

A | AMP

Österreichische Akademie
für Arbeitsmedizin und Prävention

Für einen sicheren und strukturierten
Start in die Arbeitsmedizin



KLARE PERSPEKTIVEN
FÜR IHREN EINSTIEG



STRUKTUR UND
ÜBERBLICK



PRAXISNAH UND
KOMPETENT



IHRE KARRIERE IN DER
ARBEITSMEDIZIN

Für einen sicheren und strukturierten Start

- persönliches Anforderungsprofil und Rollenverständnis klären
- gesetzliche Voraussetzungen und Ausbildung planen
- Beschäftigungsform, Teilzeit/Vollzeit und Praxisorganisation realistisch bewerten
- erste 30 Tage, erste 90 Tage und erstes Jahr gezielt strukturieren

Inhalt

Praktischer Einstiegsvorschlag	3
1. Grundsatzentscheidung: Bin ich vom Typus für das Anforderungsprofil Arbeitsmedizin geeignet?	4
Persönliches Kompetenzprofil vor dem Einstieg prüfen	4
2. Anforderungsprofil an Arbeitsmediziner:innen	5
Fachliche Anforderungen	5
Persönliche Anforderungen	5
Rollenverständnis	5
3. Gesetzliche Voraussetzungen prüfen	6
4. Ausbildung an der AAMP planen	6
5. Beschäftigungsform klären: angestellt, selbständig oder kombiniert?	7
5.1 Angestellte Tätigkeit	7
5.2 Selbständige Tätigkeit	8
5.3 Kombinierte Tätigkeit	9
6. Teilzeit versus Vollzeit realistisch planen	10
Teilzeit	10
Vollzeit	10
7. Die ersten 30 Tage in der Praxis	11
8. Die ersten 90 Tage: arbeitsmedizinisches Grundsystem aufbauen	11
9. Das erste Jahr: Ziele und Entwicklungspunkte	12
Fachliche Ziele	12
Organisatorische Ziele	12
Kommunikative Ziele	12
Persönliche Entwicklung	12
Mögliche Entwicklungsschwerpunkte nach dem ersten Jahr	13
10. Praktische Basisausstattung	14
11. Medizinische Themen, die am Anfang besonders häufig auftreten	14
12. Zusammenarbeit im Betrieb professionell gestalten	14
13. Typische Fehler beim Berufseinstieg vermeiden	15
14. Kompakte Einstiegs-Checkliste auf einen Blick	15
Abschlussgedanke	16

Praktischer Einstiegsvorschlag

Für den Berufseinstieg in die Arbeitsmedizin empfiehlt sich häufig ein gestufter Zugang: zuerst die formale Ausbildung und ein realistischer Abgleich mit dem eigenen Kompetenzprofil, dann Hospitation oder Mitarbeit in bestehenden Strukturen, anschließend die Betreuung kleinerer oder klar strukturierter Betriebe und erst danach der Ausbau komplexerer Mandate oder selbständiger Tätigkeit.

Besonders bewährt ist der Einstieg über ein arbeitsmedizinisches Zentrum, eine erfahrene Kollegin bzw. einen erfahrenen Kollegen oder eine strukturierte Anstellung, weil dort Dokumentation, Prozesse, Qualitätssicherung und fachliche Rückfragen bereits etabliert sind. Wer selbständig starten möchte, sollte besonders auf Verträge, Haftung, Dokumentation, Datenschutz, Vertretung und realistische Zeitplanung achten.

Das Ziel des ersten Jahres ist nicht Perfektion, sondern der Aufbau einer sicheren, strukturierten und professionellen arbeitsmedizinischen Arbeitsweise.



1. Beobachten

Hospitation · Begehung ·
Abläufe



2. Mitarbeiten

Beratung · Dokumentation ·
Supervision



Begleitet. Strukturiert. Praxisnah.



3. Übernehmen

Teilbereiche · Betriebe ·
Schwerpunkte



4. Ausbauen

Routine · Verantwortung ·
Profil

1. Grundsatzentscheidung: Bin ich vom Typus für das Anforderungsprofil Arbeitsmedizin geeignet?

Der Einstieg in die Arbeitsmedizin sollte nicht nur als formale Zusatzqualifikation verstanden werden. Arbeitsmedizin ist ein eigenständiges ärztliches Tätigkeitsfeld mit einem besonderen Rollenverständnis: präventiv, beratend, systemisch, interdisziplinär und betriebsnah.

