

## Individuelle Diagnostikangebote

### Thema „Stütz-/Bewegungsapparat“

#### Mobile Rückendiagnostik

Die Diagnostik und die damit einhergehende Befragung der Teilnehmer ermöglichen eine Einschätzung des Funktionszustandes des Rumpfes sowie ggf. gesundheitlicher Einschränkungen des Stütz-/Bewegungsapparates. Im Ergebnis können Hinweise zu deren Verringerung und Vorbeugung gegeben werden.

#### Inhalte und Ablauf:

Nach Ausschluss von Kontraindikationen (s. u.) wird eine umfassende **Befragung** zur Anamnese, dem Freizeit- und Arbeitsverhalten (z. B. Alter, sportliche Aktivität, Beschwerden etc.) durchgeführt.

Danach erfolgt die **Messung der Beweglichkeit und Maximalkraft** des Rumpfes in allen Bewegungsrichtungen.

Die **Auswertung** erfolgt anhand eines persönlichen Ergebnisprotokolls und beinhaltet eine individuelle Beratung. In dieser werden u. a. Ergonomietipps gegeben und Ausgleichsübungen empfohlen.

Der gesamte Test, einschließlich Befragung und Auswertung, dauert je Teilnehmer ca. **60 Minuten**.

Alle Angaben unterliegen dem Datenschutz und werden vertraulich behandelt. Ein Ergebnisbericht kann unter Berücksichtigung des Datenschutzes ab 50 Teilnehmern erstellt werden.

#### Kontraindikationen

Eine Teilnahme an der Messung ist beim Vorliegen folgender Vorerkrankungen nicht möglich:

- akuter Bandscheibenvorfall
- zunehmende Taubheitsgefühle/Kribbeln/Muskelschwäche
- schwere Missbildungen/Verformungen oder entzündliche Erkrankungen der Wirbelsäule
- Zustand nach Bauchoperationen, Knochen-, Leisten- o. Narbenbrüchen in den letzten 4 Monaten\*
- schwere Hüftgelenkserkrankungen
- schwere Gefäß- oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Grüner Star/Netzhautablösung
- Schwangerschaft

*\* mit einer eingeschränkten Belastbarkeit einhergehend*



### Organisatorische/technische Voraussetzungen und Ablauf

Für die Durchführung müssen vor Ort folgende Voraussetzungen gegeben sein:

- Standfläche fürs Mobil: 3 x 8m (ebenerdig)
- Einfahrtshöhe: 3,50 m
- Stromanschluss 230 V: in max. 50 m Entfernung

Um einen reibungslosen Ablauf zu gewährleisten, erhält der Betrieb vorab eine Einschreibeliste und einen Aushang/Informationsblatt für die Teilnehmer. Da beim Vorliegen von Kontraindikationen keine Diagnostik möglich ist, müssen die Teilnehmer bereits vor der Anmeldung das Informationsblatt kennen! Eine Woche vor der Testung ist die Auslastung der Einschreibeliste an die durchführende Einrichtung zu melden, da davon die weitere Planung abhängt.

Kontakt: Stefan Breithaupt  
Arbeitsmedizinisches Präventionszentrum  
stefan.breithaupt@apz-erfurt.de  
Tel.: 0361 4391-4843

### **Evaluation der funktionellen Leistungsfähigkeit**

#### Zielstellung:

Die Evaluation der funktionellen Leistungsfähigkeit (EFL) ist ein Verfahren, welches bei definierten Testaufgaben anhand von Beobachtungskriterien die individuelle Leistungsfähigkeit bestimmt und mit konkreten Arbeitsanforderungen abgleicht. Dadurch können Defizite aufgedeckt und Empfehlungen zu deren Behebung getroffen werden. Die EFL wird in der Regel nach längeren Arbeitsunfähigkeitszeiten (z. B. nach Unfall oder langer Krankheit) durchgeführt.

#### Inhalte und Ablauf:

Die Testung beinhaltet 29 alltags- und arbeitsrelevante Testaufgaben (z. B. Heben, Tragen, Gehen, Leitersteigen) und wird an zwei aufeinander folgenden Tagen durchgeführt. Vorab erfolgen eine ärztliche Untersuchung (einschl. Anamnese) sowie eine umfangreiche Befragung zu den Arbeitsanforderungen, dem subjektiven Schmerzempfinden und der persönlichen Belastbarkeitseinschätzung. Nach Beendigung der Testung werden in einem Abschlussgespräch die Ergebnisse und das weitere Vorgehen besprochen.

