

---

# Dauernachtarbeit

Erfahrungen aus Pilotversuchen  
bei Rangiermitarbeitern und Lokführern

Dr.med. Stadtmüller

Dr. med. Ampert

Bereich Arbeitsmedizin, MedicalService SBB Bern

# Gründe für die Einführung von Dauernachtarbeit

- **Zunehmende Verlagerung des Güterverkehrs vom Tag in die Nacht - Gründe:**
  - Kunden verlangen Lieferung der Ware frühmorgens (Konkurrenz Lastwagen)
  - Trassenverfügbarkeit
  - Verfügbarkeit Rollmaterial
  
- **Folgen:**
- Weniger Arbeit am Tag, mehr in der Nacht
- Suche nach Arbeitsmodellen, welche:
  - Betrieblichen Veränderungen Rechnung tragen
  - Gesetzliche Auflagen des AZG erfüllen
  - den Gesundheitsschutz berücksichtigen



# Arbeitssysteme Pilotversuche

---

## → Rangierbahnhof Däniken/Olten

→ 6 Teilnehmer (4 Rangier/2 Visiteure) von insgesamt 93 Mitarbeitenden

→ Arbeitsende zw. 3 und 5 Uhr

→ Freiwillige Teilnahme

→ Begrenzte Zeitdauer (Pilot für 12 Monate mit anschliessender Evaluation)

→ 5-Tage Woche (Wochenende jeweils frei)

## → Lokdepot Cargo Bellinzona

→ 16 Teilnehmer (Lokführer) von insgesamt 90 Mitarbeitenden

→ Arbeitsende immer zw. 24 und 6 Uhr

→ Freiwillige Teilnahme

→ Begrenzte Zeitdauer (Pilot für 6 Monate mit anschliessender Evaluation)

→ 4-Tage Woche (Abhängig von Tour Arbeit an Wochenende, 1 pro Monat?)

# Arbeitssituationen



# Rolle von MedicalService, Bereich Arbeitsmedizin

---

- **PLANUNG des Arbeitssystems:** Einbezug in die Gestaltung soweit möglich  
Voraussetzung: Kenntnis der Arbeitsverhältnisse und der Arbeitssysteme
- **Durchführung Beratung und Untersuchung**
  - **Vor Aufnahme von Dauernachtarbeit:**
    - Medizinische Untersuchung der Teilnehmenden im Hinblick auf Kontraindikationen für Dauernachtarbeit
    - Information der Teilnehmer über gesundheitliche Aspekte der Schicht- und Nachtarbeit (Schlaf, Ernährung, Soziales,...)
  - **Während Pilot:**
    - Medizinische Stand-by Beratung für die Teilnehmenden
  - **Vor Abschluss:**
    - Erneutes Gespräch und Untersuchung der Teilnehmenden für abschliessende Beurteilung
- **BERICHT an Führung und Mitarbeitervertretung**
  - Verbreiterung der Erkenntnisse auf weitere Unternehmenseinheiten

# Resultate

---

## → Eignungsuntersuchung

- Mehrheit der freiwillig gemeldeten Arbeitnehmenden medizinisch geeignet
- Nichteignung auch aus Gründen der Lebenssituation (langer Arbeitsweg, kleine Kinder zu Hause)
- Bedingte Eignung bei Mitarbeitenden mit bekannten und gut kontrollierten Herz- oder Stoffwechselerkrankungen (Kommunikation mit Hausarzt nötig)

## → Während Pilotversuch:

- Ausscheiden von 2 Mitarbeitenden im Rangier und 1 Mitarbeiters beim Lokpersonal – Gründe: „nicht geeigneter“ Chronotyp für Dauernachtarbeit, fehlende Kompensationsmöglichkeiten bei zusätzlicher Belastung durch Dauernachtarbeit.

## Von TN häufig genannte Aeusserungen:

---

- Schlaf ist viel erholsamer als bei Frühschicht. Wecker wird nicht mehr benötigt.
- Regelmässigkeit wird vom Körper besser vertragen.
- Mehr und besser planbare Freizeit; Nachmittag idR frei.
- Soziale Kontakte bereits während „normaler“ Schichttätigkeit schwierig
- Zweifel, ob pos. Erfahrungen auch nach Jahren/Jahrzehnten Nachtarbeit immer noch bestehen würden.
- Auch bisher schon relativ hoher Anteil an Nachtarbeit

# Erfahrungen während der Pilotversuche

---

- Dauernachtarbeit wird von der Mehrheit der Mitarbeitenden, welche an den Pilotversuchen teilnehmen, gut vertragen (Beobachtungszeit indes noch kurz, 6 bzw. 12 Monate)
- Am wenigsten Mühe bereitet die Teilnahme Mitarbeitenden vom Chronotyp „Eule“ welche wenig Schlaf benötigen, Schicht- und Nachtarbeit seit Jahren gewöhnt sind, sowie in stabilen sozialen Verhältnissen leben (healthy worker effect)
- Ziel und Umfang der medizinischen Eignungsabklärung müssen klar kommuniziert werden, weil sonst Mitarbeitende eine umfassende allgemeinärztliche Untersuchung (Check-Up) erwarten.
- Empfehlungen z.T. schwierig umsetzbar, wodurch eine Spannung zwischen Theorie und Praxis entsteht.

# Ausblick

---

- In Zukunft wird Dauernachtarbeit eher zunehmen – Tendenzen bei den SBB beobachtbar – Anfragen weiterer Bereiche für medizinische Begleitung liegen vor.
  
- Ziele:
  - regelmässige arbeitsmedizinische Beratung und Untersuchung für Dauernachtarbeitende bei der SBB
  
  - Gesamtkonzept innerhalb des Konzerns, damit bei Dauernachtarbeit für alle Mitarbeitenden die gleichen Regeln gelten

# Zusammenfassung

---

- Falls Dauernachtarbeit aus betrieblicher Sicht notwendig ist, sind für eine erfolgreiche Durchführung aus unserer Sicht Folgendes zu beachten:
- Freiwillige Teilnahme
  - Einbezug der Betroffenen und der Sozialpartner in die Planung sowie Gestaltung (Schichtpläne, etc.)
  - Arbeitsmedizinische Eignungsuntersuchung vor Teilnahme sowie anschliessend periodische Untersuchungen mit Beratung und Betreuung
  - Unkomplizierter Wechsel in altes Schichtmodell möglich, bei Auftreten von Gründen, welche gegen eine Weiterführung an Dauernachtarbeit sprechen
  - Einsatz der Führung
  - Berücksichtigung der Rahmenbedingungen (Verpflegungsmöglichkeiten, Transportmöglichkeiten, ergonomische Arbeitsmittel, etc.)

---

**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit !**