Swiss Spinal Cord Injury Cohort Study Newsletter | Ausgabe 02/2013

Nottwil, den 13.12. 2013

SwiSCI Studienzentrum
Schweizer
Paraplegiker-Forschung
Guido A. Zäch-Strasse 4
CH-6207 Nottwil
www.paraplegie.ch

In dieser Ausgabe

Ergebnisse aus der SwiSCI Umfrage ..... S. 2
Projekte .....S. 3
Informationen aus dem Studienzentrum .....S. 4
Kontakt .....S. 4

Willkommen

Liebe Leserin, lieber Leser,

herzlich willkommen zur zweiten Ausgabe des SwiSCI Newsletters. Die Auswertung der SwiSCI Daten läuft auf Hochtouren. Wissenschaftler aus dem In- und Ausland analysieren und interpretieren Daten zu Fragestellungen im Bereich Rückenmarksverletzung. Die Erkenntnisse identifizieren wichtige Zusammenhänge zwischen Gesundheit und Lebensqualität querschnittgelähmter Personen. Mit diesen Resultaten stellt SwiSCI Erklärungsansätze bereit, von denen die zukünftige Gesundheits-, Sozial- und Arbeitsmarktpolitik der Schweiz profitieren kann.

Aktuelle Fragestellungen, wie beispielsweise zur Arbeitsreintegration nach Rückenmarksverletzung oder zum Zusammenhang zwischen sozialer Ungleichheit und Gesundheit werden derzeitig untersucht und erste Veröffentlichungen vorbereitet.

Wir möchten diese Ausgabe unseres Newsletters dem Thema Arbeit widmen und Sie über den Einfluss von stresserzeugender Arbeit auf die Lebensqualität informieren. Zudem erfahren Sie in unserem Experteninterview, wie viele Menschen in der Schweiz nach ihrer Rückenmarksverletzung wieder in die Arbeitswelt zurückkehren, was sie dazu motiviert und welche Hürden sie dabei überwinden müssen.

Auf diesem Weg wünschen wir Ihnen frohe Weihnachten und alles Gute für das neue Jahr. Wir freuen uns, Ihnen auch 2014 wieder Resultate aus der SwiSCI Studie präsentieren zu können.

Besuchen Sie doch auch unsere Webseite auf www.swisci.ch, die im neuen Design viele Informationen zu SwiSCI für Sie bereit hält.

Mit herzlichen Grüssen

Christine Thyrian
operative Leitung
SwiSCI Study Center
Schweizer Paraplegiker-Forschung

Martin Brinkhof
wissenschaftliche Leitung
SwiSCI Study Center
Schweizer Paraplegiker-Forschung

Ergebnisse aus der SwiSCI Umfrage

Arbeitsstress und Lebensqualität – Der Effekt von belastenden Arbeitsbedingungen bei querschnittgelähmten Personen

Allgemeiner Hintergrund

Andauernder Termindruck, Überforderung, Perfektionismus oder auch Mobbing am Arbeitsplatz können Stress auslösen und zu weitreichenden psychischen und körperlichen Einschränkungen führen. Depressionen, Verspannungen, Schlafstörungen und Bluthochdruck sind nur wenige Beispiele für körperliche Reaktionen, die durch andauernden Stress entstehen können.

Viele Studien belegen, dass stress-generierende Arbeitsbedingungen zu einer Verminderung der Lebensqualität und der Gesundheit beitragen können[1]. Zudem ist wissenschaftlich erwiesen, dass Stress die Lebensqualität insbesondere bei sozial und finanziell schlechter gestellten Personen herabsetzt. So haben zum Beispiel Menschen mit einer einfachen Bildung und einem niedrigen Einkommen ein höheres Risiko, an Depressionen zu erkranken und einen Schlaganfall zu erleiden, als besser gestellte Personen. Sozioökonomische Faktoren, wie die formale Ausbildung, der Beruf oder das Einkommen spielen demzufolge bei den individuellen Auswirkungen von Stress eine wichtige Rolle.

