

Rücken! Mehr als 1,5 Million Ausfalltage in Brandenburger Betrieben

**DAK-Gesundheitsreport 2018: 70 Prozent mehr Krankenhausfälle /
Bei 100.000 Erwerbstätigen ist Rückenschmerz chronisch**

Potsdam, 23. Mai 2018. Rätsel Rücken: Trotz Prävention und zahlreicher Gesundheitskurse leiden in Brandenburg mehr als 900.000 Erwerbstätige unter Rückenschmerzen. Immer mehr gehen mit ihren Beschwerden direkt ins Krankenhaus. Seit dem Jahr 2007 stieg die Zahl der stationären Behandlungen in Brandenburg um fast 70 Prozent an. Hochgerechnet auf alle Erwerbstätigen im Land kamen 2017 mehr als 1,5 Millionen Ausfalltage wegen Rückenschmerzen zusammen. Das zeigt der aktuelle DAK-Gesundheitsreport „Rätsel Rücken – warum leiden so viele Brandenburger unter Schmerzen?“. Nach der Umfrage hatten 73 Prozent aller Beschäftigten im vergangenen Jahr Rückenschmerzen. Jeder Vierte hat aktuell Beschwerden.

Laut DAK-Gesundheitsreport 2018 ist Rückenschmerz in Brandenburg die zweithäufigste Diagnose für den Krankenstand. Hochgerechnet auf alle Erwerbstätigen im Land kamen 2017 mehr als 1,5 Millionen Ausfalltage wegen Rückenschmerzen zusammen. Damit liegen die Fehltagelänge für diese Diagnose weit über dem Bundesdurchschnitt. Laut Umfrage im Rahmen des Reports leiden knapp 100.000 erwerbstätige Patienten in Brandenburg sogar chronisch (acht Prozent) unter Schmerzen, die drei Monate oder länger andauern. „Das gesundheitspolitische Ziel, das Problem Rücken in den Griff zu bekommen, wurde nach den Ergebnissen unserer Studie nicht erreicht“, sagt Anke Grubitz, Leiterin der DAK-Landesvertretung Brandenburg. „Die Untersuchung sollte deshalb zum Anlass genommen werden, die Angebote in den Bereichen Prävention und Versorgung in unserem Land auf den Prüfstand zu stellen.“

70 Prozent mehr Krankenhausfälle – vor allem Notfälle

Die Problematik spiegelt sich auch in der stationären Behandlung wieder: Brandenburg hatte 2016 mehr als 8.500 Krankenhausfälle wegen Rückenschmerzen, ein Anstieg um fast 70 Prozent in den vergangenen neun Jahren. Der DAK-Report untersucht erstmals detailliert, wie Rückenschmerzpatienten in die Klinik kommen. Fazit: Knapp die Hälfte der Betroffenen wird als Notfall aufgenommen. Im

bundesweiten Vergleich liegt die Zahl der Brandenburger, die wegen Rückenschmerzen Klinikleistungen in Anspruch nehmen, mit 352 je 100.000 Einwohnern und Jahr weit über dem Durchschnitt (306). Um den Erwartungen der Betroffenen an die Versorgung möglichst gerecht zu werden und gleichzeitig die Notfallambulanzen der Kliniken zu entlasten, sieht die Leiterin der DAK-Landesvertretung medizinische Versorgungszentren, teilstationäre Versorgungsangebote und einen verbesserten Terminalservice bei den niedergelassenen Ärzten als wichtige Lösungsansätze. „Auch Portalpraxen wie in Schleswig-Holstein können helfen, Rückenschmerzpatienten gezielter durch das System zu lotsen“, so Grubitz.

Jeder 15te wegen Rücken krankgeschrieben

Für Krankschreibungen sind Rückenprobleme seit Jahren besonders relevant. Ihr Anteil an den Fehlzeiten in den Betrieben in Brandenburg verharrt mit zehn Prozent auf hohem Niveau. „Trotz eines verstärkten Engagements im Betrieblichen Gesundheitsmanagement gibt es keine signifikante Verbesserung“, betont Anke Grubitz. Laut DAK-Analyse ist Rückenschmerz die zweitwichtigste Diagnose überhaupt – gleich hinter akuten Atemwegsinfektionen. Jeder 15te Beschäftigte war 2017 mindestens einmal wegen Rückenschmerzen krankgeschrieben. „Wir müssen dem Rückenschmerz den Kampf ansagen“, so Grubitz, „und gemeinsam mit den Unternehmen das individuelle Arbeitsumfeld noch rückenfreundlicher gestalten – auch vor dem Hintergrund der demografischen Entwicklung.“ In den verschiedenen Altersgruppen zeigen sich durchaus Unterschiede: Während eine Krankschreibung wegen Rückenschmerzen bei Jüngeren im Durchschnitt fünf Tage dauert, sind es bei Älteren 18 bis 23 Tage.

Risikofaktoren für Krankmeldung

Die große Mehrheit meldet sich mit Rückenschmerzen nicht krank. 84 Prozent gehen mit Schmerzen zur Arbeit. Die Wahrscheinlichkeit, sich krankzumelden, steigt jedoch mit der Stärke der empfundenen Schmerzen und dem Chronifizierungsgrad. Entscheidend ist auch, ob Beschäftigte häufig in unbequemer Körperhaltung arbeiten müssen oder an die Grenze ihrer Leistungsfähigkeit kommen. Diese Faktoren machen eine Krankmeldung wahrscheinlicher. Freude bei der Arbeit schützt hingegen vor einer Krankmeldung: Spaß im Job ist ein protektiver Faktor.

