

# Bildschirmarbeit und Homeoffice: Auswirkungen auf Muskel-Skelett- Beschwerden vor und nach der Pandemie

Dr. S. Casjens<sup>1</sup>, Dr. S. Griemsmann<sup>2</sup>, Dr. I. Hosbach<sup>1</sup>, Dr. J. Rissler<sup>2</sup>,  
Dr. K. Wechsler<sup>2</sup>, Dr. B. Weber<sup>2</sup>, Dr. C. Clarenbach<sup>3</sup>, Dr. J. Petersen<sup>4</sup>,  
Dr. B. Neubauer<sup>4</sup>, Prof. Dr. R. Ellegast<sup>2</sup>, Prof. Dr. T. Behrens<sup>1</sup>

## Hintergrund

- Zunahme mobiler Arbeit in Deutschland seit Beginn der SARS-CoV-2-Pandemie
- Regelmäßige Verlagerung der Arbeit ins Homeoffice an Arbeitsplätze, die nicht den ergonomischen Anforderungen entsprechen

## Ziel

- Untersuchung der Folgen mobiler Arbeit auf Muskel-Skelett-Beschwerden (MSB) vor und nach der SARS-CoV-2-Pandemie

## Methoden

- Online-Umfrage von September 2023 bis April 2024 (t1) mit Rückblick auf Anfang 2020 (t0)
- Daten von 1.064 Beschäftigten auswertbar
- Bewertung von MSB mittels Brief Pain Inventory auf einer Skala von 0 (keine Schmerzen) bis 10 (stärkste Schmerzen)
- Bildung eines Ergonomie-Scores zu mobiler Arbeitsplatz-Ausstattung (**Abbildung 1**)
- Multivariable Assoziation mit neu aufgetretenen MSB und MSB-Zunahme adjustiert für Geschlecht, Body-Mass-Index, Veränderungen des Gewichts und der körperlichen Aktivität während der Pandemie, Schmerzmittelinnahme, Alter, psychischer Beanspruchung, Kopfschmerzen und Augenbeschwerden

## Ergebnisse

- Anstieg der Personen mit mobiler Tätigkeit (HO-Beschäftigte) zwischen t0 und t1 um 48 Prozentpunkte: 39% (t0) zu 87% (t1)
- 74% der HO-Beschäftigten mit gut oder optimal ausgestatteten Arbeitsplätzen

Prävalenz [%]	Unterer Rücken	Oberer Rücken	Nacken	Oberer Rücken oder Nacken	Schultern
t0	49,1	24,6	40,4	46,0	27,1
t1	42,4	24,2	40,4	45,4	28,6
$P_{McNemar}$	<0,001	0,50	1,00	0,52	0,09

