



PEER

Mehr als ein Bauchgefühl - Peer Arbeit über Grenzen hinweg

16.06.2026

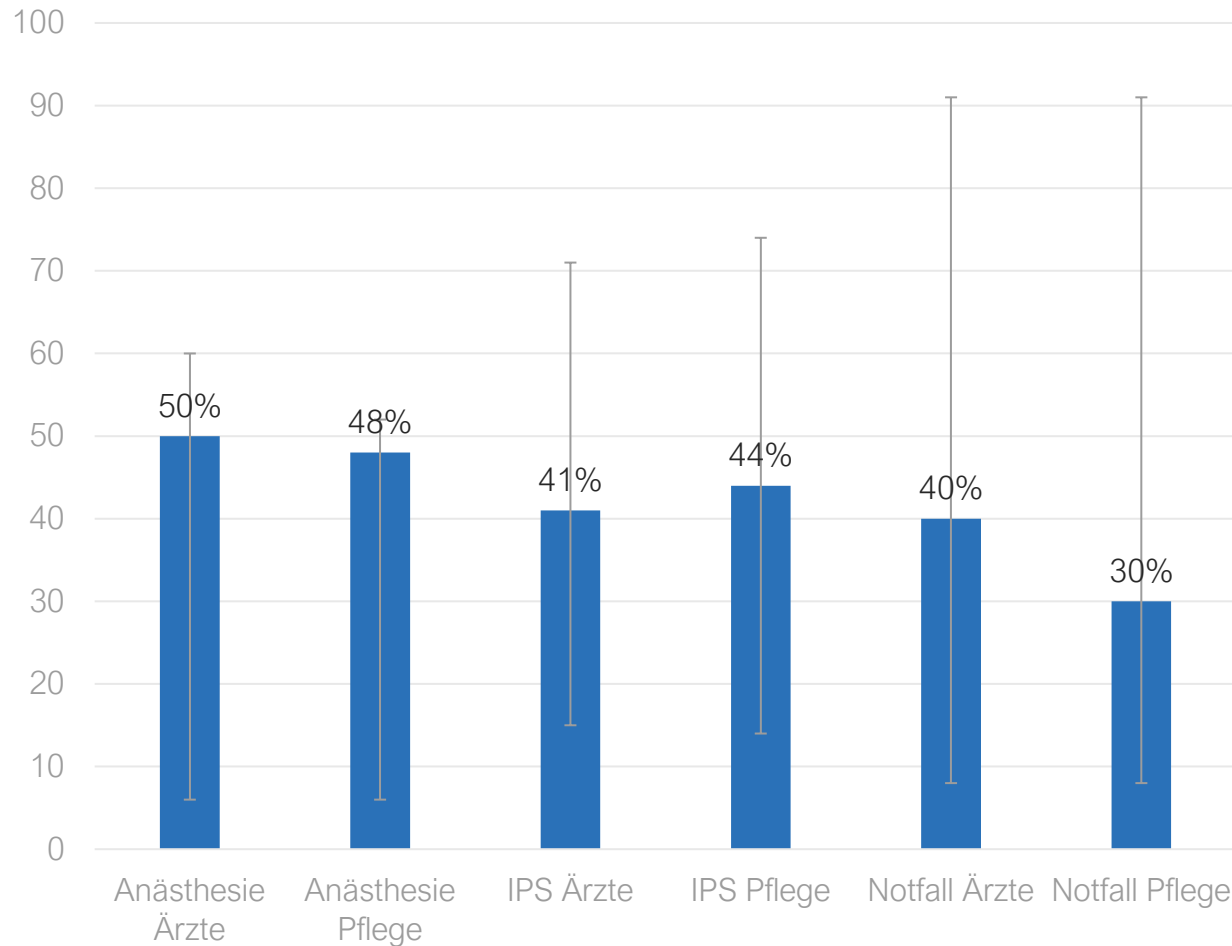
herzlich, kompetent, vernetzt

Gedanken des involvierten Personals

A small, grey speaker icon with sound waves is positioned between the words 'involvierten' and 'Personals' in the main title.

