Ausblick: Wie geht es weiter?

Im Februar und März 2017 wurde beim Institut für Arbeitsschutz der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung in St. Augustin eine Studie mit dem Titel „Untersuchung zur Reduzierung körperlicher Belastung von Rettungskräften beim Patiententransport in Treppenhäusern“ durchgeführt. Daran beteiligt war auch die Unfallkasse NRW. Die Auswertung der Untersuchungsergebnisse war bei Redaktionsschluss noch nicht abgeschlossen.

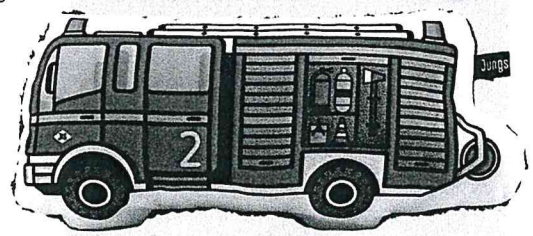
Ziel der Untersuchung ist es vor allem, die Rückenbelastungen der Beschäftigten im Rettungsdienst besser einschätzen zu können. Darüber hinaus erhofft man sich Erkenntnisse darüber, welche Entlastung durch den Einsatz neuer Transport-Hilfsmittel erzielt werden kann, und weitere Hinweise zur Prävention von Rückenerkrankungen.

**Unsere Autoren:** Dr. Manigee Derakshani und Friedhelm Göbel, Aufsichtspersonen Unfallkasse NRW (Text), Markus Brändli (Fotos) [5964]

### Informationen

- Eine aktuelle Übersicht über rücken-schonende **Transport-Hilfsmittel für den Rettungsdienst** wird in der Hilfsmitteldatenbank des Internetportals [www.sicherer-rettungsdienst.de](http://www.sicherer-rettungsdienst.de) gegeben.
- Die im Text erwähnte Broschüre „Fit im Rettungsdienst“ kann als pdf-Datei hier heruntergeladen werden: <https://kurzlink.de/FhfKFIHp4>

Das **Kuschelkissen Feuerwehr** sieht nicht nur niedlich aus, sondern ist ganz besonders weich und flauschig. Nachhaltig hergestellt in Handarbeit aus Berlin.



Hier online bestellen: [shop.rettungsmagazin.de](http://shop.rettungsmagazin.de)