

Bewegung und Ergonomie in der Lehrlings-Ausbildung am BAU (BELA-BAU)

Staffel 22-Ausbildungsjahr 2018/2019

Rauchgewohnheiten der Teilnehmer und Leitlinien konforme Kurzzeitintervention „Rauchfrei!“

B. Jungclaus¹, E. Emken², F. Hüttmann¹, M. Trudewind¹, A. Wahl-Wachendorf¹

¹ Arbeitsmedizinischer Dienst der BG BAU (AMD.BG BAU)

² Ausbildungszentrum der Bauwirtschaft- Bau-ABC Rostrup, Bad Zwischenahn



Einleitung

BELA-BAU ist ein Gemeinschaftsprojekt des Arbeitsmedizinischen Dienstes der BG BAU (AMD der BG BAU) und des Ausbildungs-Zentrums der Bauwirtschaft Bad Zwischenahn-Rostrup (Bau-ABC Rostrup). Lehrlinge der Bauberufe werden mit BELA-BAU zu Beginn ihres Berufslebens für tätigkeitstypische Hebe- und Tragebelastungen sensibilisiert, mit praktischen Übungen werden Körperwahrnehmung und motorische Grundfertigkeiten geschult und Dehntechniken für informelle Kurzpausen vermittelt, die in den Arbeitsalltag eingebaut werden können.

Im Ausbildungsjahr 2018/2019 wurden erstmalig zwei neue Module „Rauchfrei“ und Ernährungsberatung in das Programm aufgenommen. Diese zusätzliche „Bausteine“ wurde bewusst als Konsequenz aus früheren Ergebnissen gewählt. (1).

Methode

Im Ausbildungsjahr 2018/2019 haben 110 Auszubildende an dem jeweils 12-stündigen BELA-BAU Training teilgenommen, 87 Teilnehmer haben den abschließenden Bewertungsbogen ausgefüllt. An den Workshops zum Thema „Rauchfrei“ haben 95 Auszubildende teilgenommen und 81 haben der Datenerhebung und Auswertung zugestimmt. Neben Alter, Größe und Gewicht wurden die aktuellen Rauchgewohnheiten und frühere Rauchererfahrungen, sowie das Vorliegen von Lungenerkrankungen und ob innerbetriebliche Maßnahmen zum Nichtraucherschutz bestehen, erfragt. Ferner wurde der Fagerström-Test zur Beurteilung einer etwaigen Nikotinabhängigkeit und eine Messung von Kohlenstoffmonoxid (CO) in der Ausatemluft durchgeführt. Die Ergebnisse sowie die diversen gesundheitlichen Risiken des Rauchens wurden danach besprochen. In der Abschlussbefragung beim letzten Termin wurden die Auszubildenden gebeten, das BELA BAU Programm und das zusätzliche Modul „Rauchfrei“ zu bewerten. Zudem wurde erfragt, ob sie nach den Workshops das Rauchen eingestellt oder reduziert hätten.



Bild 1: Baustellen-Tristesse: Aschenbecher-Igel

provisorischer Raucherunterstand

Ergebnisse

Die Teilnehmer geben BELA BAU erneut gute Noten (84 auswertbare Rückläufer) 92 % sind dafür, das Training auch zukünftig am Bau-ABC anzubieten, die Zustimmung zu den Trainingsinhalten liegt zwischen 88 und 96%.

Das Durchschnittsalter der Teilnehmer lag bei 20 Jahren, 52% sind übergewichtig (BMI >25) und 20% sogar eindeutig adipös (BMI > 30). 50 (=62%) sind Raucher, 31 (=38%) Nichtraucher, davon 27 Nie-Raucher. Von den Rauchern konsumieren 44 Zigaretten, 15 rauchen Wasserpfeife (9 davon beides); 1 Teilnehmer „dampft“ zusätzlich E-Zigaretten. Die Aufhörmotivation der Raucher lag bei 11 Teilnehmern (22%) über 5 (6-10) auf einer Skala von 1 bis 10. Im Fagerström-Test gaben 9 Teilnehmer ≥ 6 Punkte an-> Hinweis auf starke Nikotinabhängigkeit. Die Testung auf Kohlenmonoxid in der Ausatemluft (vormittags zwischen 8:30 h und 10:30h) ergab bei den Rauchern einen Mittelwert von 15 ppm (2-36 ->vergleiche: Arbeitsplatzgrenzwert-AGW-für CO: 35 mg/m³, bzw 30ppm). Die Nicht-raucher hatten einen Durchschnittswert von 3 ppm; dabei war ein Spitzenwert von 14 ppm (durch Passivrauchen im Auto bei der morgendlichen Anfahrt).

1) Jungclaus B, Emken E, Kluin M, Seidel D, Wahl-Wachendorf A: Bewegungstraining und Ergonomie in der Lehrlings-Ausbildung am Bau (BELA-BAU) – Ausdauerleistungsfähigkeit, Rauchgewohnheiten und Körpermasseindex (BMI) der Teilnehmer des Ausbildungsjahres 2014/2015-DGAUM Jahrestagung 2016

2) S3-Leitlinie „Screening, Diagnostik und Behandlung des schädlichen und abhängigen Tabakkonsums“ AWMF-register Nr. 076-006, (Stand 09.02.2015) AWMF online

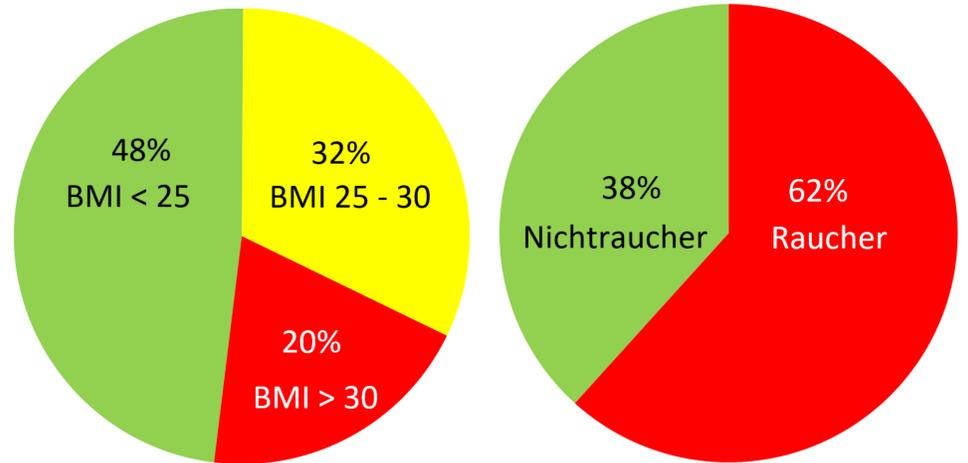


Bild 2: BMI und Raucherstatus (n=81) - Auswertung BELA BAU - Staffel 22- Ausbildungsjahr 2018/2019

Die 81 Teilnehmer, deren Angaben ausgewertet werden konnten stammen aus 44 Betrieben der Bauwirtschaft. 43% der Auszubildenden berichteten über einen betrieblichen Nichtraucherschutz. 57% berichteten, dass in Fahrzeugen und/oder Tagesunterkünften geraucht wird und auf Nichtraucher keine Rücksicht genommen wird. Bezogen auf die 44 Betriebe gibt es in 12 Betrieben (28%) einen betrieblichen Nichtraucherschutz und in 32 (72%) ist das nicht der Fall.

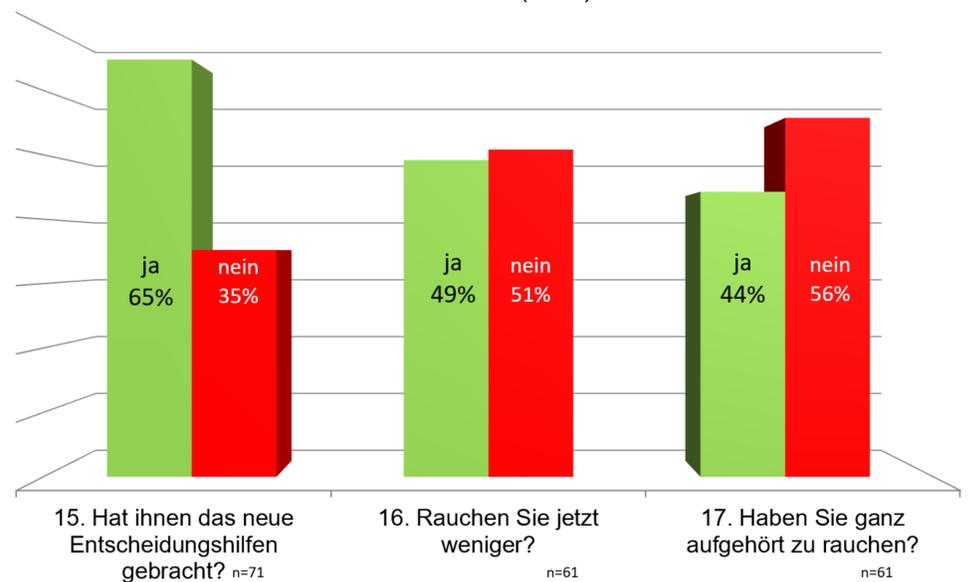


Bild 3: Auswertung Abschlussbefragung Angaben der Auszubildenden, die an den Workshops teilgenommen und eine Abschlussbewertung abgegeben haben

In der Abschlussbefragung zum Ende der Staffel gab es eine Bewertung von 80 Teilnehmern zur Ernährungsberatung, 56 davon (70%) kreuzten an, dass sie die Inhalte der Ernährungsberatung für sich hätten umsetzen können. Die Bewertungsfragen zum Modul Rauchfrei wurden in unterschiedlichem Umfang von den Teilnehmern beantwortet: 65% der Teilnehmer gaben an, „neue Entscheidungshilfen“ kennen gelernt zu haben. 49% kreuzten an, weniger zu rauchen, 44% ganz aufgehört zu haben.

Schlussfolgerungen

Die AWMF S3 „Tabakleitlinie“ (2) empfiehlt eine standardisierte Anamneseerhebung und ärztliche Kurzzeit-Interventionen für junge Raucher.

Rauchen ist je nach Ausmaß und Dauer mindestens eine Angewohnheit mit hohem gesundheitlichen Risiko und Belästigung der Mitmenschen.

Selbstrechtfertigung wider besseres Wissen und gleichzeitige Handlungsblockade (kognitive Dissonanz) kennzeichnen das Verhalten vieler Raucher.

➤ Unsere Daten weisen darauf hin, dass strukturierte, leitlinienkonforme betriebsärztliche Intervention diese Handlungsblockade zumindest kurzfristig durchbrechen kann.

➤ Neue Formen des Rauchens wie Wasserpfeife (Shisha) und E-Zigarette sind auf dem Vormarsch. Wir haben unser Beratungsangebot erweitert.

➤ „betrieblicher Nichtraucherschutz“ ist noch nicht in allen Betrieben der Bauwirtschaft gelebte Praxis; diesbezüglich besteht Optimierungsbedarf.