Burnout und Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS)

Prävalenz Burnout

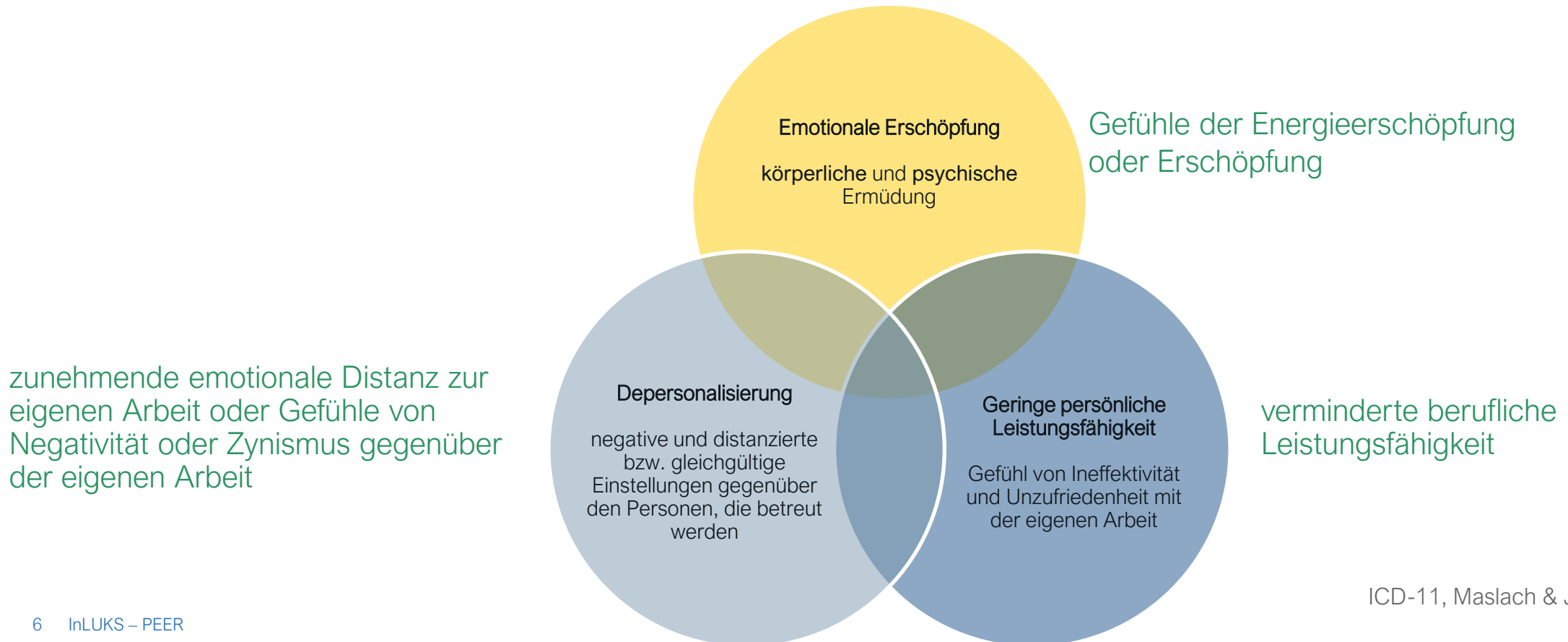


- Pflege und Ärzte: 40-45%
- IPS: 48%
- Notfall: 42%
- Anästhesie Schweiz:
 - Ärzte: 18% Burnout, 59% Risiko eines Burnouts
 - Pflegenden: 9% Burnout, 52% Risiko eines Burnouts

