

## Normierungsstudie des überarbeiteten Fitnessstests für Rettungsdienste (FTRD) im Kanton Bern

Salome Vetter

Master thesis in Sport Science

**Einleitung:** Die Rettungssanitäterinnen und Rettungssanitäter (RS) widmen ihr Berufsleben der öffentlichen Gesundheit und Sicherheit. Die RS haben dabei ein höheres relatives Risiko, an dauerhaften medizinischen Beeinträchtigungen wie zum Beispiel chronischen Schmerzen zu erkranken und frühzeitig in den Ruhestand zu gehen als anderes medizinisches Personal (Maguire, Hunting, Guidotti & Smith, 2005; Sterud, Ekeberg & Hem, 2006). Durch die Rekrutierung von physisch geeignetem Personal und gezielten Präventionsmassnahmen könnten körperliche Schäden aufgrund von Überbelastungen reduziert, ökonomische Ressourcen geschont und die mentale Gesundheit der RS verbessert werden (Arial, Wild, Benoît, Chouaniere, Danuser, 2011). Mit dem Fitnessstest für Rettungsdienste (FTRD) wird die körperliche Minimalanforderung von angehenden RS getestet.

**Ziel:** Ziel dieser Masterthesis ist die normorientierte Interpretation der Testwerte des FTRD durch Testwerte aktiver RS im Kanton Bern. Zudem sollen diese Normierungen mit kriteriumsorientierten Minimalanforderungen verglichen werden. Daraus werden Empfehlungen für Mindestanforderungen formuliert. Der FTRD soll der Rekrutierung von angehenden RS dienen, welche den körperlichen Anforderungen für die Tätigkeiten im Rettungsdienst gewachsen sind.

**Methode:** In Form einer Querschnittuntersuchung wurden die Leistungen aktiv im Dienst stehender RS mit dem FTRD erhoben und normiert. Kriteriengeleitete Normierungsvorschläge wurden für jeden Test des FTRD mit aktueller Literatur gebildet.

**Resultate:** Für die Normierung wurden die Leistungen einer ad-hoc-Stichprobe von  $n = 114$  RS aus dem Kanton Bern (Alter  $38.62$  Jahre  $\pm 9.65$  Jahre, Dienstzeit  $10.3$  Jahre  $\pm 7.8$  Jahre) erfasst. Die Mindestanforderungen wurden aufgrund der 5er Perzentile der Resultate der Normierungsstichprobe definiert. Des Weiteren wurde die kriteriengeleitete Normierung zur Empfehlung der Leistungsbewertung herangezogen. Daraus entstand eine mögliche Wertetabelle für den FTRD.

**Diskussion:** Die Wertetabelle ist für die Rekrutierung von angehenden RS entworfen. Der FTRD könnte aber auch als jährliches Follow-up Instrument dienen, wobei die intraindividuelle körperliche Fitness über den Zeitverlauf verfolgt werden kann. Weitere Studien sowie das Abklären der Bedürfnisse der Rettungsdienste wären dazu notwendig.

**Konklusion:** Die vorgeschlagene Fitness-Test-Batterie FTRD kann mit maximal 22 angehenden RS innerhalb von zwei Stunden durchgeführt werden. Durch die Rekrutierung von angehenden RS, welche den körperlichen Anforderungen im Rettungsdienst gewachsen sind, soll auf lange Zeit die Inzidenz von körperlichen Beschwerden bei RS reduziert werden.

**Referent :** Thomas Wyss