

INTERVIEW

GESPRÄCH MIT DR. MED. FRANK MÖCKEL, GESCHÄFTSFÜHRER DES INSTITUTS FÜR PRÄVENTION UND SPORTMEDIZIN (IPS) UND PHILIPP WEISHAUP, GESCHÄFTSFÜHRER DES RFZ-RÜCKENZENTRUMS REGENSBURG

## Betriebliches Gesundheitsmanagement ist das Gebot der Stunde

Das Thema Gesundheit ist in aller Munde. Betriebliches Gesundheitsmanagement das Gebot der Stunde. Dr. Möckel, Herr Weishaupt, wie lösen Sie mit Ihrem Institut für Prävention und Sportmedizin (IPS) beziehungsweise dem RFZ Rückenzentrum Regensburg die gesundheitlich bedingten Probleme der Firmen?

Dr. Frank Möckel: Nach unseren Erfahrungen liegen die Probleme in jeder Firma anders. Deshalb gibt es nicht eine Lösung für alle, sondern maßgeschneiderte Programme für (fast) alle Fälle. Mit dieser Strategie sind wir unter anderem bei BMW und Siemens, Continental und Kronos, der Stadt Regensburg, Rewag und der Mittelbayerischen Zeitung auf breite Zustimmung gestoßen. Die Kunden wissen am besten, welche Programme für sie am besten geeignet sind.

Besteht bei diesen Angeboten nicht die Gefahr, dass die Kunden die Katze im Sack kaufen? Anders ausgedrückt, können Sie die Nachhaltigkeit Ihrer Angebote beweisen?

Dr. Möckel: Die in der Regel selbst bestimmten Ziele und die Ergebnisse wurden in Verbindung mit der Universität Regensburg regelmäßig hinterfragt und wissenschaftlich evaluiert. Mit den Ergebnissen sind die Firmenkunden durchwegs sehr zufrieden. Für



Dr. med. Frank Möckel (re.) und Philipp Weishaupt  
GESCHÄFTSFÜHRER DES INSTITUTS FÜR PRÄVENTION UND SPORTMEDIZIN (IPS) UND DES RFZ-RÜCKENZENTRUMS REGENSBURG

jeden in diesen Bereich investierten Euro lassen sich zwischen fünf und 16 Euro Return on Investment generieren.

Welchen direkten Nutzen haben die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter vom betrieblichen Gesundheitsmanagement?

Philipp Weishaupt: Am wichtigsten sind eine verbesserte Gesundheit, größere Zufriedenheit, verbesserte Leistungsfähigkeit und bessere Arbeitsbedingungen, größere Gesundheitskompetenz und verbessertes Unternehmensimage.

Können Sie Beispiele für erfolgreiche Einzelmaßnahmen nennen?

Dr. Möckel: Das Seminar Fit for Pole, im Rahmen von BMW Motorsport-Formel 1, hat Firmenangaben zufolge ergeben, dass sich die Kombination aus Theorie und Praxis als sinnvoll erwiesen hat. Ein Jahr später gaben bei einer Befragung 53 Prozent der Teilnehmer an, dass sie noch immer zweimal bis dreimal pro Woche laufen, und 60 Prozent, dass sie ihre Ernährung umgestellt haben. Alle Teilnehmer waren außerdem dafür, dass auch andere Mit-

arbeiter von BMW an Fit for Pole teilnehmen können. Und von der Kronos Betriebskrankenkasse bekommen wir die Information, dass sich seit der Einführung des Gesundheitsprojekts die Fehltag pro Mitarbeiter um zwei bis drei Tage reduziert haben.

IPS und RFZ sind zwei Firmen mit unterschiedlichen Geschäftsideen. Wie gelingt es Ihnen, Angebote aus einem Guss zu kreieren und immer wieder zu einem erfolgreichen Abschluss zu führen?

Weishaupt: Unsere Zusammenarbeit ist seit 15 Jahren so gut, dass unsere Kunden nicht selten meinen, wir wären eine Firma. Beim IPS liegt der Fokus auf Prävention und Sportmedizin mit Schwerpunkt Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Beim RFZ steht das Vermeiden und die Heilung von Rückenschmerzen im Vordergrund. Beides braucht Bewegung. Und die steht bei beiden Institutionen über allem. Dazu gibt es neben den preisgekrönten Programmen des Regensburger Rückenmodells ergänzend die Physiotherapie mit Qualitätsgarantie. Und für die Firmenkunden von besonderem Interesse ist der Einsatz von Rückentestmobilen in den Firmen oder ergonomische Arbeitsplatz-Analysen vor Ort. Zusammengefasst heißt das also: Kompakte Kompetenz unter einem Dach.

Wo steht das Regensburger Betriebliche Gesundheitsmanagement im bundesweiten Vergleich?

