

Gesundheit von Ärztinnen und Ärzten

Prophylaxemaßnahmen bei beruflichem Burnout

Dr. med. Christiane Groß, M.A.
Vorsitzende des Ausschusses
Ärztlicher Beruf und Familie, Ärztegesundheit der
Ärzt
kammer
Nordrhein

Unzufriedenheit **Hilfe** **Schlaflosigkeit** Gleichgültigkeit **Arzt** **Stress** **Ruhe** **Depression**
Erschöpfung **Beruf** **Panik** **Ärztegesundheit** **Hektik** **Burn Out** **Angst**
Therapie **Apathie** **Überlastung** **Entspannung** **Sorgen** **Verantwortung**

Burnout

ist keine Diagnose nach ICD 10
sondern Beschreibung eines Zustandes (Z 73.0)
oder ein Komplex von Symptomen

- Anpassungsstörung (F 43.2)
- Panikattacken (F 41.0)
- Ängste (F 41.1 bis F 41.9)
- Depression (F 32.-, F33,-)
 - Fahrigkeit
 - Selbstzweifel
 - Gedächtnisstörungen
 - Sozialer Rückzug
- Seelischer Zusammenbruch
 - Ermüdungssyndrom (F 48.0)
 - Depersonalisations- und Derealisations-Syndrom (F 48.1)
- Körperlicher Zusammenbruch
 - Psychosomatische Symptome

Körperlicher Zusammenbruch und psychosomatische Symptome

- **somatoforme Störungen (F 45.-)**
 - Rückenschmerzen, Nackenschmerzen, Kopfschmerzen, Herzschmerzen, Magen-Darmprobleme, Rheumatoide Schmerzen, Hautreaktionen, Herzrasen, gestörtes Temperaturempfinden, Schwindel, etc.
- **Schlafstörungen (F 51.-)**
- **Missbrauch von psychotropen Substanzen (F 10 - F 19)**
- **Suizidalität (Z 91.8)**

Phasen bis zur Erschöpfung

- **Idealismus**
- **Begeisterung**
- **Perfektionismus**
- **Ausufernde Aktivität**
- **Abnehmende Leistungsfähigkeit**
- **Emotionale Erschöpfung**
- **Flucht und Rückzug**
- **Isolation und Passivität**
- **Selbstwertkrise / Depersonalisation**
- **Lebenskrise / Zusammenbruch**

**Antrag auf dem 115. Deutschen Ärztetag, Nürnberg, 22.-
25.05.2012**

Psychische Belastungen der Mitarbeiter in Institutionen des Gesundheitswesens

Auf Antrag von Frau Dr. Groß M.A., Herrn Dr. Heister, Herrn Dr. Köhne, Frau Bartels, Herrn Dietrich und Herrn Dr. Hülskamp (Drucksache VI - 116) unter Berücksichtigung des Antrags von Frau Dr. Groß M.A. und Herrn Werner (Drucksache VI - 116a fasst der 115. Deutsche Ärztetag folgende EntschlieÙung:

Ausgerechnet diejenigen Berufe, die sich um die Gesundheit der Gesellschaft kümmern, unterliegen großen psychischen Belastungen. Die zunehmende Arbeitsverdichtung durch ökonomische Vorgaben und Übertretungen der Arbeitszeitrichtlinien werden von den Trägern und Verwaltungen der Institutionen im Gesundheitswesen wissentlich in Kauf genommen.

Der Vorstand der Bundesärztekammer wird ersucht, die Träger von Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen aufzufordern, sich intensiv um die psychische Gesundheitsvorsorge der Mitarbeiter zu kümmern, indem Arbeitsbedingungen geschaffen werden, die die Gesundheit der Mitarbeiter nicht gefährden.

**70 -75 % der Ärzte
fühlen sich belastet bis gefährdet**

**12-18% erleben keine Frustration d.h. sind
nicht gefährdet**

**40 % der Ärzte befinden sich in einem
mittelschweren Burnout**

**5 - 10 % der niedergelassenen und
ca. 20 % der angestellten Ärztinnen und Ärzte
haben Burnout**

- ca. 3 % akutes Burnout
- ca. 17 % schweres Burnout

Risiko!!!