Die Fragestellungen

Während zum Zusammenhang zwischen Arbeitsstress und Lebensqualität gesicherte Erkenntnisse für die allgemeine Bevölkerung vorliegen, fehlen vergleichbare Studien bei Menschen mit Behinderungen weitgehend. Deshalb hat eine Forschergruppe nun entsprechende Daten aus der SwiSCI Umfrage zusammen mit Daten aus einem internationalen Forschungsprojekt zur Arbeitsmarktintegration querschnittgelähmter Menschen analysiert. Die Studie greift zwei Fragestellungen auf: 1.) Gibt es einen Zusammenhang zwischen beruflich bedingtem Stress und Lebensqualität bei Personen mit Querschnittlähmung? und 2.) Ist der Einfluss von stress-generierender Arbeit auf die Lebensqualität in sozial benachteiligten Gruppen stärker ausgeprägt als in privilegierteren Gruppen?

Wissenschaftliches Vorgehen

Um diese Fragen zu beantworten, werten Wissenschaftler Daten von 386 querschnittgelähmten erwerbstätigen Personen aus der Schweiz, den Niederlanden, Norwegen und Dänemark aus. Diese Personen arbeiteten zum Zeitpunkt der Studie mindestens 18 Stunden pro Woche. Die Wissenschaftler unterteilen die Begriffe „Arbeitsstress“, „Lebensqualität“ und „sozioökonomischer Status “ in Faktoren, die sich anhand

386 Personen mit Querschnittlähmung wurden zu beruflich bedingtem Stress und Lebensqualität befragt

der erhobenen Daten messen lassen.

So wird Arbeitsstress anhand des Ungleichgewichtes zwischen Einsatz (z.B. geleistete Arbeit, erlebter Zeitdruck, hohe Anforderungen) und Belohnung (z.B. Wertschätzung, angemessene Bezahlung) gemessen. Ein Missverhältnis zwischen diesen Faktoren kann zu Stressreaktionen im Erwerbsleben führen. Die Teilnehmenden wurden auch gefragt, inwieweit sie als Arbeitnehmende Einfluss auf arbeitsbezogene Prozesse haben, denn es ist bekannt, dass geringe Kontrolle am Arbeitsplatz ebenfalls zum Arbeitsstressempfinden beiträgt.

Um die Lebensqualität der Befragten abzuschätzen, wird gefragt, wie diese ihre allgemeine Lebensqualität einschätzen und wie zufrieden sie mit ihrer Gesundheit, ihren sozialen Beziehungen, der Ausführung von alltäglichen Aktivitäten und ihrer Wohnsituation seien.

Der sozioökonomische Status wird mittels Schulbildung und finanzieller Situation abgebildet.

Ergebnisse [2]

Die Auswertungen zeigen, dass die Lebensqualität von Arbeitnehmenden mit Querschnittlähmung variiert, und zwar in Abhängigkeit vom Ausmass der Stressbelastung am Arbeitsplatz. Personen, die ein Ungleichgewicht zwischen ihrer Arbeitsleistung und ihrer Vergütung erfahren, haben ein erhöhtes Risiko für eine niedrigere Lebensqualität. Sie sind zudem weniger zufrieden mit ihrer Gesundheit, mit sozialen Beziehungen, mit alltäglichen Aktivitäten und ihrer Wohnsituation. Ähnliche Zusammenhänge konnten die Forscher auch bei Personen feststellen, die wenig Einfluss auf die Arbeitsorganisation, das Arbeitstempo oder arbeitsbezogene Entscheidungen haben. Diese Personen berichteten allgemein von einer niedrigeren Lebensqualität als Personen mit mehr Einflussmöglichkeiten.

Was diese Untersuchung jedoch nicht bestätigt, ist eine Verringerung der Lebensqualität durch stresserzeugende Arbeit besonders in sozioökonomisch benachteiligten Gruppen. Demzufolge zeigen die Daten nicht, dass rückenmarksverletzte Personen mit einer einfachen Ausbildung und finanziellen Problemen mehr an den Folgen belastender Arbeitsbedingungen leiden als besser gestellte Personen.

Ein Grund für das Fehlen dieser Zusammenhänge könnte darin liegen,

[1]

- Kristenson, M. (2006). Socio-economic position and health: the role of coping. In J. Siegrist & M. Marmot (Eds.), Social inequalities in health (pp. 127-151). Oxford: Oxford University Press.
- Tsutsumi, A., Kayaba, K., & Ishikawa, S. (2011). Impact of occupational stress on stroke across occupational classes and genders. Soc Sci med, 72 (10), pp. 1652-1658.

