

Untersuchung der vegetativen Regulation – ein neues Konzept für die betriebliche Gesundheitsförderung

Michael Süß¹, Reingard Seibt², Frank Süß²

¹ M-C-S Medizin Consult Schneeberg

² Institut und Poliklinik für Arbeits- und Sozialmedizin, Medizinische Fakultät Carl Gustav Carus der Technischen Universität Dresden

Einleitung

In der heutigen modernen Arbeitswelt gehören psychoemotionale Belastungen zu den häufigsten Gesundheitsproblemen. Dies stellt den Betriebsarzt oder Arbeitsmediziner vor eine neue Herausforderung. In der arbeitsmedizinischen Tätigkeit mangelt es an Methoden zur Erfassung von Risiken psychischer Belastungen auf die biologischen Ressourcen betroffener Personen. In vielen Unternehmen sind psychische Erkrankungen ein weitgehend sensibles Thema für Vorgesetzte und Mitarbeiter. Die Einordnung psychischer Erkrankungen am Arbeitsplatz nach der derzeitigen Klassifizierung der Schulmedizin ist wenig hilfreich, um betroffene Menschen zu erreichen. Daher sind neue Konzepte zu diskutieren, mit denen betroffene Menschen erreicht werden können

Methode

Psychoemotionale Störungen werden über das vegetative Nervensystem vermittelt und haben eine Auswirkung auf die Breite der vegetativen Regulation. Unter vegetativer Regulation ist das Wechselspiel von sympathischer und parasympathischer Aktivität zu verstehen. Ein neuer innovativer Ansatz für die Arbeitsmedizin kann darin bestehen, psychoemotionale Belastungen als Störung der vegetativen Regulation zu verstehen und zu untersuchen.

Vegetative Funktionsstörungen lassen sich zuverlässig über eine Untersuchung des dynamischen Zusammenwirkens kardiovaskulärer Parameter ermitteln. Dazu werden Atemfrequenz, Blutdruck- und Herzfrequenzvariabilität einer Bioregulationsanalyse unterzogen.



Abb.: Darstellung der atmungsbezogenen Herzfrequenzdynamik (rote Fläche) und Blutdruckverlauf (blau). Beispiel einer stark verminderten (links) und altersphysiologisch normalen (rechts) vegetativen Regulation.

Psychoemotionale Belastungen sind gekennzeichnet durch ein sympathikotones Aktivierungsniveau, das mit einer verminderten vegetativen Regulation einhergeht.

Die Ergebnisbewertung erfolgt vor dem Hintergrund anthropometrischer Daten sowie vorhandener psychosozialer Ressourcen, die im Gespräch und über Fragebogen erfasst werden.

Schlussfolgerung

Im Mittelpunkt einer Intervention steht die Wiederherstellung und Stabilisierung der vegetativen Regulation sowie individueller salutogener Ressourcen. Zur Erfassung von Ist-Zustand und Verlaufskontrolle bietet sich die Untersuchung der funktionellen Interaktionen zwischen Nervensystem und Herz-Kreislaufsystem an. Herzfrequenzvariabilität, Atmungsverhalten und Blutdruckverlauf bewertet vor einem bio-psychozialen Hintergrund bilden im Komplex einen richtungsweisenden Prädiktor für die Gesundheitsprävention.

Über einen solchen methodischen Ansatz lassen sich besonders Führungskräfte und dauergestresste Leistungsträger ansprechen, aber auch Menschen mit Burnout-Symptomatik oder Depression haben nicht das Gefühl, als psychisch krank zu gelten. Im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung ist es erforderlich, eine Methodik anzuwenden, die nicht auf der Pathogenese, sondern auf der Salutogenese beruht.