

## Pressemitteilung

Asklepios Kliniken Hamburg GmbH

Dr.med. Franz Jürgen Schell

06.07.2017

<http://idw-online.de/de/news677830>

Forschungsergebnisse  
Medizin  
überregional



## Wegen Stress: Mehr als die Hälfte aller Pflegekräfte haben körperliche Beschwerden

**- Hohes Stresslevel an normalem Arbeitstag für jede fünfte Krankenschwester - Mehr als die Hälfte der Teilnehmer an Asklepios Umfrage leidet unter körperlichen Symptomen - Stress kommt von Bürokratie/Dokumentation, Arbeitsverdichtung und zu wenig Zeit pro Patient**

Mehr als die Hälfte aller Pflegekräfte in Pflegeheimen, im ambulanten Pflegedienst und in Kliniken leidet aufgrund von Stress häufig oder regelmäßig unter körperlichen Beschwerden, ein Drittel unter psychischen Symptomen. Auslöser von Stress sind zu viel Bürokratie und Dokumentation, Arbeitsverdichtung und zu wenig Zeit pro Patient. Am wenigsten belasten Mobbing und Personalmangel. Das ergab eine online-Befragung von 240 Pflegekräften aus Krankenhäusern, Pflegeheimen und ambulanten Pflegediensten in Deutschland, durchgeführt von DocCheck im Auftrag der Asklepios Kliniken. Während in Kliniken mit 45 Prozent die Arbeitsverdichtung generell am meisten belastet, sind es in Pflegeheimen mit 51 Prozent zu wenig Zeit pro Bewohner und im ambulanten Pflegedienst mit 44 Prozent die Bürokratie und Dokumentation. Das gleiche steht auch für Pflegepersonal privater Kliniken mit 41 Prozent im Vordergrund, damit deutlich stärker als die bekanntermaßen in Deutschland besonders hohe Arbeitsverdichtung (26 Prozent), unter der ihre Kollegen unter öffentlicher (37 Prozent) und konfessioneller (38 Prozent) Trägerschaft am stärksten leiden.

Am meisten scheinen Pflegende in Senioren- und Pflegeheimen belastet: Mit 60 Prozent körperlichen und 46 Prozent psychischen Symptomen liegen sie deutlich vor ambulanten Pflegediensten (59 Prozent und 34 Prozent) und Klinikpflegepersonal (39 resp. 18 Prozent). Wenn ein hohes Stresslevel berichtet wird und der negative Stress überwiegt, kommt es auch zu einer doppelt so hohen Rate an eigenen Beschwerden. Wenn Pflegende Stress während der Arbeit abbauen wollen, helfen den meisten kurze Gespräche mit Kollegen (60 Prozent) oder Patienten (37 Prozent) sowie Süßigkeiten oder andere Snacks (37 Prozent). In Kliniken nascht fast die Hälfte, während es beim ambulanten Pflegedienst nur ein Drittel und in Pflegeheimen nur gut ein Viertel ist. Ebenfalls immerhin ein Viertel in Klinik und beim ambulanten Pflegedienst wendet kurze Entspannungstechniken an. Acht Prozent nehmen im Extremfall auch mal ein Medikament ein, davon 11 Prozent im Pflegedienst, 10 Prozent im Seniorenheim und fünf Prozent in der Klinik. Wenn negativer Stress überwiegt, ist die Neigung dazu mit 13 Prozent stärker ausgeprägt.

