



Was tun wenn's brennt

Juraj Gubi von *leistungsdiagnostik.de* betreut die Werkfeuerwehr der Boehringer Ingelheim Pharma GmbH & Co. KG

Dormagen, 17. Juni 2010 – Die beste Feuerwehr ist immer die, die gar nicht erst zum Einsatz kommen muss. Wenn es aber doch einmal brennt oder kracht, dann ist die Erleichterung groß, wenn die Feuerwehr schnell mit Blaulicht und Martinshorn anrückt. Wie groß dabei die körperlichen Belastungen und der Stress im Einsatz für die Feuerwehrleute sind, nehmen Außenstehende in der Regel jedoch kaum wahr. Um für Einsätze jeglicher Art gerüstet zu sein, üben die Feuerwehrleute ihre Aufgaben in regelmäßigen Abständen und werden intensiv geschult. Eine gute Ausbildung sichert im schlimmsten Falle nicht nur das Überleben möglicher Opfer, sondern rettet vor allem auch das Leben der Feuerwehrleute. Eine gute körperliche Fitness spielt dabei natürlich eine große Rolle.

Das Pharmaunternehmen Boehringer Ingelheim unterhält für den Schutz seiner Mitarbeiter, der Produktionsanlagen und der unzähligen Gebäude eine eigene Werkfeuerwehr. Um die Männer und Frauen der Feuerwehr für ihre Arbeit fit zu machen, betreut *leistungsdiagnostik.de*-Partner Juraj Gubi seit einiger Zeit das sportliche Training der Brandschützer. Neben der täglichen Arbeit setzt vor allem die arbeitsmedizinische Vorsorgeuntersuchung „G 26.3“ eine gute Gesundheit und ein hohes Maß an körperlicher Fitness voraus. Bei dieser Untersuchung wird anhand verschiedener Merkmale geprüft, ob die Feuerwehrmannschaft mit Atemschutzgeräten der Klasse 3 arbeiten darf, was im Falle eines Einsatzes unerlässlich ist. Häufiges Kriterium für ein Nichtbestehen der G 26.3, die unter 50-Jährige alle drei Jahre wiederholen müssen, sind unzureichende Werte beim Belastungs-EKG. Männer bis zu einem Alter von 39 Jahren dürfen beispielsweise bei einer Belastung von 3 Watt pro Kilogramm Körpergewicht einen Pulswert von 170 Schlägen pro Minute nicht überschreiten. Bei einem 80 Kilogramm schweren Mann dürfte der Puls also bei einer Belastung von 240 Watt auf dem Radergometer nicht über 170 Schläge pro Minute steigen. Auch wenn man sicherlich kritisch darüber nachdenken kann, ob eine solche Belastung der eines realen Einsatzes mit großer Hitze, psychischem Stress und harter körperlicher Arbeit entspricht, kommen die Wehrleute um diese arbeitsmedizinische Untersuchung nicht herum.

Mit einem Trainingsplan, der erstmals konsequent auf individuellen Leistungsparametern beruht, können sich die Feuerwehrleute bei Boehringer Ingelheim nun körperlich fit halten und speziell auf die Untersuchung für Atemschutzgeräteträger vorbereiten. Der Mainzer Leistungsdiagnostiker Juraj Gubi setzt dazu mit dem aeroman professional (www.aerolution.de) auf eine innovative Technik, die nach modernsten sportwissenschaftlichen Erkenntnissen entwickelt wurde. Hierbei wird anhand einer Atemgasanalyse unter Belastung der Anteil an Sauerstoff und Kohlendioxid in der Atemluft gemessen. Mit Hilfe dieser Daten lassen sich anschließend indivi-



Presse Information

duelle Trainingsbereiche ermitteln, mit denen die Feuerwehrleute effizient und gesund trainieren können. Die Werkfeuerwehr von Boehringer Ingelheim ist damit eine der ersten Wehren Deutschlands, die von der „aeroscan“ genannten Methode profitieren. Bisher wurde in der Trainingsbetreuung von Feuerwehr-Angehörigen meist ein Laktat-Stufentest eingesetzt, der jedoch nur sehr allgemein gehaltene Trainingsbereiche ausgibt.

Mit dem Einsatz dieses hochmodernen Verfahrens zur Trainingssteuerung macht Boehringer Ingelheim seinem Namen als innovativer Arbeitgeber, der speziellen Wert auf die individuelle Förderung seiner Mitarbeiter legt, alle Ehre. Boehringer Ingelheim beschäftigt weltweit mehr als 41.500 Mitarbeiter und verzeichnete im vergangenen Jahr das stärkste Wachstum der 15 größten Pharma-Unternehmen der Welt. Das Familienunternehmen, das in Deutschland an den drei Standorten Ingelheim, Biberach und Dortmund vertreten ist, feiert 2010 sein 125-jähriges Bestehen.

Mehr Informationen zum Thema individuelle Ausdauerleistungsdiagnostik finden Sie unter www.leistungsdagnostik.de.

leistungsdagnostik.de

diagnostik | beratung | training
im Sport des dritten Jahrtausends

LD System GmbH
Bahnstraße 150
41541 Dormagen

Fon +49 (0) 2133.97962-0
Mobil +49 (0) 173.5483750
Fax +49 (0) 2133.97962-29

www.leistungsdagnostik.de
a.heinen@leistungsdagnostik.de

Ihr Ansprechpartner:
Andreas Heinen