

## Abstract DKPM 2020

Kongress: Deutscher Kongress für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie 2020 · Abstract: A-1122-0014-00240

Kategorie: 14. **Arbeit, Soziales und return to work**  
Max. 2.500 Zeichen; (inkl. Leerzeichen);Aktuell 2456

### Das Spektrogramm individueller 24h-EKG-Aufzeichnungen als Spiegel psychosomatischer Zusammenhänge im Arzt-Patienten-Gespräch: Eine Pilotstudie an Führungskräften auf Basis der Herzratenvariabilität

Balint, Elisabeth Maria<sup>1,2</sup>, Braun, Simone<sup>1</sup>, Kessemeier, Franziska<sup>1</sup>, Gündel, Harald<sup>1,2</sup>, Buckley, Tom<sup>3</sup>, Jarczok, Marc N.<sup>2</sup>

Institut(e):

<sup>1</sup>Universitätsklinikum Ulm, Kompetenzzentrum für seelische Gesundheit am Arbeitsplatz LPCU, Ulm, Deutschland, <sup>2</sup>Universitätsklinikum Ulm, Klinik für psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Ulm, Deutschland, <sup>3</sup>The University of Sydney, Susan Wakil School of Nursing and Midwifery, Sydney, Australien

Elisabeth M. Balint, Simone Braun, Franziska Kessemeier, Harald Gündel, Tom Buckley, Marc N. Jarczok

**Hintergrund:** Die Zunahme psychischer Erkrankungen unter den Erwerbstätigen stellt Führungskräfte (FK) vor neue Herausforderungen, u.a. weil mehr Wissen über psychosomatische Zusammenhänge nötig wäre. Dass Gefühle und Gedanken im Körper Ausdruck finden, ist den meisten FK zwar bekannt, doch wird dieses oft nicht mit Alltagssituationen in Zusammenhang gebracht. Ziel der Intervention ist es, der FK den Zusammenhang von selbst erlebten Alltagssituationen (Gedanken und Gefühlen, z.B. in schwierigen Gesprächen) und Körperreaktionen aufzuzeigen. Ziel der Studie ist die Evaluation der Praxistauglichkeit und Nützlichkeit einer solchen Intervention sowie die Sensibilisierung der FK für psychosomatische Zusammenhänge im Alltag.

**Methoden:** In Zusammenarbeit mit der Wieland-BKK wurden bei den Wieland-Werken AG in Ulm, einem metallverarbeitenden Unternehmen, 100 FK rekrutiert und hälftig in eine Interventions- und Wartekontrollgruppe (IG/KG) randomisiert. Die FK erhielt ein Vorgespräch, zu 2 Zeitpunkten jeweils eine 24h EKG Messung (Faros 180) und füllte parallel ein Tätigkeitsprotokoll sowie Fragen zu Zufriedenheit, Weiterempfehlung, Nützlichkeit (Skala 1-10) und psychosomatischen Zusammenhängen aus. Im ärztlichen Beratungsgespräch wurde insbesondere auf Zusammenhänge zwischen den notierten Situationen und der HRV eingegangen. Die Berechnung der Herzratenvariabilität (HRV) und Darstellung im Spektrogramm wurde mit der Software Cardiscope durchgeführt.

**Ergebnisse:** Von der IG nahmen N=49 an der ersten und N=46 an der zweiten Messung und Beratung teil. Die FK zeigten sich sehr zufrieden (M=9,3; SD=0,8), fanden das Angebot insgesamt eindeutig hilfreich (M=9,2; SD=1,0) und würden es einem Freund weiterempfehlen (M=9,3; SD=0,9). Die Mehrheit berichtete neue Erkenntnisse durch die Messung und Beratung (M=8,8; SD=1,5). Ergebnisse zur KG werden zum Kongress berichtet (derzeit nicht abgeschlossen).

**Diskussion:** Insgesamt wurde die Intervention als sehr gut und nützlich bewertet, das Interesse der FK an der Maßnahme war sehr hoch. Auch die hohe Teilnahmequote an der Wiederholungsmessung spiegelt dies wieder. Das Konzept konnte erfolgreich in die betriebliche Praxis integriert werden. Im

Verlauf sollen weitere Maßnahmen erfolgen wie eine Schulung, die das Wissen zu den Zusammenhängen zwischen Arbeit, Stress und Gesundheit vertieft sowie mit praktischen Übungen das wertschätzende Gespräch mit belasteten Mitarbeitern in den Blick nimmt.