Arbeitnehmergesundheit im Wallis

Die Arbeitnehmergesundheit ist seit 2010 ein Thema im Walliser Waldwirtschaftsverband. In Zusammenarbeit mit den sozialen Partnern des Gesamtarbeitsvertrages wurden mehrere Massnahmen zur Förderung der Arbeitnehmergesundheit entwickelt.

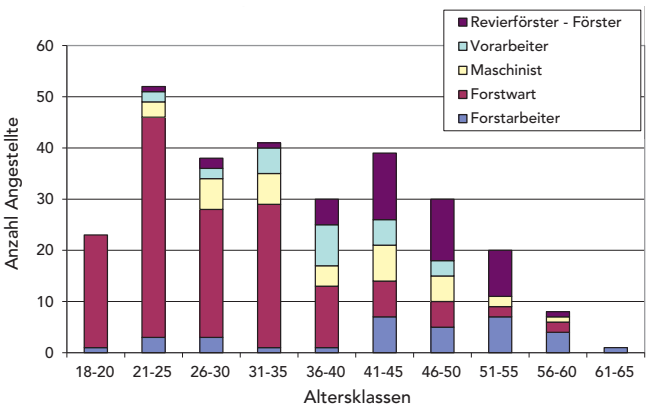
von Christina Giesch, Geschäftsführerin Walliser Wald

Die Problematik

Anlässlich einer Studie von 2010-11 über den möglichen Beitritt einer Vorpensionierungskasse, wurde eine Gesamtaufnahme des Forstpersonals mit Alter und Funktion gemacht. Das Ergebnis war ernüchternd. Der Medianwert *Alter der Forstwarte* betrug gerade mal 26 Jahre (*vgl. Abb. 1*). Daher kam der Waldwirtschaftsverband zum Schluss, dass Massnahmen getroffen werden müssen, damit die Forstwarte länger in den Betrieben bleiben, bevor man überhaupt an einer Vorpensionierung denken kann. Ein wichtiger Ansatz ist nach Möglichkeit ganzjährige Anstellungen anzubieten, dies geht nur bei diversifizierten Betrieben, da im Winter in den Walliser Seitentälern kaum im Wald gearbeitet werden kann. Der zweite wichtige Ansatz war etwas für die Gesundheit der Walliser Forstwarte zu tun. Die Arbeit in den steilen Walliser Wäldern ist anstrengend, nur wenig kann mechanisiert werden und die Anmarschzeiten betragen gut und gerne 30 bis 60 Minuten, natürlich mit Sack und Pack.

Die Lernenden bekommen einen berufsspezifischen Sportunterricht, um sie körperlich auf ihren Beruf vorzubereiten

Abb. 1: Alterspyramide des Forstpersonals im Kanton Wallis 2010 (N = 210).



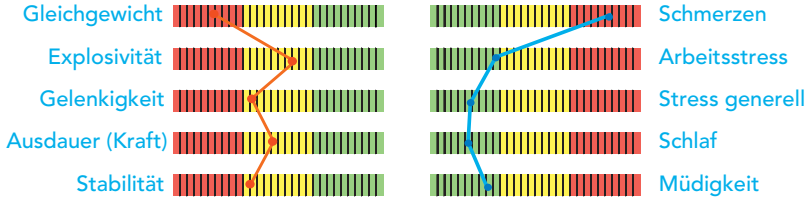
Vier Lösungsansätze

Im Bereich Arbeitnehmer Gesundheit wurden vier Lösungsansätze simultan angestrebt.

Sportunterricht in der Berufsschule

Eine besondere Sorge gilt den jungen angehenden Forstwarten. Früher stammten die Lernenden aus dem ländlichen Raum und waren an körperliche landwirtschaftliche Arbeit von zu Hause aus gewöhnt. Heute sind die Lernenden tendenziell jünger und kommen vermehrt aus städtischen Bedingungen. Ihr Körper ist der schweren Belastung nicht gewachsen. Natürlich entwickeln sich die Jugendlichen schnell nach ihrem Lehrbeginn, jedoch nicht ohne dadurch einen Schaden davon zu tragen. Zudem werden die Muskeln unausgeglichen entwickelt: der Oberkörper mehr als der Unterkörper, der Rücken mehr als die Bauchmuskulatur und der rechte Arm (bei Rechtshändlern) mehr als der linke. Im Unterwallis werden die Forstwartlernenden in der Berufsschule in Martinach unterrichtet. Diese hat in 2011 ihre neue Turnhalle eingeweiht. Die Lernenden (vor allem im Holz- und Baubereich) bekommen dort einen berufsspezifischen Sportunterricht, um sie körperlich auf ihren Beruf vorzubereiten und Gesundheitsprobleme vorzubeugen. Aufbauübungen und Rückenübungen (Lasten tragen) sowie auch Ernährung sind Hauptbestandteile dieser Stunden. Der Schuldirektor ist von diesem Sportunterricht überzeugt. Bis lange haben sich die Unternehmen bezüglich der Sportstunden beschwert: es ei ja nur Zeitvergeudung und der Lernende riskiert noch sich zu verletzten. Nun sehen die Unternehmen den Vorteil eines Sportunterrichts in den die