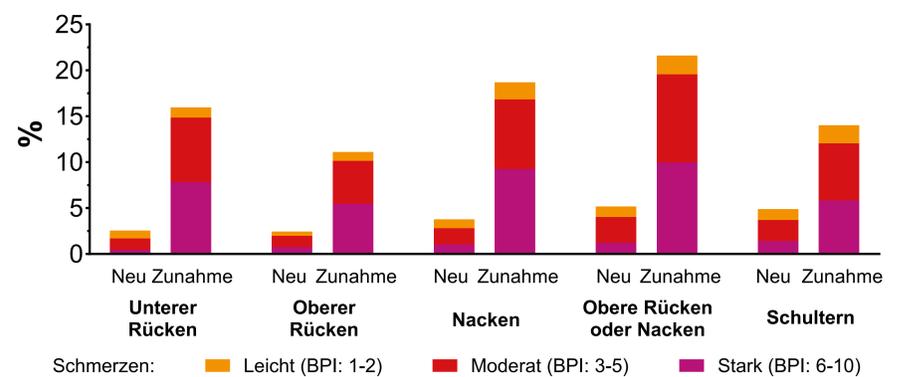


Abbildung 2: Prävalenz, Inzidenz und Zunahme der Schmerzen bei 1.064 Probanden

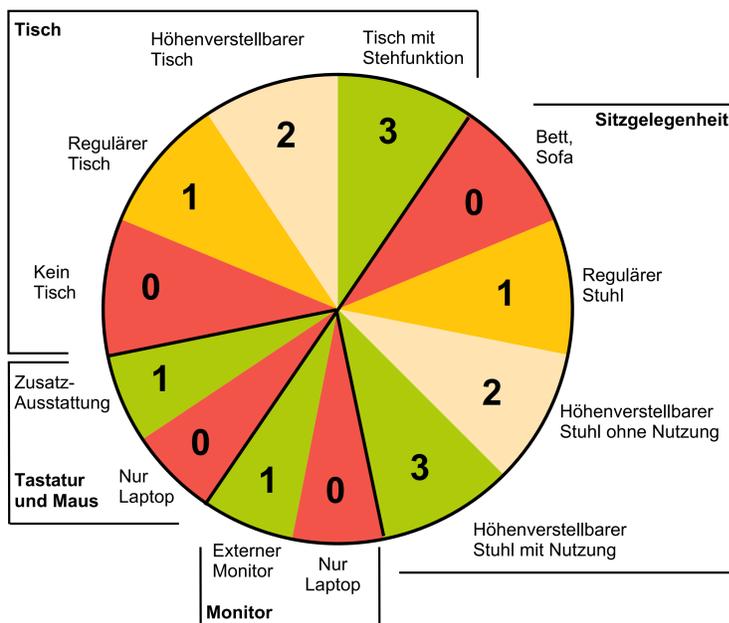


Abbildung 1: Ergonomie-Score der Ausstattung des mobilen Arbeitsplatzes (0-8 Punkte): schlecht (0-1 Punkte), weniger gut (2-4 Punkte), gut (5-7 Punkte), optimal (8 Punkte)

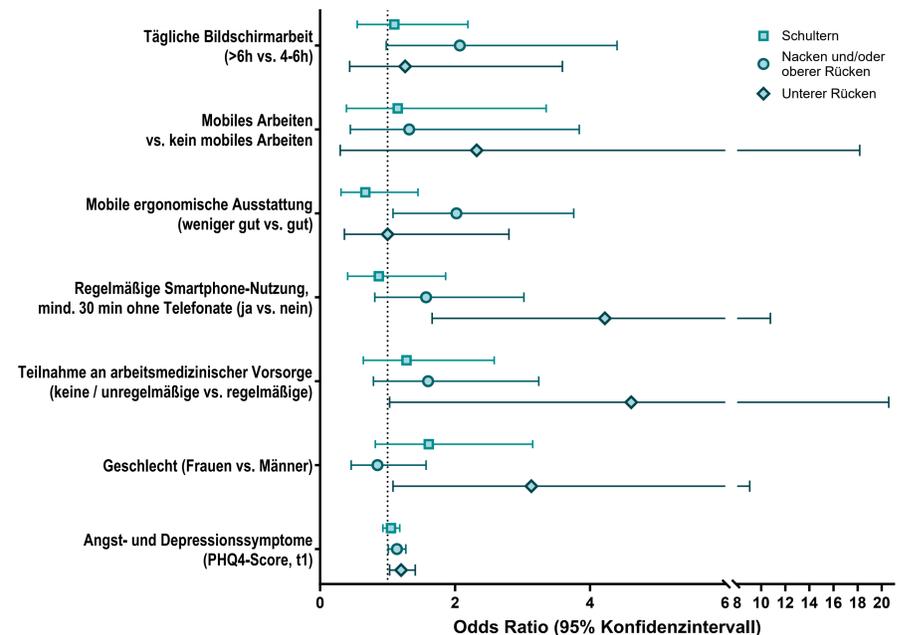


Abbildung 3: Risikofaktoren für neu auftretende Muskel-Skelett-Beschwerden

## Schlussfolgerungen

Zur Vermeidung von MSB sollten Arbeitgeber

- sicherstellen, dass Beschäftigte die erforderlichen Kenntnisse besitzen, um ihre mobilen Arbeitsplätze korrekt einzurichten
- die regelmäßige Teilnahme an passender arbeitsmedizinischer Vorsorge fördern

1 Institut für Prävention und Arbeitsmedizin der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung, Institut der Ruhr-Universität Bochum (IPA)  
2 Institut für Arbeitsschutz der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (IFA)  
3 Berufsgenossenschaft Holz- und Metall (BGHM)  
4 Verwaltungs-Berufsgenossenschaft (VBG)

Kontakt: [swaantje.casjens@dguv.de](mailto:swaantje.casjens@dguv.de)