

Inhaltsverzeichnis

Vorwort der Herausgeber	11
Geleitwort der Bundesministerin für Arbeit und Soziales	13
1 Einführung in das Büro (und in die Bürogesundheit)	15
(A. SEIDLER UND U. EULER)	
1.1 Was ist ein „Büroarbeitsplatz“? – Definitorisches	15
1.2 Wie viele Menschen arbeiten im Büro? – Zur Häufigkeit von Büroarbeit	15
1.3 Gesundheitsrisiko „Büroarbeit“ – (rücken-)schmerzliche Wahrheit oder Mythos?	16
1.3.1 „Biomechanische“ Rückenforschung vor 50 Jahren	16
1.3.2 Rückenschmerzhäufigkeit bei Bürobeschäftigten versus Nicht-Bürobeschäftigten	17
1.3.3 Gesundheitsrisiko „Büroarbeit“ – ein erweiterter Blickwinkel	17
1.3.4 Von der Beobachtung zur Intervention – hat ergonomische Gestaltung eine (positive) Wirkung?	19
2 Physikalische Einflussfaktoren	25
2.1 Raum, Größe, Flächenbedarf	25
(M. SCHMAUDER)	
2.1.1 Definitionen	25
2.1.2 Rechtliche Vorgaben	27
2.1.3 Gestaltung	28
2.2 Klima	34
(K. Bux)	
2.2.1 Definition	34
2.2.2 Belastung	34
2.2.3 Klimafaktoren und ihre Wirkung auf den Menschen	35
2.2.4 Rechtliche Vorgaben	37
2.2.5 Empfehlungen	38
2.3 Beleuchtung – Human Centric Lighting	52
(H. PLISCHKE)	
2.3.1 „Gute Beleuchtung“ hat mehr als visuelle Aspekte	52
2.3.2 Evolutionäre Entwicklung des Sehorgans und der „inneren Uhr“	53
2.3.3 Entdeckung der intrinsisch photosensitiven retinalen Ganglienzellen	55

2.3.4	Visuelle und nichtvisuelle Lichtwirkung und deren messtechnische Erfassung	56
2.3.5	Beeinflussung gesundheitlicher Aspekte durch Beleuchtung	62
2.3.6	Rechtliche Vorgaben	63
2.3.7	Evidenz und Forschungsbedarf	64
2.4	Akustik	68
	(J. H. MAUE)	
2.4.1	Einleitung	68
2.4.2	Definitionen und Begriffe	68
2.4.3	Belastung	72
2.4.4	Beanspruchungsfolgen	74
2.4.5	Rechtliche Vorgaben und Normen	78
2.4.6	Maßnahmen	82
2.4.7	Ausblick	91
2.5	Büromöbel und Arbeitshaltung	95
	(A. WINDEL UND S. WISCHNIEWSKI)	
2.5.1	Definitionen	95
2.5.2	Belastung und (unmittelbare) Beanspruchung	95
2.5.3	Beanspruchungsfolgen	100
2.5.4	Rechtliche Vorgaben und Regelwerke	102
2.5.5	Evidenz und gesichertes Gestaltungswissen	103
2.5.6	Forschungsfragen	108
2.6	Bildschirmarbeitsplatz	111
	(J. PETERSEN)	
2.6.1	Bildschirm	111
2.6.2	Tastatur	114
2.6.3	Maus	116
2.6.4	Drucker	118
2.6.5	Software	119
3	Gefahrstoffe	125
3.1	Luftschadstoffe an Büroarbeitsplätzen	125
	(B. BRENNER, S. KOLB UND C. HERR)	
3.1.1	Asbest	126
3.1.2	Schimmelpilze	127
3.1.3	Formaldehyd	131
3.1.4	Flüchtige organische Verbindungen – Volatile Organic Compounds (VOC)	133
3.1.5	Exposition gegenüber VOC durch Raumluftsprays	134
3.1.6	Polychlorierte Biphenyle (PCB)	135
3.1.7	Polyzyklische aromatische Kohlenwasserstoffe (PAK)	137
3.1.8	Isocyanate	138
3.1.9	Bisphenol A (BPA)	139

