

# Journaldienst\* macht Ärzte krank

Alarmierende Ergebnisse einer Studie über die Belastung der Mediziner im Spital



Professor Dr. Michael Joannidis

**Die Bedingungen, unter denen Ärzte in Spitälern arbeiten müssen, sind so belastend, dass die Mediziner herzhinfarktgefährdet sind, beweist eine aktuelle Studie der Medizinischen Universität Innsbruck in Österreich.**

Die Autoren Markus Rauchenzauner und Florian Ernst untersuchten im Rahmen dieser Studie die Herz-Kreislauf-Belastung für Ärztinnen und Ärzte während des Journaldienstes mit einer 24-stündigen Rufbereitschaft. 30 Medizinerinnen und Mediziner – der älteste war 45 Jahre – nahmen an den Tests teil, bei denen mit tragbaren Messgeräten Herzrhythmus, Blutdruck, Stresshormone, Harn und Blut rund um die Uhr kontrolliert wurden. Die Ärzte konnten sich in dieser Dienstzeit zwar in Schlafräumlichkeiten zurückziehen, sie wurden allerdings pro Nacht drei- bis fünfmal geweckt, ihre Schlafphasen waren sehr kurz.

Die Ergebnisse sind alarmierend, sagt Studienleiter Professor Dr. Michael Joannidis: „Unsere Studie zeigt ganz eindeutig, dass das gesundheitliche Risiko für die Spitalsärzte unzumutbar hoch ist. Wir hatten auf der Grundlage internationaler Studien zur Schichtarbeit damit gerechnet, dass bei Ärzten, die Journaldienst leisten, Veränderungen im Herzkreislaufsystem auftreten würden. Zu unserer Überraschung hat sich dann gezeigt, dass im Dienst plötzlich Herzrhythmusstörungen auftraten, sogar ventrikuläre.“

## Keine Erholung in Ruhephasen

Die Ärztinnen und Ärzte wiesen eine Reihe weiterer bedenklicher Symptome auf, etwa signifikant höhere Entzündungsparameter und Harnsäurewerte. Im Vergleich zu einem normalen Arbeitstag ohne Nachtdienst war auch der Blutdruck während des gesamten Dienstes erhöht. Obwohl die Ärztinnen und Ärzte zwischendurch schlafen konnten, haben sie sich in dieser Zeit nicht erholt. Im Gegenteil: Der Körper befand sich während des gesamten Dienstes in Alarmbereitschaft. Joannidis: „Alle nachgewiesenen Parameter sind als Risikofaktoren für einen Herzinfarkt einzustufen.“

Die Stressfaktoren sind umso höher, je länger die Mediziner Dienste versehen. Jene Ärztinnen und Ärzte, die schon mehr als zehn Jahre Nachtdienste versehen, zeigten ein höheres Herzinfarktrisiko als jene, die erst wenige Jahre Nachtdienste absolvierten.

Aber auch bei den jüngeren Ärzten ist das Gesundheitsrisiko, das sich aus den Journal- und Nachtdiensten ergibt, nicht zu unterschätzen. Die Innsbrucker Wissenschaftler schließen das aus Vergleichen mit internationalen Studien, die auch Aussagekraft für die Situation der Spitalsärzte haben.

## Höheres Risiko schon nach wenigen Jahren

Ein Beispiel dafür ist die Nurses' Health Study, eine Studie mit Krankenschwestern, die Schichtdienste geleistet haben. Wenn sie mehr als fünf Jahre lang im Schichtdienst eingesetzt wurden, hat sich die Gefahr eines Herzinfarkts um mehr als 50 Prozent erhöht. Bedenkliche Ergebnisse hat auch eine Langzeitstudie über 20 Jahre bei Schichtarbeitern in einer schwedischen Papierfabrik gebracht. Nach zehn Jahren Schichtarbeit hat sich ihr Infarktrisiko um mehr als 100 Prozent gesteigert, zwischen 16 und 20 Jahren Dienst war es sogar um 180 Prozent höher als bei vergleichbaren Personen, die keinen Schichtdienst leisteten.

Ähnliche Resultate erbrachte eine japanische Studie mit rund 18.000 Beteiligten. Sie hat gezeigt, dass das Risiko eines Herzinfarktes bei

Schichtdienst im Vergleich zu Berufstätigen mit Normalarbeitszeit generell um 130 Prozent ansteigt und sich mit zunehmendem Alter deutlich erhöht. Eine Subanalyse nach Alter zeigte, dass bei Schichtarbeitern zwischen 40 und 49 Jahren die Gefährdung um 70 Prozent erhöht war, bei Arbeitern zwischen 50 und 60 Jahren hingegen stieg das Risiko auf 180 Prozent an! Am ungünstigsten erwies sich die Kombination von Schichtarbeit und Bluthochdruck, in dieser Konstellation war ein dreifach erhöhtes Risiko für Herzinfarkt zu beobachten.

## Gravierende Auswirkungen

Joannidis: „Zu diesen Studien muss man sagen, dass wir in Innsbruck die Auswirkungen eines ärztlichen Journaldienstes geprüft haben, bei dem die untersuchten Personen 24 Stunden Dienst versehen haben, also wesentlich länger als in einem gewöhnlichen Schichtbetrieb. Ich nehme deswegen an, dass die Auswirkungen der Belastung bei Ärzten noch gravierender sind als in anderen Berufen.“

Angesichts der Bedrohung, der die Spitalsärzte ausgesetzt sind, halten die Innsbrucker Wissenschaftler eine engmaschige Gesundheitskontrolle für notwendig. Joannidis: „Allen Kolleginnen und Kollegen, die Nacht- oder Schichtdienste leisten, empfehle ich dringend, besonders sorgfältig auf ihre persönlichen kardialen Risikofaktoren zu achten und sie regelmäßig zu kontrollieren. Dazu sollten sie unbedingt Ausgleichsruhezeiten einhalten und präventive Gegenmaßnahmen im Life Style setzen, also Ausgleichssport betreiben und Entspannungsstrategien entwickeln.“

Angesichts der Studienergebnisse werden die Spitalserhalter Maßnahmen setzen müssen, um die Arbeitsbedingungen zum Besseren zu verändern, fordern die Wissenschaftler: „Derzeit sind die Spitalsärzte so überlastet, dass so manche von ihnen in der Lebensmitte selbst zu Patienten werden. Ihr Krankheitsrisiko reicht vom Burn-out-Syndrom bis zum Herzinfarkt – daraus sind dringend Konsequenzen zu ziehen!“

Dr. Kurt Markaritz, Österreichische Ärztezeitung, Nibelungengasse 13, 1010 Wien/Österreich.

\* Schichtdienst