



Prof. Dr. Günter Germann ist Ärztlicher Direktor am Ethianum in Heidelberg. Der renommierte Spezialist sagt: „Gesunde Führungskräfte sind ein Unternehmenswert.“ Im Zeitalter gesteigerter Lebenserwartung können Vorsorgemaßnahmen gar nicht früh genug beginnen – auch Unternehmen tragen daher Verantwortung für ihre Mitarbeiter. Denn die dauerhaft hohe Belastung birgt auch Risiken wie Burnout. Für Unternehmen lohnen sich daher Check-ups als Bestandteil des betrieblichen Gesundheitsmanagements.

Prävention: Hohe Belastung im Beruf erfordert Umdenken

Leistungsfähigkeit ist ein Unternehmenswert

Gesundheit gilt allgemein als höchstes Gut der Menschen, was vor allem dann wieder ins Bewusstsein tritt, wenn eine schwerwiegende gesundheitliche Beeinträchtigung eingetreten ist. In den vergangenen Jahrzehnten ist es gelungen, eine Vielzahl unterschiedlicher Risikofaktoren zu identifizieren, deren Vermeidung das Auftreten der sogenannten Zivilisationskrankheiten wie Diabetes, Herzinfarkt, Bluthochdruck oder Schlaganfall senken kann.

Dadurch kommt die Medizin in kleinen Schritten ihrer eigentlichen Aufgabe näher, nämlich „den Menschen so spät wie möglich jung sterben zu lassen“, wie es Ernst L. Wyndner formulierte. Neuere wissenschaftliche Erkenntnisse zeigen die enge Verflechtung zwischen beruflicher und damit einhergehender seelischer Belastung sowie körperlicher Risikofaktoren. Prävention kann sich somit nicht mehr allein auf die Erfassung somatischer Pa-

rameter beschränken, sondern muss das gesamte Umfeld der Betroffenen mit einbeziehen, um auch seelische Erkrankungen im Frühstadium zu erfassen.

Auf den ersten Blick allerdings ging es den Deutschen noch nie so gut wie heute. Sie leben immer länger, und sie werden gesünder alt. Seit den 70er Jahren hat sich die Zahl der Krankenschreibungen fast halbiert, was natürlich auch unter dem Aspekt des zunehmenden wirtschaftlichen Drucks zu sehen ist. Immer seltener fehlen Arbeitnehmer wegen Herzleiden oder Magenproblemen und selbst das Volksleiden Rückenschmerzen hat nicht zu einer Zunahme der Krankheitstage geführt.

Allerdings lässt die Verlängerung der Lebensarbeitszeit bei gleichzeitig und dauerhaft hoher Belastung erwarten, dass es nicht nur bei Topmanagern künftig vermehrt zu nachlassender Leistungsfähigkeit und

erhöhten krankheitsbedingten Ausfällen kommt.

In der Vergangenheit betraf dies Unternehmen wenig, weil diese Mitarbeitergruppe meist frühzeitig in den Vorruhestand ging. Dies ändert sich derzeit aber dramatisch, nicht zuletzt durch einen zunehmenden Mangel an Spezialisten. Der Verlust an Know-how durch den Ausfall von Führungskräften ist für Unternehmen jedoch schwer zu verkraften – und teuer.

So ist es in den vergangenen Jahren zu einer Zunahme von Frühberentungen und Fehlzeiten aufgrund psychischer Erkrankungen gekommen. Diese werden unter den unterschiedlichsten Begriffen zusammengefasst: „Burnout-Syndrom“, Erschöpfungssyndrom, Anpassungsstörung oder Depression. Der erschöpfte Mensch ersetzt in der modernen Leistungsgesellschaft den gebrechlichen Kranken.

Dr. med. Alfred Höhlein
Arzt für Urologie + Andrologie
+ medizinische Tumorthherapie

Neckarstraße 7 · Mannheim-Feudenheim
Tel. 0621/79 38 07 · www.uopraxis-hoehlein.de

Sprechzeiten: Mo.–Fr. 8.30–12.00 · Mo., Di., Do. 16–18 Uhr

Urologische Krebsvorsorge

Potenz-Sprechstunde · ambulantes Operieren – Tagesklinik
Prostatadiagnostik & -therapie · Inkontinenz-Abklärung und Therapie
Röntgen-, Ultraschall-Diagnostik · urologisch-mikrobiologisches Labor
Gründungsmitglied im Z.U.T.: Zentrum für urolog. Tumorthherapie

Die Vielseitigkeit in der Bandagenversorgung beim Sanitätshaus KÖCHER

Unsere Bandagenkonzepte für die speziellen Bedürfnisse aktiver Menschen bieten alles, was Gelenke brauchen.

