

Tretmühlen des Arbeitslebens – Hilfe aus der Pillendose?



*And though she's not really ill
There's a little yellow pill
She goes running for the shelter
of a mother's little helper
And it helps her on her way,
gets her through her busy day
.....
The pursuit of happiness just
seems a bore
And if you take more of those,
you will get an overdose
No more running for the shelter
of a mother's little helper
They just helped you on your way,
through your busy dying day
The Rolling Stones –
Mother's little helper (1965)*

Während meines Studiums Anfang der achtziger Jahre fuhr ich mit einem befreundeten Anästhesisten zum Kongress „Humanere Medizin“ nach Berlin. Wir trafen uns am Bahnhof. Er hatte einen anstrengenden Nachtdienst hinter sich. Kaum im Abteil des Zuges angekommen, griff er zur Pillendose: er müsse nun schlafen. Sechs Stunden später, kurz vor unserer Ankunft in Berlin, nahm er erneut eine Pille ein. „Hallo-wach“ hieß sie, meinte er scherzhaft. Ja, in der Anästhesie lerne man, Körperfunktionen zu steuern. Damals erschien mir das Verhalten für

einen Arzt eher eigenartig und kaum zum Thema des von uns besuchten Kongresses passend. Jahre später, vor meinem ersten Notarztdienst, empfahl mir ein fürsorglicher Kollege Betablocker, man bliebe cooler und bekäme keinen Tremor.

Valium – „mother's little helper“

Durch Medikamente wie dem von den Rolling Stones als Mother's little Helper bereits 1965 besungenen Valium versprach man sich „better living through chemistry“. Nach meinen Erfahrungen als Internistin wurden Beruhigungsmittel und Schlafmittel von eigentlich gesunden Menschen zur Regulierung des Lebens benutzt. Gerade unter meinen älteren Patientinnen gab es etliche mit Diazepam-Abhängigkeit. Später, in meiner Betriebsärztlichen Sprechstunde in einem Krankenhaus, bemerkte auch die eine oder andere meist weibliche Beschäftigte „Schlaftabletten“ in der Rubrik „regelmäßige Medikation“. Wenn ich sie bei der Untersuchung darauf ansprach, gaben etliche zu, ohne diese kleinen Helfer nicht mehr einschlafen oder durchschlafen zu können. Der Tag-Nacht-Rhythmus sei durch jahrelange Nachtdienste eben aus dem Lot geraten.

Schon immer wurde zur Konzentrationssteigerung am Arbeitsplatz im Krankenhaus das Koffein in hohen Dosierungen in Form von literweise getrunkenem Kaffee eingesetzt. Besonders in den Nachtdiensten gehörte die gutgefüllte Kaffeekanne zu den notwendigen Arbeitsmitteln. Die Pausen-Zigarette war lange Zeit das Signal zur kurzen Entspannung und zum Plausch mit den Kolleginnen. Das wurde natürlich nie als Doping im Sinne des Neuro-Enhancements verstanden.



Autorin

Dr. Ulrike Hein-Rusinek, Fachärztin für Innere Medizin, Betriebsmedizin und Notfallmedizin. BGW Multiplikatorin

Modafinil für Dauernachtwachen

Überrascht war ich dann, als ich vor zirka acht Jahren von einem Pharmareferenten besucht wurde, der mir als Betriebsärztin etwas Neues aus Amerika anbieten wollte, was ich aus meiner Klinikzeit in der Inneren Medizin bereits kannte. Er pries mir Modafinil zum Einsatz bei Schichtarbeitern an. Modafinil hatte ich einmal einer Patientin mit Narcolepsie verordnet. Diese Krankheit ist selbst in der Klinik eine Rarität und Modafinil unterlag damals, soweit ich erinnere, sogar der Betäubungsmittelverordnung. Umso erstaunter war ich über die neue Indikation und der damit verbundenen Anwendungserweiterung auf gesunde Beschäftigte im Nachtdienst. Studien in Amerika hätten belegt – so der Pharmareferent –, dass die Vigilanz bei Schichtarbeitern im Nachtdienst mit Modafinil deutlich verbessert werden könne und damit auch die Fehlerquote sinke. Das wäre doch für unsere Dauernachtwachen eine gute Sache? Damals bin ich nicht auf dieses Angebot eingegangen, wir beließen es im Klinikbereich bei den gewohnten Kaffeekannen zur Vigilanzkontrolle. Durch den DAK-Report „Doping am Arbeitsplatz“ und das von Marianne Giesert und Cornelia Wendt-Danigel herausgegebene gleichnamige Buch wurde ich an den Jahre zurückliegenden Pharma-Referentenbesuch erinnert. Hatte ich etwas verpasst? Ich fragte einige betriebsärztliche Kollegen.

Sie winkten alle ab. Nein, in den Betrieben war Modafinil oder Vergleichbares nie etabliert worden. Ethisch sei das doch auch sehr bedenklich! Nun, wir Betriebsärzte, unsere Interessenvertretungen und Berufsverbände hatten sich ja gerade in den letzten Jahren für die Verbesserung der Arbeitsbedingungen und namentlich die Einhaltung des Arbeitszeitgesetzes eingesetzt.

Gehirndoping als menschliches Optimierungsbestreben?

