

Für Sie gelesen

Physisches und psychisches Wohlbefinden bei Arbeiten im Homeoffice

Yijing X, Becerik-Gerber B, Lucas G, Roll SC.
Impacts of Working from Home During COVID-19 Pandemic on Physical and Mental Well-Being of Office Workstation Users. J Occup Environ Med 2021; 63:181-190

In der Literatur werden zunehmend negative Aspekte von mobiler Arbeit beschrieben: Fehlende Kontakte zu Kollegen und Kolleginnen, eine verringerte körperliche Aktivität, schlechtere Ernährung, lange Bildschirmarbeitszeiten, Zunahme der Anzahl und enge Taktung von Online-Besprechungen, ergonomisch unzureichende Arbeitsplätze und -mittel sowie Unterbrechungen durch andere im Haushalt lebende Personen können insgesamt zu erhöhten psychischen Belastungen, Fatigue, Schmerzen sowie Augenbeschwerden führen.

In der vorliegenden Arbeit wurden daher Zusammenhänge zwischen verschiedenen sozialen und verhaltensbezogenen Faktoren mit dem physischen und psychischen Wohlbefinden von 998 US-Büroangestellten, die aufgrund der COVID-19-Pandemie Vollzeit im Homeoffice arbeiten mussten, untersucht. Positive Assoziationen mit einem verbesserten Wohlbefinden beschrieben die Autoren unter anderem durch ein höheres Maß an körperlicher Aktivität, eine verstärkte Kommunikation mit Kollegen sowie durch die Anwesenheit eines Kindes im Haushalt.

Ein weiteres Ergebnis der Studie war jedoch auch, dass ca. 65 % der Befragten über neu aufgetretene körperliche und 74 % über neue psychische Probleme seit Aufnahme der Tätigkeit im Homeoffice berichteten. Hierbei gaben vor allem Frauen und Teilnehmende aus den unteren Einkommensgruppen häufiger Beschwerden an. Im Gegensatz zum positiven Einfluss auf das Wohlbefinden insgesamt war das Zusammenleben mit mindestens



einem Kleinkind der stärkste Einflussfaktor für die Meldung neuer Probleme. Darüber hinaus waren die flexible Planung der Arbeitszeiten „um andere Personen herum“, gestiegene Arbeitszeiten und ein ergonomisch schlecht eingerichteter Arbeitsplatz mit einer höheren Wahrscheinlichkeit von körperlichen oder psychischen Gesundheitsproblemen verbunden.

Die Ergebnisse der Arbeit deuten auf ein insgesamt reduziertes körperliches und psychisches Wohlbefinden von Beschäftigten nach der pandemiebedingten Aufnahme von mobiler Arbeit hin, welches durch Lebensstilfaktoren, die Arbeitsumgebung und soziale Aspekte beeinflusst wird. Die Arbeit im Homeoffice stellt offensichtlich insbesondere für Frauen mit einer möglichen Doppelbelastung im Haushalt eine große Herausforderung dar. Potentiell intensivere Arbeitszeiten ohne angemessene Pausen und die erschwerte Organisation der Arbeit zuhause stehen dabei möglicherweise in direktem Zusammenhang mit den geäußerten Beschwerden.

Der Autor:
 Prof. Dr. Thomas Behrens
 IPA

Für Sie gelesen

Berufsbedingte Inhalationsallergie in lebensmittelverarbeitenden Bereichen

Jeebhay MF, Baatjies R. Occupational inhalant allergy in food handling occupations. Curr Opin Allergy Clin Immunol 2022, 22:64–72

Allergene, die bei der beruflichen Verarbeitung sowie beim Umgang mit Lebensmitteln freigesetzt werden, können eine Sensibilisierung hauptsächlich über den Atemtrakt beziehungsweise über eine geschädigte Hautbarriere hervorrufen. Eine orale Aufnahme der Allergene steht in der Regel nicht im Fokus. Schätzungsweise bis zu 25% der Fälle von berufsbedingtem Asthma und berufsbedingter Rhinitis werden durch die Inhalation von Allergenen in der Lebensmittelverarbeitung verursacht. Zu den wichtigsten Allergenquellen gehören Proteine in pflanzlichen oder tierischen Nahrungsmitteln, Zusatzstoffe wie Enzyme, Aromastoffe, Farbstoffe, Verdickungsmittel und Sulfite. Auch Kontaminanten wie Insekten, Milben, Parasiten und Pilze, die in den Bereichen vorkommen, in denen Lebensmittel gelagert, zubereitet und verarbeitet werden, können die Ursache sein.

Die Sensibilisierung erfolgt in den meisten Fällen indem die Allergene bei der Handhabung der Lebensmittel an den Arbeitsplätzen in die Luft gelangen und anschließend inhaliert werden. Zu den Risikofaktoren für die Entstehung eines Asthmas in diesen Branchen gehören die Allergenität der Nahrungsmittelproteine, die Art der Arbeitsabläufe und die daraus resultierende Höhe der Allergenexposition. Darüber hinaus haben Beschäftigte mit einer atopischen Genese, einer vorbestehenden beruflich bedingten Rhinitis oder einer vorhandenen klassischen Nahrungsmittelallergie auf das zu verarbeitende Lebensmittel ein höheres Risiko Berufsasthma zu entwickeln. In der Veröffentlichung von Jeebhay et al. wird betont, dass die Erfassung der Exposition einerseits wichtig ist, um die Expositionsquellen und Arbeitsabläufe mit hohem Risiko zu identifizieren und andererseits die Wirksamkeit von Interventionen zur Expositionsreduktion zu



überprüfen. Da es nur einige wenige Grenzwerte für die Exposition von sensibilisierenden Stoffen an Arbeitsplätzen gibt und diese auch noch von Land zu Land variieren, wie es zum Beispiel für Mehlstaub der Fall ist, gilt nach wie vor das Minimierungsgebot. Strategien zur Verringerung der Exposition sind im Allgemeinen spezifisch für die Branche beziehungsweise die Tätigkeit. Neben der Umsetzung des STOP-Prinzips sind auch Informationen über das potentielle Risiko und die Anwendung von Schutzmaßnahmen wirksame präventive Maßnahmen, wie eine aktuelle Studie an Auszubildenden in der Landwirtschaft zeigt. Jeebhay et al. weisen in ihrer Übersicht auch darauf hin, dass Fortschritte in der Lebensmitteltechnologie zur Einführung neuer und ungewöhnlicher Allergene, zum Beispiel als Lebensmittelzusatzstoffe, und damit zu neuen Expositionen und weiteren Risiken führen werden. Künftige Studien sollten sich nach Einschätzung der Autoren auf folgende Punkte fokussieren: Expositions-Wirkungs-Studien, um unter anderem verbesserte und einheitliche Expositionsgrenzwerte insbesondere für Mehlstaub zu erarbeiten, die Abschätzung der Bedeutung von gekochten und rohen Lebensmitteln, weitere Identifizierung und Charakterisierung der beruflich relevanten Lebensmittelallergene sowie die Bewertung der Wirksamkeit von Interventionen.

Die Autorin:
Prof. Dr. Monika Raulf
IPA