Mit Hilfe unserer sportwissenschaftlichen und biomechanischen Laufgangsanalysen können wir Dysbalancen im Gangbild erkennen und in der Bandagenversorgung berücksichtigen.

Jahrelange Erfahrung im Bereich der Orthopädie-Technik, das Hinzuziehen der jeweiligen Sportler und die Verbindung modernster Materialien ermöglichen neue Konzepte im Bandagen-Bereich.



Sanitätshaus
KÖCHER

- Sanitätshaus
- Rollstuhl-Reha Team
- Fachwerkstätten Orthopädie
- Orthopädieschuhtechnik
- Rücken- und Laufsportanalyse

Gesundheitszentrum
Auf dem Sand 76
68309 MA-Käfertal
Tel. (06 21) 12 66 66

Filialen:

68519 Viernheim
Rathausstraße 34
Tel. (062 04) 35 32

67063 Ludwigshafen
Leuschnerstraße 1A
Tel. (06 21) 59 29 72 79



Zufriedene und leistungsfähige Mitarbeiter zahlen sich für Unternehmen aus.

► Fortsetzung von Seite 6

Diese Beobachtungen werden in allen Industrieländern gemacht. So erklärte die Weltgesundheitsorganisation (WHO) den beruflichen Stress zu „einer der größten Gefahren des 21. Jahrhunderts“, noch vor Herz-Kreislauf-Störungen und AIDS. Breitere Akzeptanz in der Öffentlichkeit erlangte das „Burnout-Syndrom“, als Prominente wie der Skispringer Sven Hannawald oder der Politiker Matthias Platzeck sich offen dazu bekannten. Insbesondere im beruflichen Umfeld gelten Burnout und Depression noch immer als Zeichen mangelnder Belastbarkeit. Chronischer Stress wiederum führt bei fast allen Menschen unweigerlich zu Überforderung. Nicht jede Depression ist ein Burnout-Syndrom – es muss aber als eine Form der Depression eingestuft werden. Heute entsteht Burnout vor allem aus dem Druck, die Erwartungen anderer erfüllen zu müssen, also aus Leistungs- und Konkurrenzdruck, fehlender Anerkennung für die geleistete Arbeit und gesellschaftlicher Unsicherheit. Dies gilt in noch stärkerem Maße für Top-Führungskräfte.

Im Zeitalter der Globalisierung sind Schnelligkeit, Perfektion und permanente Einsatzbe-



Problem Zeitdruck: Immer mehr Menschen hetzen durch den Alltag.

reitschaft bei maximaler Flexibilität zur gesellschaftlichen Norm geworden. Hoher Leistungsdruck, gepaart mit drastischen Konsequenzen im Falle eines Misserfolgs, erfordern herausragende körperliche und insbesondere mentale Voraussetzungen. Erfolgreiche Führungskräfte zeichnen sich gerade dadurch aus. Die Herausforderung besteht darin, die notwendigen Voraussetzungen stabil und kontinuierlich verfügbar zu erhalten. Wo kann in diesem Umfeld die moderne Präventionsmedizin ansetzen?

Der rein körperliche Check-up, also die Analyse der Funktionen von Herz, Kreislauf oder Bewegungsapparat, sind zukünftig nur als Teil eines inte-

grierten Konzepts zu sehen. Grundsätzlich zielt die klassische Prävention auf die Erfassung des aktuellen körperlichen Status, um nachzuweisen, ob eine krankhafte Veränderung besteht. Darauf aufbauend werden Strategien entwickelt, um bestehende Risikofaktoren zu minimieren, Empfehlungen für zukünftiges Verhalten zu entwickeln oder den Klienten einer weiterführenden Diagnostik und Therapie zuzuführen. In der modernen Leistungsgesellschaft muss die Kernfrage der Prävention angepasst werden. Bei Prävention muss es nicht nur primär um vorbeugende Maßnahmen gehen, sondern auch darum, die Leistungsfähigkeit möglichst lange zu erhalten.

