



Fahrtenschreiber für Ärzte?

Traum Beruf Arzt. Fast jedes Kind träumt davon. Aber wahrscheinlich nicht von schlafraubenden Diensten und Überstunden, die die eigene Gesundheit und die der Patienten beeinträchtigen.

Burn-out und medizinische Fehler korrelieren mit dem Ausmass an Schlafmangel bei Klinikärzten. Und nicht nur das: Ein permanenter Schlafmangel durch Nacht-, Bereitschafts- und Schichtdienste fördert auch die Anfälligkeit für spätere Erkrankungen wie Alzheimer, infolge Verringerung des Abtransports von extrazellulären Metaboliten, Amyloid beta eingeschlossen, erhöhten oxidativen Stresses und gestörter Blut-Hirnschranke. Aufmerksamkeit, Stimmung, Entzündungsantwort, kardiovaskuläre Gesundheit, Immunfunktion, Denkleistung, emotionale Verarbeitung und Affektkontrolle sind ebenfalls beeinträchtigt.

Diese ernüchternde Bilanz des Arztberufs zog eine amerikanische Studie, die mit einer Umfrage bei 11 395 Klinikärzten aus 11 US-Universitätsspitalern die Auswirkung von Schlafmangel auf Psyche und Arbeitsqualität untersuchte. Die überprüften Parameter waren berufsbedingte Erschöpfung, sozialer Rückzug, Burn-out und Leistungsfähigkeit. Die Teilnehmer stammten aus verschiedenen Fachrichtungen, waren Fach- oder Assistenzärzte, von beiden Geschlechtern waren etwa gleich viele vertreten.

Mittels PROMIS-Fragebogen (patient-reported outcome measure information system) mit 8 Items wurden Aufmerksamkeit, Müdigkeit und auf Schlafmangel zurückzuführende funktionelle Defizite mit Punkten bewertet. Mit dem Professional Fulfillment-Index erhob man ausserdem Hinweise auf Burn-out, gemessen mit den zwei Subskalen sozialer Rückzug und berufsbedingte Erschöpfung. Zusätzlich beantworteten die Teilnehmer die Frage, ob sie im vergangenen Jahr einen medizinischen Fehler gemacht haben, der zu einem Schaden für den Patienten geführt hat.

Burn-out und Fehlerquote erhöht

Die Resultate zeigen, dass die Klinikärzte im Mittel einen erhöhten Score hatten (17 von 40), Assistenzärzte einen noch höheren (21 von 40), was für eine hohe bis sehr hohe Beeinträchtigung steht. Die Notfallmediziner und die Chirurgen schwangen aber bei den schlafmangelbedingten Beeinträchtigungen oben hinaus, bei Letzteren betraf das aber nur die Assistenzärzte. Chirurgen mit Vorgesetztenfunktion schliefen dagegen ausreichend.

Eine Korrelation zeigte sich für Schlafmangel und Burn-out mit den Komponenten berufsbedingte Erschöpfung und Empathieverlust.

Schlafmangel korrelierte aber auch mit der Häufigkeit von medizinisch relevanten Fehlern. Je grösser der Schlafentzug, desto häufiger die Fehler. Bei moderatem Schlafmangel war die Fehlerquote um 50 Prozent höher, bei massivem Schlafmangel um bis das Doppelte. Auch ein Burn-out erhöhte mit zunehmender Stärke das Fehlerrisiko. Je höher der Burn-out-Score, desto grösser die Fehlerwahrscheinlichkeit.

Die Nachteile dieses Systems liegen nun auf dem Tisch. Es zu überdenken, wäre für alle Beteiligten gesünder. Sogar Lastenwagen- und Carchauffeure müssen über Ruhezeiten Buch führen ... ▲

Valérie Herzog

Quelle:
Trockel MT et al.: Assessment of Physician Sleep and WellNess, Burnout, and Clinically Significant Medical Errors. JAMA Netw Open. 2020;3(12):e2028111. Published 2020 Dec 1.