

# Ergonomische Büromöbel gegen Personal-Ausfälle

VON ANDREAS PANKRATZ

Der aktuelle AOK-Fehlzeitenreport 2010 macht es deutlich: Muskel- und Skeletterkrankungen waren im vergangenen Jahr wieder mal die Ursache für die meisten Ausfälle am Arbeitsplatz. In fast einem Viertel aller Fälle (23 Prozent) blieben Arbeitnehmer zu Hause, weil sie etwa über Rückenschmerzen klagten. „Rückenschmerzen gehören inzwischen zum Leben vieler Menschen einfach dazu“, sagt Gregor Mertens vom Institut der Betrieblichen Gesundheitsförderung der AOK-Rheinland.

Allerdings können Arbeitgeber für ihre Mitarbeiter viel tun, um solchen Beschwerden effektiv vorzubeugen. „Das Bewusstsein für ergonomische Möbel ist inzwischen bei vielen Firmen gewachsen“, beobachtet der ausgebildete Sportlehrer Mertens. Das sieht Rainer Fries ganz ähnlich, der mit seiner Firma Your-seat.com

**„Die Mitarbeiter klagten oft über Rückenschmerzen“**



Rainer Fries' Stühle passen sich jeder Sitzposition an. RP-FOTO: BUSSKAMP

Unternehmen und Privatkunden mit orthopädisch geprüften Bürostühlen ausstattet. Einige Modelle können den Sitzenden in allen Dimensionen stützen und erlauben auf diese Weise sogar einen Mittagsschlaf auf der Seite.

Das Problem, so Fries: „Oft machen sich die Mitarbeiter gar nicht bewusst, wie wichtig richtiges, gesundes Sitzen am Arbeitsplatz für ihr Wohlbefinden und ihre Gesundheit sind, und wie nachhaltig sich der richtige Arbeitsstuhl auf den Bewegungsapparat auswirken kann.“ Der modernste Stuhl helfe aber nichts, wenn die Büromenschen

beispielsweise verdreht zum Monitor arbeiten oder ihre Sitzposition nicht oft genug variieren.

Mehrere hundert Euro kosten Fries' Stühle. Doch mit entsprechender Beratung vom Fachmann können sich Investitionen in ergonomische Büroeinrichtung für die Unternehmen bereits nach kurzer Zeit bemerkbar machen. „Unsere Mitarbeiter haben häufig über Rückenschmerzen geklagt“, erinnert sich Eckehard Breuch, Vorstand beim Düsseldorfer Mieterverein, der etwa zehn moderne Stühle von Your-seat.com bekommen hat. „Seitdem sind die Klagen deutlich zurückgegangen.“ Eine gewisse Placebo-Wirkung will Breuch aber nicht ausschließen: „Manche haben schon keine Rückenschmerzen, weil sie wissen, dass sie in einem tollen Bürosessel sitzen.“

Mindestens so wichtig wie die Sitzmöbel sei aber auch die restliche Arbeitsumgebung. Obwohl Orthopäden schon lange empfehlen, abwechselnd sitzend und stehend zu arbeiten, haben sich vertikal bewegliche Tische noch nicht überall durchgesetzt. „Hier fehlt vielen Unternehmen noch die Investitionsbereitschaft“, sagt Klaus Schröder, Geschäftsführer bei der Agentur für Verwaltungs- und Büroeinrichtung (AVB). Er rät: Wer bei solchen Geräten sparen möchte, könne beispielsweise die vorhandenen Tischplatten behalten und nur das herkömmliche Gestell durch motorische Systeme ersetzen.