

Rückenkampagne 2013 bei der Berliner Stadtreinigung

Dietmar G. Mirwa



Inhalt

1. Haben wir „Rücken“ bei der BSR ? (und wenn ja, wie viele?)
2. „Denk an mich – Dein Rücken“ (Impuls: BGr, UKn, SVLG, Knappschaft)
3. Durchführung Rückenkampagne bei der BSR (2013)
4. Die Ergebnisse
5. Extra! Mobile Rückendiagnostik
6. Was wir gelernt haben & Was wir noch erreichen wollen...



1. Haben wir „Rücken“ bei der BSR?



Die BSR ist das größte kommunale Entsorgungsunternehmen in Deutschland und Europa

auf einer Fläche von 890 km²
(> als München, Frankfurt und Stuttgart zusammen)...

... leben rd.
3,4 Mio. Einwohner ...

... gehen und fahren auf rd.
136 km² Verkehrsfläche
(z.B. Straßen, Flugplätze) ...

... und rd. **200.000 Hunde** ...

... und verursachen pro Jahr rd.
80.000 Mg Straßenkehricht ...

... „unter“ rd.
400.000 Bäumen
(> 90.000 m³ Laub) ...

... produzieren pro Jahr rd.
1,0 Mio. Mg Hausmüll

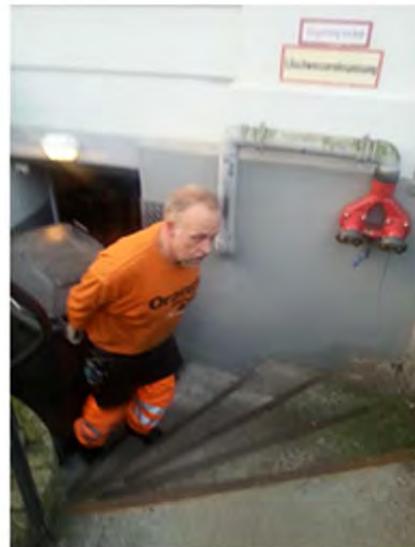
... in rd. **1.800.000 Haushalten**
(> 400.000 ausgestellte Abfallbehälter...)



Zahlen, Daten, Fakten

Beschäftigte: 5.331 Beschäftigte im Jahresdurchschnitt 2012
(80% im Straßenland – Altersdurchschnitt 47,6 J. – Schwerbehinderte 11%)
ca. 1.000 Angestellte und 4.200 Arbeiter
ca. 200 Auszubildende im Jahresdurchschnitt

Betriebsstätten: 4 Betriebshöfe Müllabfuhr
5 Regionalzentren Straßenreinigung
1 Müllverbrennungsanlage, 1 Biogasanlage
1 Umladestation
3 Deponien
15 Recyclinghöfe, tws. mit Schadstoffsammelstellen
2 Kfz-Hauptwerkstätten u. Betriebshofwerkstätten
17 Kantinen
1 Zentralverwaltung
1 Servicecenter (Kundenbetreuung)



Risikofaktoren-Modell „Rückenschmerzen“



modifiziert nach Stadler, siehe RKI, 2008



Stress

... ist maßgeblicher Einflussfaktor von Rücken- und Muskelschmerzen

Reported backache and muscular pain, by stress, 2005 (%)

	Backache	Muscular pain
No stress	11.2	9.1
Stress	71.1	68.4
<hr/>		
Total	25.6	23.8