Arbeitsmediziner:innen behandeln nicht primär einzelne Erkrankungen im klassischen kurativen Sinn, sondern beurteilen und gestalten das Verhältnis zwischen Arbeit, Gesundheit, Organisation, Belastung, Prävention und Leistungsfähigkeit.

Persönliches Kompetenzprofil vor dem Einstieg prüfen

- Ich reflektiere, ob ich gerne präventiv, beratend und langfristig begleitend arbeite.
- Ich bin bereit, mich nicht nur mit Patient:innen, sondern auch mit Arbeitnehmer:innen, Arbeitgeber:innen, Führungskräften, Betriebsrat, Sicherheitsfachkräften, Arbeitspsycholog:innen und Behörden zu befassen.
- Ich kann medizinische Sachverhalte verständlich, praxisnah und lösungsorientiert erklären.
- Ich interessiere mich für Arbeitsbedingungen, Organisation, Ergonomie, Prävention, Recht, Kommunikation und betriebliche Abläufe.
- Ich bin bereit, Betriebe aktiv zu begehen, Arbeitsplätze zu verstehen und medizinische Empfehlungen in betriebliche Realität zu übersetzen.
- Ich kann mit unterschiedlichen Interessen umgehen: Gesundheitsschutz der Arbeitnehmer:innen, betriebliche Machbarkeit, rechtliche Verpflichtungen und wirtschaftliche Rahmenbedingungen.
- Ich kann meine ärztliche Unabhängigkeit wahren, auch wenn ich von einem Unternehmen beauftragt oder angestellt bin.
- Ich habe Freude daran, nicht nur auf akute Probleme zu reagieren, sondern Strukturen, Prozesse und Präventionskultur mitzugestalten.
- Ich bin bereit, mich laufend fortzubilden, weil Arbeitsmedizin viele Schnittstellen berührt: Medizin, Technik, Psychologie, Organisation, Recht, Public Health und Kommunikation.



2. Anforderungsprofil an Arbeitsmediziner:innen

Arbeitsmediziner:innen benötigen neben medizinischem Fachwissen ein breites Bündel an persönlichen, fachlichen und kommunikativen Kompetenzen.

Fachliche Anforderungen

- Solides allgemeinmedizinisches bzw. klinisches Grundverständnis.
- Kenntnisse zu arbeitsbedingten Erkrankungen, Berufskrankheiten und arbeitsassoziierten Gesundheitsrisiken.
- Verständnis für Prävention, Gesundheitsförderung, Rehabilitation und Wiedereingliederung.
- Grundkenntnisse des Arbeitnehmer:innenschutzes, insbesondere ASchG, Evaluierung, Präventionszeiten, Unterweisung, Mutterschutz, VGÜ, Arbeitsstoffe, Lärm, Bildschirmarbeit, PSA und ergonomische Anforderungen.
- Fähigkeit zur arbeitsmedizinischen Beurteilung von Arbeitsplätzen, Belastungen und Schutzmaßnahmen.
- Verständnis für technische, organisatorische und personenbezogene Schutzmaßnahmen.
- Fähigkeit, medizinische Risiken in betriebliche Maßnahmen zu übersetzen.

Persönliche Anforderungen

- Kommunikationsstärke.
- Beratungs- und Moderationsfähigkeit.
- Konfliktfähigkeit.
- Strukturierte Arbeitsweise.
- Entscheidungsfähigkeit bei Unsicherheit.
- Diskretion und hohes Bewusstsein für Datenschutz und ärztliche Verschwiegenheit.
- Neugier für unterschiedliche Branchen und Arbeitswelten.
- Fähigkeit, sich rasch in betriebliche Prozesse einzuarbeiten.
- Professionelle Distanz bei gleichzeitiger Empathie.

Rollenverständnis

- Ich verstehe mich als ärztliche Präventionsfachkraft, nicht als Kontrollorgan des Unternehmens.
- Ich vertrete die Gesundheit der Arbeitnehmer:innen, ohne die betriebliche Realität auszublenken.
- Ich berate Arbeitgeber:innen fachlich unabhängig.
- Ich arbeite interdisziplinär mit Sicherheitsfachkräften, Arbeitspsycholog:innen, Personalverantwortlichen, Betriebsrat und Führungskräften zusammen.
- Ich erkenne, wann arbeitsmedizinische Beratung ausreicht und wann andere Fachdisziplinen einzubeziehen sind.