Ethianum Heidelberg, Abteilung Präventive Medizin

Der Mitarbeiter als „Hochleistungssportler“

Interessant ist der Blick in den Hochleistungssport. Hier wird versucht, Sportler – durch letztlich präventive Maßnahmen – möglichst lange an ihrem Leistungsoptimum zu halten. Medizinische, physiotherapeutische, physiologisch-konditionelle und auch psychologische Diagnostik und entsprechende Interventionen werden individualisiert und damit differenziert auf den jeweiligen Sportler angepasst. Die Begrifflichkeit ändert sich – aus „vorbeugenden, präventiven Maßnahmen“ wird „Training“. Mit „vorbeugenden, präventiven Maßnahmen“ wird man wahrscheinlich nicht krank, mit Training bleibt und wird man leistungsfähig. Wer lange trainiert bleibt, ist länger leistungsfähig. Gleiches gilt aber nicht nur für Spitzensportler, sondern auch für Führungskräfte. Von ihnen werden natürlich keine physischen Leistungen wie von Spitzensportlern verlangt, aber sonst ähneln sich die Anforderungsprofile auf erstaunliche Weise.

Reaktionsfähigkeit, strategisches Denken, Sozialkompetenz und Besonnenheit in kritischen Situationen sind Eigenschaften, die sowohl im Sport als auch in der Wirtschaft gefragt sind. Neben der klassischen Prävention wird der in der Gesellschaft leistungsfähige Mensch gefordert sein, durch entsprechendes Training (körperlich und auch psychologisch) möglichst lange seinen erwerbsfähigen Zustand aufrecht zu erhalten. Dies bedarf entsprechender Unterstützung durch Institutionen, die mittels entsprechender Verfahren die wesentlichen psychischen Leistungskomponenten wie Konzentrationsleistung, Stressrobustheit, Ablenkbarkeit, aber auch die Fähigkeit zur Entspannung erfassen und analysieren sowie nachhaltige Trainings- und Coachinginterventionen anbieten. Die Einsicht, dass die Leistungsfähigkeit der Mitarbeiter in einem globalisierten Umfeld nur durch eine innovative Prävention erhalten werden kann, so dass der Verlust an Know-how vermieden wird, setzt sich in zukunftsorientierten Unternehmen zunehmend durch. zg

ORTHOPÄDISCHE GEMEINSCHAFTSPRAXIS

Dr. med. Thomas Rupp
Dr. med. Olaf Jacobsen

■ **Fachärzte für Orthopädie, Rehabilitative Medizin, Physikalische Therapie sowie Unfallchirurgie, Sportmedizin und Chirotherapie**

Die **Behandlungen von Knorpelerkrankungen, Arthrose, Sportverletzungen und Wirbelsäulenleiden** haben in den vergangenen Jahren eine enorm positive Entwicklung erfahren.

Durch neue medizinische Erkenntnisse lassen sich **Schmerzen reduzieren, Beweglichkeit verbessern und so Lebensqualität steigern**. Individuell können durch konservative Therapien, ambulante minimalinvasive Operationen oder stationären Gelenkersatz **Arthrose und Gelenkverschleiß minimiert werden**.

■ **Wo Sie uns finden**

Im Gesundheitszentrum
Auf dem Sand 76
68309 Mannheim-Käfertal
Telefon 06 21 - 71 76 64 0
Telefax 06 21 - 71 76 64 10

praxis@orthomannheim.de
www.orthomannheim.de

■ **Außerdem in unserem Haus**

Physiotherapie; Ergotherapie;
Reha; Orthopädietechnik

NEU: offenes MRT für Wirbelsäule und alle Gelenke



■ **Wie wir Ihnen helfen können**

- › Arthroskopie von Schulter-, Knie- und Sprunggelenken
- › Kernspin-Tomographie / offenes MRT
- › Kreuzbandersatzplastiken am Kniegelenk
- › Knorpel-Stimulations-Techniken (Mikrofrakturierung)
- › Knorpel-Knochen-Transplantationen (OATS) sowie Knorpelzell-Transplantationen (ACT)
- › Stationäre Operationen im Diakonissen-Krankenhaus Mannheim
- › Magnetfeldtherapie
- › Knorpeltherapie mit Hyaluronsäure an allen Gelenken und an der Wirbelsäule
- › Orthokin®-Therapie bei Arthrose
- › Lasertherapie, Stoßwellentherapie (ESWT)
- › Akupunktur
- › DXA-Knochendichtebestimmung
- › Röntgendiagnostik