Definition Burnout nach Maslach und Jackson / ICD 11

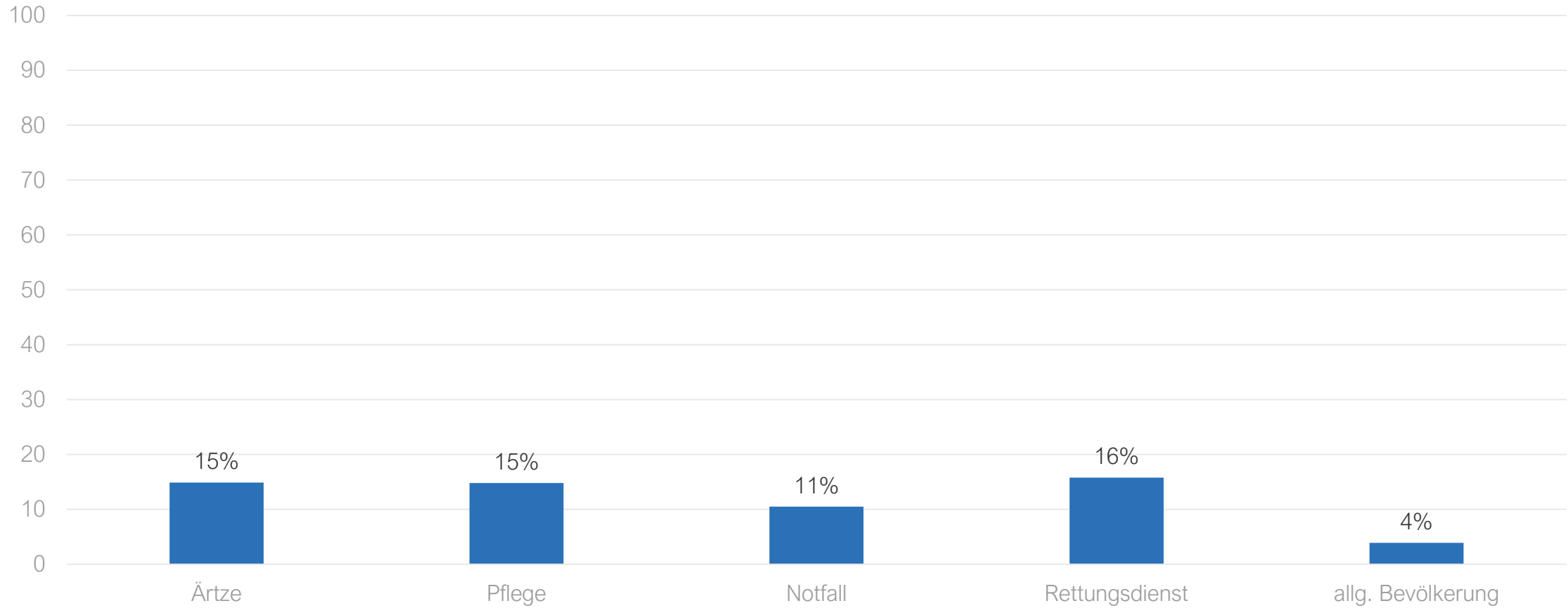
Maslach und Jackson: «**Reaktion auf anhaltenden und chronischen Stress am Arbeitsplatz**», welche durch drei Dimensionen gekennzeichnet sind.

ICD 11: Syndrome als Folge von **chronischem Stress am Arbeitsplatz** und zeichnet sich durch drei Dimensionen aus.



ICD-11, Maslach & Jackson, 1981

Prävalenz PTBS



Die Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) kann sich nach einem extrem bedrohlichen oder schrecklichen Ereignis oder einer Reihe von Ereignissen entwickeln. Sie ist durch alle folgenden Merkmale gekennzeichnet:

1. **Wiedererleben** des traumatischen Ereignisses oder der Ereignisse in der Gegenwart, z.B. durch lebhaftere, aufdrängende Erinnerungen, Flashbacks oder Alpträume, oft begleitet von starken Gefühlen wie Angst und intensiven körperlichen Reaktionen.
2. **Vermeidung** von Gedanken und Erinnerungen an das Ereignis oder die Ereignisse oder Vermeidung von Aktivitäten, Situationen oder Personen, die an das Ereignis erinnern.
3. **Anhaltende Wahrnehmung einer erhöhten gegenwärtigen Bedrohung**, z.B. durch Hypervigilanz oder eine verstärkte Schreckreaktion auf Reize wie unerwartete Geräusche.

Die Symptome bestehen über mindestens mehrere Wochen und führen zu einer erheblichen Beeinträchtigung in persönlichen, familiären, sozialen, schulischen, beruflichen oder anderen wichtigen Funktionsbereichen.

