

# **Unterweisung Rückenprävention – Kommentierung**

## **Folie 5 - Unternehmer/Arbeitgeber**

Dem Unternehmer obliegt die „Fürsorgepflicht“ für seine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Betrieb bzw. Unternehmen. Für den Unternehmer leitet sich daraus die Verpflichtung ab, Arbeitsplätze so einzurichten und Arbeiten so zu organisieren, dass alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter vor Gefahren für Leben und Gesundheit geschützt sind. Diese Fürsorgepflicht des Unternehmers findet ihre Konkretisierung im Arbeitsschutzgesetz.

Das Arbeitsschutzgesetz verpflichtet den Unternehmer zu einem präventiv ausgerichteten und ganzheitlichen Arbeitsschutz und zur Entwicklung hierfür geeigneter innerbetrieblicher Strukturen inklusive der Bereitstellung der erforderlichen Mittel (§3 Absatz 2; §4 Absatz 4 und §5 Arbeitsschutzgesetz).

In Hilfeleistungsunternehmen, z. B. Malteser-Hilfsdienst, Johanniter-Unfall-Hilfe oder Arbeiter-Samariter-Bund, wird die Funktion des Arbeitgebers bzw. Unternehmers von der Geschäftsführerin bzw. vom Geschäftsführer ausgefüllt. Sie oder er ist als Unternehmer verantwortlich für die Gesundheit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und hat die Pflichten aus den Arbeitsschutzzvorschriften umzusetzen.

Werden Hilfeleistungsunternehmen als Dienstleister z. B. für die Berufsfeuerwehr einer Stadt tätig, dann schließt die Geschäftsführerin bzw. der Geschäftsführer mit dem Auftraggeber einen Vertrag (Dienstvertrag) zur Durchführung des Rettungsdienstes ab. Diese Konstellation ändert nichts an ihrer oder seiner Verantwortung für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Für den Rettungsdienst in Trägerschaft eines Kreises ist der Unternehmer die Landrätin bzw. der Landrat. Geleitet wird der Rettungsdienst in einer Kreisbehörde in der Regel von der Fachbereichsleiterin oder dem Fachbereichsleiter für den Rettungsdienst.

Bei der Berufsfeuerwehr einer Stadt oder der freiwilligen Feuerwehr mit hauptamtlichen Kräften, wo z. B. angestellte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Rettungsdienst eingesetzt werden, ist der Unternehmer die Bürgermeisterin bzw. Oberbürgermeisterin oder der Bürgermeister bzw. Oberbürgermeister.

Die Durchführung des Rettungsdienstes steht in der Verantwortung der Amtsleiterin oder des Amtsleiters der Berufsfeuerwehr oder der freiwilligen Feuerwehr.

Im Arbeitsschutzgesetz werden in §13 Personen benannt, die dem Unternehmer in der Verantwortung gleichgestellt sind, wenn sie mit der Leitung eines Unternehmens oder eines Betriebes beauftragt sind. Begrenzt wird die Verantwortung durch den Rahmen der ihnen übertragenen Aufgaben und Befugnisse. Dazu zählen z. B. die Dienststellenleiterin oder der Dienststellenleiter einer Hilfeleistungsorganisation, die Amtsleiterin oder der Amtsleiter der Berufsfeuerwehr oder die Fachbereichsleiterin bzw. der Fachbereichsleiter für den Rettungsdienst eines Kreises.

## Folie 6 - Unternehmensleitbild

Ein Unternehmensleitbild beschreibt das Selbstverständnis und die Grundprinzipien eines Unternehmens. Es formuliert einen Ziel- bzw. Idealzustand. Nach innen soll ein Leitbild Orientierung geben. Nach außen (Öffentlichkeit, Kunden) soll es deutlich machen, wofür eine Organisation steht.

Basis für eine gute und vertrauensvolle Zusammenarbeit sind ein gemeinsam getragenes Wertesystem und Ziele sowie Regeln für den Umgang miteinander und für die Führung der Mitarbeitenden.

