

DAK-Gesundheitsreport: Rushhour des Lebens ohne Krankenschein

Studie untersucht Mehrfachbelastung bei 25- bis 39-Jährigen

Berlin, 13. Februar 2014. Kind, Karriere und kein Krankenschein: Obwohl viele Männer und Frauen in der „Rushhour des Lebens“ wegen Mehrfachbelastung unter Druck stehen, wirkt sich das nicht bei den Krankenschreibungen aus. Laut aktuellem DAK-Gesundheitsreport sind 25- bis 39-jährige Berufstätige auf den ersten Blick sogar besonders gesund. Nach der Untersuchung haben die Erwerbstätigen mit und ohne Kinder die gleichen Belastungswerte durch chronischen Stress.

Die DAK-Gesundheit untersucht in ihrem Report insbesondere die gesundheitliche Situation der sogenannten Rushhour-Generation. Die Krankenkasse hat dafür den Krankenstand ihrer Mitglieder analysiert und über 3.000 Männer und Frauen im Alter von 25-40 Jahren repräsentativ befragt. Sie empfinden die Rushhour des Lebens als einen persönlichen und beruflichen „Entscheidungs-marathon“, der sich aber in dieser Phase noch nicht negativ auf ihre Gesundheit auswirkt. Im Gegensatz zu den jüngeren und älteren Erwerbstätigen sind die 25- bis 39-Jährigen besonders wenig krank. Die Zahl der Ausfalltage liegt bei den Männern 28 Prozent und bei den Frauen 24 Prozent unter dem Durchschnitt.

Der DAK-Report fragte auch nach Belastungsfaktoren wie Überforderung, zu große Verantwortung oder mangelnde Anerkennung. Dabei zeigen sich nahezu keine Unterschiede zwischen Berufstätigen mit und ohne Kinder. Selbst in Vollzeit arbeitende Mütter haben keine höheren Stresswerte als Mütter in Teilzeit oder nicht erwerbstätige Mütter. Aus Sicht der Beschäftigten bieten allerdings Arbeitgeber in der Rushhour nur begrenzte Entlastungsmöglichkeiten an.

„Sollen diese besonders beanspruchten jüngeren Arbeitnehmer bis zum 67. Lebensjahr produktiv bleiben, müssen die Arbeitgeber nachhaltiger in die Gesundheit ihrer Mitarbeiter investieren“, erklärt Herbert Rebscher, Vorstandschef der DAK-Gesundheit. „Der niedrige Krankenstand darf

nicht darüber hinwegtäuschen, dass sich in diesem Alter erste Ansätze für chronische Krankheiten bilden.“ So sind in der Rushhour des Lebens bereits vier von zehn Beschäftigten mit Rückenproblemen in Behandlung. Unter den 20 häufigsten Einzeldiagnosen bei Männern gibt es neben den akuten Beschwerden auch bereits langfristige Beeinträchtigungen. Sieben Prozent der Männer sind schon in Behandlung wegen Bluthochdruck, der häufig in Verbindung mit Stress und Bewegungsmangel steht. Etwa jeder fünfte Mann und sogar jede dritte Frau muss wegen eines psychischen Leidens zum Arzt. Diese Krankheitsbilder sind in dieser Altersphase beachtenswert, da sie häufig wiederkehren und den Gesundheitszustand langfristig erheblich beeinträchtigen können.

Berufstätige Eltern achten weniger auf ihre Gesundheit

Vor diesem Hintergrund ist es problematisch, dass erwerbstätige Eltern weniger auf ihre Gesundheit achten. Denn im Spagat zwischen Job und Kindern machen viele Eltern Abstriche bei sich selbst: Während fast ein Drittel der berufstätigen Frauen ohne Kinder viel Sport treibt, ist es bei den Müttern nur ein Sechstel. Auch im Hinblick auf gesunde Ernährung und ausreichend Schlaf schneiden Erwerbstätige mit Kindern durchschnittlich schlechter ab als die ohne Kinder.

Familiengründung wird verschoben

Nach der Umfrage wünscht sich die Mehrheit Kinder und Karriere, aber jede fünfte Frau glaubt nicht, dass sie „beides schaffen kann“. Bei den Männern ist es jeder Siebte. Die Befragten sehen nicht nur eine stabile Partnerschaft, sondern auch ein gutes und sicheres Einkommen als Voraussetzung für Kinder an. Die Ausbildung solle abgeschlossen sein, das Studium fertig und der Berufseinstieg geglückt. „Dieses Verhalten ist hoch rational vor dem Hintergrund der sich verändernden Arbeitswelt“, betont Rebscher. „Die Folge ist allerdings, dass viele ihren Kinderwunsch aufschieben, bis sie an natürliche Grenzen stoßen.“

Betriebe können viel für ihre Beschäftigten in der Rushhour tun

Der DAK-Gesundheitsreport gibt Hinweise, wie Arbeitgeber die betroffene Altersgruppe entlasten können. 62 Prozent der erwerbstätigen Eltern können bereits Teilzeit nutzen, 36 Prozent Gleitzeit. Die ganze Breite familienfreundlicher Angebote kommt aber nur wenigen Beschäftigten zugute. Obwohl den Eltern Betriebskindergarten oder Krippen besonders wichtig sind, profitieren davon bisher erst sechs beziehungsweise drei Prozent aller Eltern.

Auffällig ist zudem, dass die bestehenden Angebote nicht allen Beschäftigten in gleicher Weise zugute kommen. Nicht-Akademiker profitieren sehr viel weniger als Akademiker. Das mag daran liegen, dass sich ihre Aufgaben problemloser beispielsweise in ein Home-Office verlagern lassen. Die Herausforderung der Arbeitgeber besteht darin, auch für Mitarbeiter in der Produktion oder im schichtgebundenen Dienstleistungsbetrieb Lösungen zu erarbeiten.

Krankenstand 2013

Für die Analyse des Krankenstandes wurden die Daten von 2,7 Millionen erwerbstätigen Versicherten der DAK-Gesundheit durch das IGES Institut in Berlin ausgewertet. Der Krankenstand insgesamt stieg im vergangenen Jahr von 3,8 auf 4 Prozent an. Dies bedeutet, dass an jedem Tag des Jahres durchschnittlich 4 von 100 Erwerbstätigen krank geschrieben waren. 2013 hat sich erstmals mehr als die Hälfte aller erwerbstätigen Versicherten (50,6 Prozent) mindestens einmal im Jahr von einem Arzt krank schreiben lassen. Dabei gingen die meisten Ausfalltage auf das Konto der sogenannten Muskel-Skelett-Erkrankungen, wie beispielsweise Rückenschmerzen. Psychische Leiden nahmen erneut leicht zu. Sie verursachten rund fünf Prozent mehr Fehltage als 2012 und rangieren jetzt auf der Liste der wichtigsten Diagnosen für Ausfalltage auf Platz drei. Es folgen Verletzungen und Verdauungsbeschwerden.

Ansprechpartner: Frank Meiners, frank.meiners@dak.de

**Texte und kostenlose Fotos können Sie unter www.dak.de/presse downloaden.
Die Pressestelle der DAK-Gesundheit twittert.
Folgen Sie uns unter www.twitter.com/dak_presse**