



Dr. med. Uwe Gerecke
enercity, Hannover

Bekämpfung psychischer Störungen durch ein leistungsfähiges Gesundheitsmanagement

Die heutige Arbeitswelt, verlangt mehr denn je unser volles Leistungsvermögen. Termindruck, Wandel der Aufgaben und ständig steigende Ansprüche an die Qualität und Kundenorientierung bringen uns nicht selten an unsere psychischen Belastungsgrenzen. Wenn dann noch Sorgen im privaten Bereich oder eine Doppelbelastung durch Kindererziehung oder die Pflege vom Familienangehörigen hinzukommt, können wir unser seelisches Gleichgewicht verlieren. Wir merken es zunächst an unspezifischen Beschwerden wie Schlafstörungen, innere Unruhe oder schmerzhaften Verspannungszuständen und Kopfschmerzen. Nehmen wir diese Warnzeichen nicht Ernst, kann sich eine ernsthafte psychische Erkrankung entwickeln.

Die Statistiken der Krankenkassen belegen die ständige Zunahme psychischer Erkrankungen. Rund 5 % der Bevölkerung leiden gegenwärtig unter einer Depression. Jeder 6. erkrankt im Laufe des Lebens an dieser Krankheit. Trotzdem wird die Erkrankung in der Öffentlichkeit wenig wahrgenommen und oft missverstanden. Wie eine Zuckerkrankheit oder Bluthochdruck ist Depression nicht Ausdruck persönlichen Versagens, sondern eine Erkrankung, die jeden treffen kann. Unabhängig von Beruf, Alter und sozialen Stand.

Wir alle kennen Phasen der inneren Erschöpfung oder der Verzagtheit. Solche Phasen können durch viele Ereignisse ausgelöst werden. Es kann auch sein, dass Trauer und Mutlosigkeit normale Reaktionen unserer Psyche auf Lebensprobleme sind. Sobald der Verlustschmerz oder die Überlastung nachlässt, hellt sich die Stimmung wieder auf. Wer an einer Depression erkrankt ist, kann sich jedoch nicht aus eigener Kraft aus der bedrückten Stimmung befreien. Eine Depression kann auch ohne ein äußeres Ereignis auftreten. Viele Betroffene erleiden nur eine einzige über Wochen oder über Monate andauernde depressive Phase in ihrem Leben, bei anderen wiederholt sich die Depression.

Viele Menschen werden von ihren seelischen Problemen so belastet, dass sie sich nicht mehr allein helfen können, sondern die Unterstützung eines Experten benötigen. Betroffene aber versuchen oft, unter quälenden Schuldgefühlen allein zurechtzukommen und verzichten auf notwendige Hilfe. Depressionen sind weder persönliches Versagen, noch unabwendbare Schicksale. Sie lassen sich in aller Regel gut behandeln. Dank medikamentöser Therapie und psychotherapeutischen Verfahren stehen hochwirksame Behandlungsmethoden zur Verfügung. Leider kommen sie jedoch selten zum Einsatz, weil Depressionen häufig übersehen werden. Und die Behandlung benötigt Zeit und Geduld.

Was macht Arbeit zu Stress? Welche Folgen ergeben sich daraus für unsere Gesundheit? Die Identifizierung, Beurteilung und Bewertung psychischer und sozialer Belastungen am

Arbeitsplatz im Rahmen einer Gefährdungsbeurteilung im Betrieb ist eine Voraussetzung für die Einleitung eines kontinuierlichen Verbesserungsprozesses. Herausforderung für Betriebe ist es, nicht nur Belastungen zu vermindern, sondern Ressourcen der Mitarbeitenden zu stärken. Gute Arbeitsbedingungen helfen Menschen gesund zu bleiben. Am wichtigsten ist das Verhältnis zu den Kollegen, was wiederum stark vom Verhalten der Vorgesetzten beeinflusst wird. Wenn sich jemand auf Dauer überfordert oder ungerecht behandelt fühlt, ist die innere Kündigung oder das Auftreten gehäufter Erkrankungen nicht weit.

Am Beispiel des Energiedienstleistungsunternehmens enercity - Stadtwerke Hannover AG wird gezeigt, wie sich Prävention und Umgang mit psychischen Erkrankungen in ein leistungsfähiges betriebliches Gesundheitsmanagement integrieren lassen.

Vita:

Jahrgang 1958, verheiratet, 2 Kinder. Nach einer allgemeinmedizinischen Ausbildung ist Dr. Gerecke seit 24 Jahren als Betriebsarzt tätig, davon 20 Jahre als Leitender Arzt des Betriebsärztlichen Dienstes der Stadtwerke Hannover AG mit Begleitung des Unternehmens vom kommunalen Monopolisten zum wirtschaftlich orientierten Energiedienstleistungsunternehmen mit einem Umsatz vom derzeit 3 Mrd. Euro bei etwa 2500 Beschäftigten. Mit seinem Team betreut Dr. Gerecke darüber hinaus Kleinbetriebe mit 2 - 30 Mitarbeitern, mittelgroße Unternehmen mit 50 - 200 Beschäftigten und mit der Deutschen Messe AG ein weltweit tätiges Dienstleistungsunternehmen mit 800 Beschäftigten.

- Facharzt für Arbeitsmedizin, Umweltmedizin, Sportmedizin, Notfallmedizin, Suchtmedizin, Ärztliches Qualitätsmanagement
- Certified Disability Management Professional (CDMP)
- Fachkraft für Arbeitssicherheit
- Lehrbeauftragter für Arbeitsmedizin der Medizinischen Hochschule Hannover
- Vorsitzender des Nds. Verbandes Dt. Betriebs- und Werksärzte e.V. (VDBW)
- Präsidiumsmitglied im VDBW
- Viele Jahre beratender Arzt für Arbeitsmedizin des Landesverbandes Nordwestdeutschland der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung
- Engagiert im BMG und BMA für betriebliche Gesundheitsförderung, psychische Gesundheit, im Ausschuss für Arbeitsmedizin und Nationalem Krebsplan
- Mitglied der Kammerversammlung der Ärztekammer Niedersachsen und Delegierter des Deutschen Ärztetages
- Arbeitsschwerpunkte sind Gesundheitsmanagement, psychosoziale Gesundheit, Qualitätssicherung und die Aus- und Weiterbildung von Betriebsärzten.

Kontakt:

Dr. med. Uwe Gerecke

Facharzt für Arbeitsmedizin - Umweltmedizin

Sportmedizin - Notfallmedizin - Suchtmedizin

Ärztliches Qualitätsmanagement - CDMP

enercity - Ltd. Betriebsarzt

Ihmeplatz 6f

30449 Hannover

Tel:+49 511 430 2000

Fax: +49 511 430 941 2000

Email: Betriebsarzt@enercity.de