M. Giaccoone, 2007 - Berechnungen aus 4. EWCS, 2005
(Europäische Erhebung über die Arbeitsbedingungen)



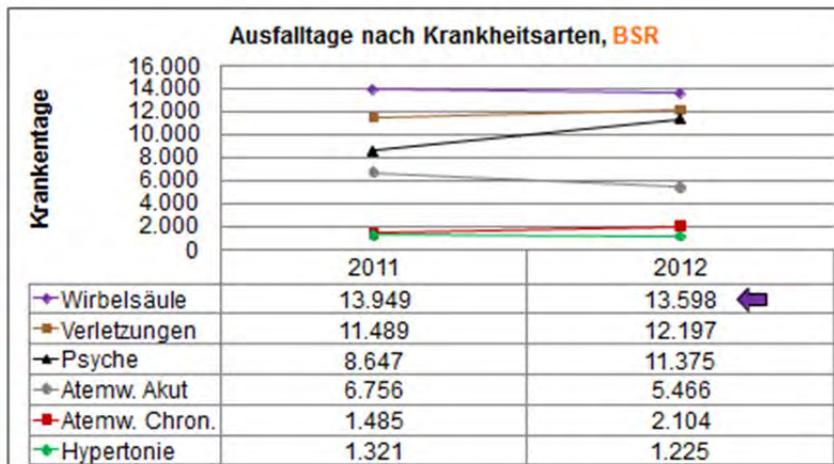
Bedeutung von Arbeitszufriedenheit

Deutlicher Anstieg von Muskel-Skelett-Beschwerden, wenn Arbeitszufriedenheit sinkt

MSDs, by satisfaction with working conditions, 2005 (%)

	Backache	Muscular pain
Very satisfied	11.8	11.2
Satisfied	22.7	21.0
Not very satisfied	46.5	42.4
Not at all satisfied	59.9	58.7
<hr/>		
Total	25.6	23.8

M. Giaccone, 2007



Quelle: BSR-Versicherte der TK und BKK-VBU

Beispielrechnung:

13.598 x 300 € = 4.079.400 € Produktionsausfall /Jahr
 13.598 Ausfalltage = 61 Vollzeitäquivalente VZA



2. Denk an mich. Dein Rücken (2013)

Bereits im Jahr 2011 führte die Arbeitssicherheit im Rahmen einer **bundesweiten Kampagne** unter dem Titel „**Risiko raus!**“ in Zusammenarbeit mit Unfallkasse Berlin eine „Roadshow“ durch, um die Befolgung von Regeln zum Arbeitsschutz zu verbessern – **Thema Gurtpflicht**.

Auch 2012 wurde ein **arbeitsschutzträchtiges Thema** ausgewählt, um den BSR-Beschäftigten den Sinn des Arbeitsschutzes wieder in Erinnerung zu bringen. An fünf Stationen wurden die Beschäftigten über **Gehör-, Fuß-, Hand- und Augenschutz sowie Schutzkleidung (PSA)** informiert.

Die **Roadshow 2013** befasste sich mit dem Thema **Muskel-Skelett-Erkrankungen (MSE)**. Die Aktion „**Denk an mich. Dein Rücken**“ wurde von den Beschäftigten der Betrieblichen Gesundheitsförderung, von der Unfallkasse Berlin und den Krankenkassen BKK-VBU und Techniker Krankenkasse begleitet.



2. Denk an mich. Dein Rücken (2013)



- **Plakat** (auf allen Liegenschaften).
- „**BSR-Intern**“
- **Intranet**
- **Telefonat mit Führungskräften** am Tag vor Startbeginn
- **ASA-Sitzungen, Unterweisungen usw.**



2. Denk an mich. Dein Rücken (2013)



Plakat

Als Kooperationspartner konnten die Krankenkasse **BKK-VBU**, die **Techniker Krankenkasse** und die **Unfallkasse Berlin** gewonnen werden. Beschäftigte der drei Kooperationspartner boten je eine Aktivität an.

Seitens der BSR wurden die drei „Säulen“ der **Betrieblichen Gesundheitsförderung** (Gesundheits- und Sozialberatung, Arbeitssicherheit und Betriebsärztlicher Dienst) von der **Betriebssportgemeinschaft** unterstützt.