Ein solches Wertesystem wird in vielen Unternehmen in einem Unternehmensleitbild festgeschrieben, das die grundsätzliche Ausrichtung des Unternehmens sowie Unternehmensziele beinhaltet. Werden diese gemeinsam mit den Mitarbeitenden erarbeitet, können deren Interessen darin berücksichtigt werden, was wiederum ein hohes Maß an Akzeptanz schafft. Dies ist eine wichtige Voraussetzung dafür, dass das Leitbild nicht am Ende „Wunschdenken“ bleibt, sondern tatsächlich zum Wohle des Unternehmens gelebt wird.

Leitlinien der Zusammenarbeit und Führung resultieren aus den gemeinsamen Werten und helfen, diese in Alltagssituationen umzusetzen. Diese Leitlinien sollten allgemeine Umgangsformen wie den respektvollen, höflichen und wertschätzenden Umgang miteinander ebenso beinhalten wie Vorgaben für den Informationsaustausch, den Umgang mit Konflikten, die gegenseitige Unterstützung und Anerkennung der Arbeitsleistung. Das können Belohnungen sein, ebenso Prämien, Sonderurlaub oder kleine Präsente.

Das Unternehmen sollte in seinem Leitbild klare Ziele, wie z. B. rückenschonendes Arbeiten, formulieren, die zeigen, dass Sicherheit und Gesundheit einen hohen Stellenwert haben und aktiv gefördert werden.

Sind die Ziele in Bezug auf Sicherheit und Gesundheit der Beschäftigten formuliert, müssen Strukturen geschaffen werden, um diese Vorgaben umsetzen zu können. Dabei kann auf bewährte Instrumente (Gefährdungsbeurteilung, BGM, BGF) zurückgegriffen werden. Zur Erreichung der Ziele im Sinne eines ständigen Verbesserungsprozesses sollte das Instrument der Gefährdungsbeurteilung genutzt werden.

Dabei ist ständig zu hinterfragen, ob mit den festgelegten und umgesetzten Schutzmaßnahmen das Ziel bereits erreicht ist oder ob zusätzliche Maßnahmen erforderlich sind. In diesen Prozess sind die Beschäftigten einzubeziehen, da sie ihren Arbeitsplatz am besten kennen und auf diese Weise die Akzeptanz der Maßnahmen erhöht wird.

Auch Maßnahmen zur Gesundheitsförderung dienen der Umsetzung des Leitbildes. Bei der Auswahl von Maßnahmen zur Gesundheitsförderung ist die betriebliche Belastungssituation, aber auch die Bedarfslage bei den Beschäftigten zu berücksichtigen. Hier kann eine vorherige Abfrage helfen, die „richtigen“ Unterstützungsangebote auszuwählen. Nur Angebote, die von den Beschäftigten als attraktiv und hilfreich bewertet werden, werden auch angenommen und etablieren sich langfristig.

Entscheidend ist, dass das Unternehmen erkennbar und glaubwürdig nach den Vorgaben des Leitbildes handelt und die festgelegten Ziele tatsächlich anstrebt. Kommt es zu Konflikten, ist ein standardisiertes Verfahren geeignet, um etwa mit Hilfe einer neutralen Person Konflikte zu schlichten, ein gutes Miteinander im Sinne des Leitbildes zu erhalten oder wiederherzustellen. Zielvereinbarungsgespräche, in denen die qualitativen und quantitativen Arbeitsergebnisse vorgegeben oder vereinbart werden, können als Grundlage dienen, im Leitbild definierte Ziele umzusetzen.

## Folie 7 - Pflichtenübertragung

Da der Unternehmer nicht alle Pflichten, die sich aus den Arbeitsschutzbüroschriften für ihn ergeben, allein erfüllen kann, hat der Gesetzgeber ihm zur Unterstützung die Arbeitsschutzorganisation zur Seite gestellt. In dieser Organisation haben die verschiedenen Akteurinnen und Akteure unterschiedliche Funktionen und tragen unterschiedliche Verantwortung.