[2]

- Dies sind vorläufige Ergebnisse aus Vorbereitungsarbeiten für eine wissenschaftliche Publikation.

Ein Ungleichgewicht zwischen Arbeitseinsatz und Vergütung führt langfristig zu einem vergrösserten Stressempfinden und einer reduzierten Lebensqualität.

dass diese Untersuchung in Ländern durchgeführt wurde, die über ein gut ausgebautes Sozial- und Gesundheitssystem verfügen. Es kann angenommen werden, dass die günstigen sozialen Rahmenbedingungen in diesen Ländern, wie zum Beispiel Sozialversicherungen, Massnahmen des Arbeitsschutzes oder finanzielle Unterstützungen die negativen Effekte von Arbeitsstress auf die Lebensqualität bei benachteiligten Gruppen abfedern.

Interessant wäre es demzufolge, eine vergleichbare Studie in Ländern mit weniger gut ausgebautem Sozialsystem durchzuführen. Zudem spielen bei Personen mit Rückenmarksverletzungen die soziale Unterstützung durch Angehörige, Freunde und Versorgungsdienstleister eine besonders wichtige Rolle für eine hohe Lebensqualität und Gesundheit. Es wird angenommen, dass soziale Unterstützung die negativen Auswirkungen von Arbeitsstress ebenfalls mindern kann.

Zusammenfassend kann festgehalten werden: Die chronische Arbeitsstressbelastung kann langfristig zu einer schlechteren subjektiven Lebensqualität und geringeren Zufriedenheit in verschiedenen Lebensbereichen führen. Die Effekte von Arbeitsstress auf Lebensqualität scheinen jedoch nicht von der Bildung oder der finanziellen Situation der Arbeitnehmenden abzuhängen.

Projekte

Arbeitsmarktbeteiligung von Menschen mit Rückenmarksverletzungen in der Schweiz

Interview mit Albert Marti, lic. phil.

Albert Marti ist Doktorand an der Schweizer Paraplegiker-Forschung im Bereich Arbeitsmarktpartizipation von Menschen mit Querschnittlähmung (QsL). Im Rahmen seiner Lizentiats Arbeit führte Albert Marti 2008 eine Studie über die berufliche Rehabilitation in den 5 Schweizer Paraplegiker Zentren (Nottwil, Basel, Sion, Balgrist, Genf) durch. Als Teil seiner Doktorarbeit publizierte Albert Marti in der Fachzeitschrift „Spinal Cord“ über die Arbeitsmarktsituation von Personen mit QsL in der Schweiz. Albert Marti ist selbst querschnittgelähmt.

Herr Marti, die Rückkehr zur Erwerbstätigkeit nach einer Rückenmarksverletzung ist einer der wichtigsten Faktoren für die Reintegration in die Gesellschaft, aber auch für die persönliche Selbstbestimmung. Was können Sie sowohl aus eigener Erfahrung, als auch als Wissenschaftler über die Bedeutung der Erwerbsarbeit für betroffene Personen sagen?

Dass Arbeit zur Verbesserung der Integration und der Lebensqualität beiträgt, ist in der Literatur unbestritten. Auch in unserer Studie von 2008 wurden vor allem soziale Faktoren (Arbeit bringt Befriedigung und Arbeit bringt soziale Kontakte) als Gründe genannt, wieso betroffene Personen arbeiten. Zudem strukturiert eine Arbeit den Tag, lenkt von Problemen ab und führt, mindestens teilweise, zu finanzieller Unabhängigkeit. Für mich persönlich sind vor allem die sozialen Kontakte entscheidend. Während des Studiums war ich oft alleine Zuhause am Lernen. Da kann einem schon die Decke auf den Kopf fallen. Daher geniesse ich mein durch die Arbeit erweitertes Netzwerk, die gemeinsamen Mittagessen oder auch ein Feierabendbier mit meinen Arbeitskollegen umso mehr.

Wie viele Personen kehren nach einer Rückenmarksverletzung wieder in die Arbeitswelt zurück? Wie ist die Situation in der Schweiz im Vergleich zu anderen Ländern?