Weishaupt: Da gibt es – noch – kein Ranking. Immerhin sind die Programme des IPS für ihre gute und wissenschaftlich belegte Effizienz durch die Aufnahme in die renommierte INQA Datenbank (Best Practice, Initiative Neue Qualität der Arbeit), einer Gemeinschaftsinitiative der Bundesministerien für Arbeit und Soziales, Bildung und Forschung und Gesundheit ausgezeichnet worden. Und der Ehrenpräsident der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Sportmedizin, Prof. Dr. Herbert Löllgen, zählte kürzlich bei einem Vortrag in Regensburg das IPS zu den führenden Einrichtungen in Deutschland. Und das ist sicher auch darin begründet, dass unsere Trainer, ausnahmslos hochkompetente Sportwissenschaftler oder Physiotherapeuten, unseren Kunden zufolge authentisch sind, weil sie leben, was sie lehren. „Die Gesundheits-Projekte des RFZ haben bei unseren Mitarbeitern sehr guten Anklang gefunden und zu einer erfolgreichen betrieblichen Gesundheitsförderung der Stadt Regensburg beigetragen“, sagt Regensburgs Oberbürgermeister Hans Schaidinger. Und trifft damit den Kern fast aller Rückmeldungen.

## Wer viel Leistung fordert, muss die Gesundheit fördern

Programme nach Maß: Ein zielgerichtetes Betriebliches Gesundheitsmanagement hilft, Kosten zu senken und die Produktion zu steigern

REGENSBURG. Nur gesunde Unternehmen sind wettbewerbsfähige Unternehmen. Hat diese lange Zeit gültige These angesichts der Schlagwörter vom demografischen Wandel, Fachkräftemangel und Arbeit bis 67 noch Zukunft? Sind Gesundheit und Wohlbefinden als Voraussetzung für Kreativität, Leistungsfähigkeit und Motivation angesichts des immer schneller wachsenden technologischen Wandels und der Globalisierungsfolgen nicht stärker gefährdet denn je?

Bewegungsmangel, falsche Ernährung und Stress wirken sich immer häufiger negativ auf die Gesundheit aus. Sie sind unter anderem Ursache für sinkende Belastbarkeit des Herz-Kreislaufsystems, Rückenschmerzen, Übergewicht, Durchblutungsstörungen, Bluthochdruck, Stoffwechselstörungen und Diabetes. Vielfach ist die Rede von Demotivation und Burn-out.

Laut Schätzungen der Bundesvereinigungen der deutschen Wirtschaft gehen der deutschen Wirtschaft jährlich fünf Milliarden Euro verloren, weil Führungskräfte zum Teil unter gravierenden gesundheitlichen Problemen leiden. Wer auch in Zukunft wettbewerbsfähig sein will, braucht hochmotivierte, hochqualifizierte und hochleistungsfähige Mitarbeiter.

Wer Leistung fordert, muss Gesundheit fördern. Am besten mit dem Aufbau eines betrieblichen Gesundheitsmanagements und einer „modernen Unternehmensstrategie, die darauf zielt, Krankheiten am Arbeitsplatz vorzubeugen, Gesundheitspotenziale zu stärken und das Wohlbefinden am Arbeitsplatz zu verbessern“, so die EU. Ein zielgerichtetes Betriebliches Gesundheitsmanagement hilft, krankheitsbedingte Kosten zu senken und die Produktion zu steigern. Es zielt auf

den Erhalt und den Ausbau der Leistungsfähigkeit und Leistungsbereitschaft einer zukunftsfähigen Belegschaft sowie auf die Reduzierung der Kosten und der Verbesserung der Qualität der Produkte und Prozesse.

Weitere positive Ergebnisse sind valuierten Erkenntnissen des Instituts für Prävention und Sportmedizin (IPS) und RFZ Rückenzentrum Regensburg zufolge eine gesündere Belegschaft, höhere

Motivation, verbesserte Leistungsfähigkeit, bessere Arbeitsmoral und besseres Betriebsklima. Betriebliche Gesundheitsförderung ist daher eine Investition in die Zukunft (Luxemburger Deklaration). Das IPS bietet zusammen mit dem RFZ seit 15 Jahren Betriebliche Gesundheitsprogramme nach Maß. Die Angebotspalette reicht von Vorträgen wie „Der Rückenratgeber“, „Physiotherapie mit Qualitätsgarantie“,

„Stress lass nach“ oder „Gesunde Ernährung, aber wie?“ über Aktiv-Tage mit Herz-Kreislauf-Tests, die Ermittlung des Biologischen Alters, Ergonomische Arbeitsplatzanalysen, Kurse mit den Themen Entspannen, Ernährungsschulung, Rückenschule, individuelle ärztliche Check-ups bis hin zu ein- bis mehrtägigen Seminaren wie „Fit zum Führen“. Alle Programme sind evaluiert und vielfach ausgezeichnet. Sie sind interessant für Firmen jeder Größenordnung, vom Start-up bis zum Weltkonzern. Das ist wichtig, weil den zahlreichen Anfragen zufolge auch bei kleinen und mittelgroßen Firmen die zentralen Fragen lauten: „Wie kann man mit einer älter werdenden Belegschaft wettbewerbsfähig bleiben? Wie kann man Potenziale erschließen, um trotz des absehbaren Mangels an Fachkräften leistungs- und innovationsfähig zu sein?“



Fotos: RFZ

## Gesundheitsprogramme nach Maß

