

## **Deutsche Büroarbeiter von gesundheitlichen Problemen bedroht: Zustände wie in der Industriellen Revolution**

- **Schlecht ausgestattete Büroarbeitsplätze kosteten der Wirtschaft im Jahr 2016 75 Milliarden Euro an arbeitsbedingten Krankheitsfällen<sup>1</sup>**
- **98% der deutschen Büroangestellten, die aufgrund ihres Arbeitsumfeldes gesundheitliche Probleme haben, geben zu, dass diese Schmerzen ihre Arbeit erschweren<sup>2</sup>**
- **Deutsche Büroangestellte sorgen sich über die Entstehung eines Rundrückens und leiden unter Sehstörungen sowie anhaltenden Kopfschmerzen aufgrund einer schlechten Arbeitsplatzgestaltung<sup>2</sup>**
- **Die Vorgesetzten tun nicht genug, um gesundheitlichen Problemen am Arbeitsplatz vorzubeugen - fast die Hälfte der Mitarbeiter hat die Verbesserung ihrer Arbeitsplätze gefordert und wartet immer noch auf eine Lösung<sup>2</sup>**
- **Der "Arbeitskollege der Zukunft" wurde entwickelt um zu veranschaulichen, wie Büroangestellte in 20 Jahren aussehen werden, sollten keine radikalen Veränderungen am Arbeitsplatz vorgenommen werden<sup>3</sup>**

Gesundheitsexperten warnen davor, dass die Büroangestellten in Deutschland innerhalb von 20 Jahren einen Rundrücken entwickeln können - sollten nicht radikale Veränderungen an den Arbeitsplätzen vorgenommen werden.<sup>3</sup>

Neue Untersuchungen des Unternehmens Fellowes, einem Anbieter für gesunde Arbeitsplatzlösungen, haben ergeben, dass in Deutschland fast alle Büroangestellten aufgrund ihres Arbeitsumfelds an einem schlechten Gesundheitszustand leiden und dadurch ihre Arbeit als beschwerlicher empfinden.<sup>2</sup>

Büroangestellte sitzen durchschnittlich sechs Stunden am Tag am Schreibtisch. 99% sorgen sich, dass dies zu viel Zeit ist. Sie befürchten, dass dies in Zukunft zu gesundheitlichen Problemen wie einem Rundrücken, Kopfschmerzen und Sehstörungen führen könnte.<sup>2</sup>

Deutsche Büroangestellte leiden bereits an Rückenschmerzen (65%), Kopfschmerzen (60%) und müden, angestregten Augen (46%), was direkt auf ihren Arbeitsplatz zurückzuführen ist. Darüber hinaus greifen über sieben von zehn Mitarbeitern auf Medikamente zurück, um diese Beschwerden zu lindern.<sup>2</sup>

Um Arbeitgebern zu helfen, potenzielle Quellen für Gesundheitsgefährdungen, die am Arbeitsplatz lauern, identifizieren zu können, arbeitete Fellowes mit dem Verhaltensfuturisten William Higham und einem Gremium von Experten für Ergonomie, Arbeitssicherheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz zusammen. Ziel war es, die Auswirkungen der Arbeitsplatzumgebung auf die Gesundheit der Büroangestellten zu untersuchen.

Der daraus entstandene Bericht - "Der Arbeitskollege der Zukunft" - zeigt bestimmte Verhaltensweisen, die, wenn sie nicht kontrolliert werden, für die Mehrheit der Büroangestellten bis 2040 einen dauerhaft gekrümmten Rücken und eine Vielzahl anderer Gesundheitsprobleme zur Folge haben können.<sup>3</sup>

Basierend auf dem Bericht wurde ein lebensgroßes Modell namens "Emma" entwickelt, um zu veranschaulichen, zu welchen physischen und optischen Veränderungen eine schlechte Gestaltung von Arbeitsplätzen führen kann. „Emma“ hat:

- Einen **Rundrücken**, verursacht durch stundenlanges Sitzen mit einer schlechten Haltung
- **Krampfadern** aufgrund einer schlechten Durchblutung
- Einen **rundlichen Bauch** verursacht durch die bewegungsarme Tätigkeit
- **Trockene und rote Augen** durch stundenlanges Starren auf den Computerbildschirm
- **Geschwollene Handgelenke** und Knöchel durch wiederholende Bewegungsabläufe
- **Fahle Haut** aufgrund jahrelangem Kunstlicht
- **Rote Unterarme** durch regelmäßigen Kontakt mit der Laptopwärme
- Stressbedingte **Ekzeme**
- **Behaarte Ohren und Nase** sowie eine **geschwollene Nase** wegen schlechter Luftqualität.

