

# Rückenschmerzen am Arbeitsplatz – Ursachen und Konsequenzen für den Betriebsarzt

B. Hartmann

(eingegangen am 16. 7. 2002, angenommen am 29. 4. 2003)

**Zusammenfassung:** Ziel: Der Betriebsarzt ist mit Rückenschmerzen am Arbeitsplatz sowohl wegen der Häufigkeit als auch wegen der Beziehungen zu den Arbeitsbelastungen als Problem der Verursachung oder der Bewältigung von Arbeit befasst. Es sollen die wichtigsten krankheits- und arbeitsbedingten Ursachen zusammengefasst und Konsequenzen für betriebsärztliches Handeln dargestellt werden

**Methode:** Ursachen und Konsequenzen der Rückenschmerzen werden auf der Basis wesentlicher Literaturquellen und eigener Überlegungen dargestellt.

**Ergebnisse:** Im Vordergrund stehen Rezeptorenschmerz und übertragener Schmerz, myofaszialer Schmerz, radikulärer Schmerz und davon ausgehender projizierter Schmerz sowie der seltene direkte Bandscheibenschmerz.

Arbeit führt zu muskulärer Überforderung, zur Verstärkung degenerativer Veränderungen oder ihrer Folgen sowie zu Stressinteraktionen der Schmerzentstehung und -bewältigung beitragen. Das Heben und Tragen schwerer Lasten sowie Dauerzwangshaltungen im Beugen, Hocken und Knien und Ganzkörpervibrationen sind die wichtigsten Ursachen von Rückenschmerzen am Arbeitsplatz. Der Betriebsarzt soll mitwirken, Ursachen von Rückenschmerzen durch Begehungen am Arbeitsplatz und Beurteilungen der ergonomischen Arbeitssituation aufzuklären, um auf die Gestaltung der Arbeit und die personellen Beziehungen am Arbeitsplatz einwirken zu können, aber auch Arbeitsunfähigkeiten wegen unspezifischer Rückenschmerzen zu begrenzen.

**Schlussfolgerungen:** Die Verhinderung der Schmerzchronifizierung durch rechtzeitige Einleitung von arbeitsbezogener Sekundärprävention und Rehabilitation ist auch eine betriebsärztliche Aufgabe.

**Schlüsselwörter:** Rückenschmerzen – Betriebsarzt – körperliche Belastung – Stress – Sekundärprävention

**Abstract:** Aim of the study: The occupational physician is familiar with backache at the workplace, both because of its frequency and also its relationship to stress at work as a causal problem and as a result of the carrying out of work. The most important disease-related and work-related causes are summarised below and consequences for the activities of the occupational physician are discussed.

**Method:** The causes and consequences of backache are represented on the basis of pertinent literature and our own research.

**Results:** Most important of all are receptor pain and transmitted pain, myofascial pain, radicular pain and as a result of this projected pain and, less commonly, direct intravertebral disk pain.

Work leads to muscular strain and the amplification of degenerative changes or their sequelae, and contributes to the stressful interaction of the development of pain and overcoming pain. Lifting and carrying heavy loads, long-term unnatural positions while bending, crouching and kneeling, and vibration of the whole body are the most important causes of backache at the workplace. The occupational physician should investigate the causes of backache by visiting the workplace and examining the ergonomic situation, to be able to contribute to how the work is carried out and the relationship of the employees to the work, and also to limit unfitness for work as a result of unspecific backache.

**Conclusions:** The prevention of chronic pain as a result of the early introduction of work-related secondary preventive measures and rehabilitation is also the task of the occupational physician.

**Keywords:** backache – occupational physician – physical stress – stress – secondary preventive measures

Arbeitsmed.Sozialmed.Umweltmed. 38 (2003) 566–575