

### Evaluation der Studie vom 12.07. - 23.08.2017 zum Einsatz von Entspannungssystemen am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

#### Thema der Studie:

Nachweis der Wirksamkeit und Effektivität von Entspannungssystemen der **brainLight®** GmbH zur Entspannung der Mitarbeiter\*innen und für mehr Mobilität am Arbeitsplatz im Bereich Zentrale OP-Organisation im Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

#### Projektpartner:

- **Universität Hamburg-Eppendorf**  
Universitätsklinikum  
Zentrale OP-Organisation (ZOO)
- **brainLight® GmbH**

#### Projektdauer:

12.07.2017 - 23.08.2017

#### Teilnehmer\*innen:

31 Mitarbeiter\*innen des Bereiches Anästhesie-Funktionsdienst.

#### eingesetztes Entspannungssystem:

**brainLight®** relaxTower Zenesse



#### Hintergrund:

Die **brainLight** GmbH unterstützt mit ihren Systemen eine entspannte und menschenwürdige Medizin, die die individuellen Bedürfnisse der Patienten\*innen und des medizinischen Personals berücksichtigt. Ein **brainLight**-Komplettsystem besteht aus einer audiovisuellen Komponente und einem Shiatsu-Massagesessel, der für den körperlichen Ausgleich sorgt. Geistig entspannen Anwender\*innen durch Licht- und Tonstimuli, die über Visualisierungsbrille und Kopfhörer wahrgenommen werden. Die Kombination von audiovisueller Stimulierung mit der Massage macht die **brainLight**-Anwendung zu einem Rundum-Wohlfühlerlebnis, das für geistige Entspannung und körperliche Regeneration sorgt und stressbedingten Krankheiten vorbeugt.

Um die innovative Technologie der **brainLight**-Systeme und ihr Potenzial für die Mitarbeiter\*innen, Patienten\*innen und Angehörige zu verstehen, bietet die **brainLight** GmbH spezielle Testangebote für Kliniken und Pflegeeinrichtungen an und führt gemeinsam mit diesen Studien zur Wirksamkeit durch. So belegte die Caritas-Studie der Hochschule Heilbronn zum Thema „Emotionale Intelligenz im Pflegeheim“ bereits in einem BRK-Pflegeheim die positive Wirkung der **brainLight**-Systeme im Setting „Pflege“. Eine Studie in der Johannesbad Klinik Bad Füssing wies die positive Wirkung von audio-visuellen Entspannungssystemen als therapiebegleitende, postoperative Maßnahme bei Tumorpatienten\*innen nach.

Eine erste Studie am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE) wurde 2015 an der Klinik für Intensivmedizin durchgeführt. Belegt werden konnte die umfassend positive Wirkung der audio-visuellen Entspannungssysteme der **brainLight** GmbH. Lebensqualität und Wohlbefinden der Mitarbeiter\*innen, die an der Studie teilnahmen, wurden signifikant erhöht.

Eine weitere Studie am UKE wurde nun mit dem **brainLight**-Komplettsystem relaxTower Zensesse in der Abteilung Zentrale OP-Organisation (ZOO) mit 31 Teilnehmern\*innen aus dem Bereich Anästhesie-Funktionsdienst initiiert und durchgeführt. Die Mitarbeiter\*innen des Anästhesie-Funktionsdienstes betreuen jährlich circa 34.000 Narkosen an 44 Narkosearbeitsplätzen und werden nach einem Rotationskonzept sowohl im Zentral-OP wie auch in Arbeitsbereichen außerhalb des Zentral-OPs eingesetzt. Da sie damit unter einer hohen psychischen und physischen Belastung stehen, sollte in der Studie untersucht werden, ob **brainLight**-Entspannungsanwendungen zu mehr Mobilität am Arbeitsplatz beitragen können. Erhoben wurden die Ergebnisse mit standardisierten Fragebögen.

### Zusammenfassung der Ergebnisse:

Es konnte auch in dieser Studie erneut die umfassend positive Wirkung der audio-visuellen Entspannungssysteme der **brainLight** GmbH belegt werden:

- 87 % der Teilnehmer\*innen („trifft voll zu“ und „trifft überwiegend zu“) haben bestätigt, dass sich ihr körperliches Wohlbefinden durch längere Abwesenheit von der Arbeit steigert.
- 84 % der Teilnehmer\*innen empfinden durch die Arbeit eine mindestens starke Belastung des Körpers und 67 % eine mindestens starke Belastung der Psyche.
- Bereits bei einer geringen Nutzung des **brainLight**-Entspannungssystems (1- bis 5-malige Nutzung im Testzeitraum) wurden positive Auswirkungen auf Körper und Psyche festgestellt.
- Konkret spürten 84 % der Teilnehmer\*innen eine Verbesserung des körperlichen Wohlbefindens und jeder Zweite fühlte sich psychisch wohler.
- Am stärksten wurden von den körperlichen Symptomen Rücken- und Fußschmerzen positiv beeinflusst.
- **Hoch signifikantes Ergebnis:** 97 % der Teilnehmer\*innen gaben an, durch eine **brainLight**-Anwendung **physisch** eine Qualitätsverbesserung im Arbeitsprozess zu erleben. 94 % der Teilnehmer\*innen konnten durch die **brainLight**-Anwendungen **psychisch** eine Qualitätsverbesserung im Arbeitsprozess feststellen.



PRESSEKONTAKT:  
**brainLight**® GmbH  
Jost Sagasser  
Leiter Unternehmenskommunikation  
Hauptstraße 52  
63773 Goldbach | Deutschland  
jost.sagasser@brainlight.de  
TELEFON: 06021 590 713

Mitglied im



Partnerunternehmen



Partner der

