

Pressemitteilung

Pflegekräfte überdurchschnittlich oft von Herz-Kreislauf-Erkrankungen betroffen

AOK weist zum Weltherztag auf Angebote zur Stressreduktion hin

Berlin, 26. September 2023

In Pflegeberufen sind Arbeitsverdichtung und Stress eher die Regel als die Ausnahme. Das spiegelt sich auch in den Herz-Kreislauf-bedingten Erkrankungen und Arbeitsunfähigkeits-Zeiten der Beschäftigten in der Pflege wider. Aktuelle Auswertungen des AOK-Bundesverbands aus Anlass des Weltherztages am 29. September belegen eine überdurchschnittliche Belastung im Pflegebereich.

Demnach lag die Rate der Arbeitsunfähigkeits-Fälle aufgrund von Herz-Kreislauf-Erkrankungen in den Pflegeberufen im Jahr 2022 12 Prozent höher als in allen anderen Berufen (8,4 AU-Fälle versus 7,5 AU-Fälle pro 100 AOK-versicherte Beschäftigte). Auch bei der dominanten Diagnose Bluthochdruck lag der Anteil rund 12 Prozent höher als in allen anderen Berufen. Innerhalb der Pflegeberufe liegen insbesondere die Berufe der Altenpflege mit plus 36 Prozent Erkrankungsfällen über dem Durchschnitt der Krankenpflege. Auffällig ist auch, dass mit zunehmendem Alter der Beschäftigten die ohnehin überdurchschnittlichen Herz-Kreislauf-bedingten Fehlzeiten in der Pflegebranche stark zunehmen (4,2 AU-Fälle pro 100 Mitgliedern bei den 20-29-jährigen versus 17,4 AU-Fälle pro 100 Mitgliedern bei den über 60-jährigen).

Werner Winter, Experte für Betriebliches Gesundheitsmanagement beim AOK-Bundesverband, sieht zwei wesentliche Ursachen für die erhöhte Herz-Kreislauf-Belastung der Pflegeberufe: „Die Schichtarbeit in der Pflege kann den Schlaf-Wach-Rhythmus nachhaltig stören – mit negativen Folgen fürs Herz. Zudem führen die körperliche Belastung und das Arbeiten unter Zwangshaltung oft nicht nur zu Erkrankungen des Muskel-Skelett-Apparats, sondern auch zur Überlastung des Herz-Kreislauf-Systems. Sie können die Durchblutung der Arme und Beine behindern und zur Erhöhung des Blutdrucks führen.“

AOK hat allein 2022 über 500 Trainings zum Stressmanagement durchgeführt

Zur Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen in Pflegeeinrichtungen sei es wichtig, alle betrieblichen Akteure, vor allem aber Führungskräfte, für das Thema Arbeit und Gesundheit zu sensibilisieren. Ein wichtiges Hilfsmittel sei dabei die Analyse arbeitsbedingter Gesundheitsbelastungen, so Winter: „Die AOK hat dazu eine Mitarbeitenden-Befragung speziell für die Pflegebranche entwickelt, die gezielt psychische Belastungen in den Blick nimmt und bei der Entwicklung von Maßnahmen hilft.“

Mit Blick auf die Herzgesundheit empfiehlt Werner Winter den Pflegeeinrichtungen, ihren Beschäftigten verstärkt Trainings zur Stärkung der Resilienz und zum Stressmanagement anzubieten. Allein im letzten Jahr habe die AOK über 500 Trainings zum Stressmanagement und zur Entspannung in Pflegeeinrichtungen und Krankenhäusern durchgeführt. Im AOK-Seminar „Fit für die Pfleugeschicht“ gebe es umfangreiche Informationen und praxisnahe Tipps zu den Themen Schlaf, Stress, Bewegung und Ernährung. „Die Trainings helfen dem Pflegepersonal, mit wechselnden Arbeitszeiten besser zurechtzukommen. Sie können digital, hybrid oder auch in Präsenz durchgeführt werden“, so AOK-Experte Winter.

Mit der auf mehrere Jahre angelegten Initiative „Pflege.Kräfte.Stärken“ unterstützt die Gesundheitskasse überall in Deutschland ambulante Dienste, stationäre Pflegeeinrichtungen und Krankenhäuser dabei, individuelle Lösungen für eine gesunde Arbeitsgestaltung zu finden. Ziel der Initiative ist es, die gesamte Organisation und die Ressourcen der Beschäftigten zu stärken, damit professionell Pflegende gern und lange ihren Beruf ausüben können.

Informationen zur Kampagne „Pflege.Kräfte.Stärken“:

https://www.aok-bv.de/engagement/pflege_kraefte_staerken/