3.1.10	Butanonoxim.....	140
3.1.11	Zusammenfassung	141
3.2	Mit Laserdruckern und -kopierern assoziierte Emissionen	145
	(R. A. JÖRRES, D. NOWAK UND U. OCHMANN)	
3.2.1	Definition	145
3.2.2	Belastung	146
3.2.3	Beanspruchungsfolgen	148
3.2.4	Rechtliche Vorgaben	154
3.2.5	Evidenz, Forschungsbedarf, Forschungslücken	156
3.3	Sick-Building-Syndrom	160
	(G. A. WIESMÜLLER UND W. BISCHOF)	
3.3.1	Definition	160
3.3.2	Belastung	161
3.3.3	Beanspruchungsfolgen	164
3.3.4	Rechtliche Vorgaben	165
3.3.5	Evidenz-basierte Meidung, Beseitigung, Minderung von Risikofaktoren.....	166
4	Organisationsformen der Büroarbeit.....	181
4.1	Arbeitsaufgabe	181
	(C. SEUBERT, S. HORNUNG UND J. GLASER)	
4.1.1	Begriff der Arbeitsaufgabe	181
4.1.2	Psychische Regulation des Arbeitshandelns.....	183
4.1.3	Psychische Belastungen in der (Büro-)Arbeit	185
4.1.4	Positive und negative Beanspruchungsfolgen in der (Büro-)Arbeit	189
4.1.5	Psychologisch gesunde Gestaltung von Arbeitsaufgaben im Büro	194
4.2	Arbeitsorganisation.....	201
	(J. GLASER, S. HORNUNG UND C. SEUBERT)	
4.2.1	Zum Begriff der Arbeitsorganisation	201
4.2.2	Paradigmen der Arbeitsorganisation.....	203
4.2.3	Analyse und Gestaltung der Arbeitsorganisation	207
4.2.4	Fazit	214
4.3	Formen mobiler Telearbeit	220
	(M. MASCHKE)	
4.3.1	Definition	220
4.3.2	Verbreitung, Belastung und Nutzen	220
4.3.3	Beanspruchungsfolgen	222
4.3.4	Rechtliche Vorgaben	226
4.3.5	Empfehlungen.....	226

4.4	Arbeitszeitgesetz und Pausen bei der Büroarbeit	230
	(M. KIPER)	
4.4.1	Pausen nach Arbeitszeitgesetz	230
4.4.2	Forderung nach Mischarbeit oder Erholungspausen bei der Bildschirmarbeit	233
4.4.3	Beispiele für Pausenvereinbarungen	240
4.4.4	Ausblick	242
4.5	Kommunikation im Büro	245
	(T. RIGOTTI)	
4.5.1	Kommunikation	245
4.5.2	Führungsverhalten	247
4.5.3	Belastung durch und Umgang mit E-Mails	249
4.5.4	Arbeitsunterbrechungen	251
4.5.5	Multitasking	253
4.5.6	Empfehlungen	254
4.6	Arbeitsort „Office“ im Wandel	260
	(S. AMSTUTZ UND P. SCHWEHR)	
4.6.1	Arbeitswelt im Wandel	260
4.6.2	Raum- und Organisationsformen für die Büroarbeit	261
4.6.3	Belastungen	265
4.6.4	Beanspruchungsfolgen	270
4.6.5	Rechtliche Grundlagen	272
4.6.6	Fazit	273
5	Ausblick	277
5.1	Aus Sicht der Arbeitgeber	277
	(M. KERN UND M. NEUTZNER)	
5.1.1	Bewegung und Gesundheit	277
5.1.2	Ansatzpunkte und Maßnahmen	279
5.1.3	Angebote und Maßnahmen für Mitarbeiter am Beispiel des Büroarbeitsplatzes	281
5.2	Aus Sicht der Arbeitnehmer	285
	(S. HEEGNER)	
5.2.1	Die Beschäftigten wollen „gute Arbeit“ – die Bürosituation aus der Sicht der Mitarbeitenden	285
5.2.2	Prävention im Büro	286
5.2.3	„Gute Arbeit“ im Büro	287
5.3	Aus Sicht der DGAUM	290
	(H. DREXLER UND S. LETZEL)	
5.3.1	Forschung	290
5.3.2	Bewerten von Literatur	291
5.3.3	Evidence-based Prevention	291

5.3.4	Leitlinien	292
5.3.5	Fazit	293
5.4	Aus Sicht des VDBW	295
	(W. PANTER)	
5.4.1	Sowohl physische als auch psychische Belastungen im Büro	295
5.4.2	Technische Entwicklungen	296
5.4.3	Neue Anforderungen – Social Media?	296
5.4.4	Der Hausarzt im Betrieb	297
5.4.5	Beschäftigten ein längeres Arbeiten erleichtern	297
5.4.6	Möglichkeiten der Arbeitsmedizin nutzen und stärken	297
5.4.7	Prävention braucht das Land	298
5.4.8	Position des VDBW	298
5.5	Aus Sicht der BAuA	300
	(I. ROTHE)	
5.5.1	Einführung	300
5.5.2	Komplexität: Planungs- und Steuerungsanforderungen	300
5.5.3	Dynamik: Ständige Veränderungen	301
5.5.4	Flexibilisierung: Ort und Zeit	301
5.5.5	Intensität: Arbeitsverdichtung	301
5.5.6	Ressourcen: Führung und soziale Unterstützung	302
5.5.7	Ausblick	302
6	Verzeichnisse	305
6.1	Autorenverzeichnis	305
6.2	Abkürzungsverzeichnis	311
6.3	Stichwortverzeichnis	314