Zur Arbeitsschutzorganisation gehören:

- Führungskräfte
- Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter
- Sicherheitsfachkraft
- Betriebsärztin oder Betriebsarzt
- Betriebsrat/Personalrat
- Sicherheitsbeauftragte

Die Führungskräfte übernehmen in ihrem Verantwortungsbereich die Fürsorgepflichten des Unternehmers für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

## Folie 10 - Körperliche Eignung

Eignungsuntersuchungen sind kein Gegenstand der arbeitsmedizinischen Vorsorge gemäß ArbMedVV und erfordern eine andere Rechtsgrundlage außerhalb des Arbeitsschutzes (AMR 3.3 Ziffer 8 (3)). Eine Eignungsuntersuchung ist zulässig, wenn ihre Durchführung in einer speziellen Rechtsvorschrift auf gesetzlicher Grundlage ausdrücklich vorgeschrieben ist. Dafür hat der Gesetz- und Verordnungsgeber in Bezug auf bestimmte Personengruppen und Arbeitsbereiche, in denen eine besondere Verantwortung für Dritte zu tragen ist, die rechtliche Grundlage geschaffen, z. B. für Pilotinnen und Piloten, Busfahrerinnen und -fahrer, Triebfahrzeugführerinnen und -fahrer oder Rettungsdienstkräfte.

In Abgrenzung zu Untersuchungen, die im Rahmen der arbeitsmedizinischen Vorsorge erfolgen, sind Eignungsuntersuchungen solche, die mehr im Interesse des Unternehmers (Kommune, Arbeitgeber) liegen oder zum Schutz Dritter erfolgen, um die körperlichen oder psychomentalen Fähigkeiten einer Einsatzkraft zur Durchführung bestimmter Tätigkeiten feststellen zu können. Die gesetzliche Grundlage für die Eignungsuntersuchungen im Rettungsdienst ist das Rettungsgesetz NRW (RettG). Dort wird in §4 (2) gefordert, dass die gesundheitliche und körperliche Eignung aufgrund einer ärztlichen Untersuchung durch ein ärztliches Zeugnis vor Aufnahme der Tätigkeit nachzuweisen ist. Die ärztliche Untersuchung ist alle drei Jahre zu wiederholen.

## Folie 11 - Angebotsvorsorge gemäß AMR 13.2

Der Arbeitgeber hat im Rahmen der Gefährdungsbeurteilung mit einem Beurteilungsverfahren, dem das vierstufige Risikokonzept der AMR 13.2 zugrunde liegt, zu prüfen, ob Beschäftigte Tätigkeiten mit wesentlich erhöhten körperlichen Belastungen ausüben.

Ein erster Schritt kann ein Grobscreening sein, das auf Grundlage der in der AMR 13.2 formulierten Belastungsarten und des Risikokonzepts basiert. Hierzu eignen sich das

## Grobscreeningverfahren „Basis-Check und Einstiegsscreening bei körperlichen Belastungen.“

Weitere Hilfen für die Erstellung der Gefährdungsbeurteilung sind zum Beispiel spezifische Screening-Methoden, wie [die Leitmerkmalmethoden der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin](#).

Bei Einstufung in den Risikobereich 1 - 2, Belastungshöhe gering bis mäßig erhöht, hat der Arbeitgeber eine Angebotsvorsorge zu ermöglichen.

Bei Einstufung in den Risikobereich 3 - 4, Belastungshöhe wesentlich erhöht bis hoch, hat der Arbeitgeber eine Pflichtvorsorge zu ermöglichen (siehe Anhang AMR 13.2 Risikobereiche für alle körperlichen Belastungsarten).

Das Tragen von Menschen und das Bewegen von einer Liege zum Bett und umgekehrt gehören zu den sicher gefährdenden Tätigkeiten (Anhang 1, DGUV-I-207-033, S. 22), die ohne geeignete Maßnahmen zur Überlastung des Rückens führen.

Zitat aus der DGUV-I-207-033, S.11:



### Information

Das Bewegen von Menschen mit einem Gewicht von mehr als 90 Kilogramm stößt aus biomechanischer Sicht an die Grenzen der Erträglichkeit, Schädigungslosigkeit und Ausführbarkeit. Dies gilt auch bei der Ausführung der Tätigkeit durch zwei oder mehr Beschäftigte, selbst bei optimierter Arbeitsweise. Es ist deshalb vor allem der Einsatz von Technischen Hilfsmitteln (z. B. Lifter) notwendig. Der Einsatz von Kleinen Hilfsmitteln (z. B. Gleitmatten, Rutschbrett) in Verbindung mit der optimierten Arbeitsweise ist nur bei überwiegend selbstständigen Menschen und dem Arbeiten mit mehreren Personen biomechanisch vertretbar. Hinweise zur Maßnahmengestaltung sind in der *DGUV Information 207-010 „Bewegen von Menschen im Gesundheitsdienst und in der Wohlfahrtspflege – Prävention von Muskel-Skelett-Erkrankungen“ im Kapitel 4.2.1 Schwergewichtige Menschen* beschrieben.

