

## Arbeitszeiten auf Intensivstationen kürzen! (Studie 1)

a -- Lockley SW, Cronin JW, Evans EE et al for the Harvard Work Hours, Health and Safety Group. Effect of reducing interns' weekly work hours on sleep and attentional failures. N Engl J Med 2004 (28. Oktober 2004); 351: 1829-37

[\[LINK\]](#)

---

Zusammenfassung: Markus Battaglia

Kommentar: Susanna Stöhr

### **Studienziele**

In den USA wurde kürzlich die Arbeitszeit der Assistenzärzte und -ärztinnen auf weniger als 320 Stunden in 4 Wochen limitiert. Die vorliegende Studie dokumentiert die Arbeits- und Schlafzeiten von jungen Ärztinnen und Ärzten im ersten Jahr ihrer Weiterbildungszeit, wenn sie auf einer Intensivstation arbeiten.

### **Methoden**

Zwanzig an einem Universitätsspital in Boston tätige Assistenzärztinnen und -ärzte konnten in je zwei dreiwöchigen Rotationen auf der Intensivstation bezüglich Arbeitszeiten, Schlafdauer und Aufmerksamkeitsstörungen untersucht werden. Für die Datenerhebung und Validierung kamen Tagebuch- Aufzeichnungen, Polysomnographien, direkte Beobachtungen und die Elektrookulographie zum Einsatz. Die erste Rotation wurde im traditionellen Schema mit langen Diensten (mehr als 24 Stunden) absolviert, die zweite Rotation erfolgte im neuen System, welches Arbeitszeiten von mehr als 16 Stunden verhinderte.

### **Ergebnisse**

Alle zwanzig Ärztinnen und Ärzte arbeiteten mit den neuen Dienstplänen signifikant weniger lang (durchschnittlich 65 Stunden pro Woche) und schliefen dafür mehr (52 Stunden pro Woche) als im traditionellen System (Arbeitszeit von 85 Stunden, Schlafzeit 46 Stunden). Im traditionellen System waren über die Hälfte (60%) der Arbeitsperioden länger als 24 Stunden. Elektrookulographisch gemessene Aufmerksamkeitsstörungen traten im traditionellen System nachts mehr als doppelt so häufig und tagsüber 1,5-mal so häufig auf als bei verkürzten Arbeitszeiten.

### **Schlussfolgerungen**

Die Elimination von überlangen Arbeitszeiten auf der Intensivstation erhöhte die Schlafdauer und senkte die Anzahl registrierter nächtlicher Aufmerksamkeitsstörungen signifikant. Letztere sind Zeichen starker Übermüdung und auf den akuten und chronischen Schlafentzug im traditionellen System zurückzuführen.