Ursachen Burnout / PTBS

PTBS

Burnout

Traumatischer Stress

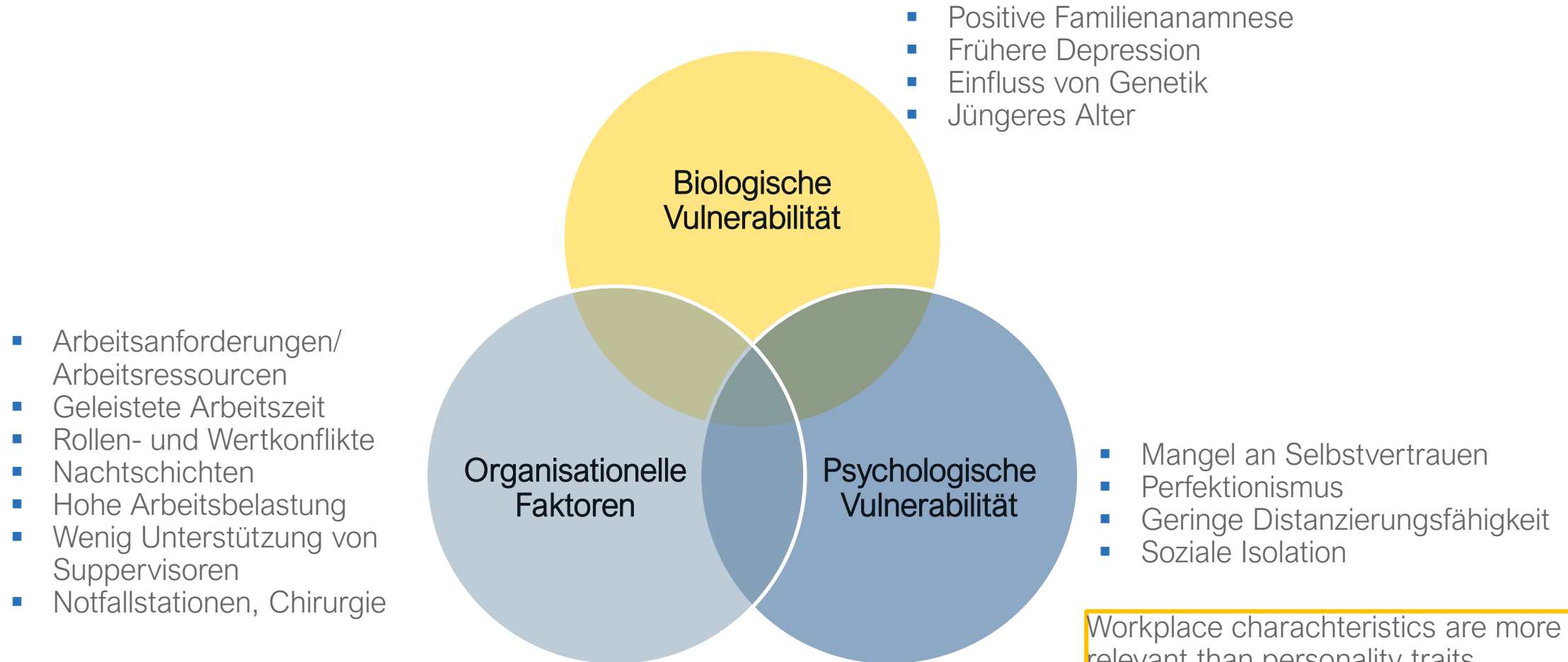
Chronischer Stress

Arbeitsüberlastung,