3. Gesetzliche Voraussetzungen prüfen

- Ich verfüge über eine ärztliche Berufsberechtigung in Österreich.
- Ich bin in die Ärzteliste eingetragen und darf meinen ärztlichen Beruf entsprechend meiner Qualifikation ausüben.
- Ich prüfe, ob meine aktuelle Berufsberechtigung für die geplante arbeitsmedizinische Tätigkeit ausreichend ist.
- Ich informiere mich über die gesetzlichen Grundlagen der arbeitsmedizinischen Tätigkeit, insbesondere das ArbeitnehmerInnenschutzgesetz, die arbeitsmedizinische Ausbildungsregelung, die Verordnung über die Gesundheitsüberwachung am Arbeitsplatz und weitere einschlägige Schutzvorschriften.
- Ich beachte, dass für die Tätigkeit als Arbeitsmediziner:in im Sinne des Arbeitnehmer:innenschutzes eine arbeitsmedizinische Ausbildung erforderlich ist.
- Ich kläre, ob ich zusätzlich das ÖÄK-Diplom Arbeitsmedizin beantragen möchte bzw. welche Nachweise dafür erforderlich sind.
- Ich mache mir bewusst, dass Arbeitsmedizin nicht nur aus Untersuchungen besteht, sondern vor allem aus Beratung, Prävention, Begehung, Evaluierung, Maßnahmenempfehlung und kontinuierlicher Betreuung.

4. Ausbildung an der AAMP planen

- Ich informiere mich über die Ausbildung Arbeitsmedizin an der AAMP – Österreichische Akademie für Arbeitsmedizin und Prävention.
www.aamp.at
- Ich prüfe Zugangsvoraussetzungen, Termine, Kosten, Veranstaltungsorte, Dauer, Prüfungsmodalitäten und Abschlussvoraussetzungen.
- Ich plane ausreichend Zeit für Unterricht, Selbststudium, praktische Ausbildungsanteile, Projektarbeit und Abschluss ein.
- Ich nutze die Ausbildung nicht nur zur formalen Qualifikation, sondern auch als Einstieg in ein arbeitsmedizinisches Netzwerk.
- Ich suche bereits während der Ausbildung den Kontakt zu erfahrenen Arbeitsmediziner:innen, arbeitsmedizinischen Zentren, Betrieben, Sicherheitsfachkräften und anderen Präventionsfachleuten.
- Ich dokumentiere eigene Lernfelder und offene Fragen aus der Ausbildung für den späteren Praxiseinstieg.
- Ich sammle Praxisbeispiele zu typischen arbeitsmedizinischen Themen: Arbeitsplatzbegehung, Ergonomie, Bildschirmarbeit, Lärm, Arbeitsstoffe, Hitze, Hautschutz, psychische Belastungen, Mutterschutz, Wiedereingliederung, Impfberatung und Gesundheitsförderung.



5. Beschäftigungsform klären: angestellt, selbständig oder kombiniert?

Die Beschäftigungsform beeinflusst Arbeitsweise, Verantwortung, wirtschaftliches Risiko, Flexibilität und Entwicklungsmöglichkeiten erheblich. Gerade beim Berufseinstieg sollte diese Entscheidung bewusst getroffen werden.

5.1 Angestellte Tätigkeit

Eine angestellte Tätigkeit kann in einem Betrieb, einem arbeitsmedizinischen Zentrum, einer Institution oder bei einem externen arbeitsmedizinischen Dienstleister erfolgen.

Checkliste

- Ich prüfe, ob ich direkt in einem Unternehmen, in einem arbeitsmedizinischen Zentrum oder bei einem Dienstleister angestellt sein möchte.
- Ich kläre im Dienstvertrag: Wochenstunden, Dienstort, Außendienstanteil, Reisetätigkeit, Dokumentationszeit, Fortbildungsbudget, Haftpflichtdeckung, Vertretung, Supervision und fachliche Weisungsfreiheit.
- Ich achte darauf, dass die Tätigkeit nicht nur aus Untersuchungen besteht, sondern ausreichend Zeit für Begehungen, Beratung, Besprechungen, Evaluierung und Dokumentation enthält.
- Ich kläre, wer Terminplanung, Einladung der Mitarbeitenden, Untersuchungsräume, Assistenz, Befundverwaltung, Datenschutz und Archivierung organisiert.
- Ich prüfe, ob es erfahrene Kolleg:innen gibt, von denen ich lernen kann.