3. Durchführung Rückenkampagne BSR



Laufkarte

8 Stationen zu folgenden Themen wurden aufgebaut:

- Heben und Tragen
- Sitzeinstellung
- Balance
- Massagestuhl
- Betriebsport
- Beantwortung der 6 Quizfragen
- Rückenstärkung (BKK VBU)
- Medi-Maus (TK)

Extra:

- Rückenmobil (2 Standorte)

3. Durchführung Rückenkampagne BSR



Sitzeinstellung

Je nach Einsatzfähigkeit konnten die Beschäftigten sich darüber informieren lassen, wie ein **Fahrersitz** bzw. ein **Bürodrehstuhl** richtig auf die darauf sitzende Person eingestellt wird.

3. Durchführung Rückenkampagne BSR



Balance

Auf den Balanceboards der Unfallkasse Berlin konnten Interessierte ihren Gleichgewichtssinn testen.

3. Durchführung Rückenkampagne BSR

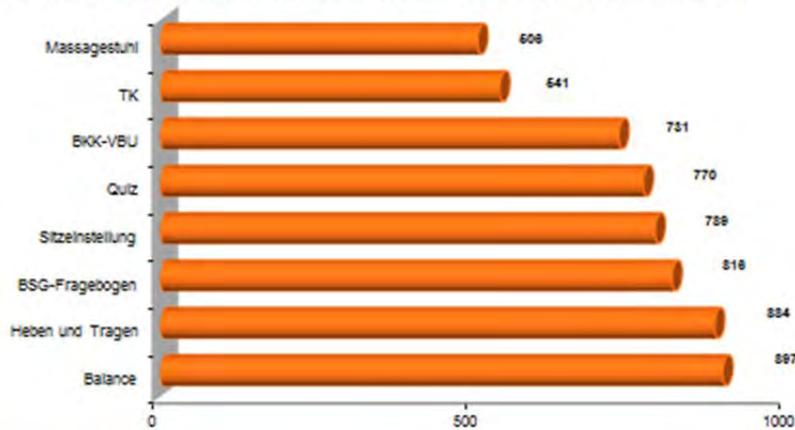


Quiz

Sechs Fragen zum Thema Rückengesundheit konnten beantwortet werden.

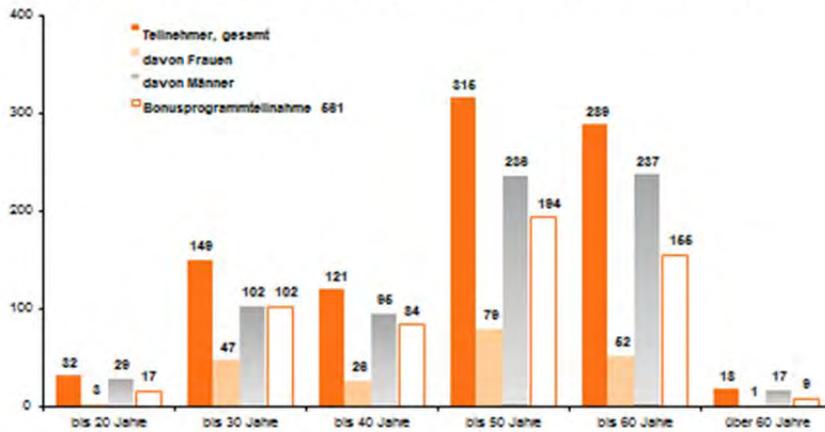
4. Die Ergebnisse

Anzahl der TeilnehmerInnen nach Angeboten – Jahr 2013 – Gesamtzahl: 924



4. Die Ergebnisse

Anzahl der Interessierten nach dem Lebensalter – Jahr 2013 – Gesamtzahl: 924



19 Dietmar G. Minwa, Betriebsärztlicher Dienst Rückenkampagne BSR 2013 X. Potsdamer BK-Tage 2014



4. Die Ergebnisse

Rückenkampagne 2013 - Anzahl nach Geschlecht	Anzahl der Teilnehmerinnen	Weibliche Beschäftigte BSR	Teilnehmerinnen in %	Anzahl der Teilnehmer	Männliche Beschäftigte BSR	Teilnehmer in %
Betriebsgastronomie	9	61	14,8	9	20	45
Verwaltung	91	451	20,2	84	444	18,9
Werkstätten	6	22	27,3	74	297	24,9
Abfallbehandlung	11	53	20,7	24	274	8,7
VM (Müllabfuhr)	13	97	13,4	110	1380	8
VR (Reinigung)	76	181	42	402	2016	19,9
Summe	206	865	23,8 %	713	4431	16,1 %
Gäste	2	k.A.		3	k.A.	

