DIGITALISIERUNG BELASTET DIE GESUNDHEIT

BKK Gesundheitsreport 2017-- Die Digitalisierung ist auch aus der Arbeitswelt heute nicht mehr wegzudenken. Doch so hilfreich Smartphone und Co. für eine schnelle Kommunikation auch sind, so belastend kann die ständige Erreichbar-

„DIE STÄNDIGE ERREICHBARKEIT IST EIN ZWEISCHNEIDIGES SCHWERT“

keit sein. Diese Entwicklung haben die Betriebskrankenkassen in ihrem jährlichen Gesundheitsreport festgehalten, der Ende November vorgestellt wurde. „Die ständige Erreichbarkeit ist ein zweischneidiges Schwert“, sagte Professor Jan Dettmers von der Medical School Hamburg, der einer der Herausgeber des BKK Gesundheitsreports 2017 ist. Die Digitalisierung im Arbeitsleben eröffne viele Freiheiten, verwische aber auch die

Grenzen zwischen Job und Freizeit. „Die Erwartungshaltung der Beschäftigten, dass auch außerhalb der Dienstzeit noch ein Arbeitsauftrag hereinkommt, stört den Erholungseffekt“, erklärte Dettmers. Kein Wunder also, dass eine Umfrage des BKK-Dachverbandes unter 3.000 Beschäftigten ergeben hat, dass die Menschen die Digitalisierung eher als Belastung denn als Entlastung sehen. Zwar räumten mehr als 40 Prozent ein, dass sie durch die Digitalisierung schneller und effektiver arbeiten. Aber jeder Fünfte fühlt sich dadurch überlastet oder gar ausgebrannt. Und knapp 30 Prozent gaben an, ihre Aufgaben auch außerhalb der regulären Arbeitszeit zu erledigen. Die Folge: emotionale Erschöpfung, schlechter Schlaf und Abwesenheit. Dem kann laut Studie leicht ein Riegel vorgeschoben werden. Vorgeschlagen werden eindeutige Kommunikationsregeln. Zum Beispiel, indem nach Feierabend und am Wochenende Anrufe oder E-Mails vermieden werden. „Betriebe müssen sich verstärkt auf die psychische Gesundheit ihrer Mitarbeiter fokussieren“, forderte Franz Knieps, Vorstand des BKK Dachverbandes.

MF

WISSEN KOMPAKT

Auch 2018 gut informiert-- Die Februar-Ausgabe von *wissen kompakt* widmet sich in vier spannenden Fortbildungsbeiträgen dem Thema „Bruxismus“:

„SCHLAFBRUXISMUS UND SCHLAFBEZOGENE ATMUNGSSTÖRUNGEN“

von Dr. A. Kares-Vrincianu, Dr. N. Rauber, Dr. H. Kares

„BRUXISMUS UND KRANIOMANDIBULÄRE DYSFUNKTIONEN“

von Prof. Dr. I. Peroz

„SEGMENTÜBERGREIFENDE AUSWIRKUNGEN VON BRUXISMUS?“

von PD Dr. D. Hellmann, Prof. Dr. H. J. Schindler, Prof. Dr. M. Schmitter, PD Dr. N. N. Giannakopoulos

„THERAPIEOPTIONEN BEI WACH- UND SCHLAFBRUXISMUS“

von Dr. M. Lange

Die Teilnahme an den Continuing-Medical-Education(CME)-Fortbildungen erfolgt online auf www.Springer-Zahnmedizin.de und ist für die Mitglieder des Freien Verbandes Deutscher Zahnärzte (FVDZ) sowie für Abonnenten von *wissen kompakt* kostenlos. Beides trifft nicht auf Sie zu? Die entsprechenden Anträge finden Sie in dieser Ausgabe ab Seite 49.

wissen kompakt – gebündelte zertifizierte zahnärztliche Fortbildung