

Interventionen zur Förderung der Gesundheit von Pflegekräften: Eine systematische Literaturanalyse

Ann-Kathrin Otto^{1,2}, Carolin Gutsch¹, Laura L. Bischoff¹ & Bettina Wollesen¹

¹Universität Hamburg, ²Technische Universität Berlin

Schlüsselwörter: Altenpflege, Gesundheitsförderungsprogramme

Einleitung

Pflegekräfte in der Altenpflege sind steigenden Arbeitsbelastungen ausgesetzt, wodurch hohe Stressbelastungen, Unzufriedenheit als auch eine hohe Prävalenz von Rückenbeschwerden resultieren. Interventionen zur Reduktion der körperlichen und psychischen Beanspruchungen sind vor dem Hintergrund des demografischen Wandels von besonderer Relevanz (Otto et al., 2019). Die Studie zielte darauf ab, die aktuelle Evidenz über Interventionen zur Verbesserung der körperlichen und psychischen Gesundheit aufzuarbeiten.

Methode

In Anlehnung an die PRISMA Kriterien wurde die Recherche in drei Datenbanken durchgeführt (Medline, PsycINFO, CINAHL). Die Suchstrategie beinhaltete Wortkombinationen zu den Begriffen "elderly care nurses", "physical activity", "stress management", "occupational stress", "musculoskeletal diseases" und "incapacity to work". Die Bewertung der methodischen Qualität der Studien erfolgte mittels der Updated Method Guidelines for Systematic Reviews (Furlan et al., 2015).

Ergebnisse

n= 6 randomisiert kontrollierte Studien konnten identifiziert werden, die die Effekte von Interventionen zur körperlichen Aktivität und Organisation sowie von kognitiv-behavioralen und Multikomponenten Interventionen untersuchten. Die Inhalte der Interventionen und die genutzten Messinstrumente waren heterogen. Vier Studien zeigten eine hohe Qualität ($\geq 7/14$), wobei kognitiv-behaviorale und Multikomponenten Interventionen die körperliche und psychische Gesundheit zu beeinflussen scheinen und positive Effekte auf z.B. Burnout und Nackenschmerzen aufzeigten.

Diskussion

Die Ergebnisse weisen auf das Potenzial von Gesundheitsförderungsprogrammen in der Altenpflege hin. Es werden jedoch weitere qualitativ hochwertige randomisiert kontrollierte Studien benötigt. Aufgrund der komplexen Anforderungen in der Pflege und der hohen Belastungen sollten settingspezifische Interventionen gestaltet werden, die die Wünsche, Bedürfnisse und Hürden der Pflegekräfte integrieren.

Literatur

- Otto, A. K., Bischoff, L. L., & Wollesen, B. (2019). Work-Related burdens and requirements for health promotion programs for nursing staff in different care settings: a cross-sectional study. *International journal of environmental research and public health*, 16(19), 3586.
- Furlan, A. D., Malmivaara, A., Chou, R., Maher, C. G., Deyo, R. A., Schoene, M., ... & Van Tulder, M. W. (2015). 2015 updated method guideline for systematic reviews in the Cochrane Back and Neck Group. *Spine*, 40(21), 1660-1673.