Für Einsatzkräfte im Rettungsdienst ist von einer erhöhten Rückenbelastung auszugehen, und eine arbeitsmedizinische Untersuchung ist dementsprechend anzubieten.

Der Arbeitgeber hat die Untersuchungen so zu organisieren, dass sie

- fristgerecht veranlasst, angeboten oder ermöglicht werden.
- Erstuntersuchung und Nachuntersuchungen sind in regelmäßigen Abständen durchzuführen. Die Vorsorgefristen sind gemäß [AMR 2.1 „Fristen für die Veranlassung/das Angebot arbeitsmedizinischer Vorsorge“](#) durchzuführen.
- Die arbeitsmedizinische Vorsorge ist während der Arbeitszeit durchzuführen.
- Das Untersuchungsergebnis der Vorsorge unterliegt der ärztlichen Schweigepflicht.
- Der Arbeitgeber erhält lediglich eine Vorsorgebescheinigung darüber, dass ein arbeitsmedizinischer Vorsorgetermin stattgefunden hat und wann eine weitere arbeitsmedizinische Vorsorge aus ärztlicher Sicht angezeigt ist.

- Der Arbeitgeber hat eine Vorsorgekartei zu führen.

## Folien 19 und 20 - Konzept zum Transport von Schwergewichtigen

Um den Herausforderungen zu begegnen zu können, ist es erforderlich, im Rahmen der Gefährdungsbeurteilung ein spezielles Adipositas-Konzept zu erstellen. Dieses Konzept muss sowohl technische als auch organisatorische Maßnahmen enthalten, um den Transport von adipösen Patientinnen und Patienten sicher und effizient zu gestalten. Die wichtigsten Elemente dieses Konzepts sind:

### Technische Maßnahmen

#### Schwerlastrettungswagen

Konventionelle Rettungsfahrzeuge stoßen bei adipösen Patientinnen und Patienten oft an ihre Grenzen, weshalb Schwerlastrettungswagen (S-RTW) entwickelt wurden. Diese Fahrzeuge sind für den Transport von Patientinnen und Patienten mit einem Gewicht von bis zu 300 kg oder mehr geeignet. Schwerlastfahrzeuge sind in ihrer Ausstattung angepasst. Sie verfügen über verstärkte Tragen, größere Fahrgastzellen und leistungsstärkere Lade- und Hebesysteme.

#### Geeignete Hilfsmittel zum Heben und Tragen

Zum sicheren und schonenden Heben schwergewichtiger Patientinnen und Patienten sind spezielle Hilfsmittel ([hmdb.sicherer-rettungsdienst.de](http://hmdb.sicherer-rettungsdienst.de)) erforderlich. Dazu zählen u. a.:

- Roll-in-Fahrtrage mit elektrohydraulischer Höheneinstellung und Einzugsvorrichtung.
- Spezialtragen: Breitere und verstärkte Tragen für höhere Belastungen (bis zu 300 kg oder mehr).
- Treppengleittuch: Es wird für den Liegendtransport treppab verwendet und kann in engen oder gewinkelten Treppen als Alternative für den Raupenstuhl eingesetzt werden.
- Raupenstuhl: Ermöglicht einen rückenschonenden Transport treppab, ein elektrischer Raupenstuhl auch den Transport treppauf.
- Elektrischer Raupenstuhl in Kombination mit einem Krankentragegestuhl (elektrischer Raupenantrieb, der an einem Krankentragegestuhl befestigt wird). Bei diesem System ist ein Umlagern für den Transport ins Fahrzeug nicht erforderlich.
- Treppensteiger: Dieses Hilfsmittel ist alternativ zu Raupensystemen für den Transport von verschiedenen Krankentragegestühlen geeignet. Durch den geringeren Bewegungsradius ist ein Transport eventuell auch bei engeren oder gewinkelten Treppen möglich.
- Rollbord/Rollbrett: Es erleichtert den Transfer schwergewichtiger Patientinnen und Patienten zwischen Trage und Bett.
- Rescue Loader: Transporthilfe für die Drehleiter.

