

## Weltherztag: Herzgesundheit im Arbeitsumfeld sicherstellen



Sep 28, 2021 | Bildung & Gesundheit

29. September weltweit im Zeichen der Herzgesundheit / Plötzlicher Herztod:  
Defibrillatoren können Leben retten / Sehr schnelle Hilfe entscheidend / Bei längerer  
Erkrankung schrittweise Wiedereingliederung in Berufsalltag sinnvoll

### Ansprechpartner:

**Ralf Diekmann**  
Pressesprecher Produktprüfung + Academy & Life Care  
+49 221 806-1972  
ralf.diekmann@de.tuv.com

Die unermüdliche Tätigkeit des Herzens nehmen Menschen nur in besonderen Situationen wahr: Schlägt es bei körperlicher Belastung oder Aufregung bis zum Hals, ist das meist nicht besorgniserregend. Anders sieht es aus, wenn es aus dem Takt gerät oder die Leistungsfähigkeit nachlässt. „Zur Herzgesundheit trägt unter anderem auch der Lebensstil bei: Regelmäßige Bewegung, eine Ernährung mit einem hohen Anteil pflanzlicher Lebensmittel sowie der Verzicht aufs Rauchen wirken sich positiv auf das Herz aus. Diese Lebensstilfaktoren stehen oft im Mittelpunkt unserer Maßnahmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung und spielen auch bei der betriebsärztlichen Beratung eine Rolle“, weiß Dr. Wiete Schramm, die als Fachärztin für [Arbeitsmedizin](#) von TÜV Rheinland zahlreiche Unternehmen und Organisationen berät.

### **Schnelle Hilfe kann Leben retten**

Rund 65.000 Menschen in Deutschland sterben jedes Jahr am plötzlichen Herztod. Rund ein Drittel ist jünger als 65 Jahre. Betroffene werden innerhalb von Sekunden bewusstlos. Für den plötzlichen Herztod ist am häufigsten Herzkammerflimmern verantwortlich, das nur durch einen Elektroschock gestoppt werden kann. Schnelle Hilfe ist wichtig, denn mit jeder Minute sinkt die Überlebenschance der betroffenen Person um zehn Prozent. Ein externer Defibrillator (AED) kann dann lebensrettend sein.

Bei der Entscheidung, ob AEDs im Unternehmen angeschafft werden, ist die so genannte Gefährdungsbeurteilung eine Hilfe. Dabei sollten Faktoren einfließen wie die Betriebsgröße, die Zahl der Beschäftigten, der Kunden- und Publikumsverkehr, aber auch betriebsspezifische Gefahren wie die Arbeit mit Strom. Wichtig ist zudem die voraussichtliche Eintreffzeit des Rettungsdienstes. „Im Notfall muss der AED schnell bei der Hand sein. Daher sollten alle Beschäftigten über den Standort des nächsten AED informiert sein. Zudem müssen die Ersthelferinnen und Ersthelfer im Umgang mit dem Gerät geschult werden“, betont Schramm.

### **Zurück in den Beruf nach einer Herzerkrankung**

Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems gehen oft mit einer längeren Arbeitsunfähigkeit einher. Sind Beschäftigte innerhalb von zwölf Monaten länger als sechs Wochen arbeitsunfähig erkrankt, müssen Arbeitgeber ein betriebliches

Eingliederungsmanagement (BEM) durchführen. 5,6 Prozent der BEM-Beratungen von TÜV Rheinland gehen auf Krankheiten des Herz-Kreislauf-Systems zurück. Nach einem Herzinfarkt haben die Fachleute oft schon während der Anschlussheilbehandlung Kontakt zu den Betroffenen. Das ist sinnvoll, denn Angaben zur beruflichen Belastung sind beispielsweise für die Ausrichtung der Rehabilitationsziele wichtig. „Wir bei TÜV Rheinland verstehen das BEM als Chance, individuell passende Hilfen und Erleichterungen zu finden, damit die Mitarbeiterin beziehungsweise der Mitarbeiter möglichst dauerhaft an den Arbeitsplatz zurückkehren kann. Dazu koordinieren wir den Prozess der Wiedereingliederung mit allen Beteiligten im Unternehmen. Wenn es notwendig ist, holen wir auch die Sozialversicherungsträger mit an den Tisch“, erklärt Kathrin Böing, BEM-Expertin von TÜV Rheinland.

### **Stufenweise Wiedereingliederung in den Berufsalltag**

Eine Möglichkeit, nach einer Herzerkrankung an den Arbeitsplatz zurückzukehren, ist die stufenweise Wiedereingliederung. Diese muss innerhalb von vier Wochen nach Beendigung einer Rehabilitationsmaßnahme begonnen werden. „Wir unterstützen auch in Zusammenarbeit mit unseren Betriebsärztinnen und -ärzten dabei zu klären, ob und wie Maßnahmen am jeweiligen Arbeitsplatz umgesetzt werden können. Beschäftigte sind während der stufenweisen Wiedereingliederung arbeitsunfähig und werden schonend, aber kontinuierlich an die Belastung an ihrem Arbeitsplatz herangeführt. Dabei werden Arbeitszeit und Leistung an die persönlichen gesundheitlichen Möglichkeiten angepasst. So kann die Leistungsfähigkeit schrittweise wiedererlangt und das Beschäftigungsverhältnis hoffentlich erhalten werden“, so Böing.

Umfassende weitere Informationen zu zahlreichen Themen der Arbeitssicherheit finden sich unter [www.tuv.com/arbeitsmedizin](http://www.tuv.com/arbeitsmedizin) bei TÜV Rheinland.

Sicherheit und Qualität in fast allen Wirtschafts- und Lebensbereichen: Dafür steht TÜV Rheinland. Mit mehr als 20.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern und einem Jahresumsatz von 2 Milliarden Euro zählt das vor rund 150 Jahren gegründete Unternehmen zu den weltweit führenden Prüfdienstleistern. Die hoch qualifizierten Expertinnen und Experten von TÜV Rheinland prüfen rund um den Globus technische Anlagen und Produkte, begleiten Innovationen in Technik und Wirtschaft, trainieren Menschen in zahlreichen Berufen und zertifizieren Managementsysteme nach internationalen Standards. Damit sorgen die unabhängigen Fachleute für Vertrauen entlang globaler Warenströme und Wertschöpfungsketten. Seit 2006 ist TÜV Rheinland Mitglied im Global Compact der Vereinten Nationen für mehr Nachhaltigkeit und gegen Korruption.  
Website: [www.tuv.com](http://www.tuv.com)