William Higham, Verhaltensfuturist und Autor des Berichts „Der Arbeitskollege der Zukunft“ zeigt, dass Arbeitgeber und Arbeitnehmer dringend handeln und das Problem der mangelhaften Gesundheit am Arbeitsplatz angehen müssen.“

„Wenn wir unser Arbeitsleben nicht radikal verändern, d.h. beispielsweise uns mehr bewegen, unsere Körperhaltung an unseren Schreibtischen optimieren, regelmäßige Gehpausen einlegen oder über eine Verbesserung unserer Arbeitsplatzgestaltung nachdenken, werden uns unsere Büros sehr krank machen.

Wir dachten, dass mit dem Ende der Industriellen Revolution solche Gesundheitsprobleme der Vergangenheit angehören. Offenbar haben wir uns getäuscht – Mitarbeiter werden in Zukunft genauso stark unter Beeinträchtigungen leiden wie früher.“

Obwohl es sich um eine europaweite gesetzliche Verpflichtung handelt, eine Gefährdungsbeurteilung des Arbeitsplatzes anzubieten, gaben sechs von zehn Arbeitnehmern an, diese nicht erhalten zu haben.<sup>2</sup> Dies verdeutlicht, dass Arbeitgeber mehr tun müssen, um ihre Mitarbeiter zu unterstützen.

Fast die Hälfte (47%) derer, die um eine Verbesserung ihres Arbeitsplatzes gebeten haben, blieben bislang ungehört und fast ein Fünftel (18%) sagt, dass ihre Vorgesetzten ihr Leiden nicht ernst genommen haben.<sup>2</sup>

Dr. Frank Emrich, Experte für Ergonomie und Arbeitsschutz, der am Bericht mitgewirkt hat, fügte hinzu: „Mit der Zeit kann das ganztägige Sitzen am Schreibtisch die Gesundheit der Büroangestellten körperlich, möglicherweise auch psychisch beeinträchtigen.

Es sollten nachhaltige Maßnahmen zur Optimierung der Arbeitsplätze ergriffen werden. Vorgesetzte und Mitarbeiter müssen die Ausstattung des Arbeitsplatzes mit ergonomischen Möbeln, wie z. B. Sitz-Steh-Schreibtische, in Betracht ziehen, um modernes Arbeitsverhalten zu unterstützen und Arbeitnehmer vor langfristigen Gesundheitsschäden zu schützen.

Arbeitnehmer und Arbeitgeber müssen gleichermaßen gesundheitsfördernde Veränderungen vornehmen. Andernfalls erhöht sich das Risiko, dass Angestellte an den Folgen chronischer Erkrankungen leiden. Für Arbeitgeber bedeutet dies eine geschwächte, fehleranfällige und weniger effiziente Belegschaft."

### **William Higham erläutert „Emmas“ Wandel: [www.fellowes.com/Emma](http://www.fellowes.com/Emma)**

Um mehr über „Emma“ und den Bericht „Der Arbeitskollege der Zukunft“ zu erfahren besuchen Sie gerne unsere Website: [www.fellowes.com/Emma](http://www.fellowes.com/Emma)

-Ende-

### **Gesundheitliche Zustände, die derzeit die Arbeitnehmer betreffen:<sup>2</sup>**

- Rückenschmerzen - 65%
- Schmerzende Beine - 20%
- Schmerzende Knöchel - 10%
- Steife Beine - 13%
- Geschwollene Beine - 17%
- Strapazierte Augen - 46%
- Kopfschmerzen - 60%
- Schmerzendes Gesäß - 21%
- Steifer Nacken - 53%
- Schmerzende Handgelenke - 24%