20 Dietmar G. Minwa, Betriebsärztlicher Dienst Rückenkampagne BSR 2013 X. Potsdamer BK-Tage 2014



5. Mobile Rückendiagnostik 2013

Prävention vor Ort im Betrieb

- Zentrum für Bewegungstherapie Erfurt / FSA Forschungsgemeinschaft für angewandte Systemsicherheit und Arbeitsmedizin mbH, Mannheim
- Präventionsleitung BGN, Mannheim
- Vermittlung und finanzielle Unterstützung durch Unfallkasse Berlin



21

Dietmar G. Mirwa, Betriebsärztlicher Dienst Rückenkampagne BSR 2013 X. Potsdamer BK-Tage 2014



5. Mobile Rückendiagnostik 2013 - Ablauf

- Beweglichkeits- und Krafttest zur Einschätzung der Rumpfmuskulatur sowie ggf. gesundheitliche Einschränkungen des Bewegungs- und Stützapparates und möglicher Ursachen
- Ausführliche Befragung, Anamnese, Ausschlusskriterien, Messverfahren (Dauer 50 - 60 min.)
- Ziel: Hinweise zu Verringerung und Vorbeugung gesundheitlicher Einschränkungen geben
- Persönliche Auswertung und Übungsanleitung

22

Dietmar G. Mirwa, Betriebsärztlicher Dienst Rückenkampagne BSR 2013 X. Potsdamer BK-Tage 2014



5. Mobile Rückendiagnostik - Zielgruppen



23

Dietmar G. Minns, Betriebsärztlicher Dienst Rückenkampagne BSR 2013 X. Potsdamer BK-Tage 2014

BSR

5. Mobile Rückendiagnostik - Eckdaten

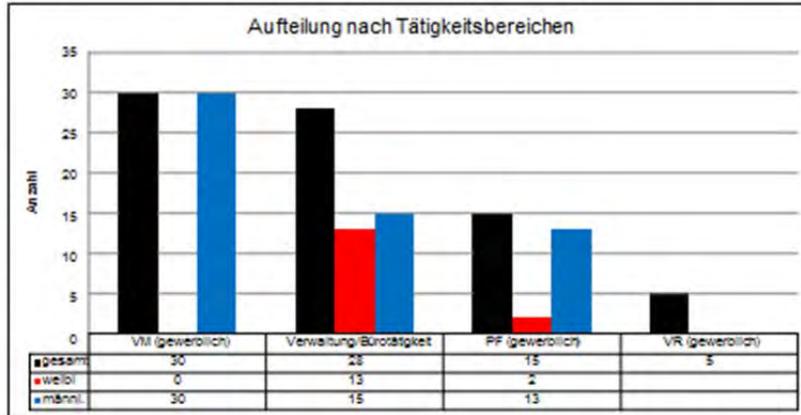
- Präventionskampagne vom: 27.05. – 07.06.2013
- 78 Teilnehmer (TN): 16 Frauen , 62 Männer
- TN aus 4 verschiedenen Berufsgruppen:
Müllabfuhr, Reinigung, KFZ-Mechaniker, Bürotätigkeit
- Durchschnittsalter: Männer 43,9 Jahre (+/- 10,1)
Frauen 43,3 Jahre (+/- 9,5)
- BMI sämtlicher Teilnehmer/Innen im Normbereich
- Die Beweglichkeits- und Kraftwerte aller TN liegen im Vergleich zu der Referenzgruppe im mittleren bis oberen Normbereich