### Organisatorische Maßnahmen

#### Information durch die Leitstelle

Die Leitstelle sollte bei einem Notruf Körpergröße, Gewicht und Mobilität der Patientin/des Patienten erfragen, um festzustellen, ob es sich um eine adipöse Person handelt. Diese Informationen sind entscheidend, damit von Anfang an die richtigen Ressourcen (z. B. Schwerlastfahrzeuge und Spezialausrüstung) zum Einsatz kommen.

## **Tragehilfe**

In einer nicht repräsentativen Befragung von Rettungskräften wurde das Patientengewicht in ca. 30 % der Fälle auf mehr als 100 kg geschätzt. Es scheint gängige Praxis zu sein, ab einem Patientengewicht von ca. 120 kg eine zusätzliche „Tragehilfe“ zur Unterstützung anzufordern. Dies ist in ländlichen Regionen ohne Berufsfeuerwehr schwieriger, wenn Tragehilfe von Mitgliedern der Freiwilligen Feuerwehr geleistet werden muss. Die Bereitschaft der Arbeitgebenden, ihre Mitarbeitenden für den Einsatz freizustellen, ist begrenzt. Diese Erfahrung führt bei Rettungskräften vor Ort nicht selten dazu, auch Personen mit hohem Gewicht zu zweit ohne weitere Trageunterstützung zu transportieren. Es ist deshalb wichtig im Rahmen der Gefährdungsbeurteilung klare Regelungen zu treffen, ab welchem Patientengewicht eine organisierte Tragehilfe anzufordern ist, um die Gesundheit Mitarbeitender zu schützen und ihnen die Entscheidung zu erleichtern.

## **Schulung des Personals im Rahmen der Unterweisung**

Eine spezielle Schulung des Rettungs- und Feuerwehrpersonals im Umgang mit schwergewichtigen Patientinnen und Patienten ist unerlässlich. Folgende Schulungsinhalte sollten abgedeckt werden:

- Erläuterung des Adipositas-Konzepts
- Ergonomisches Heben und Tragen
- Handhabung von Hebesystemen, Schwerlasttragen und anderen Hilfsmitteln
- Kommunikation und Umgang mit adipösen Patientinnen und Patienten

Nicht zuletzt hat die unmittelbare Führungskraft Mitarbeitende zum Thema „Transport übergewichtiger Patientinnen und Patienten“ angemessen und ausreichend zu unterweisen. Inhalte sind im Rahmen der Gefährdungsbeurteilung festzulegen.

## **Kataster von Adipositas-Patientinnen und –Patienten**

Ein Kataster für adipöse Patientinnen und Patienten kann helfen, in Notfällen schneller die richtigen Maßnahmen zu ergreifen. Dieses Kataster enthält Informationen über schwergewichtige Patientinnen und Patienten, ihre Wohnadresse, bauliche Gegebenheiten und spezifische Bedürfnisse. Feuerwehr und Rettungsdienst könnten auf diese Informationen zugreifen, um frühzeitig Schwerlastfahrzeuge und geeignetes Personal anzufordern. Wichtig: Bei Einführung eines Katasters sind Regelungen des Datenschutzes zu berücksichtigen.

## **Transport durch die Feuerwehr (z. B. mit der Drehleiter)**

In Fällen, in denen ein Transport durch Treppenhäuser oder Türen nicht möglich ist, kommt die Feuerwehr zum Einsatz. Mit Hilfe von Drehleitern können schwergewichtige Patientinnen und Patienten durch Fenster oder über Balkone transportiert werden. Solche Einsätze sind komplex und erfordern eine detaillierte Planung sowie eine Berücksichtigung von baulichen Gegebenheiten.