Immerhin können 71 Prozent nach einem Arbeitstag gut abschalten, aber 24 Prozent weniger gut und fünf Prozent so gut wie gar nicht. Am besten können die Pflegenden aus Kliniken mit 79 Prozent abschalten, während es im Pflegeheim mit 68 und im ambulanten Dienst mit 66 Prozent deutlich weniger sind. Außerdem zeigt sich ein Zusammenhang mit dem Stresslevel und der Art abzuschalten. Am schwersten fällt das Abschalten bei einem hohen Stresslevel und wenn der negative Stress überwiegt. Zum Stressabbau dienen 55 Prozent der Pflegenden Schlafen, 53 Prozent Fernsehen, 44 Prozent Musik, 43 Prozent Kochen und 40 Prozent Unternehmungen mit der Familie. Jüngere Pflegenden sehen dabei eher fern, bei Älteren ist Schlafen der wichtigste Ausgleich. Ein Glas Wein oder Bier wurde nur von 16 Prozent angegeben. Gesunde Stressverarbeitung mit Sport spielt nur für jeden Dritten und Entspannungsübungen knapp jeden Zehnten eine Rolle. Bei vorwiegend positivem Stress steigt die Beliebtheit gesunder Aktivitäten zum Ausgleich: die Hälfte macht Unternehmungen mit der Familie und immerhin 37 Prozent Sport. Um Stress zu vermeiden, wünschen sich Pflegekräfte mit deutlichem Abstand mehr Zeitreserven für Unvorhergesehenes und Notfälle.

„Die Ergebnisse unserer Befragung sind alarmierend, denn sie belegen ein weiteres Mal, unter welchem hohem Druck das Pflegepersonal in Deutschland arbeiten muss“, sagt Kai Hankeln, Konzerngeschäftsführer der Asklepios Kliniken. „Die trägerunabhängige und von den Rahmenbedingungen des Gesundheitssystems erzwungene Arbeitsverdichtung ist im internationalen Vergleich ein trauriger Rekord“, so Hankeln weiter. Die hohe Belastung schrecke junge Menschen davon ab, in die Pflege zu gehen – und verstärkt so den Mangel an Pflegekräften. „Regelungen wie die politisch verordneten Personaluntergrenzen sind ein populistisches Placebo, um den Schwarzen Peter bei den Kliniken abzuladen, denn sie ändern überhaupt nichts an den beiden Hauptproblemen: der Unterfinanzierung und dem Mangel an Pflegekräften“, beklagt Hankeln.

#### Zur Studie

Für die Studie „Stress und Resilienz“ wurden von DocCheck im Auftrag der Asklepios Kliniken im Mai 2017 bundesweit 240 Pflegekräfte aus Krankenhäusern, Senioren- und Pflegeheimen sowie ambulanten Pflegediensten und 162 Ärzte aus Kliniken und Praxen online befragt. Nach Veröffentlichung der Ergebnisse der Ärzte erhalten Sie auf Anfrage Infografiken mit den detaillierten Umfrageergebnissen.

#### Über Stress

Stress kann beeinflussbar sein und zu Leistung herausfordern. Dann gilt er als „positiver Stress“. Fühlt man sich ihm hingegen hilflos ausgeliefert und kann selbst kaum etwas verändern, handelt es sich um „negativen Stress“. Beide Formen können sich von der physiologischen Reaktion sowie den Auswirkungen deutlich unterscheiden. Gerade der negative Stress gilt als Risikofaktor für die Gesundheit.

#### Über Asklepios

Asklepios betreibt bundesweit 10 Bildungszentren für Gesundheitsberufe (BZG), in denen rund 1200 Gesundheits- und Krankenpflegende verschiedener Ausrichtungen ausgebildet werden. Im BZG Hamburg lernen etwa 1400 Auszubildende, von denen etwa 900 Pflegeberufe erlernen. Damit ist Asklepios in der Hansestadt der größte Ausbildungsbetrieb.

#### Kontakt für Rückfragen:

Asklepios Kliniken

Konzernbereich Unternehmenskommunikation & Marketing

Tel.: (0 40) 18 18-82 66 36

E-Mail: [presse@asklepios.com](mailto:presse@asklepios.com)

24-Stunden-Rufbereitschaft der Pressestelle: (040) 1818-82 8888.

URL zur Pressemitteilung: <http://www.wirpflegen.hamburg/>

URL zur Pressemitteilung: <http://www.asklepios.com>

URL zur Pressemitteilung: <http://www.facebook.com/asklepioskliniken>

URL zur Pressemitteilung: <http://www.youtube.com/asklepioskliniken>