

## 12-Stunden-Arbeitstag führt in die Frühpension



Prof. Dr. Rudolf Karazman, Facharzt für Psychiatrie und Neurologie, Psychotherapeut, Arzt für Arbeitsmedizin, GF der IBG - Innovatives Betriebliches Gesundheitsmanagement, gegründet 1995. IBG ist mit über 170 MitarbeiterInnen und sechs Standorten Österreichs größtes und erfolgreichstes Unternehmen für betriebliche Gesundheitsförderung und Prävention im Bereich Betriebliches Gesundheitsmanagement und betreut mehr als 570 Betriebe und 55.000 ArbeitnehmerInnen (Stand 2015) unterschiedlichster Branchen und Unternehmensgrößen.

Credit: IBG

Fotograf: Johannes Hloch

Utl.: Aus gesundheitlicher, betriebs- und volkswirtschaftlicher Sicht ist eine Ausweitung des Arbeitstages auf 12 Stunden für die überwiegende Mehrheit abzulehnen =

Wien (OTS) - 1. Jede Arbeitszeitreform zieht Verdichtungen und Rationalisierung nach sich, die bis an die Grenze der menschlichen Belastbarkeit gehen. Das ist der Gang der Industrie- und Arbeitszeitentwicklung. Der 8-Stunden-Arbeitstag ist so verdichtet worden, dass die Stress-Werte in den Belegschaften hoch sind und weiter steigen. Stress steigt exponentiell von Stunde zu Stunde und ist in der 7. Und 8. Stunde am höchsten. Die Zunahme in weiteren Stunde Arbeit wäre noch drastischer. Es gibt eine Kumulation von Stress im Laufe eines Arbeitstages, deren Bewältigung nach entsprechenden Pausen verlangt. Die findet in der Regel nicht oder nicht in ausreichendem Maße statt. Es ist arbeitsmedizinisch gesichert, dass chronischer Stress die Leistungsfähigkeit und Produktivität senkt und krank macht. Für die meisten Arbeitswelten sind daher 12-Stunden-Arbeitstage kontraproduktiv.

2. Mit dem Älterwerden steigen soziale und professionelle Leistungsfähigkeit, aber es sinkt die körperliche Leistungsfähigkeit. Um arbeitsbedingte Frühpensionierungen zu vermeiden und damit das Pensionssystem zu entlasten, müsste mit dem Älterwerden die tägliche Dienstdauer senken. Ein Verlängern des Arbeitstages würde Frühpensionen erhöhen.

3. Insbesondere Nacht-Schichten dürfen nicht verlängert werden. Für

junge Arbeitnehmer beträgt die Verausgabung bei Nachtschichten 156% der Tagesschicht, d.h. ein 8 -Stunden-Nachtschicht ist so verausgabend wie 13 Stunden Tagarbeit. Eine 12-Stunden-Schicht wäre für AN um die 30 so verausgabend wie 19 Stunden Tagarbeit. Ab ca. dem 45. Lebensjahr sinkt die Nachtarbeitstoleranz bei der überwiegenden Mehrheit dramatisch (Körpertemperatur sinkt, neuroendokrine Prozesse werden fragiler, Schlafarchitektur zerbrechlicher). Eine Verlängerung der Nachtschicht ist in den meisten Berufen medizinisch gesundheitsschädlich.

4. Die gesetzlich verpflichtende Einhaltung der chemischen Grenzwerte MAK (maximale Arbeitsplatz-Konzentration) ist auf 8-Stunden-Arbeitstage ausgerichtet. Berechnungen für 12 Stunden-Arbeit liegen in der Regel gar nicht vor. Daher würde eine Ausweitung des Arbeitstages in weiten Bereichen der Arbeitswelt Gesundheit schädigen und geltendes Recht verletzen.

Als Projektleiter großer AZ-Projekte mit Verringerung der WAZ und der Nachtarbeit bei voestalpine, Agrolinz Melamin, Polyfelt, Smurfit Nettingsdorfer möchte ich hinweisen, dass die AZ-Verkürzung die Verkürzung von Nachtarbeit zu einer Verbesserung der Produktivität geführt hat, zu einem Sinken der Krankenstände und einem längeren Verbleib im Arbeitsprozess.

Prof.Dr. Rudolf Karazman, FA für Psychiatrie und Neurologie,  
Psychotherapeut, Arzt für Arbeitsmedizin. Gründer der IBG.

Mehr dazu:

[www.ibg.co.at](http://www.ibg.co.at)

[www.arbeitundalter.at](http://www.arbeitundalter.at)

~

Rückfragehinweis:

Renate Ruhaltinger-Mader

[presse@ibg.co.at](mailto:presse@ibg.co.at)

[office@fabelhaft.biz](mailto:office@fabelhaft.biz)

Mobil: +43 676 3849022

~

Digitale Pressemappe: <http://www.ots.at/pressemappe/7695/aom>

\*\*\* OTS-ORIGINALTEXT PRESSEAUSSENDUNG UNTER AUSSCHLIESSLICHER  
INHALTLICHER VERANTWORTUNG DES AUSSENDERS - WWW.OTS.AT \*\*\*

OTS0012 2016-10-06/08:45

060845 Okt 16

Link zur Aussendung:

[http://www.ots.at/presseaussendung/OTS\\_20161006\\_OTS0012](http://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20161006_OTS0012)