

# Wie (be-)handeln Physios im Falle eigener berufsbedingter muskuloskeletaler Beschwerden?

Seraina Dübendorfer, Sandra Füllemann

## Einleitung

Berufsbedingte muskuloskeletale Beschwerden bei Physiotherapeutinnen, -therapeuten wurden in der wissenschaftlichen Literatur wenig behandelt [1,2,3]. Dennoch besteht Evidenz, dass diese Berufsgruppe einem Risiko ausgesetzt ist [4,5,6,7]. Vor allem das Heben und Transferieren von Patienten sowie manuelle Techniken werden in diesem Zusammenhang genannt [1,2,3,4,6,7,8,9]. Die bisherige Forschung untersucht häufiger die Ursachen der Beschwerden und konzentriert sich weniger auf deren Linderung. Es gibt kaum Erhebungen für den deutschsprachigen Raum [2]. Ziel dieser Arbeit ist es, für den Raum Bern folgende Fragen zu klären:

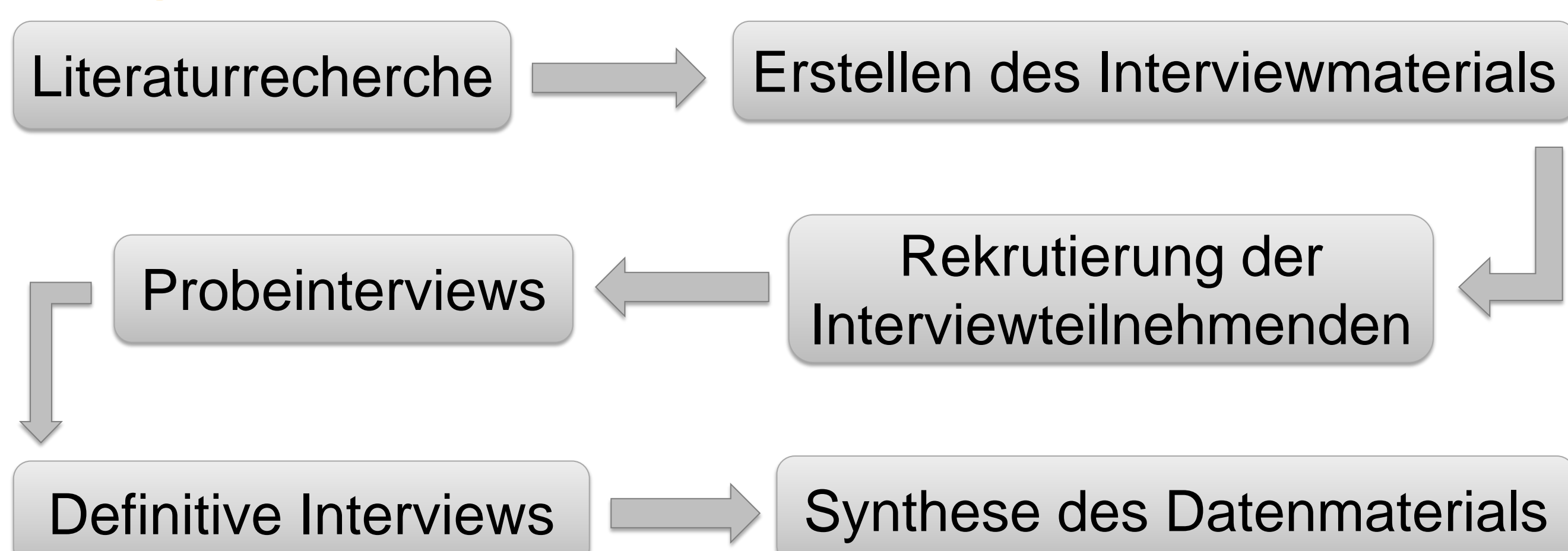
Welche Lösungsstrategien wenden Physiotherapeutinnen und -therapeuten an? Welche Lösungen schlagen sie vor?



## Methodik

Als Basis für weitere Forschung zu diesem Thema wurde die qualitative Methode der halbstrukturierten Interviews gewählt. Die Interviews wurden mit neun selbständigerwerbenden Physiotherapeutinnen und -therapeuten aus dem Raum Bern durchgeführt.

## Vorgehen



## Ergebnisse

Ressourcen können aus Sicht der Befragten in folgenden Gebieten der Lösungsstrategien bestehen:

- Selbstorganisation
- Innere Einstellung
- Respekt sich selber gegenüber
- Selbstdisziplin
- Selbstreflexion
- Infrastruktur
- Personal
- Hilfsmittel
- Therapie
- Grundausbildung
- Weiterbildung
- Innovation und Forschung
- Politik

## Diskussion

● Selbstorganisation kristallisierte sich als übergeordneter Punkt heraus. Sie hat auf alle Lebensbereiche, sowohl Freizeit als Beruf, Auswirkungen. Beide Bereiche stehen in Wechselbeziehung: die Beschwerden können von beiden Bereichen beeinflusst werden und umgekehrt.

● Selbständig Erwerbende könnten eine Risikogruppe darstellen. Die Gesundheitspolitik hat Einfluss auf deren Arbeitsdruck.