Vorteile

- Geregelteres Einkommen.
- Klare organisatorische Struktur.
- Meist geringeres wirtschaftliches Risiko.
- Zugang zu bestehenden Prozessen, Dokumentationssystemen und Qualitätsstandards.
- Möglichkeit zur Einarbeitung durch erfahrene Kolleg:innen.
- Bessere Planbarkeit von Arbeitszeit, Urlaub und Fortbildung.
- Besonders geeignet für den Einstieg, wenn man Sicherheit, Struktur und fachliche Begleitung sucht.

Nachteile

- Geringere unternehmerische Freiheit.
- Weniger Einfluss auf Honorarmodelle, Kund:innenauswahl und strategische Ausrichtung.
- Mögliche Abhängigkeit von internen Strukturen oder Vorgaben.
- Gefahr, vor allem für Routineuntersuchungen eingesetzt zu werden, wenn das Tätigkeitsprofil nicht klar vereinbart ist.
- Je nach Arbeitgeber möglicherweise weniger Vielfalt bei Branchen und Betrieben.

5.2 Selbständige Tätigkeit

Eine selbständige arbeitsmedizinische Tätigkeit bedeutet in der Regel, dass man als externe:r Arbeitsmediziner:in direkt mit Unternehmen Verträge abschließt oder auf Honorarbasis für Zentren bzw. Dienstleister tätig ist.

Checkliste

- Ich kläre die Voraussetzungen für freiberufliche ärztliche Tätigkeit: Berufssitz, Meldungen, Sozialversicherung, steuerliche Fragen, Haftpflichtversicherung und Abrechnung.
- Ich entscheide, ob ich Unternehmen direkt betreuen oder mit arbeitsmedizinischen Zentren bzw. Dienstleistern kooperieren möchte.
- Ich erstelle klare Leistungsvereinbarungen: Betreuungsumfang, Präventionszeit, Leistungen, Reaktionszeiten, Honorar, Fahrtkosten, Storno, Datenschutz, Haftung, Verschwiegenheit und Vertretung.
- Ich stelle eine datenschutzkonforme Dokumentation sicher.
- Ich organisiere Ausstattung, Terminverwaltung, Befundablage, sichere Kommunikation und Rechnungslegung.
- Ich achte darauf, keine Betreuungen zu übernehmen, die ich zeitlich, fachlich oder organisatorisch nicht seriös erfüllen kann.

Vorteile

- Hohe fachliche und organisatorische Selbstständigkeit.
- Eigene Auswahl von Betrieben, Branchen und Schwerpunkten.
- Möglichkeit, ein eigenes arbeitsmedizinisches Profil aufzubauen.
- Potenziell höhere wirtschaftliche Gestaltungsmöglichkeiten.
- Flexible Arbeitszeitgestaltung.
- Gute Möglichkeit, Arbeitsmedizin mit anderen ärztlichen Tätigkeiten zu kombinieren.

Nachteile

- Höheres wirtschaftliches Risiko.
- Eigenverantwortung für Verträge, Akquise, Abrechnung, Dokumentation, Datenschutz, Ausstattung und Qualitätssicherung.
- Kein automatisches fachliches Backup, sofern kein Netzwerk aufgebaut wird.
- Gefahr der Überlastung durch viele kleine Mandate, Reisezeiten und ungeplante Anfragen.
- Höhere Anforderungen an Selbstorganisation.
- Gerade zu Beginn besteht das Risiko, Leistungen zu günstig oder zu unklar anzubieten.
- Vertretung, Erreichbarkeit und Haftungsfragen müssen aktiv geregelt werden.

5.3 Kombinierte Tätigkeit

Eine Kombination aus angestellter und selbständiger Tätigkeit kann besonders attraktiv sein, wenn man einerseits Sicherheit und Struktur sucht, andererseits schrittweise ein eigenes arbeitsmedizinisches Profil aufbauen möchte.

Checkliste

- Ich prüfe, ob mein Dienstvertrag eine selbständige Nebentätigkeit erlaubt.
- Ich kläre Nebenbeschäftigung, Konkurrenzklauseln, Interessenkonflikte, Arbeitszeitgrenzen und Haftung.
- Ich definiere klare Zeitfenster für selbständige Tätigkeit, Dokumentation, Begehungen und Fortbildung.
- Ich achte darauf, dass die selbständige Tätigkeit nicht zulasten der Qualität oder Erreichbarkeit geht.
- Ich trenne organisatorisch sauber zwischen angestellter Tätigkeit und selbständigen Mandaten.
- Vorteile
- Gute Balance zwischen Sicherheit und Entwicklung.
- Möglichkeit, Erfahrung in bestehenden Strukturen zu sammeln und gleichzeitig eigene Mandate aufzubauen.
- Wirtschaftliches Risiko ist geringer als bei sofortiger Vollselbstständigkeit.
- Schrittweiser Aufbau eines Netzwerks und eines eigenen Profils.
- Besonders geeignet für den Übergang in die Arbeitsmedizin.
- Nachteile
- Hohe Anforderungen an Zeitmanagement.
- Gefahr der Doppelbelastung.
- Abgrenzung von Zuständigkeiten, Haftung und Interessenkonflikten muss klar sein.
- Nebenbeschäftigungsregelungen können einschränkend sein.
- Fortbildung, Dokumentation und administrative Aufgaben fallen zusätzlich an.



