

## Grenzwerte

### Zu den Schwerpunktsartikeln über Lebensqualität, Arbeitsbelastung und Burnout [1–4]

*Vor nicht allzu langer Zeit war klar, Staubbelastung in Bergwerken, Giftdämpfe in Fabriken und schwere Lasten auf dem Bau waren ohne Murren zu ertragen. Ferien wurde stundenweise gewährt, als Entgegenkommen, nicht als Recht. Wer das nicht aushielt und krank wurde, galt als Versager.*

*Diesen Blödsinn haben wir hinter uns gelassen. Empirisch haben wir Grenzwerte über das Ausmass von Belastungen festgelegt. Fast jede Lebenssituation und jeden Beruf haben wir berücksichtigt.*

*Bei uns selbst zogen wir z.B. Grenzen für die Strahlenexposition. Völlig vernachlässigt haben wir andere wesentliche Belastungen von uns Ärztinnen und Ärzten. Weder die zeitliche noch die emotionale Belastung haben wir ernsthaft hinterfragt. Bis vor kurzem war das wegen einem Übermass an Nachfrage von medizinischen Leistungen gegenüber den personellen Ressourcen auch gar nicht möglich.*

*Das führte zur verinnerlichten Vorstellung, ein richtiger Arzt (Ärztin) habe alles auszuhalten: täglich 12 Stunden lang Patient um Patient zu sehen, auch beim letzten noch freundlich zuvorkommend zu sein; alle Probleme verstehen zu können; sich anschliessend umfassend weiterzubilden, und auch liebevoll für die eigene Familie dazusein. Wer dies nicht erfüllen kann, hat den Beruf verfehlt, ist nicht berufen!*

*Ich erfüll das nicht. Und ich muss sagen, es ist nicht einmal mein Ziel. So wenig wie es mir ein Bedürfnis ist, pathogene Staubbelastungen aushalten zu können. Als naturwissenschaftlich geprägter Homo sapiens trachte ich eher danach, die Realität zu erfassen. Da haben wir heute klare Befunde aus der Epidemiologie, der Psychiatrie/Psychotherapie und seit neuestem auch aus der Neurobiologie. An dieser Realitätsbasis können wir uns ausrichten.*

*Wir sind aber noch weit davon entfernt. Die überdurchschnittlichen Häufigkeiten von Suizid, Scheidung und Burnout bei Ärztinnen und Ärzten zeigen flächendeckende Überschreitungen der Belastungsgrenzen an. Mit Folgen auch für unsere Kinder. In meiner Fachgruppe liegt beispielsweise die Burnoutrate bereits bei fast 40%! [5]*

*Halten wir fest: entsprechend klare Befunde bei Umweltbelastungen würden sofort zu dringlichen Bundesbeschlüssen führen.*

*Das Leben und die Abläufe in der Medizin sind hektischer geworden. Unsere jüngeren Kolleginnen und Kollegen haben das längst erkannt. Mit ihren erfolgreichen Bleistiftstreiks arbeiten sie gegen Ausbrennen und für Qualität. Von ihnen können wir lernen und mit «Grenzwerten» zu zeitlichen und emotionalen Belastungen für eine gesunde Medizin sorgen.*

Heiner Lachenmeier  
FMH Psychiatrie/Psychotherapie

*P.S. Und wenn einer berichtet, er arbeite seit 40 Jahren ohne Ferien, täglich 14 Stunden in der Klinik, das sei also möglich!? – trotz grossem Respekt für diese Leistung kommt mir der Gedanke, dass auch einzelne der ungeschützten Bergwerksarbeiter alt wurden.*

- 1 Reimer C, Jurkat HB. Lebensqualität von Psychiatern und Psychotherapeuten. Schweiz Ärztezeitung 2001; 82(32/33):1733-8.
- 2 Jurkat HB, Reimer C. Lebensqualität und Gesundheitsverhalten von berufstätigen Ärztinnen im Vergleich zu Ärzten. Schweiz Ärztezeitung 2001;82(32/33):1739-44.
- 3 Jurkat HB, Reimer C. Arbeitsbelastungen und Lebenszufriedenheit bei berufstätigen Mediziner in Abhängigkeit von der Fachrichtung. Schweiz Ärztezeitung 2001; 82(32/33):1745-50.
- 4 Trutmann M. Burnout in der Praxis [Interview]. Schweiz Ärztezeitung 2001;82(32/33):1751-3.
- 5 Amstutz M. Burnout bei den psychiatrisch tätigen Ärztinnen und Ärzten im Kanton Zürich. Dissertation, Universität Zürich. 1999.