In unserer Studie gaben 87% der Teilnehmer an, zu irgendeinem Zeitpunkt nach der QsL gearbeitet zu haben. Von den Personen im erwerbsfähigen Alter gingen zum Studienzeitpunkt knapp 64% einer bezahlten Arbeit nach. Mit über 64% arbeiten in der Schweiz annähernd doppelt so viele Personen wie im europäischen Durchschnitt (36%). Einer der Hauptgründe für diese hohe Rate dürfte die weitverbreitete und geförderte Möglichkeit von Teilzeitarbeit und anteilmässigen IV-Renten sein, welche es nicht in allen Ländern gibt. Auch der allgemein gute Arbeitsmarkt mit tiefen Arbeitslosenquoten und vielen Jobs im Dienstleistungsbereich, welche von Rollstuhlfahrern gut ausgeführt werden können, dürfte zu diesen guten Zahlen beitragen. Schliesslich spielen meines Erachtens die umfassende berufliche Rehabilitation sowie die guten technischen und finanziellen Möglichkeiten (Anpassung des Arbeitsplatzes und des Computers, Umbau des Autos für die Fahrt zur Arbeit usw.) eine wichtige Rolle.

Wie viele Personen können in ihre vorherigen Arbeitsstellen zurückkehren? In welchen Arbeitsbereichen müssen Personen mit Querschnittlähmung Umschulungen machen?

Die Rückkehr zum alten Arbeitgeber ist die effizienteste Art der Wiedereingliederung, auch wenn es Studien gibt, die erwähnen, dass sich die Betroffenen anschliessend nochmals beruflich umorientieren. In unserer Studie von 2008 gaben gut ein Drittel an, dass sie nach der QsL von ihrem alten Arbeitgeber weiterbeschäftigt wurden, wobei 57% auch ihre alte Arbeitstätigkeit fortsetzen konnte.

Bezüglich Umschulungen zeigte sich, dass nicht ganz die Hälfte der Teilnehmenden nach Eintritt der QsL eine Umschulung absolvierten. Von diesen mussten - nicht überraschend - etwa zwei Drittel von einer eher manuellen Tätigkeit auf eine eher intellektuelle Tätigkeit umgeschult werden. Vielfach bedeutet dies die Umschulung von einem handwerklich-industriellen Beruf auf einen Computer und Büro-Arbeitsplatz.

Mit welchen Hürden sind betroffene Personen häufig konfrontiert, wenn

sie in den Arbeitsmarkt zurückkehren möchten?

Nicht arbeitende Personen nannten als Gründe vor allem Schmerzen, andere gesundheitliche Probleme und als drittwichtigsten Grund, dass sie keine passende Stelle gefunden haben. Diesbezüglich unterscheidet sich die Schweiz von vielen anderen Ländern, in welchen vor allem fehlende Transportmöglichkeiten und der drohende Verlust von Gesundheits- und Sozialleistungen genannt wurden.

Viele Menschen können und möchten heutzutage bis ins hohe Alter arbeiten. Die Gesundheit ist dafür eine wichtige Voraussetzung. Wie sehen Sie diese Entwicklung bei Personen mit Rückenmarksverletzungen? Inwiefern hat das Alter dieser Personen einen Einfluss auf die Erwerbsarbeit?

Sie sprechen ein hochaktuelles Thema an. Die Lebenserwartung von Personen mit einer QsL gleicht sich jener der Fussgänger an, was aber auch heisst, dass altersbedingte Gesundheitsprobleme zunehmen. Gerade jetzt arbeite ich an einer Studie mit SwiSCI Daten, welche sich mit diesem Thema befasst. Erste Resultate lassen darauf schliessen, dass vor allem das Alter bei Eintritt der QsL entscheidend ist für die Rückkehr in den Arbeitsmarkt. Das heisst, je jünger eine Person bei Eintritt der QsL ist, desto eher wird sie anschliessend arbeiten. Ich persönlich habe vor der Studie angenommen, dass sich im Verlaufe der Zeit seit dem Eintritt der QsL gesundheitliche Probleme einstellen und diese Personen somit

Albert Marti

weniger oft arbeiten. Dies hat sich jedoch nicht bestätigt. Die Zeitspanne scheint keinen entscheidenden Einfluss darauf zu haben, ob jemand arbeitet oder nicht. Es ist so, dass Betroffene einige Zeit benötigen um wieder zu arbeiten. Dies kann bis zu 12 Jahren dauern. Danach bleibt die Quote der Arbeitstätigen aber relativ stabil. Das heisst, Personen die seit 15 Jahren eine QsL haben, sind praktisch gleich häufig am Arbeiten wie Personen die seit 35 Jahren damit leben.