6. Teilzeit versus Vollzeit realistisch planen

Unabhängig davon, ob Arbeitsmedizin in Teilzeit oder Vollzeit ausgeübt wird, besteht immer ein bestimmter fachlicher und organisatorischer Grundaufwand. Dieser Grundaufwand ist nicht proportional zur Wochenarbeitszeit reduzierbar. Auch bei einer kleinen Teilzeittätigkeit müssen die gesetzlichen Rahmenbedingungen bekannt sein, regelmäßig aktualisiert und in der Praxis korrekt angewendet werden.

Dazu gehören insbesondere die Kenntnis der relevanten Bestimmungen des ArbeitnehmerInnenschutzgesetzes, der arbeitsmedizinischen Aufgaben, der Präventionszeiten, der Dokumentationspflichten, der ärztlichen Verschwiegenheit, des Datenschutzes sowie einschlägiger Sonderregelungen wie Mutterschutz, VGÜ, Bildschirmarbeit, Arbeitsstoffe, Lärm, Hitze, Impfberatung und Wiedereingliederung.

Ebenso erforderlich ist eine laufende Aktualisierung des eigenen Wissens. Arbeitsmedizinische Tätigkeit setzt voraus, dass rechtliche Änderungen, neue fachliche Empfehlungen, Entwicklungen in der Arbeitswelt und betriebliche Präventionsthemen regelmäßig beobachtet und in die eigene Tätigkeit integriert werden. Dieser Grundaufwand muss realistisch eingeplant werden – auch dann, wenn nur wenige Stunden pro Woche arbeitsmedizinisch gearbeitet wird.

Teilzeit

- Ich wähle zu Beginn überschaubare Betreuungsumfänge.
- Ich plane fixe Zeitfenster für Begehungen, Beratung, Dokumentation, Rückfragen, rechtliche Aktualisierung und Fortbildung ein.
- Ich vermeide zu viele kleine Betriebe parallel, wenn Struktur und Routine noch fehlen.
- Ich kläre Vertretung, Erreichbarkeit und Reaktionszeiten.
- Ich achte darauf, dass Teilzeit-Arbeitsmedizin nicht zu einer reinen „Untersuchungstätigkeit am Rand“ wird.
- Ich berücksichtige, dass auch bei geringer Wochenstundenanzahl ein Mindestmaß an fachlicher Vorbereitung, Nachbereitung und laufender Aktualisierung notwendig ist.

Vollzeit

- Ich rechne mit einer breiten Aufgabenpalette: Regelbetreuung, Untersuchungen, Projektarbeit, Evaluierungen, Managementberatung, Ausschüsse, Schulungen, Wiedereingliederung und Gesundheitsförderung.
- Ich baue ein persönliches System für Priorisierung auf.
- Ich plane Zeit für Dokumentation, Nachbereitung, Recherche, rechtliche Aktualisierung und Maßnahmenverfolgung ein.
- Ich achte auf die eigene Arbeitsbelastung durch Außendienst, Reisetätigkeit, Rollenkonflikte und emotionale Themen.
- Ich entwickle mittelfristig fachliche Schwerpunkte, um nicht nur reaktiv tätig zu sein.
- Ich nutze den größeren Tätigkeitsumfang, um Routine, Branchenkenntnis und arbeitsmedizinische Handlungssicherheit systematisch aufzubauen.

7. Die ersten 30 Tage in der Praxis

- Ich lasse mir alle betreuten Betriebe bzw. Standorte strukturiert vorstellen: Branche, Beschäftigtenzahl, Schichtmodelle, besondere Gefährdungen, Organisationsstruktur und Ansprechpersonen.
- Ich kläre die wichtigsten betrieblichen Rollen: Arbeitgeber:in, Geschäftsführung, Personalabteilung, Sicherheitsfachkraft, Sicherheitsvertrauenspersonen, Betriebsrat, Brandschutz, Ersthelfer:innen, Arbeitspsychologie und BGF-Verantwortliche.
- Ich fordere zentrale Unterlagen an: Arbeitsplatzevaluierung, Sicherheits- und Gesundheitsschutzdokumente, Begehungsprotokolle, Unfallstatistiken, relevante Krankenstandsanalysen soweit zulässig, Unterweisungsunterlagen, VGÜ-relevante Tätigkeiten, Mutterschutzprozesse, Impfkonzepte und Notfallpläne.
- Ich prüfe, ob die arbeitsmedizinische Betreuung bisher vor allem untersuchungsorientiert oder bereits präventions- und beratungsorientiert gelebt wurde.
- Ich vereinbare einen ersten Begehungsplan: zuerst Hochrisikobereiche, dann typische Arbeitsplätze, danach Querschnittsthemen wie Ergonomie, Bildschirmarbeit, psychische Belastungen, Hitze, Lärm und Arbeitsstoffe.
- Ich führe ein strukturiertes Erstgespräch mit der Unternehmensleitung: Erwartungen, bisherige Probleme, gesetzliche Pflichten, Rollenverständnis, Grenzen der Arbeitsmedizin, Datenschutz, Verschwiegenheit und Berichtswesen.
- Ich führe ein eigenes Gespräch mit Sicherheitsfachkraft und gegebenenfalls Betriebsrat, um die Präventionsarbeit abzustimmen.
- Ich dokumentiere offene Punkte, Risiken, Sofortmaßnahmen und Themen für die Jahresplanung.

8. Die ersten 90 Tage: arbeitsmedizinisches Grundsystem aufbauen

- Ich erstelle eine Betreuungslandkarte je Betrieb: Standorte, Bereiche, Risiken, Pflichtuntersuchungen, Schwerpunktthemen und offene Maßnahmen.
- Ich prüfe, welche Tätigkeiten in die Präventionszeit fallen und wie diese bisher dokumentiert wurden.
- Ich erstelle eine Jahresplanung: Begehungen, Besprechungen, Evaluierungsschwerpunkte, Unterweisungen, Untersuchungen, Berichtstermine und Präventionsprojekte.
- Ich entwickle Standardvorlagen: Begehungsprotokoll, Maßnahmenliste, Beratungsvermerk, Untersuchungsprozess, anonymisierte Jahreszusammenfassung, Unterweisungsnachweis und Wiedervorlage.
- Ich definiere ein Berichtswesen: Was wird personenbezogen dokumentiert? Was wird anonymisiert berichtet? Was gehört an Arbeitgeber:in, was an Mitarbeitende, was bleibt ärztlich vertraulich?
- Ich baue eine Maßnahmenverfolgung auf: Feststellung, Empfehlung, Verantwortlichkeit, Frist, Status und Wirksamkeitskontrolle.
- Ich führe erste arbeitsmedizinische Schwerpunktaktionen durch, zum Beispiel Bildschirmarbeitsplatz-Ergonomie, Hautschutz, Lärmschutz, Hitzeprävention, Impfberatung, psychische Belastungen oder Wiedereingliederung.
- Ich bespreche mit dem Unternehmen, welche Themen kurzfristig, mittelfristig und langfristig bearbeitet werden sollen.

9. Das erste Jahr: Ziele und Entwicklungspunkte

Das erste Jahr sollte nicht nur der Orientierung dienen, sondern dem bewussten Aufbau einer professionellen arbeitsmedizinischen Grundstruktur. Ziel ist es, von der reinen Einarbeitung zu einer eigenständigen, planvollen und wirksamen arbeitsmedizinischen Tätigkeit zu kommen.

Fachliche Ziele

- Ich kenne die wesentlichen rechtlichen Grundlagen meiner Tätigkeit und kann sie praktisch anwenden.
- Ich kann eine Arbeitsplatzbegehung strukturiert vorbereiten, durchführen, dokumentieren und nachverfolgen.
- Ich kann arbeitsmedizinische Risiken erkennen, priorisieren und verständlich kommunizieren.
- Ich kenne die häufigsten arbeitsmedizinischen Standardthemen in meinen betreuten Betrieben.
- Ich habe Sicherheit im Umgang mit Mutterschutz, Wiedereingliederung, Bildschirmarbeit, Ergonomie, psychischen Belastungen, Hitze, Lärm, Arbeitsstoffen und Impfberatung gewonnen.
- Ich erkenne, wann ich zusätzliche Expertise benötige, etwa Arbeitspsychologie, Hygiene, Technik, Sicherheitsfachkraft, Dermatologie, Arbeitsinspektion oder AUVA.