traumatische
Situationen

Emotionale
Erschöpfung

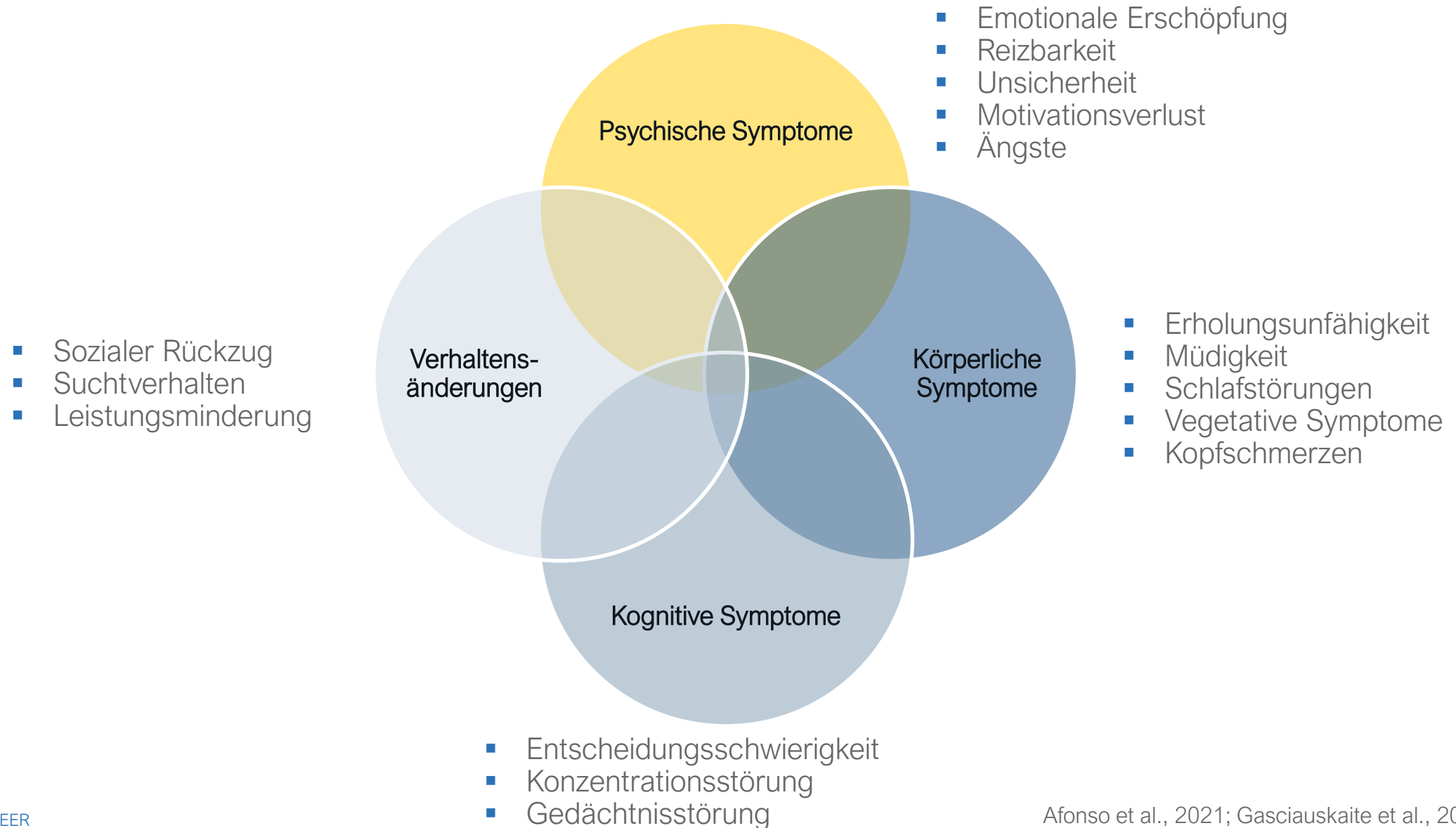
Depersonalisierung
(Distanzierung/
Zynismus
gegenüber Arbeit)

