

## Immer mehr Arbeitnehmer greifen zu leistungssteigernden Mitteln

**München. Im Arbeitsleben werden immer größere Leistungen erwartet. Neben Ausdauer und Stressresistenz sind gutes Erinnerungsvermögen, fokussierte Aufmerksamkeit und lebhaftes Kreativität besonders wichtig. Um den Erwartungen gerecht zu werden, dopen sich immer mehr Arbeitnehmer: Laut einer aktuellen Studie der Deutschen Angestellten-Krankenkasse (DAK) nehmen etwa fünf Prozent der Beschäftigten Medikamente zur Leistungssteigerung ein, was eine enorme Suchtgefährdung bedeutet. Auf Dauer sind abhängige Mitarbeiter jedoch weniger produktiv. Die aktuelle wirtschaftliche Situation und die damit einhergehende Angst um den Arbeitsplatz lassen einen weiteren Anstieg befürchten.**

### Wussten Sie schon, dass...

... Medikamentenabhängigkeit laut Schätzungen der Bundesärztekammer Kosten in Höhe von 14 Milliarden Euro pro Jahr verursacht?

So genanntes Alltagsdoping ist bereits weit verbreitet und gesellschaftlich akzeptiert. Dazu zählen beispielsweise der Konsum von Kaffee und Energiedrinks, um die Leistung zu erhöhen, Alkohol und Zigaretten zur Entspannung und das Einnehmen pflanzlicher Mittel bei Gemütsschwankungen. Inzwischen greifen immer mehr Arbeitnehmer aber zu verschreibungspflichtigen Medikamenten, um Stress und berufliche Anforderungen zu meistern. Vor allem Psycho- und Neuropharmaka werden zur Steigerung von Konzentration, Merkfähigkeit oder Belastbarkeit eingenommen.

Beim Doping für die Arbeit verfolgen Konsumenten zwei zentrale Ziele: Sie wollen ihre kognitiven Fähigkeiten verbessern, etwa Aufmerksamkeit und Konzentration erhöhen, um damit Probleme leichter zu lösen. Außerdem soll das psychischen Wohlbefindens gesteigert werden, beispielsweise durch mehr Selbstbewusstsein und einer besseren Stimmung. Frauen greifen eher auf Antidepressiva wie Fluoxetin zurück, während Männer Medikamente bevorzugen, die Gedächtnisproblemen, Müdigkeit und Konzentrationsstörungen entgegenwirken. Der gängigste Wirkstoff ist Methylphenidat, der zur Behandlung von Kindern mit Aufmerksamkeitsdefizit und Hyperaktivitätsstörung (ADHS) eingesetzt wird. Jedes Medikament verursacht jedoch unerwünschte Nebenwirkungen. Bei der Einnahme von Fluoxetin kommt es beispielsweise zu Desorientiertheit, Schlafstörungen und sogar suizidalen

Verhaltensweisen. Methylphenidat erzeugt unter anderem eine irrealer Euphorie, Selbstüberschätzung und Herz-Kreislaufbeschwerden. „Die Einnahme von Medikamenten ohne medizinische Notwendigkeit ist ungesund und kann abhängig machen. Daher ist es wichtig, dagegen vorzugehen“, erklärt Dominik Hammer, Diplom-Psychologe und Suchtbeauftragter von TÜV SÜD. „Um gar nicht erst auf künstliche Mittel zurückgreifen zu müssen, sollten Mitarbeiter lernen, richtig mit Leistungsdruck und Anspannung umzugehen. Es gibt viele Möglichkeiten, ohne Medikamente für Ausgleich zu sorgen. Sport, Yoga oder bewusst gewählte Auszeiten sind nur ein paar Beispiele“.


### **TÜV SÜD unterstützt Unternehmen in puncto Gesundheitsmanagement**

Die TÜV SÜD Life Service betreut die Mitarbeiter von knapp 10.000 Unternehmen in Deutschland beim Arbeits- und Gesundheitsschutz und entwickelt individuelle Lösungen zum Umgang mit Stress, zur Förderung der Arbeitsmotivation, bei Suchtgefährdung sowie Über- oder Unterforderung. Auch beim Thema „Doping fürs Büro“ stehen die Fachleute von TÜV SÜD Arbeitgebern helfend zur Seite und raten, Suchtpräventionsmaßnahmen sinnvoll in das Betriebliche Gesundheitsmanagement zu integrieren. Beispielsweise können Mitarbeiter ein effektives Stressmanagement erlernen. „Wer seine Stressoren kennt, kann sie leichter vermeiden beziehungsweise besser damit umgehen“, erläutert Dominik Hammer. „Wir bieten den Unternehmen zum einen Anti-Stress-Seminare an, in denen die Teilnehmer genau das lernen können, und zum anderen den Workshop ‚Doping fürs Büro‘, bei dem vor allem Führungskräften das rechtzeitige Erkennen von Gesundheitsrisiken näher gebracht wird.“ Verschiedene Beratungsangebote des TÜV SÜD helfen großen und kleinen Unternehmen, wenn Mitarbeiter Suchtverhalten zeigen.

Weitere Informationen zum Thema Betriebliches Gesundheitsmanagement gibt es im Internet unter [www.tuev-sued.de/presse/BGM](http://www.tuev-sued.de/presse/BGM).

#### **Presse-Kontakt:**

Heidi Atzler TÜV SÜD AG Unternehmenskommunikation - MENSCH Westendstraße 199, 80686 München	Tel. +49 (0) 89 / 57 91 – 29 35 Fax +49 (0) 89 / 57 91 – 22 69 E-Mail <a href="mailto:heidi.atzler@tuev-sued.de">heidi.atzler@tuev-sued.de</a> Internet <a href="http://www.tuev-sued.de/presse">www.tuev-sued.de/presse</a>
--	---

 Die TÜV SÜD Life Service GmbH ist ein Unternehmen der TÜV SÜD Gruppe mit rund 470 Mitarbeitern an 100 Standorten. Diese bieten umfassende Beratung und Betreuung auf allen Gebieten der Arbeitsmedizin, -sicherheit und Arbeitspsychologie an. Darüber hinaus sorgen Verkehrspsychologen und -mediziner für mehr Verkehrssicherheit und führen u.a. Medizinisch-Psychologische Untersuchungen durch.

TÜV SÜD ist ein international führender Dienstleistungskonzern mit den Strategischen Geschäftsfeldern INDUSTRIE, MOBILITÄT und MENSCH. Rund 14.000 Mitarbeiter sind an über 600 Standorten weltweit präsent. Die interdisziplinären Spezialistenteams sorgen für die Optimierung von Technik, Systemen und Know-how. Als Prozesspartner stärken sie die Wettbewerbsfähigkeit ihrer Kunden.