

Vortrag von Dr. Gerd Schweda

Arbeitsmediziner: Menschen mit Burn-out-Symptomen fallen auf

Ahlen (ak). „Burnout – die missverständliche Krankheit“ lautet der Titel eines interessanten Vortrags am Dienstagabend im Restaurant Chagall. Der Ahlener Industrie- und Wirtschaftsclub und die CDU-Mittelstandsvereinigung hatten als kompetenten Referenten Dr. Gerd Schweda gewinnen können. Der Facharzt für Arbeitsmedizin stellte psychisch-vegetative Erschöpfungszustände dem Burnout (Ausgebranntsein) gegenüber.

Erschöpfungszustände, so der Spezialist, könnten mit einer „Redekur“ psychotherapeutisch behandelt werden. Das Erlernen von Entspannungstechniken, positives Denken, Sport und Ablenkungsmechanismen seien hilfreich, um die Symptome wie Schwindel, Muskelverspannung, Schlaflosigkeit und erhöhte Reiz-

barkeit bis hin zum aggressiven Verhalten zu mildern.

Bei dem vom Arzt diagnostizierten „Burnout“ gebe es dagegen nur eine Behandlungsmöglichkeit: die Unterbringung in einer Klinik, die Gabe von Psychopharmaka und später die schrittweise Wiedereingliederung in das Arbeitsleben. Das könne ein langer Prozess werden. Anhand zahlreicher Beispiele aus der Praxis machte Dr. Schweda deutlich, dass die Krankheit ohne Behandlung oft mit einem Suizid endet. 16 000 Selbstmordfälle pro Jahr in Deutschland sprächen eine deutliche Sprache.

Mit dem Burnout einher gehe immer auch eine schwere Depression. „Der Betroffene tritt den Rückzug an, ist sarkastisch und zynisch und hat einen deutlichen Leistungsabfall“, zeigte der Refer-

ent die Symptome auf. „Diese Menschen fallen auf.“ Betroffen seien nicht nur Führungskräfte in der Wirtschaft, sondern auch Ärzte und Krankenschwestern, alle Berufe mit Helfersyndrom.

Anfällig für Erschöpfungszustände seien zunehmend auch „multitaskfähige“ Mitarbeiter, die wie ein Computer mehrere Arbeiten gleichzeitig erledigen müssten. Folge seien Konzentrationschwächen und die zunehmende Unfähigkeit, wichtige von unwichtigen Informationen zu unterscheiden. In der anschließenden regen Diskussion wurden viele Fragen aufgeworfen. Darin ging es unter anderem um den Umgang des Unternehmens mit einem betroffenen Mitarbeiter; aber auch um das Erkennen der Krankheit und vorbeugenden Maßnahmen.



Erschöpfungszustände bis hin zum Burnout standen im Mittelpunkt einer Informationsveranstaltung mit Arbeitsmediziner Dr. Gerd Schweda. Das Bild zeigt (v. l.) Hans-Rüdiger Adler, Dr. Peter Buschhoff, Susanne Block und Gerd Schweda. Bild: Knöpker