

Tag der Rückengesundheit 2020: forsa-Studie zeigt Handlungsbedarf bei ergonomischer Büroeinrichtung

Zahl der Büro-Beschäftigten wächst kontinuierlich / Anteil der Büros mit ergonomischer Büroausstattung sinkt / Arbeitsumgebung auch entscheidendes Kriterium bei der Arbeitgeberwahl



Wiesbaden, 9. März 2020 - Einseitige Belastungen in Beruf und Alltag schwächen – laut AOK – die stützenden Muskeln des Haltungsapparats und gehören zu den Hauptursachen für Rückenschmerzen. Das gilt auch für die Büroarbeit. Trotzdem investieren längst nicht alle Arbeitgeber in eine adäquate Büroausstattung. Das meldet der Industrieverband Büro und Arbeitswelt e.V. (IBA) zum „Tag der Rückengesundheit“, der am

15. März in Kooperation mit dem Bundesverband deutscher Rückenschulen und der Aktion Gesunder Rücken e.V. (AGR) zum 19. Mal stattfindet. Laut einer aktuellen Studie, die forsa im Auftrag des IBA durchgeführt hat, besitzt mehr als die Hälfte der deutschen Büro-Mitarbeiter keinen ergonomischen Büroarbeitsstuhl.

Anzahl der Büroarbeitsplätze steigt, Ausstattung hinkt hinterher

Neueste Untersuchungen zeigen, dass die Deutschen im Schnitt sieben-
einhalb Stunden pro Tag sitzen. Bei den derzeit rund 32 Millionen Be-
schäftigten, die zumindest einen Teil ihrer Arbeitszeit an einem Schreib-
tischarbeitsplatz verbringen, dürfte diese Zahl noch höher ausfallen.
Trotzdem arbeiteten im vergangenen Jahr nur 47 Prozent dieser Be-
schäftigten an einem Arbeitsplatz, der mit einem ergonomischen Bü-
rostuhl ausgestattet war. „Dabei ist das sogenannte dynamische Sitzen
der Ausgangspunkt für gesundes Arbeiten im Büro“, erklärt Thomas Jün-
ger, Geschäftsführer des Industrieverband Büro und Arbeitswelt e.V. Bei
der Wahl von Bürostühlen sollte darauf geachtet werden, dass diese
über eine Synchronmechanik oder vergleichbare Technik verfügen,
durch die Rückenlehne und Sitz beim Zurücklehnen die natürliche Bewe-
gung des Körpers unterstützen. Ein guter Anhaltspunkt für die Ergono-
mie, Funktionalität und Sicherheit von Drehstühlen und anderen Büromö-
beln ist das Qualitätszeichen „Quality Office“. Es kennzeichnet Produkte
und Dienstleistungen, die uneingeschränkt für die Gestaltung aktueller
Büroarbeitswelten geeignet sind.

Sitzen, Stehen, Gehen: die Erfolgsformel für gesünderes Arbeiten

Als Teil der betrieblichen Gesundheitsförderung empfehlen Experten, mindestens einmal pro Stunde – besser aber häufiger – zwischen Sitzen und Stehen oder Gehen zu wechseln. Durch häufige Haltungswechsel werde so auch während der Arbeitszeit für eine Aktivierung der Muskeln und damit für eine ausreichende Sauerstoffversorgung des Gehirns gesorgt. Voraussetzung dafür sei ein Arbeitsplatz, der den regelmäßigen Wechsel der Körperhaltung zwischen dynamischem Sitzen, Stehen und Bewegen unterstützt.

Eine einfache Möglichkeit, Sitzpausen in den Arbeitstag zu integrieren, sind den Experten des IBA zufolge elektromotorisch höhenverstellbare Sitz-Steh-Arbeitstische. Aber auch hier belegen die Zahlen der im Auftrag des Branchenverbands durchgeführten forsa-Studie noch Handlungsbedarf: Aktuell haben gerade einmal 28 Prozent der Büro-Mitarbeiter die Möglichkeit, einen Schreibtisch für Sitz-Steh-Arbeit zu nutzen.