Herr Marti, herzlichen Dank für dieses Interview!

Marti, A., Reinhardt, JD., Graf, S., Escorpizo, R., Post, MWM. (2012). To work or not to work: labour market participation of people with spinal cord injury living in Switzerland. Spinal Cord. 2012 Jul;50(7), pp. 521-6.

Informationen aus dem Studienzentrum

Neue SwiSCI Webseite

SwiSCI präsentiert sich seit einigen Wochen mit einem neuen Internet-Auftritt. Auf www.swisci.ch bieten wir Ihnen wissenswerte Informationen zur Studie in drei Sprachen – Deutsch, Französisch und Italienisch. Ein separater Bereich für Wissenschaftler beinhaltet Informationen zu Forschungsprojekten und Kooperationen in englischer Sprache.

Klinischer Studienzweig von SwiSCI läuft nun in allen vier Paraplegikerzentren der Schweiz

Neben dem SPZ in Nottwil hat die Umsetzung der klinischen Studie nun auch im Rehab Basel, der Clinique Romande de Réadaptation Sion und dem Universitätsspital Balgrist/Zürich begonnen. Alle vier Zentren werden die SwiSCI Datenerhebung nun langsam in ihre klinischen Abläufe integrieren. Es werden Daten zur Familien- und Erwerbssituation, zur körperlichen und psychischen Verfassung, zum Gesundheitsverhalten, aber auch zu Schmerzen, zum Fortschritt während der Rehabilitation und zur Funktionsfähigkeit erhoben. Die Datenerhebung wird in Form von Fragebögen und klinischen Tests zur Funktionsfähigkeit durchgeführt. Diese Tests sind jedoch bereits zu einem grossen Teil in den klinischen Routineuntersuchungen enthalten. Mit der Datenerhebung sollen Faktoren identifiziert werden, die langfristig einen Einfluss auf die Funktionsfähigkeit und die Reintegration von Personen mit Rückenmarksverletzungen nach Abschluss der Erstrehabilitation haben. Die Studienergebnisse verhelfen somit dazu, die Rehabilitation sowie die Versorgungssituation nach dem Spitalaustritt zuhause zu optimieren. Personen mit Rückenmarksverletzung können in der Zukunft während und nach der Rehabilitationszeit gezielter unterstützt werden, um eine bestmögliche Selbstbestimmtheit und Lebensqualität zu erhalten.

SwiSCI bei der Rollivision 2014

Wie bereits in den Jahren zuvor wird SwiSCI auf der Rollivision 2014 www.orthotec.ch/de/pub/otc/rollivision.htm wieder mit einem Stand vertreten sein, um Sie über Neuigkeiten aus der Studie zu informieren und Ihre Fragen zu beantworten. Die Hilfsmittelmesse ist ein wichtiger Treffpunkt für Rollstuhlfahrer geworden und stellt Neuheiten aus Orthopädie-Technik, Orthetik und Prothetik vor.

Kontakt

Falls Sie den Newsletter noch nicht automatisch erhalten, können Sie sich jederzeit unter den genannten Kontaktmöglichkeiten anmelden. Der Newsletter erscheint zweimal jährlich und ist kostenfrei. Sie können ihn per E-Mail oder per Post beziehen. Zusätzlich steht der Newsletter auch auf der SwiSCI Webseite zum Download bereit. Eine Abmeldung vom Newsletter ist jederzeit per E-Mail, Anruf oder Brief möglich.

SwiSCI Studienzentrum
Schweizer Paraplegiker-Forschung
Guido A. Zäch-Strasse 4
CH-6207 Nottwil

www.swisci.ch
contact@swisci.ch
Tel: 0800 794 724 (kostenfrei)