Kontinuierliche
Aussetzung
stressiger
Situationen

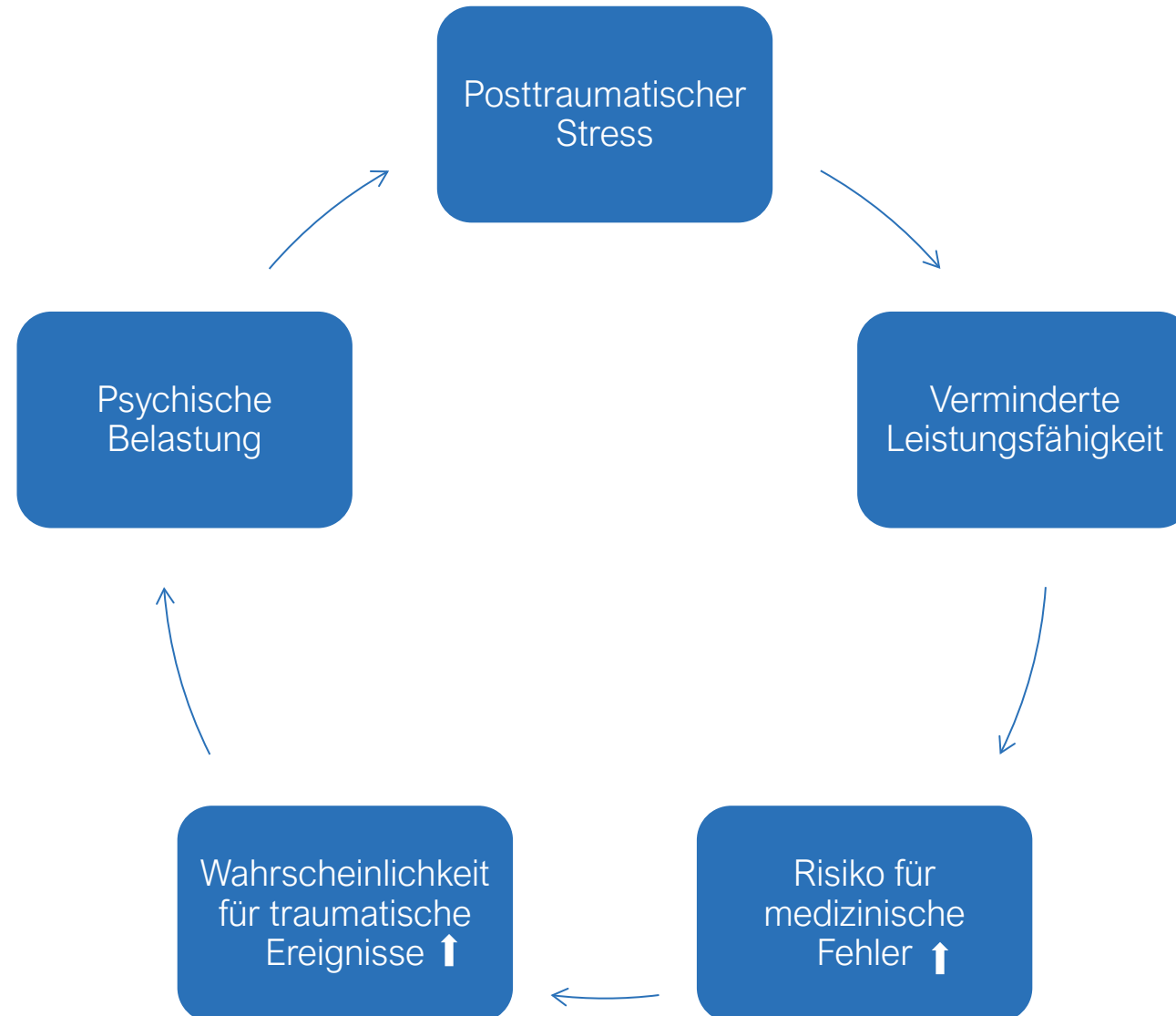


Workplace characteristics are more relevant than personality traits.
Maslach

Symptome Burnout & PTBS



Auswirkungen von Stress



Interventionen, um Burnout zu reduzieren



Resilienz steigern (Brajkovic et al., 2025; Schuster & Dwyer, 2020)



Problemfokussierte Copingstrategien (Brajkovic et al., 2025; Schuster & Dwyer, 2020)

Finden von positiven Aspekten in schwierigen Situationen



Wohlbefinden am Arbeitsplatz fördern durch (Butler, 2025; Gasciauskaite et al., 2025)

- Konstruktive interdisziplinäre Zusammenarbeit
- Kultur, welche eine flache Organisationsstruktur fördert
- offene Kommunikation