Kontakt: Heike Hesse  
Zentrum für Bewegungstherapie  
heike.hesse@apz-erfurt.de  
Tel.: 0361 26244-20

## **Ergonomie-Check**

Der „Ergo-Check“ wird in ausgewählten Arbeitsbereichen des Betriebes durchgeführt und dient der Optimierung von Belastungen des Muskel-Skelett-Systems im Arbeitsprozess.

Die Auswahl dieser Bereiche erfolgt im Dialog mit dem Betrieb entsprechend seinen Prioritäten. Im Ergebnis einer Besichtigung und Bewertung durch ein Projektteam wird ein Bericht erstellt, in dem auf jeden besichtigten Arbeitsplatz einzeln eingegangen wird. Beginnend mit einer kurzen Beschreibung der beobachteten Situation werden die hauptsächlichen Belastungen beschrieben und im Anschluss Hinweise zu Maßnahmen aufgeführt, die zur Optimierung der Belastungs-Beanspruchungs-Relation geeignet sind. In aller Regel greifen dabei technische, organisatorische und personenbezogene Maßnahmen ineinander, so dass sowohl verhältnis- als auch verhaltenspräventive Aspekte Berücksichtigung finden.

Kontakt: Dr. Ingo Bradl  
Arbeitsmedizinisches Präventionszentrum  
ingo.bradl@apz-erfurt.de  
Tel.: 0361 4391-4984

## Thema „Ernährung“

### Bioelektrische Impedanzanalyse (BIA)

- Methode zur Bestimmung der Körperzusammensetzung
- Bestimmung von Körperwasser, -muskel- und -fettmasse
- Einblick in die Qualität der Muskelmasse und den Grundumsatz eines Menschen

### Weitere Messungen und Bestimmungen in der Ernährungsberatung

- Bestimmung von Körperhöhe/-gewicht und Berechnung des BMI
- Bestimmung des Taillen-Hüft-Umfangs
- Blutzuckermessung
- auf Anforderung Bestimmung ernährungsrelevanter Blutwerte

Kontakt: Dr. rer. nat. Danielle Prechtl  
Zentrum für Bewegungstherapie  
danielle.prechtl@apz-erfurt.de  
Tel.: 0361 26244-23

## Thema „Psychomentale Belastungen“

### **Berufseignungsdiagnostik (BED)**

Die Psychologische Berufseignungsdiagnostik hat das Ziel zu überprüfen, inwieweit die individuellen intellektuellen Voraussetzungen mit den beruflichen Wünschen in Übereinstimmung liegen. Neben der allgemeinen Intelligenz lassen sich - in Übereinstimmung mit der Alltagsbeobachtung - weitere kognitive Fähigkeiten feststellen. Es sind dies die spezifischeren Fähigkeiten, die der allgemeinen Intelligenz untergeordnet sind. Dies sind logische Denkfähigkeit, sprachliche Fähigkeiten, visuelle Fähigkeiten, akustische Fähigkeiten, Auffassungs- und Bearbeitungsgeschwindigkeit, Merkfähigkeit und Gedächtnis, Einfallsreichtum. Auf einer noch "niedrigeren", d.h. nochmals spezifischeren Ebene findet sich eine große Zahl von Fähigkeiten wie etwa räumliches Orientierungsvermögen oder Wortschatz.

Das Intelligenzniveau eines Menschen - als umfassender Begriff für die Gesamtheit seiner kognitiven Fähigkeiten - wird demnach nicht nur von intellektuellen Basisfähigkeiten bestimmt, sondern auch von jeweils bestimmten Bedürfnissen, Neigungen und Persönlichkeitsmerkmalen und von seinen spezifischen Lebens- und Lernerfahrungen.

Die Psychologische BED umfasst:

die Terminkoordination, die Einladung sowie die Organisation der Unterbringung und Verpflegung der Probanden, das Aktenstudium sowie die anlassbezogene Anamnese, die computergestützte psychologische Testung, die Ergebnisauswertung und die daraus schlussfolgernden Empfehlungen für die weitere berufliche Entwicklung der Probanden sowie das qualifizierte Auswertungsgespräch (im Beisein des Berufshelfers) sowie das Verschriftlichen der Ergebnisse.

Kontakt: Dr. Manfred Materne  
Zentrum für Bewegungstherapie  
manfred.materne@apz-erfurt.de  
Tel.: 0361 26244-163