

„Stress am Bau“
(Belastungsmessung an Bauarbeitern)
von Tom Matzek, 04.08.2000
(ORF - Modern Times)

Es ist die ungewöhnlichste Baustelle Österreichs. 20 Arbeiter bauen - 20 Wissenschaftler untersuchen sie dabei. Mit dieser Art von Doppelschicht ist in der Heinrichstraße in Graz ein echtes Freiluftlabor entstanden.



Diese Woche ist die weltweit einzigartige Forschungsarbeit, die von der Unfallversicherung AUVA initiiert wurde, voll angelaufen. Das Kernstück der Studie: Über mehrere Monate hinweg wird bei jedem Bauarbeiter die Tätigkeit von Herz und Kreislauf genau überwacht. Bisher war das nur im Labor oder Krankenhaus möglich.

Der Trumpf der Wissenschaftler in Graz: sie haben Technik aus dem Weltraum zur Verfügung. Der sogenannte "heartman" wurde für das Austromirprogramm entwickelt. Das robuste kleine Kästchen liefert auch unter rauen

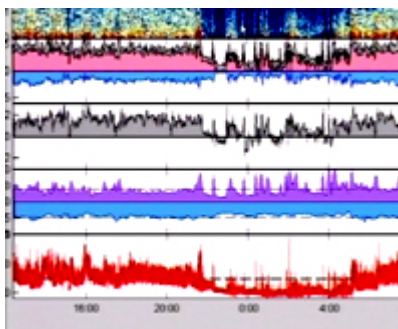
Umweltbedingungen sichere Daten über den Belastungszustand des Organismus.

Die Welt aus der Sicht eines Bauarbeiters: Hohe Gefahren durch Baustoffe und Geräte, starke Belastung des Kreislaufs durch Sonne und Hitze.

Doch immer mehr stellt sich heraus: am schlimmsten stresst der Zeitdruck, der auf modernen Baustellen herrscht. Das Ziel des Forscherteams in Graz: die Langzeitfolgen dieser Stressbelastung auf die Gesundheit festzustellen.

UNIV.PROF. WOLFGANG KALLUS INST. F. PSYCHOLOGIE GRAZ: "Die Hauptschwierigkeit besteht darin, wenn sie in diesem Bereich arbeiten, daß zwischen den Ursachen, die mehr oder weniger kontinuierlich sind, und der Wirkung, eine lange Zeit liegt. Wenn Sie heute feststellen, an dieser Stelle wird günstig oder ungünstig gearbeitet, können Sie den Effekt, dass weniger oder mehr Erkrankungen auftreten, nicht übermorgen feststellen."

Die Weltraumtechnik des "heartman" hilft den Wissenschaftlern weiter. Die Bauarbeiter, wie der Zimmermann Manfred Lipp tragen das Messgerät 24 Stunden am Körper, bei allen Tätigkeiten. Eine Chronobiologin kann bereits vor Ort seine Daten in ihrem Laptop-Computer ansehen.



Diese Messungen geben schon in kurzer Zeit Aufschluss über den Zustand des Organismus. Die Grafiken zeigen das Wechselspiel von Belastung und Erholung, die Schwingungsfähigkeit des Organismus.

UNIV.PROF. MAX MOSER, JOANNEUM RESEARCH WEIZ: "Schwingungsfähigkeit heißt Adaptionsfähigkeit, heißt Anpassungsfähigkeit an unterschiedliche Bedingungen. Wenn diese Anpassungsfähigkeit verringert ist, dann ist die Krankheitsanfälligkeit zwangsläufig höher, weil sich der Organismus nicht so gut an neue Bedingungen anpassen

kann."

Der dauerhafte Ermüdungszustand schlägt sich bei den Bauarbeitern auf die Wirbelsäule. Nahezu jeder hat im Kreuzbeschwerden. 60 % gehen in Invaliditätspension. Für den Arbeitsmediziner ist klar: Hauptursache für die späten Schäden ist der Stress, der zu Verspannungen führt und die Beweglichkeit vermindert.

Jeder Arbeiter auf der Grazer Baustelle wird genau beobachtet, jede Tätigkeit akribisch protokolliert. Die Daten werden mit den medizinischen Messungen verglichen. Erst so ergibt sich ein vollständiges Bild über die Alltagsbelastung am Bau.

Ein weiterer Schwerpunkt der Studie: Sportmediziner beobachten, wie sich die Arbeiter bewegen. Anhand typischer Situationen können mögliche Fehlhaltungen festgestellt werden. Das Team um Dr. Paul Scheibenpflug beschränkt sich dabei nicht auf die Diagnose: direkt vor Ort gibt es Anleitungen zum richtigen Bewegen unter Belastung.

Der Tagesablauf auf der Grazer Baustelle im Zeitraffer. Tausende Bewegungen werden analysiert, tausende Handgriffe protokolliert. Mittendrin wird auch an Lösungen des Stressproblems gearbeitet.



JOHANN BERAN WIRTSCHAFTS-PSYCHOLOGE: "Sinnvoll ist es, den Morgen mit etwas Gemeinsamen zu beginnen. Gleichklang ist so ein Wort, das hat etwas mit Tönen und Rhythmus zu tun, also geht es darum gemeinsam einen Rhythmus zu erwirken. Und dann braucht man das über den Tag verteilt 2, 3, 4mal, und vielleicht sollte man den Tag gemeinsam ausklingen lassen, damit man den Stress hier lassen kann und nicht nach Hause nehmen muss. Das wäre so die Idealvorstellung. Die kostet die Organisation wenig Zeit, bringt aber viel."



Der erste Versuch: Gemeinsame Ausgleichsübungen sollen aktiv vom Arbeitsalltag ablenken und das Gruppengefühl fördern.

Starke Männer zeigen sensible Bewegungen. Kunsttherapie auf Lieferbeton. Auch das passiert auf der ungewöhnlichsten Baustelle Österreichs.