Liest man nun das bereits 2009 in der Zeitschrift „Gehirn&Geist“ von mehreren Wissenschaftlern veröffentlichte Memorandum „Das optimierte Gehirn“, so glaubt man wirklich, etwas verpasst zu haben. Dort wird selbst der Einsatz bei gesunden Kindern wohlwollend diskutiert. Die Autoren kommen zu dem Schluss, dass „eine pauschale Ablehnung angesichts des positiven Potenzials von Neuro-Enhancement jedenfalls unangemessen und voreilig erscheint.“ Ist – wie im Memorandum am Ende konstatiert wird –, „pharmazeutisches Neuro-Enhancement die Fortsetzung eines zum Menschen gehörenden geistigen Optimierungsbestrebens“? Oder ist es nicht eher eine Kapitulation vor dem allgemeinen Leistungsfetisch? Schneller – konzentrierter – effektiver!

„Wenn man etwas erreichen will, muss man es nur wollen“, so ein chinesischer Abiturient am Rande seiner Prüfung, bei der 50% der Examinanden durchfallen und unter den Augen der Aufsichtspersonen Infusionen zur Stärkung verabreicht werden. Gezeigt wurde das gruselige Szenario am 9. September 2012 in einer Sonntagnachmittags-Sendung des deutschen Fernsehens, in der Jugendlichen die Andersartigkeit des Lebens in China dargestellt werden sollte.

Erhöhter Puls und Kurzatmigkeit nervt den User

Schaut man ins Internet, so findet man in einschlägigen Foren eine rege und durchaus kontroverse Diskussion, besonders in Studentenkreisen. Gibt man „Ritalin“

ein, findet man sofort rezeptfreie Anbieter. Über Beschaffung, Kosten, Wirkung und Nebenwirkung auch von Modafinil besteht ein reger Austausch im Netz. Ein User moniert den hohen Preis, auch „nervt der erhöhte Puls und die gelegentliche Kurzatmigkeit“. Die Wirkung habe ihm aber bei der Bachelor-Arbeit geholfen, er konnte 34 Stunden am PC arbeiten. Die Frage ist nur, ob neben der Vigilanz auch die Kreativität erhalten bzw. gesteigert worden ist? Das bezweifelt die Studie des Büros für Technikfolgenabschätzung beim Bundestag „Der pharmakologisch verbesserte Mensch“, die in diesem Jahr erschienen ist. Hirndoping könne zwar den Wachheitsgrad beeinflussen und die Dauer der Arbeit – die Quantität also verlängern, aber es stehe nicht fest, ob die Qualität der Arbeit positiv beeinflusst werden könne oder nicht sogar absinke.



Foto: Photos.com (fphotos)

Die Studie warnt vor der „Gefahr der Selbstzerstörung eines Wettbewerbssystems durch unbegrenzte Leistungssteigerungserwartung“. Machen wir normale Angestellte zu professionellen Selbstoptimierern und eben auch Selbstausbeutern, wie ein Psychiater beim Düsseldorfer Symposium „Arbeit – Chance und Risiko für psychische Gesundheit“ in diesem Monat meinte. Ist der Anstieg von psychischen Erkrankungen als Frühberentungsdiagnose etwa die Antwort darauf, dass „der Mensch als Ganzes zu einer Leistungsmaschine wird, die störungsfrei zu funktionieren und ihre Leistung zu maximieren hat“? So formuliert es der in Deutschland lebende und lehrende Philosoph Byung-Chul Han in seiner Analyse „Müdigkeitgesellschaft“. Die „Leistungsgesellschaft (...) entwickelt sich langsam zu einer Dopinggesellschaft“.

Nichts ist unmöglich, gilt in der postmodernen Arbeitswelt. Man kann alles erreichen, wenn man nur will, so der oben zitierte chinesische Abiturient. Herrschaftsverhältnisse wie Herr und Knecht gibt es nicht mehr. Die Tretmühlen des Arbeitslebens sind subtiler geworden. Jeder ist seines Glückes (und damit auch Unglückes!) Schmied. Welch' eine irrsinnige Bürde lastet damit auf jedem Einzelnen! Das führt in Konsequenz zur Selbstaussbeutung. Ein Griff zur Pille mit „little Helpers“ moderner Art mag da verlockend erscheinen. Der unter diesen Bedingungen arbeitende und schließlich in einer Depression ausbrennende Mensch, so Han, ist Täter und Opfer zugleich.

Opfer und Täter zugleich

Müssen und wollen wirklich alle schneller, konzentrierter, effektiver arbeiten? Ist stetes Optimierungsbestreben auch am Arbeitsplatz wirklich ein grundlegendes menschliches Bedürfnis? Oder gilt nicht eher der Satz: Ein gutes Pferd springt nicht höher als es muss? Wir sollten die Diskussion des Neuro-Enhancement weiterhin kritisch begleiten. Mit und ohne medikamentöse Unterstützung kann der Preis für permanente Leistungssteigerung und Selbstaussbeutung der Einstieg in eine Erschöpfungspirale sein, an deren Ende Burnout, Depression und Frühberentung stehen. „Der Exzess der Leistungsgesellschaft führt zum Infarkt der Seele“, so der Philosoph Han. □

Literatur:

Thorsten Galert, Christoph Bublitz et al.:

Das optimierte Gehirn, in: Gehirn&Geist, Heidelberg, 11/2009

Marianne Giesert, Cornelia Wendt-Danigel (Hrsg.):

Doping am Arbeitsplatz, Hamburg, 2011

Byung-Chul Han: *Müdigkeitgesellschaft,*

Berlin, 2012

Arnold Sauter, Katrin Gerlinger: *Der pharmakologisch verbesserte Mensch, Studien des Büros*

für Technikfolgen-Abschätzung beim Deutschen Bundestag, Berlin, 2012