24

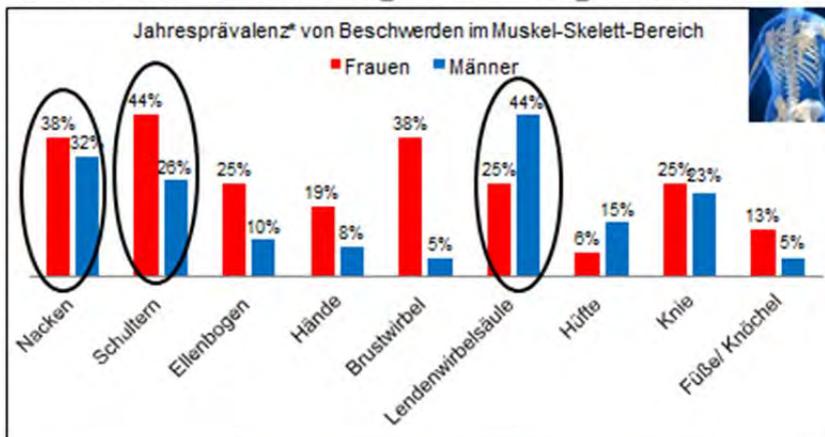
Dietmar G. Minns, Betriebsärztlicher Dienst Rückenkampagne BSR 2013 X. Potsdamer BK-Tage 2014

BSR

5. Mobile Rückendiagnostik - Ergebnisse



5. Mobile Rückendiagnostik - Ergebnisse



* Prozentuale Häufigkeit von Beschwerden bei den Personen des Kollektives, die innerhalb eines Jahres an diesen Beschwerden leiden

5. Mobile Rückendiagnostik - Ergebnisse

Subjektive Belastungsfaktoren liegen weniger im körperlichen, sondern eher im psychischen Bereich.

- **Männer:**
 - 24 % empfinden Belastung durch **Zeitdruck**
 - 23 % empfinden Belastung durch **Leistungsdruck**
- **Frauen**
 - 19 % empfinden Belastung durch **Zeitdruck**
 - 19 % empfinden Belastung durch **vorgeneigte und verdrehte Sitzhaltung**



6. Was wir bei der Rücken Kampagne gelernt haben ...

- Großes Interesse im Betrieb am Thema Rückengesundheit
- Steigende Teilnehmerzahlen, besonderes Interesse bei den Angestellten
- Hohe Attraktivität, weil anrechenbar in Bonusheft BSR und Krankenkassen
- Sehr gute Kooperation mit den Krankenkassen (TK, BKK-VBU), Unfallkasse Berlin, Betriebssport und der Betrieblichen Gesundheitsförderung (AS, BD, GS)
- Fortführung der jährlichen Roadshows mit ändernden Themen macht Sinn



6. Was wir noch erreichen wollen ...

- Roadshow 2014 „Fit im Kopf – Sicher im Verkehr“
(Thema: Mentale Gesundheit, Verkehrssicherheit)
- Weiterhin: wie gewinnen wir die männlichen Gewerblichen?
- Betriebliches Kennzahlen-System entwickeln, analysieren, bewerten
- Strategie „Demographiefeste Unternehmens-entwicklung“
- Erhebung der Gefährdungs-Beurteilung
„psychomentele Belastung/Beanspruchung“
(Risikomodell Rückenbeschwerden)



Noch Fragen?
Aber gerne !

Dietmar G. Mirwa
FA Arbeitsmedizin, Praktischer Arzt
dietmar.mirwa@bsr.de

BSR
Betriebsärztlicher Dienst BD
Ringbahnstr. 96
12103 Berlin

Dank für Rat, Tat, Bild und Wort...

- Betriebsärztlicher Dienst (Ug. Dr. Stefanie Seel)
- Arbeitssicherheit (Ug. Christoph Benning)
- Gesundheits- und Sozialberatung (Ug. Angela Janetzki)
- Verein Saubere Zeiten, Zentrum für Bewegungstherapie FSA,
Uwe Juchem, Mario Glezone, UKB, BKK-VBU, TKK