

Abstract zur Diplomarbeit

Belastungsbedingte Rückenschmerzen im OP

Michelle Endras, OT 23-26 Eingereicht zur Diplomerreichung als Fachfrau Operationstechnik HF / Fachmann Operationstechnik HF an der Höheren Fachschule medi | Zentrum für medizinische Bildung | Operationstechnik

Praktikumsbetrieb: Hirslandenspital Salem

Einleitung

Rückenschmerzen zählen zu den häufigsten gesundheitlichen Beschwerden im Gesundheitswesen und betreffen auch Fachpersonen im Operationsbereich in hohem Mass. Der Arbeitsalltag im Operationssaal ist geprägt von langem statischem Stehen, schwerem Heben und Tragen, Zwangshaltungen sowie hohem Zeit- und Leistungsdruck. Trotz vorhandener ergonomischer Erkenntnisse scheint rückschonendes Arbeiten im OP-Alltag nur unzureichend umgesetzt zu werden.

Die Motivation für diese Diplomarbeit entstand aus der beruflichen Erfahrung der Autorin sowie aus dem Vergleich zwischen der stark ergonomieorientierten Ausbildung zur Fachfrau Gesundheit und der geringeren Präsenz dieses Themas im OP-Bereich. Ziel war es, die Relevanz der Rückengesundheit im Operationssaal kritisch zu beleuchten und praxisnahe Präventionsansätze aufzuzeigen.

Ziele und Fragestellung

Ziel dieser Arbeit ist es, belastungsbedingte Ursachen von Rückenschmerzen bei OP-Mitarbeitenden zu analysieren, die besonders betroffenen anatomischen Strukturen zu identifizieren und bestehende ergonomische Massnahmen im OP-Alltag zu evaluieren.

Im Fokus stehen dabei folgende Fragestellungen:

Welche beruflichen Belastungen im OP-Bereich begünstigen Rückenschmerzen? Inwiefern werden ergonomische Prinzipien in der Praxis angewendet und wo bestehen Defizite? Welche präventiven Strategien können zur Förderung der Rückengesundheit von OP-Personal beitragen?

Methodik / Material

Zur Beantwortung der Fragestellungen wurde ein multimethodischer Ansatz gewählt. Zunächst erfolgte eine Literaturrecherche zu anatomischen Grundlagen der Wirbelsäule, Ursachen von Rückenschmerzen sowie ergonomischen und präventiven Massnahmen anhand aktueller Fachliteratur und institutioneller Quellen. Ergänzend wurde eine quantitative Umfrage unter Mitarbeitenden des OP-Bereichs durchgeführt, um subjektive Belastungen, Beschwerden und den Umgang mit Ergonomie im Arbeitsalltag zu erfassen.

Zusätzlich wurde ein qualitatives Experteninterview mit einer Physiotherapeutin geführt, um praxisnahe Einschätzungen zu Ursachen, Therapie und Prävention von Rückenschmerzen zu erhalten und die Ergebnisse aus Theorie und Umfrage kritisch zu reflektieren.

Ergebnisse, Auseinandersetzung mit der Theorie

Die Ergebnisse zeigen, dass Rückenschmerzen im OP-Bereich überwiegend unspezifischen, muskulären Ursprungs sind. Besonders betroffen ist die Lendenwirbelsäule, da sie hohen statischen und dynamischen Belastungen ausgesetzt ist. Als zentrale Risikofaktoren wurden langes Stehen, ungünstige Arbeitshaltungen, schweres Heben und Tragen sowie monotone Bewegungsabläufe identifiziert. Obwohl ein gutes Grundverständnis für Ergonomie vorhanden ist, wird dieses im OP-Alltag nur

inkonsequent angewendet. Zeitdruck, hohe Arbeitsbelastung und infrastrukturelle Einschränkungen stellen wesentliche Hürden dar. Die Ergebnisse aus Umfrage, Literatur und Experteninterview bestätigen, dass ergonomisches Wissen allein nicht ausreicht, sondern strukturelle Rahmenbedingungen eine entscheidende Rolle spielen.

Diskussion & Schlussfolgerungen

Die Arbeit verdeutlicht, dass Rückenschmerzen im Operationsbereich multifaktoriell bedingt sind und sowohl individuelle als auch organisatorische Ursachen haben. Prävention kann nur dann nachhaltig wirksam sein, wenn ergonomische Prinzipien realistisch in bestehende Arbeitsabläufe integriert und durch geeignete Infrastruktur unterstützt werden.

Regelmässige ergonomische Schulungen, Sensibilisierung sowie praxisorientierte Präventionsstrategien werden als zentrale Massnahmen zur Förderung der Rückengesundheit identifiziert. Darüber hinaus zeigt sich ein klarer Wunsch des OP-Personals nach rückschonenderen Arbeitsbedingungen.

Die Ergebnisse dieser Arbeit liefern praxisnahe Ansätze für betriebsinterne Schulungen und können als Grundlage für weiterführende Projekte zur Gesundheitsförderung im OP-Bereich dienen.