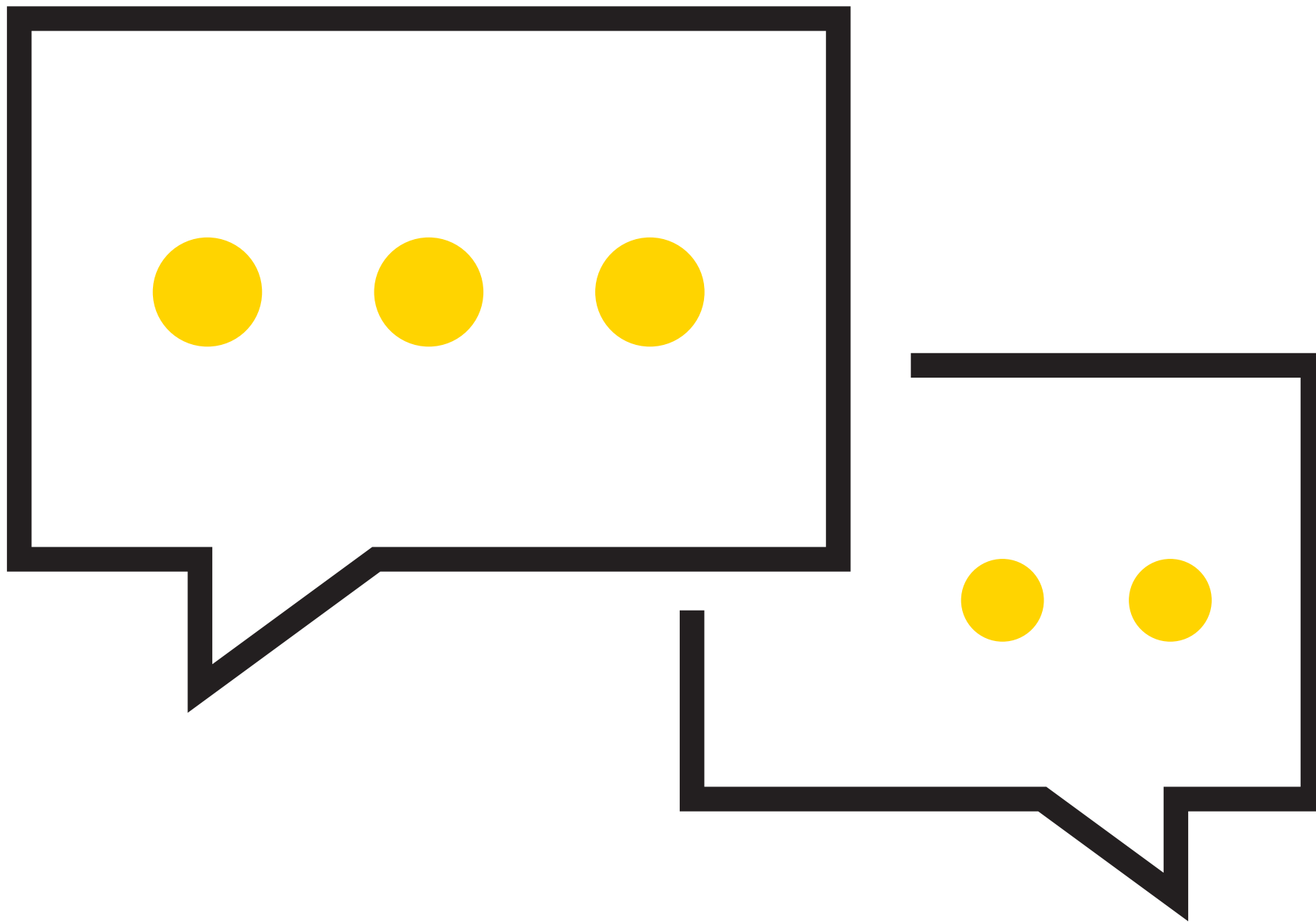


Soziale Unterstützung (Brajkovic et al., 2025; Schuster & Dwyer, 2020)



PEER Support (Cohen et al., 2023; Khan et al., 2025; Reed et al., 2025)

PEERS können unterstützend wirken, um eine konstruktive interdisziplinäre Zusammenarbeit zu fördern





Wo findest du Hilfe?

Angebote am LUKS

Seelsorge | Care Team LUKS

- 24h/7d erreichbar
- Standort Luzern: 041 205 16 75
- Standort Sursee: 041 926 45 45
- Standort Wolhusen: 041 492 82 82

Personalärztlicher Dienst

Telefon: 041 205 20 52

HR Betriebliches Gesundheitsmanagement

Telefon: 041 205 43 76

HR Beratung

- Standort Luzern: 041 205 44 86
- Standort Sursee: 041 926 52 04
- Standort Wolhusen: 041 492 81 05

PEER-Gruppe Anästhesie | ZIM

MO-FR, Tel.: 041 205 44 08

SA-SO, Tel: 041 205 11 11

Externe Beratungsstellen

Zentralschweizer Psychologinnen und Psychologen

www.verband-vpz.ch

Luzerner Psychiaterinnen und Psychiater

www.vplu.ch

Für psychiatrische Notfälle

Triage- und Notfallstelle lups (24h/7d)

Telefon: 058 856 53 00

Opferberatungsstelle des Kantons Luzern

- Telefon: 041 228 74 00
- opferberatung.lu.ch
- opferberatung@lu.ch

Telefon 143, die Dargebotene Hand

Rund um die Uhr

Luzern 143.ch (Mail/Chat)

e.l.b.e. Fachstelle für Lebensfragen

- Telefon: 041 210 10 87
- elbeluzern.ch



Seelsorge und Care Team, HR Betriebliches Gesundheitsmanagement,
Personalärztlicher Dienst

Belastendes Ereignis

Informationen für Mitarbeitende

Am Vortrag beteiligte Personen

Aus der PEER-Gruppe



Petra Schwab, Exp.
Notfallpflege



Renate Förster,
Seelsorge und Care



Doris von Däniken, Exp.
Anästhesiepflege



Judith Knüsel, Exp.
Anästhesiepflege



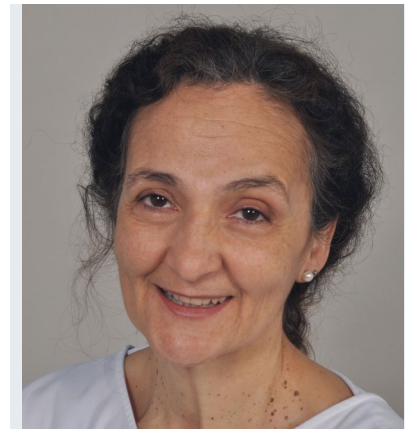
Martina Helfenstein, APN
Anästhesie



Carmen Bürgi,
Rettungsanitäterin



Marcel Schurtenberger,
Rettungsanitäter



Filomena Pezzuto, Exp.
Intensivpflege



Yvonne Bossard, Exp.
Intensivpflege



Edith Bucher, Exp.
Intensivpflege

Vielen Dank!