Ausstattung in puncto Arbeitgeberattraktivität wichtiger als Home-Office-Möglichkeiten und Karrierechancen

„Dabei lohnt es sich“, gibt Thomas Jünger zu bedenken, „nicht nur im Hinblick auf ein gesünderes Arbeitsumfeld, sondern auch in puncto Arbeitgeberattraktivität auf eine gute Arbeitsplatzausstattung zu achten“. Denn immerhin 68 Prozent der in der Studie befragten Arbeitnehmer sagten von sich, dass sie vor einem Stellenwechsel auch einen Blick auf das künftige Arbeitsumfeld werfen würden. Außerdem ist für 86 Prozent der Beschäftigten eine gut gestaltete Arbeitsumgebung wichtig bis sehr wichtig und liegt damit auf der Wunschliste der meisten Arbeitnehmer

deutlich über Kriterien wie flache Hierarchien, Homeoffice-Möglichkeiten oder persönliche Karrierechancen.

Weiterführende Infos:

<https://iba.online/arbeitsplatz-buero/gesundheit/>

<https://iba.online/arbeitsplatz-buero/gesundheit/koerper/>

<https://iba.online/arbeitsplatz-buero/gesundheit/arbeitsplatzgestaltung/>

<https://iba.online/service/newsroom/>

<https://quality-office.org>

Kontakt:

Barbara Schwaibold
Pressesprecherin

Industrieverband Büro und Arbeitswelt e. V.
Bierstadter Straße 39
65189 Wiesbaden
+49 (0)611 1736-25
presse@iba.online

www.iba.online
www.mynewsdesk.de/de/iba-germany

Bildmaterial:

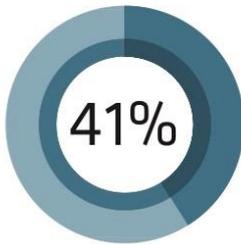


*Eine Büroumgebung, die dynamisches Sitzen sowie regelmäßige Haltungswechsel zwischen Sitzen, Stehen und Gehen unterstützt, leistet einen wichtigen Beitrag zur Rückengesundheit der Mitarbeiter.
Bild: Kununu GmbH, Wien; Fotograf: Carsten Lerp*

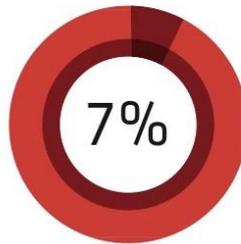


47%

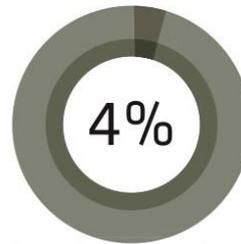
aller Beschäftigten im Büro-
bereich haben
einen Bürostuhl
für dynamisches
Sitzen.



haben einen Dreh-
stuhl mit starrem
Sitz und beweglicher
Rückenlehne.



haben einen Büro-
stuhl mit starrem
Sitz und starrer
Rückenlehne.



haben nichts
davon.

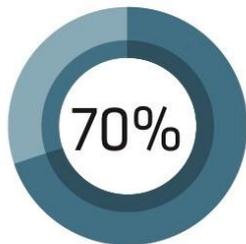
Quelle: Repräsentative Befragungen von 1.511 Beschäftigten im Bürobereich von November bis
Dezember 2019, Durchführung: forsa im Auftrag des IBA

Die Ergebnisse der forsa-Studie 2019 zeigen, dass weniger als die Hälfte aller Beschäftigten über ergonomische Sitzmöbel im Büro verfügen.



28%

aller Beschäftigten
im Bürobereich
arbeiten an
einem Sitz-Steh-
Arbeitstisch.



haben einen
klassischen
Schreibtisch.

Quelle: Repräsentative Befragungen von 1.511 Beschäftigten im Bürobereich von November bis
Dezember 2019, Durchführung: forsa im Auftrag des IBA

*Nur wenige der befragten Beschäftigten profitieren von Sitz-Steh-Arbeits-
tische, die regelmäßige Haltungswechsel während der Arbeitszeit verein-
fachen.*