



Gesundheitsförderung für Pflegekräfte: Wer pflegt die Pflege?

Ausgangslage: Die Arbeitssituation in der Pflege

Die Zahl der Pflegebedürftigen wächst von Jahr zu Jahr. Kaum einem anderen Berufsfeld wird für die Zukunft solch ein Wachstum vorhergesagt wie der Pflege. Seit Einführung der Pflegeversicherung im Jahr 1995 sind über 26.000 Dienste und Einrichtungen entstanden, um die häusliche Pflege und die Pflege im Heim sicherzustellen. Aber auch in der Krankenpflege hat die Zahl der Beschäftigten stetig zugenommen.

Doch wie steht es um die Gesundheit der Beschäftigten in der Kranken- und Altenpflege?

Fakt ist: Die Pflegekräfte arbeiten mit großem Einsatz und teilweise bis an die Grenze des Leistbaren. Und die Anforderungen an die Pflegekräfte werden sich weiter erhöhen. Umso wichtiger ist es, Gesundheitsförderung und Prävention für die Beschäftigten in der Pflege anzubieten, damit sie gesund bleiben und ihren Beruf lange und gerne ausüben können.

Positive Aspekte im Arbeitsalltag – die schönen Seiten des Berufs

Helferrückwirkung

Die tägliche Arbeit der Pflegekräfte ist darauf ausgerichtet, anderen Menschen zu helfen und sich um die Belange von kranken und älteren Mitmenschen zu kümmern. Gerade wegen dieses sozialen Gesichtspunktes üben die Pflegeberufe eine große Anziehungskraft aus. Viele Pflegekräfte sind gerade zu Beginn ihrer Tätigkeit mit ihrer Berufswahl sehr zufrieden und glücklich.



© BMG / Thomas Köhler (photothek)

Eine Pflegekraft mit einer Bewohnerin einer stationären Pflegeeinrichtung beim Lösen eines Kreuzworträtsels

Vielfalt der Tätigkeit

Das Aufgabengebiet von Pflegekräften ist vielfältig. Sie sind oft Bezugsperson ihrer Pflegebedürftigen, Ansprechperson für Angehörige und Unterstützung für die Ärztinnen und Ärzte. Ihre Aufgaben bestehen insbesondere in der Pflege, der medizinischen Versorgung, der Alltagsgestaltung mit den Patientinnen und Patienten und Pflegebedürftigen sowie in der Dokumentation.

Sicherer Arbeitsplatz

Die Nachfrage nach pflegerischer Dienstleistung in einer alternden Gesellschaft wird weiter steigen. Krankenhäuser und Pflegeeinrichtungen suchen ständig gute Arbeitskräfte.

Zahlreiche Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten

Nach ihrer Ausbildung besteht für die Pflegekräfte die Möglichkeit, sich in zahlreichen Bereichen weiterzubilden. Zum Beispiel können sie sich auf die Pflege von Beatmungspatientinnen und -patienten oder demenziell erkrankten Menschen spezialisieren oder sich als Praxisanleiterinnen und Praxisanleiter ausbilden lassen, um später Auszubildenden zur Seite zu stehen.

Hohes gesellschaftliches Ansehen

Der Beruf der Kranken- und Altenpflege gehört zu den Berufen mit dem höchsten öffentlichen Ansehen. Bei den regelmäßig durchgeführten „Bürgerbefragungen öffentlicher Dienst“ des dbb beamtenbund und tarifunion stehen Kranken- und Altenpflegekräfte nach Ärztinnen bzw. Ärzten und Feuerwehrleuten bezüglich ihres gesellschaftlichen Ansehens an dritter Stelle!

Belastungen im Arbeitsalltag

Pflegekräfte sind in ihrer täglichen Arbeit hohen körperlichen und seelischen Anforderungen ausgesetzt. Patientinnen und Patienten, die an mehreren Krankheiten gleichzeitig leiden, und häufig auch demenziell erkrankte Pflegebedürftige fordern vom Personal oft ein sehr hohes Maß an persönlichem und fachlichem Einsatz.

Körperliche Belastungen

Langes Stehen, schweres Heben, ungünstige Körperhaltungen: Pflegekräfte sind körperlich stark belastet. Das hat die Erwerbstätigenbefragung der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA) und des Bundesinstituts für berufliche Bildung (BIBB) gezeigt. Rückenschmerzen und Beschwerden im Nacken-Schulterbereich sind nicht selten die Folge einseitiger körperlicher Belastung in gebückter, hockender oder kniender Position. Beschäftigte im Pflegebereich sind davon besonders oft betroffen. Fast jeder Beschäftigte im Pflegebereich verrichtet seine Arbeit häufig oder immer im Stehen. Auch das Heben schwerer Lasten kommt bei zwei von drei Pflegenden regelmäßig vor. Damit übertrifft die Belastung in diesem Bereich diejenige von Beschäftigten im Baugewerbe.

Seelische und emotionale Belastungen

Auch seelisch müssen Beschäftigte im Pflegebereich einiges aushalten. Nach einer Studie des

Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WIdO) sind es v. a. die große Verantwortung, die ständige Aufmerksamkeit sowie der Termin- und Leistungsdruck, die Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in der Pflege deutlich mehr zu schaffen machen als Beschäftigten in anderen Berufen. Zusätzlich sind Pflegekräfte im Arbeitsalltag häufig emotionalen Belastungen ausgesetzt: Das sind beispielsweise der Umgang mit Abschied, Leid, Tod und Trauer. Auch die Arbeit mit demenziell erkrankten oder im Verhalten auffälligen Heimbewohnerinnen und -bewohnern oder Patientinnen und Patienten wird oft als belastend empfunden. Manchmal entsteht zusätzlich Druck, weil Angehörige ihre Erwartungen an die Versorgung ihrer Verwandten nicht erfüllt sehen.

