

MITTEILUNG

Genf, 4. Mai 2026

Eine Studie zum Burnout bei den Mitarbeiter*innen der Rettungsdienste in der Schweiz

«Es ist notwendig, eine Bestandsaufnahme der psychischen Gesundheit und des Wohlbefindens am Arbeitsplatz des Rettungsdienstpersonals auf nationaler Ebene vorzunehmen. Die Ergebnisse von Studien aus dem Ausland oder aus anderen Berufsgruppen im Rettungswesen sind nämlich nur teilweise übertragbar»

Zum ersten Mal in diesem Umfang hat eine Studie die Prävalenz von Burnout, Depressionen, Selbstmordgedanken sowie der Absicht, den Beruf aufzugeben, bei präklinischen Fachkräften der Rettungsdienste in der Schweiz und in Liechtenstein untersucht.

Vor dem Hintergrund, dass der arbeitsbedingte Stress des Pflegepersonals zunehmend in den Fokus rückt, sind Fachkräfte im Rettungsdienst gemäss internationaler Literatur besonders Risikofaktoren für Burnout ausgesetzt.

Durchgeführt im Auftrag der Swiss Paramedic Association, in Zusammenarbeit mit der Schweizerischen Gesellschaft für Notfall- und Rettungsmedizin (SGNOR) und mit Unterstützung der École Supérieure d'Ambulancier et Soins d'Urgence Romande (ES ASUR), Genève TEAM Ambulances (GTA) und der Association of Prehospital Research Promotion (APRP), ist diese nationale multizentrische Umfrage unter präklinischen Fachkräften die erste ihrer Art in der Schweiz. Sie wurde in der Fachzeitschrift BMC Public Health veröffentlicht und beleuchtet die Situation der psychischen Gesundheit derjenigen, die an vorderster Front im Gesundheitssystem tätig sind.

Eine strenge Methodik für eine komplexe Realität

Die Studie verwendete wissenschaftlich validierte Instrumente wie das *Maslach Burnout Inventory* und das

Copenhagen Burnout Inventory zur Messung der verschiedenen Facetten des Burnouts sowie den *Patient Health Questionnaire-9* zur Erfassung depressiver Symptome.

Von 3669 teilnahmeberechtigten Fachkräften in der Schweiz und in Liechtenstein haben 1485 den Fragebogen ausgefüllt. Diese hohe Teilnahmequote (>40%) stärkt die Repräsentativität und die Zuverlässigkeit der Ergebnisse.

*«Das Burnout bei
Rettungskräften kann
potenzielle
Folgewirkungen haben:
die psychische und
physische Gesundheit
der betroffenen
Personen, die Sicherheit
und Qualität der
Patientenversorgung,
Personalmangel und die
Verfügbarkeit von
Ressourcen»*

Psychische Gesundheit der Fachkräfte im Rettungsdienst: besorgniserregende Anzeichen

Die Ergebnisse zeigen, dass Fachkräfte im präklinischen Bereich ein erhöhtes Risiko für Burnout aufweisen, das zumindest teilweise auf ihre Arbeitsbedingungen zurückzuführen ist:

- Etwa 4 von 10 Fachkräften erfüllen mindestens ein Burnout-Kriterium.
- Die Anzahl der monatlichen Nachtdienste ist der wichtigste identifizierte Risikofaktor mit einer dosisabhängigen Wirkung: Das Burnout-Risiko steigt mit der Anzahl der monatlichen Nachtdienste.
- Andere Faktoren – wie Geschlecht, Kanton, in dem die Tätigkeit ausgeübt wird, oder familiäre Situation – beeinflussen das Risiko in unterschiedlichem Masse, was den multidimensionalen Charakter des Burnouts und die Bedeutung des organisatorischen Kontexts verdeutlicht.

Die Studie beleuchtet zudem weitere Indikatoren für die psychische Gesundheit neben dem Burnout. Unter anderem geben etwa 58% der Teilnehmenden an, keine depressiven Symptome zu haben. Jedoch äussern fast 9% der Fachkräfte wiederholt die Absicht, den Beruf aufzugeben, und jede zehnte Fachkraft gibt an, im Laufe

ihrer Karriere Selbstmordgedanken gehabt zu haben, davon fast die Hälfte im vergangenen Jahr.

