

## Studien zu Bildschirmarbeit

### **SBiB-Studie (Befragung in Schweizer Büros) 2010**

Die Hochschule Luzern hat im Auftrag des Staatssekretariats für Wirtschaft SECO diese sehr ausführliche Studie erstellt. Das Ziel bestand darin, eine statistische Datenübersicht über die Arbeitsbedingungen in Büros zu erhalten. Total haben 1230 Personen an der Studie teilgenommen. Nachstehend einige Schlussfolgerungen und Kennzahlen aus der Studie:

- Bezüglich Arbeitszufriedenheit zeigt sich, dass je unzufriedener die Mitarbeitenden sind, desto ausgeprägter sind die Symptome des Zentralnervensystems. Sehr deutlich ist der Zusammenhang mit dem Erholungsbedarf «arbeitsbedingte Erschöpfung» und «Arbeit kann wegen Müdigkeit am Ende des Tages nicht mehr optimal ausgeführt werden»
- Die überwiegende Mehrheit (82,1%) der Befragten benützt die Computertastatur mehr als vier Stunden pro Tag.
- Bei der Umfrage wurde die Häufigkeit verschiedener körperlicher Symptome innerhalb der letzten zwölf Monate erhoben: Mehr als zwei Drittel (68,3%) der Befragten nannten Probleme im Nacken. Über die Hälfte der Befragten hat Beschwerden im Bereich der Schultern (57,8%), im unteren Rücken/Kreuz (57,1%) und im oberen Rücken (50,8%). Schmerzen in den Handgelenken treten bei 28,7% und in den Ellbogen bei 16,4% der Befragten auf.
- Häufigkeit der Einschränkung der Produktivität durch muskuloskelettale Beschwerden: Ein Fünftel (21,1%) bis knapp ein Drittel (31,9%) der Befragten gibt an, dass ihre Produktivität in der Arbeit durch die genannten muskuloskelettalen Beschwerden eingeschränkt wird. Am häufigsten treten diese Einschränkungen auf bei Problemen an Händen und Handgelenken (31,9%) und bei Nackenproblemen (30,2%).

(Link: <http://www.seco.admin.ch>)

### **Studie „Arbeit und Gesundheit“ 2009 (SECO)**

Das SECO 2009 in seiner Studie „Arbeit und Gesundheit“ folgende Zahlen:

- 40% der Personen, die vorwiegend am Computer arbeiten, leiden an Rückenbeschwerden.
- 25% müssen in einer „schmerzhaften oder ermüdenden Körperhaltung“ arbeiten.
- 50% müssen stets die gleichen Arm- und Handbewegungen ausführen.
- Absenzen kosten die Schweizer Wirtschaft knapp 1 Mrd. Franken im Jahr.
- **80% dieser Kosten wären durch gute Arbeitsbedingungen vermeidbar.**

(Link: <http://www.seco.admin.ch>)

## **BAuA-Studie 2006**

Die deutsche Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA) untersuchte während 12 Monaten in einer Studie mit 1050 Angestellten den Einfluss der Bildschirmarbeit auf Probleme im Schulter-, Nacken und Armbereich. Die gewonnenen Erkenntnisse daraus:

- Die **Dauer der Bildschirmarbeit** zeigte einen **signifikanten Effekt auf Nackenbeschwerden** bei einer durchschnittlichen Bildschirmtätigkeit über 6 Stunden pro Tag.
- Frauen berichten signifikant häufiger über Nacken- und Schulterbeschwerden als Männer.
- Ursache der Beschwerden: Langes Sitzen und **langes Arbeiten am Bildschirm ohne Unterbrechungen**.

Angaben zu Beschwerden innerhalb dieser 12 Monate:

- **56,0%** litten unter Beschwerden im unteren Rücken.
- **54,8%** litten unter Beschwerden im Nacken.
- **37,6%** litten unter Beschwerden in der Schulter.
- **21,1%** litten unter Beschwerden in den Händen und Handgelenken.

(Link: [http://www.baua.de/cln\\_095/de/Publikationen/Forschungsberichte/2006/Fb1082.html](http://www.baua.de/cln_095/de/Publikationen/Forschungsberichte/2006/Fb1082.html))

## **Studie Fraunhofer-Institut für Arbeitswirtschaft und Organisation 2005**

Der direkte **Zusammenhang zwischen Raumqualität und Arbeitsproduktivität** wurde von Wissenschaftlern des Fraunhofer Instituts IAO in der Langzeitstudie Office Excellence Check für die deutsche Bundesregierung nachgewiesen. Mehr als 7.000 Teilnehmer wurden hinsichtlich der Qualität Ihrer Büroräume und der Leistung befragt. Das Ergebnis der Studie zeigt einen direkten Zusammenhang zwischen Raumqualität und Arbeitsproduktivität. Je mehr Gestaltungs-Qualität im Büro realisiert ist, desto mehr trägt dies auch zu einer Verbesserung der Performance bei. Bemerkenswert ist, dass durch die **Optimierung des „Office-Designs“ Performance-Steigerungen von bis zu 36%** möglich sind.

(Link: [http://www.praevention-online.de/pol/inqa-buero/daten/download/OfficeExcellenceCheck\\_Zwischenergebnisse\\_Okt2006jrk.pdf](http://www.praevention-online.de/pol/inqa-buero/daten/download/OfficeExcellenceCheck_Zwischenergebnisse_Okt2006jrk.pdf))

## **Zapera Studie 2008**

Die Studie wurde von Zapera im Zeitraum vom 17. April bis zum 23. April 2008 für Contour Design in Deutschland, Holland, Großbritannien, Dänemark, Schweden und Norwegen durchgeführt. Jeweils 1000 Personen der Altersgruppe 18 bis 60 Jahre wurden befragt.

- **44%** der Befragten gaben an, **kein oder nur wenig Wissen über Massnahmen zur Vorbeugung** gegen durch Computerarbeit verursachtes Unbehagen und Schmerzen zu haben.
- **33%** sind **überhaupt nicht** oder wenig mit den Möglichkeiten zur Einflussnahme bei der **Gestaltung ihres Arbeitsplatzes zufrieden**. 26% sind nur einigermaßen zufrieden.
- **45%** geben an, dass bei einer **Suche nach einer neuen Stelle** das Vorhandensein von ergonomisch guter Ausstattung (z.B. höhenverstellbarer Tisch, ergonomische Maus) von grosser bzw. sehr grosser Bedeutung ist.

(Link: [http://ergonomie-blog.eu/downloads/files/Studie\\_Contour-Design.pdf](http://ergonomie-blog.eu/downloads/files/Studie_Contour-Design.pdf))