Arbeitszeit

Auch die Schichtarbeit (77 Prozent) ist weit verbreitet und stellt für viele Pflegenden eine Herausforderung dar. In der Regel arbeiten Pflegekräfte auch an Wochenenden und Feiertagen. Außerdem kennt jeder zweite Beschäftigte Nachtarbeit aus seinem Arbeitsalltag (52 Prozent). Dazu kommen – besonders bei Teilzeitbeschäftigung – nicht selten Mehrfachbelastungen, wenn etwa Pflegekräfte Familie und eigene zu pflegende Angehörige „unter einen Hut bringen“ müssen. Hiervon sind insbesondere Frauen betroffen, deren Anteil an den Pflegekräften bei 87 Prozent im ambulanten Bereich und bei 84 Prozent im stationären Bereich liegt.



Krankenpflegerin beim Mundabstrich

© BMG / Thomas Köhler (photothek)



Diesen Belastungen sehen sich Beschäftigte in der stationären Pflege gegenüber:

hohe Verantwortung

Heben und Tragen schwerer Gegenstände

ständige Aufmerksamkeit/Konzentration

Termin- und Leistungsdruck

körperlich schwere Arbeit

Schieben, Ziehen von schweren Gegenständen

die erforderliche Genauigkeit

gebückte Haltung, Bücken

hohes Arbeitstempo

zu große Arbeitsmengen

Gesundheitliche Beschwerden und Belastungen am Arbeitsplatz. WIdO, 2010

Belastungsfaktoren im ambulanten Pflegedienst:

Zeitdruck durch enge Zeitvorgaben,
hohe Arbeitsdichte und unerwartete Ereignisse

Informationsdefizite und Gefahr der
sozialen Isolierung

Verzögerungen bei der Wegfahrt durch Staus
oder schlechte Witterungsverhältnisse

Unsicherheiten durch fehlende Regelungen,
an wen man sich bei Problemen kurzfristig
wenden kann

kaum Pausen zwischen den Einsätzen

Unsicherheiten durch fehlende unmittelbare
Rückkopplung (Anerkennung, Kritik)

„Sandwich-Position“ zwischen Kundinnen oder
Kunden und Organisation

Erschwerung von privaten Planungen durch
unregelmäßige Arbeitszeiten

fehlende Unterstützung durch Vorgesetzte und Kol-
leginnen oder Kollegen, wenn sie rasch benötigt wird

Forschungsinstitut des Wiener Roten Kreuzes (Hg.): Gesund arbeiten im Außendienst. Informationen und Tipps für Mitarbeiter und Betriebe in der mobilen Pflege und Betreuung, Wien 2007



Selbstgefährdendes Verhalten und Krankenstand

Die andauernden körperlichen, seelischen und emotionalen Anforderungen im Beruf sind eine Erklärung für den hohen Krankenstand und sie scheinen leider auch für den überdurchschnittlich hohen Tabakkonsum unter Pflegekräften verantwortlich zu sein. Die Belastungen können bis zum Ausscheiden aus dem Beruf und zu Frühverrentungen führen.

- Pflegefachkräfte waren 2014 im Schnitt an 16,6 Tagen krankgeschrieben. Das sind gut zwei Tage mehr als im Durchschnitt aller Arbeitsgebiete. (DAK-Gesundheitsreport 2015)
- In der stationären Altenpflege fallen 6,3 Prozent der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter jeden Tag durch Krankheit aus, während der Krankenstand im bundesweiten Durchschnitt aller Arbeitsgebiete bei 4,8 Prozent liegt. (WIdO, 2010)
- In der Pflege gibt es häufig Langzeiterkrankungen: Beschäftigte können oft mehr als vier Wochen lang nicht arbeiten. (WIdO, 2010)
- Der Krankenstand in den Pflegeberufen ist in den vergangenen vier Jahren um 0,6 Prozent auf 6,7 Prozent gestiegen. Damit liegt er nicht nur 1,4 Prozent über dem bundesweiten Durchschnitt, sondern ist auch um 0,2 Prozent schneller gestiegen als im Durchschnitt. (AOK-BV 2017)

- Häufige Gründe für Arbeitsunfähigkeit in der Pflege: (WIdO, 2010)
 1. Muskel-Skelett-Erkrankungen: 24 Prozent
 2. seelische Erkrankungen: 15 Prozent
 3. Atemwegserkrankungen: 11 Prozent
- Bei den seelischen Erkrankungen ist die Fallzahl in den vergangenen Jahren überdurchschnittlich gestiegen – allein zwischen 2008 und 2010 um 10 Prozent. (WIdO, 2010)
- 50 Prozent der Pflegeschülerinnen und Pflegeschüler rauchen; im Bereich der Altenpflege sind es sogar zwei Drittel der Altenpflegeschülerinnen und Altenpflegeschüler.

Beim Krankenstand der Pflegekräfte sind trotz vergleichbarer Rahmenbedingungen zum Teil große Unterschiede festzustellen. Die vorhandenen Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Bewältigung scheinen demnach oftmals auch entscheidend für die Gesundheit der Beschäftigten zu sein.