### **Gesundheitszustände, vor denen sich Arbeitnehmer fürchten:<sup>2</sup>** Error! Bookmark not defined.

- Arthritis - 10%
- Krampfadern - 13%
- Entstehung eines Rundrückens - 25%
- Rundlicher Bauch - 11%
- Dürre Beine - 4%
- Blässliche Haut - 3%
- Rote/Trockene Augen - 19%
- Sehstörungen - 29%
- Haarige Ohren und Nase - 3%
- Anhaltende Kopfschmerzen/Migräne - 36%
- RSI-Syndrom - 3%
- Geringere Aufmerksamkeitsspanne - 14%
- Schwaches Gedächtnis - 12%
- Gewichtszunahme - 28%

## HINWEIS FÜR DIE REDAKTION

Für weitere Informationen, Bilder, Videos oder zur Interviewanfrage mit William Higham oder Dr. Frank Emrich wenden Sie sich bitte an die Pressestelle von Fellowes

- Annette Müller: [Annette.Mueller@golin.com](mailto:Annette.Mueller@golin.com) / +49 40 607 71 28 04
- Katharina Richter: [Katharina.Richter@golin.com](mailto:Katharina.Richter@golin.com) / +49 40 607 71 28 05

### Über den Bericht „Der Arbeitskollege der Zukunft“

Fellowes erstellte gemeinsam mit dem Verhaltensfuturisten William Higham und einer Expertengruppe für Ergonomie, Arbeitssicherheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz die Studie „Der Arbeitskollege der Zukunft“. Untersucht wurden die körperlichen und optischen Auswirkungen, für den Fall, dass wir unsere Arbeitssituation und den permanenten Bewegungsmangel nicht adressieren. Um herauszufinden, wie diese Veränderungen aussehen könnten, recherchierte William Studien und Informationen zu diesen Themen aus Frankreich, Deutschland und Großbritannien und traf Prognosen darüber, wie der Arbeitskollege der Zukunft in 20 Jahren aussehen könnte. Der Bericht beinhaltet Erkenntnisse des britischen Ergonomen Stephen Bowden, der französischen Autorin und Inhaberin von „My Happy Job“ Fabienne Broucaret und des deutschen Experten für Gesundheit am Arbeitsplatz und CEO von scalefit Dr. Frank Emrich.

### Über „Emma“

Das lebensgroße Modell „Emma“ wurde auf Basis der Ergebnisse des Berichts „Der Arbeitskollege der Zukunft“ kreiert. "Emma" wurde geschaffen, um die Auswirkungen der aktuellen Arbeitsplatzgestaltung visuell zu demonstrieren und um aufzuzeigen wie sich die Körper der Büroangestellten physisch verändern könnten, wenn gesundes Arbeiten nicht in die Arbeitsplatzgestaltung und das Bürodiesign integriert wird. Das Modell wurde von den Modellbauspezialisten Helix 3D Ltd. erstellt.

### Über die Umfrage „Der Arbeitskollege der Zukunft“

Die Umfrage „Der Arbeitskollege der Zukunft“ wurde von Atomic Research im Juni/Juli 2019 durchgeführt. Die Stichprobe bestand aus 3.003 Teilnehmern; 1.001 in Frankreich, 1.001 in Deutschland und 1.001 in Großbritannien.

### Über Fellowes

Fellowes ist ein Anbieter für gesunde Arbeitsplatzlösungen. Das Unternehmen konzentriert sich auf die Entwicklung von Produkten und Dienstleistungen, welche gesundes Arbeiten der heutigen und zukünftigen Generationen fördern. Die durchdachten ergonomischen Möbel und das ergonomische Arbeitsplatzzubehör des Unternehmens helfen, die Produktivität zu steigern und Fehlzeiten zu reduzieren. Auf diese Weise wird den Mitarbeitern geholfen, ihre komplette Leistung abrufen zu können.

Fellowes ist ein Familienunternehmen, welches 1917 gegründet wurde und heute an 18 Standorten weltweit tätig ist.

## Quellen

---

<sup>1</sup> Deutsche Welle, September 2018

<sup>2</sup> Atomic research, Juli 2019

<sup>3</sup> The Work Colleague of the Future, September 2019