

# EFL - Evaluation der funktionellen Leistungsfähigkeit für Arbeitsmediziner:innen



## PRÄSENZVERANSTALTUNG

Die EFL ist eine kinesiophysische Testmethode, in der anhand standardisierter Beobachungskriterien entschieden wird, wie lange der Testperson an einem Arbeitstag eine bestimmte Tätigkeit zumutbar ist.

Die wichtigsten Kriterien sind Muskelrekrutierung, Herzfrequenz, Haltung und vor allem die Sicherheit der Durchführung. Anhand dieser Beobachtungen wird erhoben, ob beispielsweise eine Last für die Testperson leicht bis mäßig, schwer oder die maximal zumutbare ist. Als maximal zumutbar gilt jene Last, die noch sicher und ergonomisch gehoben werden kann.

### Termin

**04.06.2027, 09:00 - 13:00**

### Kosten

**190,-**  
(für AAMP-Absolvent:innen 170,-)

### Veranstaltungsort

**AUVA-Rehabilitationszentrum Weißer Hof**  
Holzgasse 350, 3400 Klosterneuburg

### Vortragende

**OA Dr. Martin Schindl**  
Facharzt für Physikalische Medizin  
und Rehabilitation  
Weißer Hof (AUVA)

**Christian Tesak ET**  
Physikalische Medizin und  
Rehabilitation  
Weißer Hof (AUVA)



**Zur Anmeldung**



## Bedarf und Ziel

Die Evaluation der funktionellen Leistungsfähigkeit EFL ist eine international angewandte Standard-Assessmentmethode zur Beurteilung arbeitsbezogener Leistungen. Sie setzt sich aus standardisierten Tests von Kraft, Fortbewegung, Arbeitspositionen und Handkoordination zusammen. Diese Tests umfassen Heben und Tragen von Lasten, Handkraft, Arbeiten über Schulterhöhe, Rumpfrotation, Kriechen, wiederholte Kniebeuge, Knien, Hocken, längeres Stehen und Sitzen, vorgeneigtes Stehen und Sitzen sowie Gehen, Stiegen- und Leitersteigen, Stoßen und Ziehen, Gleichgewicht und Handkoordination.

Die EFL ist eine kinesio-physische Testmethode, in der anhand standardisierter Beobachtungskriterien entschieden wird, wie lange der Testperson an einem Arbeitstag eine bestimmte Tätigkeit zumutbar ist. Die wichtigsten Kriterien sind Muskelrekrutierung, Herzfrequenz, Haltung und vor allem die Sicherheit der Durchführung. Anhand dieser Beobachtungen wird erhoben, ob beispielsweise eine Last für die Testperson leicht bis mäßig, schwer oder die maximal zumutbare ist. Als maximal zumutbar gilt jene Last, die noch sicher und ergonomisch gehoben werden kann.

Das Ergebnis aller Einzeltests – das Leistungsprofil – wird mit den Anforderungen der Arbeit verglichen.

Der abschließende EFL-Bericht enthält Informationen über

- die Zumutbarkeit der bisherigen berufl. Tätigkeit
- die Zumutbarkeit anderer beruflicher Tätigkeiten (Ressourcen)
- Empfehlungen bez. notwendiger rehabilitativer Maßnahmen (beruflich, medizinisch)
- die Beurteilung des Leistungsverhaltens und der Konsistenz
- die Selbstbeurteilung der körperlichen Leistungsfähigkeit durch die Testperson.

Das Testverfahren wurde in den USA von Frau Susan Isernhagen entwickelt und hat sich dort in der Leistungsdiagnostik sehr gut bewährt. Seit 1990 wird EFL in der Schweiz angewandt und ist dort mittlerweile im medizinischen Versicherungswesen etabliert.

In Österreich wird EFL seit 1996 eingesetzt und findet, ausgehend vom Rehabilitationszentrum Weißer Hof der AUVA, immer weitere Verbreitung.

## Inhalte

Erhebung des Leistungsprofils in standardisierten Tests, Beobachtungskriterien, Extrapolation in der Leistungstabelle, Vergleich mit dem Anforderungsprofil der Arbeit, Selbsteinschätzung, Verhaltensbeobachtung, Beurteilung von Schmerzverhalten, Leistungsbereitschaft und Konsistenz, Beispiele zur Evaluation der Kraft, der Fortbewegung, verschiedener Arbeitspositionen und der Handgeschicklichkeit, EFL-Bericht, Ergebnisse und Empfehlungen anhand eines Fallbeispiels.