## **Absprache mit Krankenhäusern**

Nicht alle Krankenhäuser sind für die Aufnahme und Behandlung von adipösen Patientinnen und Patienten geeignet. Rettungsdienste sollten im Vorfeld mit den Krankenhäusern klären, welche Einrichtungen über

- verstärkte Betten und Rollstühle,
- geeignete Hebesysteme
- sowie ausreichend dimensionierte OP-Säle und Diagnosegeräte verfügen.

Diese Abstimmung ist essenziell, um unnötige Verzögerungen zu vermeiden und sicherzustellen, dass die Patientin/der Patient direkt in eine geeignete Klinik gebracht wird.

## Einsatzorganisation

Zur Vorbereitung eines Schwergewichtigen-Transportes sind u. a. folgende Punkte zu klären:

- Welches Krankenhaus im Umkreis kann schwergewichtige Patientinnen und Patienten bis zu welcher Gewichtsobergrenze aufnehmen?
- Gibt es Möglichkeiten, dass die Patientin bzw. der Patient nicht getragen werden muss, sondern anderweitig zum Fahrzeug bewegt werden kann?
- Wie viele Personen stehen ansonsten als Tragehilfe zur Verfügung? Ist dies ausreichend?
- Wie viele Personen müssen nachgefordert werden? Welche Vorlaufzeiten sind zu beachten?
- Werden zusätzliche Rettungsmittel mit höherer, sicherer Arbeitslast benötigt?
- Wird ein Spezialfahrzeug zum Abtransport benötigt?
- Wie ist die Treppensituation einzuschätzen? Handelt es sich um ein älteres Gebäude oder ein Treppenhaus mit Holztreppen, ist auch die Frage nach der Statik und maximalen Belastbarkeit zu stellen.
- Muss über einen anderen Weg (Balkon, Fenster...) evakuiert werden?
- Werden hierfür Sonderfahrzeuge benötigt?
- Wie viel Gewicht kann der Korb einer ggf. einzusetzenden Drehleiter bis zu welcher Neigung aufnehmen?

## Folie 22 - Rückentraining

Die Unfallkasse NRW hat eine Broschüre mit dem Titel „Fit im Rettungsdienst – Informationen und Trainingsprogramm zur Rückengesundheit“ veröffentlicht. Darin ist neben zahlreichen Informationen ein in der Rettungswache durchführbares Trainingsprogramm und eine auf aktuellen Erkenntnissen beruhende Ernährungsberatung enthalten.

Das Trainingsprogramm ist so konzipiert, dass Teilnehmende eigenständig anhand von Übungskarten in verschiedenen Gruppen oder auch allein trainieren können. Auf Übungskarten werden Übungen für verschiedene Muskelgruppen in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden dargestellt. Das Trainingsprogramm dauert, je nach Anzahl der ausgewählten Karten, zwischen 8 und 15 Minuten und kann somit auch gut in den Dienstalltag integriert werden.

## Folie 23 - Ernährung

Eine sinnvolle Ernährungsform zur Regulierung des Blutzuckerspiegels und somit eine Verbesserung des Stoffwechsels stellt die LOGI-Methode (Low Glycemic and Insulinemic Diät) dar.

Sie ist eine

- wissenschaftlich fundierte,
- alltagstaugliche,
- gut schmeckende,
- nachhaltige,
- kohlenhydratreduzierte,
- eiweiß- und fettbetonte

Ernährung.

LOGI bedeutet eine Umstellung auf eine zucker- und stärkereduzierte Kost, die aber keine radikale Umstellung der Ernährungsgewohnheiten notwendig macht. Vielmehr basiert sie auf den traditionellen Grundnahrungsmitteln und ermöglicht bei sehr hoher Nährstoff- und geringer Energiedichte eine dauerhaft vollwertige Ernährung.

LOGI ist also keine kurzfristige Diät, sondern als lebenslange Ernährungsweise konzipiert. Sie umfasst dabei alles, was nach heutigen wissenschaftlichen Erkenntnissen in einer gesunden Ernährung enthalten sein soll. Sie ist zudem sehr gut in den Alltag zu integrieren, ein Aspekt, dem gerade im Rettungsdienst eine besondere Bedeutung zukommt.