Abb. 2: Einige Ergebnisse des sportlich-medizinischen Checkups. Die Balken links sind Ergebnisse der sportlichen Tests (Myotest), die rechts stammen aus Eigeneinschätzungen. (N = 36)



Lernenden körperlich stärker und weniger unfallgefährdet werden.

Weiterbildung
Im Wallis sind, neben den 70 Lernenden, noch ca. 300 Personen im Forstbereich beschäftigt. Im Rahmen einer eintägigen Weiterbildung mit den Ärzten und Physiotherapeuten der Suva-Rehaklinik in Sitten konnten diese über Berufskrankheiten, funktionelle Kleidung, ausgewogene Ernährung sowie Ergonomie informiert werden. Diese Weiterbildung wurde bis jetzt dreimal durchgeführt, zwei weitere Tage sind wegen des grossen Interesses bereits geplant.

Sportlich-medizinische Checkups
In 2013 wurde ein mehrjähriges Programm für gesundheitliche und sportliche Checkups gestartet. Ca. 45 Mitarbeiter können sich dieses Jahr in der SUVA-Rehaklinik testen lassen. In den folgenden Jahren werden je 50-70 Mitarbeiter die Möglichkeit haben sich diesem Test zu unterziehen. Diese Checkups wurden zur Hälfte vom Gesamtarbeitsvertrag und zur Hälfte von den Betrieben bezahlt. Die ersten Ergebnisse dieser Checkups haben ergeben, dass 75% der getesteten Mitarbeiter ein Vitamin D Mangel (<75nmol/L) aufweisen. Zwar arbeiten diese im Freien, die Haut ist aber durch die Schutzbekleidung bedeckt und kann so kein Vitamin D generieren. Die sportliche Ausdauer wurde mittels einer Übung am Fahrrad und Messungen des Laktatsgehalts im Blut gemessen. Demzufolge ist das Forstpersonal etwas oberhalb des Durchschnitts bezüglich Ausdauer. In *Abbildung 2* sind einige weitere sportliche Ergebnisse zu sehen. Besonders beim Gleichgewicht und bei der Gelenkigkeit schnitten die Getesteten schlecht ab – je älter, je schlechter. Bei einer Eigeneinschätzung stuften sie sich als wenig gestresst ein, hingegen beklagten sich alle – selbst jene im jungen Alter – über Schmerzen hauptsächlich im Rücken, in den Knien und im Schulterbereich.

In 2013 wurde ein mehrjähriges Programm für gesundheitliche und sportliche Checkups gestartet.

Sonderbetreuung bei Unfällen
Ein letzte Massnahme wird noch zurzeit entwickelt: es geht darum, dass das Forstpersonal eine gezielte Betreuung im Falle eines Unfalls bekommt. Einerseits empfehlen Hausärzte nicht immer kohärente Massnahmen (z.B. keine Arbeitsbefreiung wegen einer verletzten Hand), anderseits müssen Forstwarte gleich wie Sportler behandelt werden (z.B. schonen statt stilllegen eines verletzten Gelenkes). Die Suva-Klinik bietet im Mittelwallis eine solche Betreuung an. Für andere Regionen muss ein solches Angebot noch ausgebaut werden.

Die Ergebnisse der Massnahmen sind viel versprechend. Der Waldwirtschaftsverband erhofft sich so, das Forstpersonal länger im Wald behalten zu können. Die Betroffenen sind für diese Aufmerksamkeit sehr dankbar und schätzen die verschiedenen Massnahmen. Besonders die Checkups stossen auf grosse Begeisterung.

Kontakt:
Christina Giesch, christina.giesch@foretvalais.ch