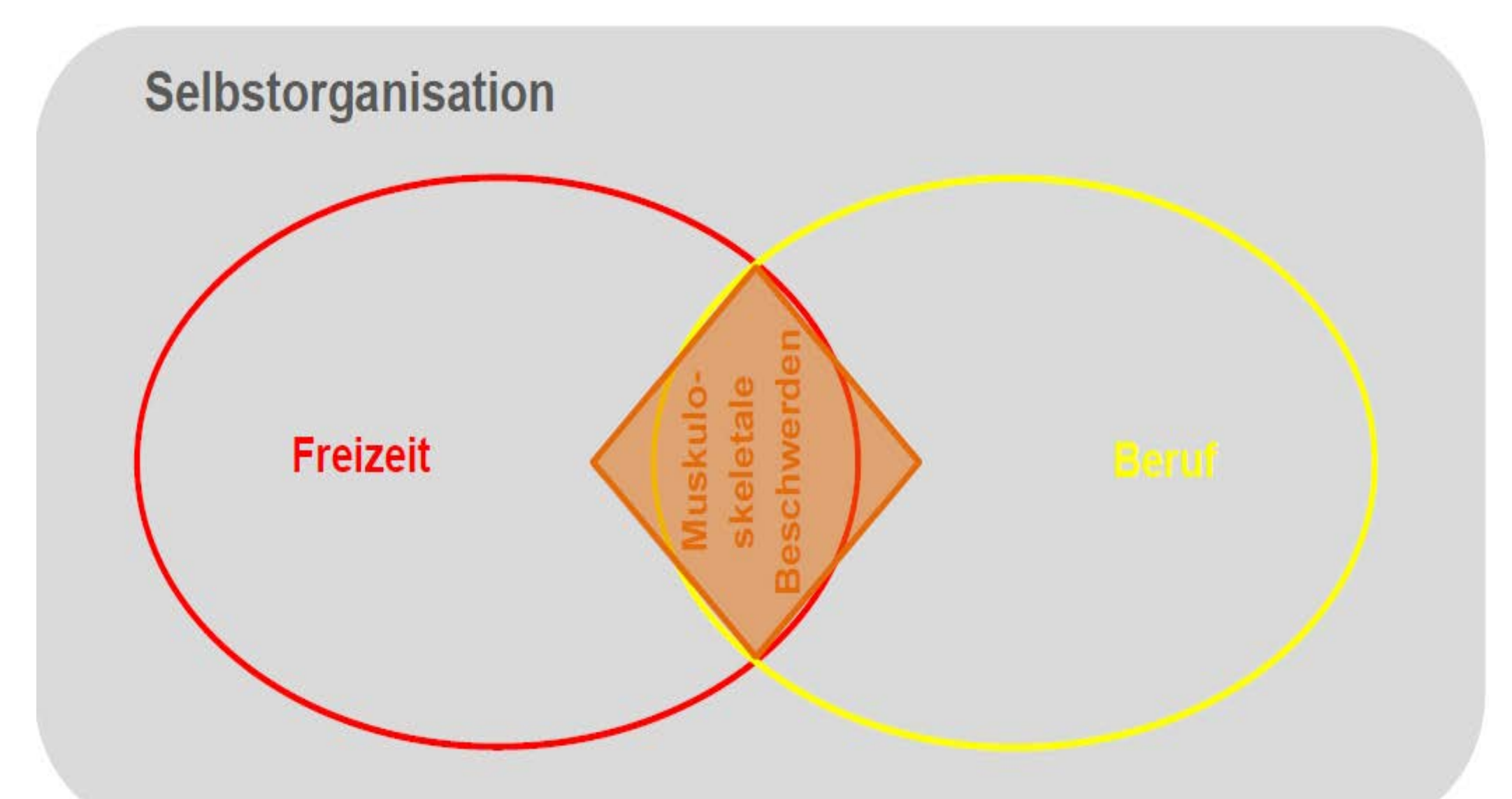


Abbildung 1: Einfluss der Selbstorganisation auf die in Wechselbeziehung stehenden Lebensbereiche

## Fazit

Physiotherapie ist ein körperlich belastender Beruf und kann Beschwerden verursachen. Er ist jedoch vielfältig gestaltbar. Physiotherapeutinnen und -therapeuten kennen ihre Ressourcen und wenden individuelle Lösungsstrategien an. Präventiv könnte das Bewusstsein für die eigenen Ressourcen und deren Nutzung bereits von der Grundausbildung weg noch gezielter geschult werden.

Referenzen: [1] Beynon & Reilly (2002). *Musculoskeletal Disorders in Health-Related Occupations*, 63-84. [2] Girbig et al. (2013). *Physioscience* 9(2), 66-71. [3] Salik & Özkan (2004). *BMC Musculoskeletal Disorders* 5(27). [4] Glover (2002). *Physiotherapy* 88(6), 364-372. [5] Hignett, S. (1995). *Physiotherapy* 81(9), 549-552. [6] Rugelj (2003). *Applied Ergonomics* 34(6), 635-9. [7] Wajon & Ada (2003). *Journal of hand therapy* 16(3), 237-44. [8] Bork et al. (1996). *Physical Therapy* 76, 827-835. [9] Darragh et al. (2012). *Work* 42(3), 373-84.

Keywords: physical therapists, physiotherapist, WRMD, ergonomics, halbstrukturiertes Interview, Lösungsstrategien, Prävention, Bern.

Abbildungen: Illustration: von Adrian Dübendorfer (2014). Abbildung 1: eigene Darstellung (2014).