

Dr. med. Klaus Stadtmüller  
Arzt für Arbeitsmedizin  
Co-Präsident der Schweizerischen Gesellschaft für Arbeitsmedizin

Pressekonferenz der Sonntagsallianz am 22.8.2025

## **Gesundheitliche Auswirkungen von Sonntagsarbeit. Überlegungen aus Sicht der Arbeitsmedizin.**

Hintergrund: Studie des Interdisziplinäres Zentrum für Geschlechterforschung (IZFG) der Universität Bern zu «Auswirkungen von Sonntagsarbeit», 29.7.25.

1. Grundsätzliche Feststellung:  
Es gibt nur wenige Studien die sich explizit mit den Auswirkungen von Sonntagsarbeit beschäftigen. Somit sind alle Aussagen dazu vorläufig.
2. Ob Sonntagsarbeit freiwillig und selbstgewählt oder fremdbestimmt geleistet wird, ist entscheidend für das Ausmass und die Intensität der negativen Auswirkungen, sowohl gesundheitlicher als auch gesellschaftlicher Art.
3. Bestimmte Gruppen der Bevölkerung sind stärker von Sonntagsarbeit betroffen als andere: Frauen (17.3% aller Arbeitnehmenden), Junge (15-24 J.) und Alte (>65)
4. Kurze Erholungsperioden verringern die Gesamtbelastung kaum, während lange Erholungsphasen (Wochenende) geeignet sind psychische Gesundheit zu stabilisieren. Fehlen diese längerfristig kommt es zu zunehmender emotionaler Erschöpfung, Depressionen.
5. Die Einführung von Sonntagsarbeit, insbesondere fremdbestimmte, verringert die Arbeitszufriedenheit. Eigene Kontrolle über die Arbeitszeit moduliert die Arbeitszufriedenheit stark.
6. Die Teilnahme an «Ritualen», die subjektiv als wichtig bewertet werden (Gottesdienste, Treffen mit Familie und Freunden etc.), erhöht das Wohlbefinden
7. Gesellschaftliches und politisches Engagement werden durch Wochenend- und Sonntagsarbeit eindeutig eingeschränkt

Die Schweizerische Gesellschaft für Arbeitsmedizin spricht sich daher gegen jede Ausweitung von Sonntagsarbeit aus, insbesondere wenn diese primär ökonomisch getrieben ist und mit verordnet und damit fremdbestimmt werden kann.



Dr. med. Klaus Stadtmüller