Suizidrate

Männer: ca. 20 /100.000 bei Männern

Ärzte: 1,3 - 3,4 fach erhöht

Frauen: ca. 7 / 100.000 bei

Ärztinnen: 2,2 - 5,7 fach erhöht

Drogen- und Substanzmittelmissbrauch

bei 10 – 15% aller Ärztinnen und Ärzte

(besonders Anästhesisten und Psychiater)

- **ca. 8% Substanzabhängigkeit**
- **ca. 6% Alkoholmissbrauch**

Zahlen entnommen aus diversen Studien 2008 - 2012

Gefährdende Persönlichkeitsmerkmale

- Emotionalität / emotionale Labilität
- Idealistische Berufsplanung
- Begeisterung für den Beruf
- Perfektionismus
- Gewissenhaftigkeit
- Helfen als versteckte Machtausübung
- Erfolgsbedürftigkeit

Anonymer Fragebogen zur Burnout-Prophylaxe

Kammerkolloquium

Düsseldorf 16.07.2011

Rücklauf 155 Evaluationsbögen

Ringvorlesung

Medizin und Ethik RWTH

Aachen 04.06.2012

Rücklauf 65 Evaluationsbögen

Altersgipfel

63% 40-59 Jahre

89% <34 Jahre

Beurteilung der gefühlten aktuellen Situation

21% im Burnout

0% im Burnout

31% sehen sich gefährdet

6% sehen sich gefährdet

**24% sehen auch zukünftig
keine Gefährdung**

**57% sehen auch zukünftig
keine Gefährdung**

Ärztekammer als Ansprechpartner

**Kammerkolloquium
Düsseldorf**

**Ringvorlesung RWTH
Aachen**

Erwartung an eine Ansprechstelle bei der Kammer

ja	40%
eher ja	23%

ja	22%
eher ja	43%

Anonymität gefordert

wichtig	65%
eher wichtig	22%

wichtig	57%
eher wichtig	28%

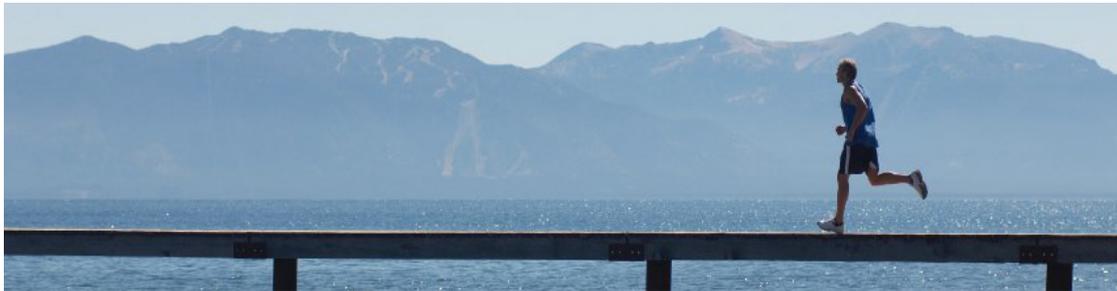
Geplante Maßnahmen der Ärztekammer Nordrhein

- **Kammerkolloquien weiterführen**
- **ggf. Informations-/Fortbildungsveranstaltungen**
- **Artikelreihe im Rheinischen Ärzteblatt**
- Kontaktstelle bei der ÄK einrichten
- Homepage mit aktuellen Informationen
- evtl. eine Broschüre entwickeln



Prävention

- Gesundheit des Einzelnen in den Mittelpunkt statt ökonomisches Diktat
- Humanisierung im psychischen Bereich vorantreiben
- Gemeinsamkeit stärken
- Vereinbarkeit von Privatleben und Beruf
- private Kontakte fördern und umsorgen
- Hobbies , Sport und Bewegung



Deklaration der Menschenrechte - Artikel 24
Skulpturteil in der
„Straße der Menschenrechte“
in Nürnberg



Vielen Dank
für Ihre Aufmerksamkeit