Organisatorische Ziele

- Für jeden betreuten Betrieb gibt es eine aktuelle Betreuungsübersicht.
- Für jeden Betrieb gibt es eine Jahresplanung oder zumindest eine strukturierte Themen- und Maßnahmenliste.
- Begehungen, Beratungen und Maßnahmen werden nachvollziehbar dokumentiert.
- Es gibt ein funktionierendes System zur Wiedervorlage offener Punkte.
- Datenschutz, Verschwiegenheit und Berichtswesen sind klar geregelt.
- Ich habe meine eigenen Vorlagen und Arbeitsroutinen entwickelt oder bestehende Systeme sicher übernommen.

Kommunikative Ziele

- Ich bin im Betrieb als vertrauenswürdige, unabhängige und lösungsorientierte arbeitsmedizinische Ansprechperson bekannt.
- Die Zusammenarbeit mit Sicherheitsfachkraft, Personalabteilung, Betriebsrat und Führungskräften ist etabliert.
- Ich kann arbeitsmedizinische Empfehlungen so formulieren, dass sie verstanden, akzeptiert und umgesetzt werden können.
- Ich habe gelernt, schwierige Gespräche professionell zu führen, etwa bei Konflikten, psychischen Belastungen, Leistungsproblemen oder Wiedereingliederung.

Persönliche Entwicklung

- Ich habe meine Stärken und Unsicherheiten in der arbeitsmedizinischen Praxis reflektiert.
- Ich habe ein fachliches Netzwerk aufgebaut.
- Ich nehme regelmäßig an Fortbildungen teil.
- Ich habe entschieden, ob ich künftig eher generalistisch oder mit fachlichen Schwerpunkten arbeiten möchte.

- Ich habe meine Beschäftigungsform evaluiert: angestellt, selbständig, kombiniert, Teilzeit oder Vollzeit.
- Ich achte auf meine eigene Arbeitsbelastung, insbesondere bei Reisetätigkeit, hoher Verantwortung und Rollenkonflikten.

Mögliche Entwicklungsschwerpunkte nach dem ersten Jahr

- Vertiefung in Ergonomie und Bildschirmarbeit.
- Vertiefung in psychische Belastungen und Organisation.
- Vertiefung in Arbeitsstoffe, Lärm, Hitze oder PSA.
- Aufbau von Expertise in Gesundheitsförderung und Präventionsprogrammen.
- Spezialisierung auf bestimmte Branchen, zum Beispiel Gesundheitswesen, Büro/Verwaltung, Produktion, Logistik, Bau, Bildung oder Kommunalbetriebe.
- Entwicklung eigener Schulungs- und Unterweisungsformate.
- Aufbau eines strukturierten Jahresberichts für betreute Unternehmen.

Platz für weitere Gedanken ...



10. Praktische Basisausstattung

- Ärztliche Grundausrüstung für arbeitsmedizinische Untersuchungen, soweit erforderlich.
- Blutdruckmessgerät, Sehtest- und Hörtestzugang bzw. Kooperationspartner.
- Einfache ergonomische Mess- und Beurteilungshilfen.
- Datenschutzkonformes Dokumentationssystem.
- Aktuelle Rechtsgrundlagen und Zugriff auf relevante Informationsquellen.
- Standardisierte Anamnese- und Beratungsbögen.
- Vorlagen für Begehungen, Maßnahmenlisten, Jahresberichte und Unterweisungen.
- Sichere Kommunikationswege für sensible Gesundheitsdaten.
- Persönliche Schutzausrüstung für Begehungen, je nach Branche: Sicherheitsschuhe, Warnweste, Schutzbrille, Gehörschutz, Helm.

11. Medizinische Themen, die am Anfang besonders häufig auftreten

- Bildschirmarbeit, Ergonomie und muskuloskelettale Beschwerden.
- Psychische Belastungen, Stress, Konflikte, Arbeitsorganisation und Führung.
- Mutterschutz und besonders schutzbedürftige Personen.
- Wiedereingliederung nach längerer Erkrankung.
- Eignungs-, Vorsorge- und Beratungsfragen.
- Impfungen und Infektionsschutz.
- Hautschutz, UV-Schutz und Hitzeschutz.
- Lärm, Vibration, Arbeitsstoffe und persönliche Schutzausrüstung.
- Nachtarbeit, Schichtarbeit und Ermüdung.
- Erste Hilfe, Notfallorganisation und Schnittstelle zur Betriebsrettung.

