

Abstract

Sarkopenie - eine neue Aufgabe der arbeitsmedizinischen Prävention?

Bernd Hartmann, Irina Böckelmann

Anliegen und Zielsetzung

Die Erhaltung der Erwerbsfähigkeit ist ein Thema wachsender Bedeutung: Einem überwiegend demographisch bedingten Fachkräftemangel steht die abnehmende körperliche Leistungsfähigkeit älterer Erwerbstätiger gegenüber. Eine Ursache dieser Abnahme ist die primäre Sarkopenie. Von den Folgen sind insbesondere die sog. „Basisberufe“ betroffen.

Methode

Narratives Review zu Ursachen und Folgen der primären Sarkopenie.

Ergebnisse

Die Definition von 2018 bezieht nicht nur das Schwinden von Muskelmasse ein, sondern auch die Veränderung neuromuskulärer Funktionen. Ihre Früherkennung basiert auf Fragen und einfachen Messungen. An der Schwelle von ca. 65 Jahren kann sie eng mit dem Übergang von der Erwerbstätigkeit in die Rente verbunden sein.

Diskussion und Schlussfolgerungen

Es ist zu klären, inwieweit sich Prävention auch in der Arbeitsmedizin darauf vorbereiten muss, zur Erwerbs- und Beschäftigungsfähigkeit durch gezielte Maßnahmen gegen die Sarkopenie beizutragen. Es wird diskutiert, welches Vorsorgekonzept dafür geeignet sein könnte.

Literatur

Cruz-Jentoft AJ, Bahat G,; Writing Group for the European Working Group on Sarcopenia in Older People 2 (EWGSOP2), and the Extended Group for EWGSOP2. Sarcopenia: revised European consensus on definition and diagnosis. Age Ageing. 2019 Jan 1;48(1):16-31. doi: 10.1093/ageing/afy169.

Clark BC. Neural Mechanisms of Age-Related Loss of Muscle Performance and Physical Function. J Gerontol A Biol Sci Med Sci. 2023 Jun 16;78(Suppl 1):8-13. doi: 10.1093/gerona/glad029. PMC10272985.

Veronese N, Ragusa FS, et al. Long-Term Impact of Physical Activity on Mortality in Adults With Multimorbidity: A 12-Year Cohort Longitudinal Study From the Survey on Health, Ageing and Retirement in Europe. *J Cachexia Sarcopenia Muscle*. 2025 Feb;16(1):e13695. doi: 10.1002/jcsm. PMID: PMC11799573.