

## Personalmanagement die 11.

# Personalgesundheit



### BEDEUTUNG DER PERSONALGESUNDHEIT FÜR DIE PRAXIS

Wir wollen nicht nur gutes Personal engagieren, wir wollen es auch behalten. Ein angemessenes Gehalt ist sicherlich eine Grundvoraussetzung dafür, dass MitarbeiterInnen nicht in andere Praxen abwandern. Aber eine erkennbare Fürsorge zum Wohlbefinden, Wohlfühlen der MitarbeiterIn in der Praxis ist eine fast genauso wichtige Praxiskennzahl, um MitarbeiterInnen an die Praxis zu binden. In den vorangegangenen Artikeln zum Thema Personalmanagement habe ich bereits einiges dazu ausgearbeitet und ja, Personalmanagement ist kein Selbstläufer, die MitarbeiterIn will heute als individuelle Person „gesehen“ werden und das kann anstrengend sein. Ein wichtiger Stützpfiler dieser Personalfürsorge ist die Förderung der Personalgesundheit. Bemühungen dazu werden von den MitarbeiterInnen gesehen und mehr geschätzt als gemeinhin bekannt.

Die Förderung der Personalgesundheit reduziert die Krankenzustände, stärkt die Motivation und die Produktivität sowie das Wohlbefinden des Personals, insbesondere in Stresssituationen.

**Die Gesundheitsförderung ist allerdings ein komplexes Thema, das sich in diese Teilbereiche gliedern lässt:**

- Förderung der physischen Gesundheit,
- der psychischen Gesundheit,
- der Stärkung des sozialen Zusammenhaltes,
- der Möglichkeit der beruflichen Weiterbildung und der
- Gewährung finanzieller Anreize zur eigenen Gesunderhaltung

### FÖRDERUNG DER PHYSISCHEN GESUNDERHALTUNG

Die Praxisführung sollte allen Mitarbeitenden die Bemühungen zur Gesundheitsförderung mitteilen (rede über das, was du tust!). Dazu ist ein betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM), das in das Qualitätsmanagement eingegliedert ist und damit für alle einsehbar ist, ein geeignetes Instrument. Das BGM kann definiert werden, als ein systematisches und strategisches Programm, das die Gesundheit der Mitarbeitenden durch Prävention, Vorsorge und Gesundheitsförderung unterstützt. Da für die Praxis sowieso ein Betriebsarzt benötigt wird, sollte die Kollegen in das BGM eingebunden werden, indem mit ihr zusammen ein Konzept für eine kontinuierliche Überwachung gesundheitlicher Risiken erarbeitet wird. Auch Physiotherapeuten oder Ernährungsberater können wertvolle Tipps dazu geben.

#### Wichtige Themen sind:

- Unterstützung der Mitarbeitenden bei der Wahrnehmung von betrieblichen Vorsorgeuntersuchungen und Impfungen
- Ergonomische Arbeitsplätze am Behandlungsstuhl
- Höhenverstellbare Arbeitstische in der Verwaltung
- Ermittlung der richtigen Bildschirmhöhe
- Überprüfung der Sitzhaltung am Arbeitsplatz
- Regelmäßige Bewegung fördern: Bewegung steigert die Durchblutung, löst Verspannungen und mindert die Burnout-Gefahr, Beispiele dazu:
  - Vergünstigungen für Fitnessstudios
  - Apps zur Bewegungsanimation anbieten
  - Morgengymnastik vor Betriebsbeginn

- Schritte Challenges unter den Mitarbeitenden
- Dienstfahrrad anbieten
- Laufgruppen unter den Mitarbeitenden organisieren
- Gesunde Ernährung fördern: Gesunde Ernährung wirkt sich positiv auf die Konzentration, des Immunsystems und die allgemeine Gesundheit aus. Beispiele dazu:
  - Bereitstellung von Obst oder Gemüse
  - Bereitstellung eines Wasserspenders
  - Organisation eines Ernährungsworkshops (im Zuge einer Praxisveranstaltung)
- Regelmäßige Pausen einhalten: Ohne regelmäßige Pausen sinkt die Leistungsfähigkeit und die Fehleranfälligkeit steigt an.
  - Pausen aktiv fördern
  - Schaffung von Ruhezeiten
  - Gesundheitsorientierte Farbgestaltung im Sozialraum
  - Bereitstellung von abgeschirmten Möbeln zur Entspannung, Meditation

#### FAZIT

Eine umfassende Förderung der physischen Gesundheit und die Integration in den Praxisalltag und das Qualitätsmanagement zeigt den hohen Stellenwert der Mitarbeitenden in der Praxis. In den nächsten Heften werde ich ebenfalls versuchen, weitere Teilbereiche der Personalgesundheit (Stärkung der psychischen Gesundheit, des sozialen Zusammenhaltes, Förderung der beruflichen Weiterbildung und der Gewährung finanzieller Anreize zur eigenen Gesunderhaltung) praxisnah darzustellen.

*Dr. Frank Hummel*

GRÜN • INTELLIGENT • MODERN