12. Zusammenarbeit im Betrieb professionell gestalten

- Ich positioniere mich klar als präventive, unabhängige medizinische Fachperson.
- Ich vermeide den Eindruck, Kontrollärztin oder Kontrollarzt der Arbeitgeberseite zu sein.
- Ich erkläre Mitarbeitenden verständlich meine Rolle, meine Verschwiegenheit und die Grenzen der Informationsweitergabe.
- Ich arbeite eng mit Sicherheitsfachkraft, Arbeitspsychologie, HR, Betriebsrat und Führungskräften zusammen, ohne die ärztliche Unabhängigkeit aufzugeben.
- Ich formuliere Empfehlungen klar, umsetzbar und risikobasiert.
- Ich dokumentiere nicht nur Mängel, sondern auch Verbesserungen, Prioritäten und Verantwortlichkeiten.
- Ich achte darauf, dass Arbeitsmedizin als kontinuierlicher Prozess verstanden wird und nicht als einmalige Pflichtübung.

13. Typische Fehler beim Berufseinstieg vermeiden

- Nicht nur Untersuchungen anbieten, sondern den gesetzlichen Beratungs- und Präventionsauftrag aktiv leben.
- Nicht ohne klare Vertragsgrundlage starten.
- Nicht zu viele Betriebe gleichzeitig übernehmen, wenn Strukturen und Dokumentationssystem noch nicht stehen.
- Keine personenbezogenen Gesundheitsinformationen an Arbeitgeber:innen weitergeben, wenn dafür keine rechtliche Grundlage besteht.
- Nicht jede betriebliche Erwartung ungeprüft erfüllen.
- Arbeitsmedizinische Rolle, Grenzen und Unabhängigkeit klar halten.
- Nicht auf Begehungsprotokolle ohne Maßnahmenverfolgung beschränken.
- Nicht vergessen: Gute Arbeitsmedizin ist kontinuierliche Beziehungspflege, nicht nur punktuelle Intervention.
- Nicht zu spät mit Fortbildung, kollegialem Austausch und Supervision beginnen.

14. Kompakte Einstiegs-Checkliste auf einen Blick

Bereich	Erledigt?	Kernfrage
Persönliche Eignung	☐	Passe ich vom Typus zum Rollen- und Anforderungsprofil Arbeitsmedizin?
Berufsberechtigung	☐	Darf ich ärztlich in Österreich tätig sein?
Arbeitsmedizinische Ausbildung	☐	Habe ich die erforderliche Ausbildung bzw. bin ich angemeldet?
AAMP-Ausbildung	☐	Sind Termine, Kosten, Zulassung und Abschlussmodalitäten geklärt?
ÖÄK-Diplom	☐	Möchte bzw. kann ich das Diplom beantragen?
Beschäftigungsform	☐	Angestellt, selbständig oder kombiniert?
Arbeitszeitmodell	☐	Teilzeit oder Vollzeit – was ist realistisch und qualitativ gut leistbar?
Haftung/Versicherung	☐	Ist meine Tätigkeit korrekt abgesichert?
Vertrag	☐	Sind Leistungen, Zeit, Honorar, Dokumentation und Datenschutz geregelt?
Erstbegehung	☐	Kenne ich Betrieb, Risiken und Ansprechpartner:innen?
Dokumentation	☐	Habe ich ein sicheres System für Befunde, Protokolle und Maßnahmen?
Jahresplanung	☐	Gibt es einen strukturierten Betreuungs- und Präventionsplan?
Netzwerk	☐	Habe ich Kontakte zu Kolleg:innen, Sicherheitsfachkräften, Arbeitspsychologie, AUVA und AAMP?
Fortbildung	☐	Plane ich laufende arbeitsmedizinische Weiterbildung ein?
Erstes Jahr	☐	Habe ich konkrete fachliche, organisatorische und persönliche Entwicklungsziele?

Abschlussgedanke

Arbeitsmedizin ist ein anspruchsvolles, sinnstiftendes und zunehmend relevantes ärztliches Tätigkeitsfeld. Wer den Einstieg strukturiert plant, die eigene Rolle klar versteht und die ersten Monate bewusst gestaltet, schafft die Grundlage für eine qualitätsvolle präventivmedizinische Tätigkeit im Betrieb.



Der Leitfaden zur Vorbereitung bei der Berufswahl zur Arbeitsmedizinerin oder zum Arbeitsmediziner und zum Berufseinstieg