- Afonso, A. M., Cadwell, J. B., Staffa, S. J., Zurakowski, D., & Vinson, A. E. (2021). Burnout rate and risk factors among anesthesiologists in the United States. *Anesthesiology*, *134*(5), 683. doi:10.1097/ALN.0000000000003722.
- Brajković, L., Korać, D., & Kopilaš, V. (2025). Professional Quality of Life in Nursing: The Role of Psychological Resources—A Cross-Sectional Study. *Nursing reports*, *15*(12), 434. doi:10.3390/nursrep15120434
- Butler, S. (2025). Understanding burnout in nurses: identification and coping strategies. *British Journal of Nursing*, *34*(4), 220-224. doi:10.12968/bjon.2024.0244
- Cohen, C., Pignata, S., Bezak, E., Tie, M., & Childs, J. (2023). Workplace interventions to improve well-being and reduce burnout for nurses, physicians and allied healthcare professionals: a systematic review. *BMJ open*, *13*(6), e071203. doi:10.1136/bmjopen-2022-071203
- Gasciauskaite, G., Lunkiewicz, J., Braun, J., Kolbe, M., Seelandt, J., Spahn, D., . . . Tscholl, D. (2024). Burnout and its determinants among anaesthesia care providers in Switzerland: a multicentre cross-sectional study. *Anaesthesia*, *79*(2), 168-177. doi:10.1111/anae.16171
- Gómez-Urquiza, J. L., De la Fuente-Solana, E. I., Albendin-Garcia, L., Vargas-Pecino, C., Ortega-Campos, E. M., & Canadas-De la Fuente, G. A. (2017). Prevalence of burnout syndrome in emergency nurses: A meta-analysis. *Critical care nurse*, *37*(5), e1-e9. doi:10.4037/ccn2017508
- Hoell, A., Kourmpeli, E., & Dressing, H. (2023). Work-related posttraumatic stress disorder in paramedics in comparison to data from the general population of working age. A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in public health*, *11*, 1151248. doi:10.3389/fpubh.2023.1151248
- Khan, A., Kim, D., Atwater, R., & Reddy, R. (2025). Individual-Focused Interventions for Physician Burnout: A Meta-Analysis of Mindfulness, Coaching, and Peer Support. *Medicina*, *62*(1), 39. doi:10.3390/medicina62010039
- Lin, K.-H., Selvanayagam, N., Patnaik, S., & Kuo, C.-Y. (2025). Burnout among physicians and nurses working in intensive care units and emergency departments: A systematic review and Meta-Analysis. *Journal of Emergency Nursing*, *51*(4), 702-720. doi:10.1016/j.jen.2025.02.007
- Martínez, A., & Blanch, A. (2024). Are rescue workers still at risk? A meta-regression analysis of the worldwide prevalence of post-traumatic stress disorder and risk factors. *Stress and Health*, *40*(4), e3372. doi:10.1002/smi.3372
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*, *2*(2), 99–113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Papazian, L., Hraiech, S., Loundou, A., Herridge, M. S., & Boyer, L. (2023). High-level burnout in physicians and nurses working in adult ICUs: a systematic review and meta-analysis. *Intensive care medicine*, *49*(4), 387-400. doi:10.1007/s00134-023-07025-8
- Reed, K. D., Serpe, A. E., Weston, A. P., Folk, D. D., Kelker, H. P., Humbert, A. J., . . . Welch, J. L. (2025). Implementing a Novel Resident-Led Peer Support Program for Emergency Medicine Resident Physicians. *Behavioral Sciences*, *15*(7), 943. doi:10.3390/bs15070943
- Reinhardt, J., Linde, K., & Kersting, A. (2025). Prevalence of posttraumatic stress symptoms among physicians—A meta-analysis. *European Psychiatry*, *68*(1), e132. doi:10.1192/j.eurpsy.2025.10084
- Schuster, M., & Dwyer, P. A. (2020). Post-traumatic stress disorder in nurses: An integrative review. *Journal of Clinical Nursing*, *29*(15-16), 2769-2787. doi:10.1111/jocn.15288
- Wong, A. V.-K., & Olusanya, O. (2017). Burnout and resilience in anaesthesia and intensive care medicine. *BJA Education*, *17*(10), 334-340. doi:10.1093/bjaed/mkx020
- World Health Organization. (2026). International statistical classification of diseases and related health problems (11th rev.). Retrieved March 30 from https://icd.who.int/browse/2026-01/mms/en#_2070699808 and [Burn-out an "occupational phenomenon": International Classification of Diseases](#)
- Zhang, Q., Mu, M.-c., He, Y., Cai, Z.-l., & Li, Z.-c. (2020). Burnout in emergency medicine physicians: a meta-analysis and systematic review. *Medicine*, *99*(32), e21462. doi:10.1097/MD.00000000000021462