Eine Herausforderung für das Gesundheitssystem von morgen

«Um einen effizienten Rettungsdienst aufrechtzuerhalten, müssen wir uns um die Menschen kümmern, die ihn ausmachen. Diese Ergebnisse zeigen, wie wichtig es ist, ein systemisches Bewusstsein zu entwickeln»

Um den Bedürfnissen der Bevölkerung und des Gesundheitssystems gerecht zu werden, haben sich die Ausbildung und die berufliche Praxis der dipl. Rettungssanitäterinnen HF und dipl. Rettungssanitäter HF in den letzten Jahren weiterentwickelt. Das steigende Volumen der Einsätze, aber auch deren neue Merkmale verändern die präklinische Tätigkeit und bringen neue Chancen, aber auch neue Anforderungen mit sich. Als Ausdruck dieser Entwicklung sind die körperliche und psychische Resilienz sowie die sozialen und persönlichen Kompetenzen nun im Rahmenlehrplan für dipl. Rettungssanitäter/innen HF verankert.

Die Ergebnisse dieser Studie machen auf die psychologische Vulnerabilität der Fachkräfte im Rettungsdienst sowie auf mögliche Kettenreaktionen im Gesundheitssystem aufmerksam. Zwar wurden a priori bestimmte Risiko- und Schutzfaktoren für Burnout identifiziert, diese erfordern jedoch eine differenzierte Interpretation. Ergänzende und spezifische Studien zu den Risikofaktoren sind notwendig, um das Phänomen Burnout bei den Schweizer Rettungskräften im präklinischen Bereich besser zu verstehen.

KONTAKT

Hauptautoren der Studie

t.spichiger@es-asur.ch

l.stuby@gt-ambulances.ch

REFERENZ

- Diese Studie wurde in *BMC Public Health* (2026) veröffentlicht.
DOI : <https://doi.org/10.1186/s12889-026-26184-z>
- **Titel**: "Occupational burnout and depression among emergency medical service providers in Switzerland and Liechtenstein: a cross-sectional nationwide web-based study."
Autoren: Loric Stuby, Thierry Spichiger, Kristine Van Aarsen, PD Dr Eric P. Heymann.

DIE SCHWEIZER AUTOREN:



Thierry Spichiger ist diplomierter Rettungssanitäter HF und seit 1993 im Schweizer Rettungs- und Notfalldienst tätig. Seine klinische Berufserfahrung hat er in zahlreichen ausserklinischen Bereichen gesammelt, darunter im Rettungsdienst, im Luftrettungsdienst oder in jüngerer Zeit in der Schweizer Humanitären Hilfe. Nach einem CAS in klinischer Forschung hat sich Thierry dem Team von ES ASUR angeschlossen, um die ausserklinische Forschungstätigkeit von Rettungssanitätern zu fördern und weiterzuentwickeln. Im Mittelpunkt seines Tätigkeits- und Forschungsbereichs stehen die Professionalisierung des Rettungssanitäterberufs, dessen Integration in das Gesundheitssystem und die Erforschung der zahlreichen damit verbundenen Herausforderungen als zentrale Themen.



PD Dr. Eric P. Heymann ist stellvertretender Chefarzt der Notfallabteilung des Réseau hospitalier neuchâtelois (RHNe) in Neuenburg und Privatdozent für Notfallmedizin an der Universität Bern. Er ist Facharzt für Notfall- und präklinische Medizin und engagiert sich aktiv in der klinischen Forschung im Bereich der Notfallversorgung, insbesondere in Bezug auf das Wohlbefinden und die Resilienz der Teams, die Qualität der Versorgung und die Organisation der Notfalldienste. Er ist zudem Mitglied in Fachkommissionen der Schweizerischen Gesellschaft für Notfall- und Rettungsmedizin (SGNOR).



Loric Stuby ist diplomierter Rettungssanitäter HF und verfügt über ein CAS in patientenorientierter klinischer Forschung. Er ist bei Genève TEAM Ambulances tätig, wo er zudem für die Qualitätssicherung und das CIRS zuständig ist. Seine Forschungsschwerpunkte liegen in der präklinischen Versorgung, insbesondere im Atemwegsmanagement bei der Herz-Lungen-Wiederbelebung, die klinische Beurteilung mit der NIH Stroke Scale, der Clinical Frailty Scale und Triage-Instrumenten für Ereignisse mit mehreren Patienten, die berufliche Weiterbildung per E-Learning, die Stabilisierung von Wirbelsäulentraumen und das Wohlbefinden des Personals.

Mit Unterstützung von:



Schweizerische Gesellschaft für Notfall- und Rettungsmedizin
Société Suisse de Médecine d'Urgence et de Sauvetage
Società Svizzera di Medicina d'Urgenza e di Salvataggio
Swiss Society of Emergency and Rescue Medicine