Knackpunkte Lendenwirbelsäule und Nacken

Der DAK-Report zeigt, unter welchen Beschwerden Betroffene in Brandenburg konkret leiden: So schmerzt bei 72 Prozent die Lendenwirbelsäule. 38 Prozent haben Probleme mit dem Nacken, 20 Prozent mit der Brustwirbelsäule. Mehr als jeder Fünfte (22 Prozent) gibt Schmerzen an mehreren Bereichen der Wirbelsäule an. Jeder zehnte Rückenschmerz-Geplagte hat dabei starke bis sehr starke Schmerzen.

Mehrheit geht nicht zum Arzt

Die große Mehrheit der Brandenburger versucht zunächst allein mit den Schmerzen zurechtzukommen. Jeder dritte Betroffene (37 Prozent) war laut eigenen Angaben im vergangenen Jahr wegen der Rückenbeschwerden beim Arzt. Von diesen suchten rund 76 Prozent bei einem einzigen Mediziner Hilfe. 19 Prozent konsultierten zwei, vier Prozent drei Ärzte wegen ihrer Beschwerden. Gefragt nach der konkreten Rückenschmerz-Behandlung gaben 66 Prozent der Betroffenen an, eine Physiotherapie bekommen zu haben. 37 Prozent erhielten Schmerzmittel, bei fast jedem Dritten (29 Prozent) wurde ein CT oder ein MRT des Rückens gemacht. Etwa gleich viele Patienten bekamen eine Spritze (27 Prozent). Der Zusammenhang von Stress und Rückenschmerzen wurde in den Praxen kaum thematisiert (sechs Prozent). „Da sich Stress und psychische Belastungen stark auf die Rückengesundheit auswirken können, sollte dieser Aspekt stärker bei Diagnose und Behandlung berücksichtigt werden“, fordert Grubitz.

Zwei Drittel wenden Wärme an

Insgesamt gehen die Brandenburger relativ gelassen mit Rückenschmerzen um: Zwei Drittel setzt auf Wärme in Form von Heizkissen, Bädern oder Sauna (65 Prozent). 48 Prozent bewegen sich, beispielsweise bei einem Spaziergang. 26 Prozent leben erst einmal normal weiter und rechnen damit, dass die Rückenschmerzen von selbst verschwinden. Das sogenannte Schonen – von Experten ausdrücklich nicht empfohlen, weil es die Schmerzen eher noch verstärkt – praktizieren aktuell sechs Prozent.

Neues individuelles Rücken-Coaching der DAK-Gesundheit

Als erste Reaktion auf die aktuelle Studie bietet die DAK-Gesundheit ihren Versicherten ab sofort ein neues onlinebasiertes Rücken-Coaching an. Unter dem Titel Rücken@Fit erhalten Betroffene eine verhaltensorientierte individuelle Hilfe bei akuten und chronischen

Stefan Poetig | Beuthstraße 6 | 10117 Berlin
Tel: 030 9819416-1127 | Mobil: 0173 2462071 | E-Mail: stefan.poetig@dak.de

Rückenschmerzen. „Dieses moderne Coaching geht sehr persönlich auf die Rückenprobleme ein“, erläutert Anke Grubitz. „Rücken@Fit führt den Nutzer in einen Dialog mit einem virtuellen Coach. Statt auf allgemeine Rückenübungen setzen wir auf gezielte Anleitungen und Wissensvermittlung, die genau zur jeweiligen Schmerzart und zur individuellen Lebenssituation passen. Das ist eine Weiterentwicklung der bisher üblichen Rücken-Coachings.“ Auch im Internet finden Schmerzgeplagte viele Infos und praktische Tipps rund um das Thema „Gesunder Rücken“: www.dak.de/ruecken

Mehr Fehltage als im Bundesvergleich

Der Gesundheitsreport Brandenburg wertet auch die Fehlzeiten der DAK-versicherten Arbeitnehmer insgesamt aus: Im Durchschnitt hatte 2017 jedes Mitglied in Brandenburg 19 Fehltage, das sind 4 Tage mehr als im Bundesvergleich. Der größte Anteil entfiel auf Muskel-Skelett-Leiden. Bezogen auf 100 Versicherte verursachten sie 420 Fehltage. Auf Platz zwei kamen Atemwegserkrankungen mit 312 Tagen, auf Platz drei psychische Erkrankungen wie Depressionen mit 270 Tagen. Diese drei Krankheitsarten waren zusammen für mehr als die Hälfte aller Fehltage verantwortlich (53 Prozent). Bei den psychischen Erkrankungen gab es einen Rückgang bei den Fehltagen um vier Prozent, aber die Anzahl der Betroffenen ging hoch. Noch nie waren so viele DAK-versicherte Arbeitnehmer in Brandenburg von psychischen Erkrankungen betroffen wie 2017. Jeder 15te hatte mindestens einmal im Jahr eine Krankschreibung mit entsprechender Diagnose.

Die DAK-Gesundheit ist eine der größten Krankenkassen Deutschlands. Für die Analyse wurden die Daten von rund 115.000 erwerbstätigen Mitgliedern der DAK-Gesundheit in Brandenburg durch das IGES Institut ausgewertet.

Der aktuelle DAK-Gesundheitsreport Brandenburg untersucht umfassend die krankheitsbedingten Ausfalltage sowie ambulante und erstmals auch stationäre Behandlungen bei Rückenerkrankungen im Bundesland. Die Analyse der anonymisierten DAK-Daten wird ergänzt durch eine repräsentative Umfrage. Das Forsa-Institut hat dafür vom 7. bis 29. November 2017 bundesweit 5.224 erwerbstätige Frauen und Männer im Alter von 18 bis 65 Jahren befragt (davon 146 aus Brandenburg). Zentrale Ergebnisse wurden mit einer DAK-Untersuchung aus dem Jahr 2003 verglichen.