

Dynamischer Schreibtisch als Reha-Leistung



©pr

André Horst hat wieder richtig Spaß an der Arbeit. Und auch zu Hause fühlt sich der 36-Jährige seit nunmehr fast einem Jahr deutlich wohler. Am Arbeitsplatz kann sich der Maschinenbautechniker wieder richtig auf die Arbeit konzentrieren und zu Hause nachts wieder ohne Schmerzen durchschlafen. Dafür hat die Bundesversicherungsanstalt für Angestellte gesorgt: Die BfA verschrieb ihm einen höhenverstellbaren Arbeitstisch und dazu gleich einen orthopädischen Schreibtisch-Stuhl. Seit mehreren Monaten arbeitet Horst im Vertriebsinnendienst nunmehr häufig wechselnd zwischen Stehen und Sitzen - und seine

Rückenschmerzen sind verschwunden.

Noch ist André Horst aus Hille-Rothenuffeln ein Einzelfall, dem die BfA durch dynamische Büromöbel ein Weiterarbeiten im bisherigen Beruf ermöglicht. Doch dieses Beispiel muss nicht einmalig bleiben. Immerhin sind Rückenbeschwerden inzwischen eine Volkskrankheit. 80 Prozent der Bevölkerung klagen über Schmerzen im Kreuz. Und rund 30 Prozent der Erwerbstätigen bekommen vom Hausarzt die "gelbe Karte" gezeigt wegen Erkrankungen des Haltungs- und Bewegungsapparates. Laut Statistik verursachen Rückenbeschwerden bereits 14 Prozent der Arbeitsunfähigkeitsfälle.

Für Mediziner ist völlig klar: Der Mensch ist dafür geschaffen, sich zu bewegen, lange Strecken zu laufen. Statt dessen absolviert er in unserer Gesellschaft täglich einen Sitz-Marathon, der den Stütz- und Bewegungsapparat des Körpers auf Dauer einseitig belastet und dadurch von anfangs leichten Rückenproblemen bis zu Bandscheiben-Vorfällen führt.

Auch André Horst kennt die Entwicklungsstufen vom gelegentlichen Ziehen im Rücken bis zur dauernden Schädigung der Wirbelsäule aus eigener schmerzlicher Erfahrung. Mehr als zehn Jahre lang war er "Schreibtischtäter" als die Rückenschmerzen begannen. Dabei ist der Maschinenbau-Techniker nie ein "Sofatiger" gewesen, sondern betrieb ein bisschen Sport und war als Nebenerwerbs-Landwirt täglich nach der Arbeit mehr in Bewegung als viele andere Büroangestellte. "Dennoch hat sich meine Rückenmuskulatur zurückgebildet", weiß der zweifache Familienvater. Pfingsten 2003, als er zu Hause etwas umbauen wollte, kam es zum Bandscheibenvorfall. Als in den Wochen darauf Spritzen und Muskelaufbau-Gymnastik die Beschwerden nicht wirklich lindern konnten, folgte eine Operation. Doch auch danach hatte Horst noch nachts Schmerzen im Rücken "bis in die Hacke".

Dies war für ihn der Anlass, sich stärker mit den einseitigen Bewegungsabläufen an seinem Schreibtisch zu beschäftigen. Als Vertriebsmitarbeiter der RK Rose + Krieger in Minden kennt er seit Jahren die Vorzüge, die höhenverstellbare Schreibtische bieten - immerhin entwickelt und fertigt das Unternehmen Verstellkomponenten für Büromöbel-Hersteller. Um auf Dauer arbeitsfähig zu bleiben, füllte Horst Ende Januar 2004 einen Antrag auf "Leistung zur Rehabilitation für Versicherte" durch die BfA aus. "Das Formblatt gibt es im Internet." Diesen Antrag übersandte er seiner Krankenversicherung. Hier wurde der Antrag geprüft und mit Bescheinigungen über Arbeitsunfähigkeitszeiten und -diagnosen zur BfA geschickt. "Eine gute Voraussetzung für die Reha-Leistung ist, wenn es aus medizinischer Sicht zwingend erforderlich ist, abwechselnd im Stehen und Sitzen zu arbeiten, um Folgeschäden zu vermeiden", erläutert Horst.

Bereits vor der Antragstellung hatte Horst monatelang mit der BfA korrespondiert. "Das Problem war nicht die eigentliche Bewilligung durch die BfA", erinnert sich der 36-Jährige. Verzögert habe sich alles durch die vielen benötigten Unterlagen von beispielsweise medizinischen Stellen, die

zum Teil erst Wochen nach der Anfrage zugestellt worden sind. "Ich habe ständig hinter irgendwelchen Bescheinigungen her telefonieren müssen." Am besten sei es, sich bei Krankenversicherung und BfA einen festen Ansprechpartner zu suchen und die Kennnummer des Antrags immer parat zu haben.

Der Zeitaufwand hat sich für André Horst aber gelohnt. Seit Juli 2004 arbeitet er an einem Schreibtisch, der sich in der Arbeitsflächenhöhe verstellen lässt. Die Kosten in Höhe von fast 3.500 Euro für Schreibtisch und orthopädischen Stuhl wurden von der BfA komplett übernommen.

An seinem inzwischen dynamischen Arbeitsplatz ist Horst meistens zu 60 Prozent im Stehen tätig. Wann er in welcher Position arbeitet, hängt von den durchzuführenden Aufgaben und seinem jeweiligen körperlichen Befinden ab. Er kommt am besten damit klar, wenn er selbst entscheidet, ob er stehend oder sitzend zum Beispiel telefonieren möchte. Für die Höhenverstellung drückt er nur auf einen Knopf und die Arbeitsfläche bewegt sich automatisch in eine vorgegebene Position. Für Rückengeschädigte, die fürchten die gesundheitsfördernden Positionsänderungen vor lauter Arbeit zu vergessen, gibt es allerdings auch mitdenkende Schreibtische - hier sorgt ein elektronisches Programm in der Steuereinheit des Tisches, dass Intervalle zur Höhenänderung eingehalten werden.

So wie André Horst können sich auch andere Rückengeschädigte um einen dynamischen Arbeitsplatz bemühen. Wer Reha-Leistungen beantragen will, erhält allgemeine Informationen auf den Internetseiten der Bundesversicherungsanstalt für Angestellte (www.bfa.de). Informationen über die Bandbreite und Einsatzmöglichkeiten verstellbarer Büromöbel wie auch Arbeitsflächen für Produktionsbereiche gibt die Branchenkennerin Karin Heller, von "Heller - Ergonomie am Arbeitsplatz", Tel. 0 88 61-25 47 82.

Quelle: pcw

Kontakt: info@themenguide.de

Internet: www.themenguide.de

© Schlütersche Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG