



Gesundheitsreport 2017

Niedersachsen

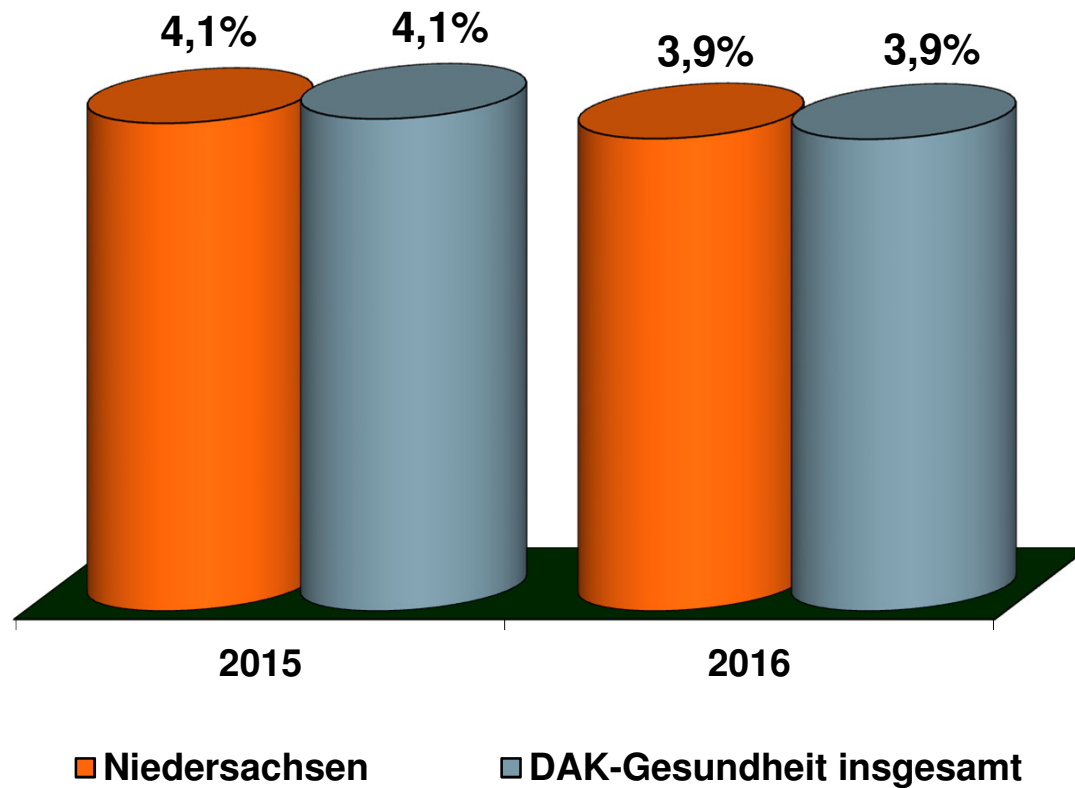
Hannover, Mai 2017

iGES

DAK
Gesundheit

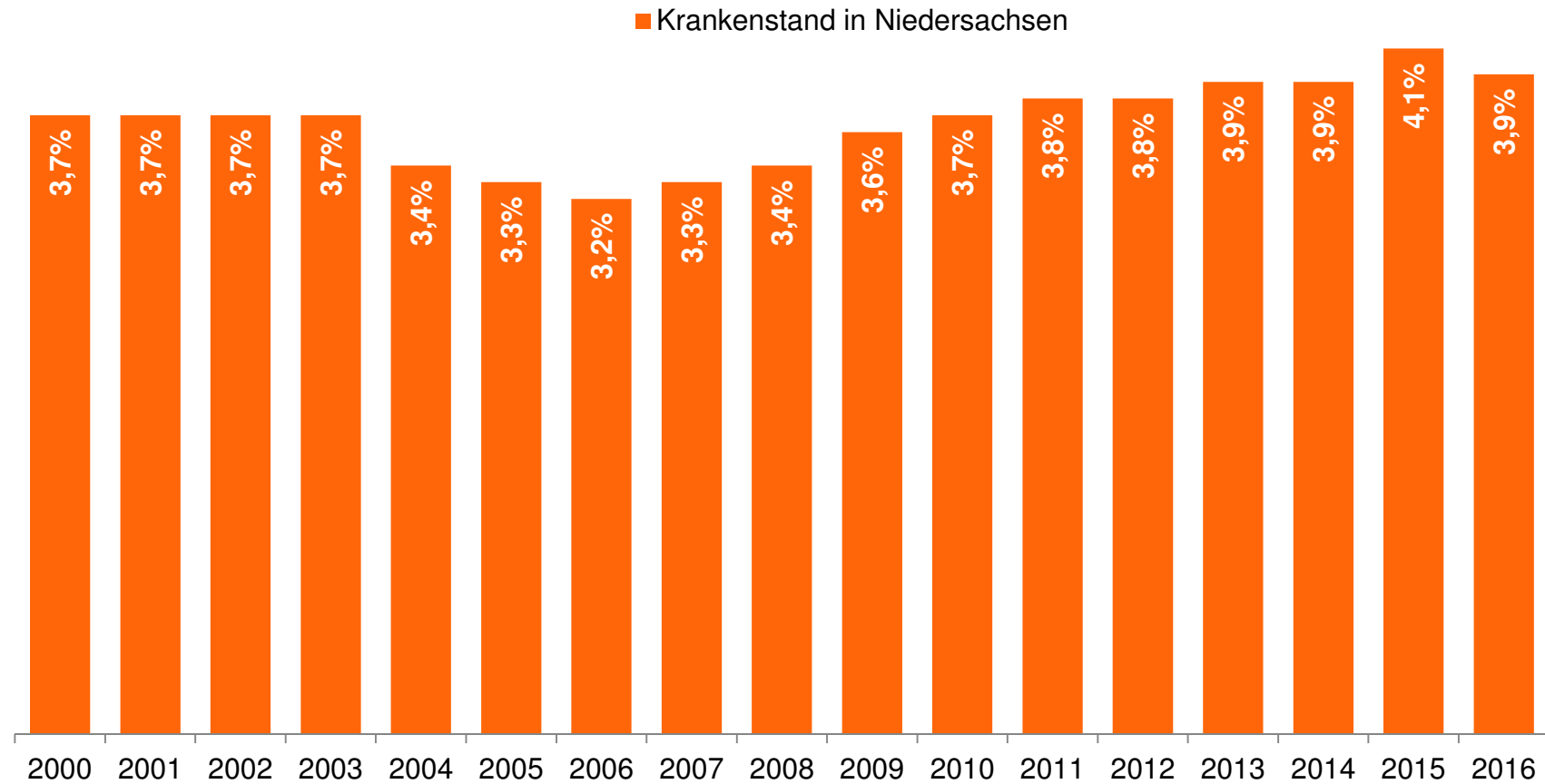
- Der Krankenstand in Niedersachsen im Jahr 2016
- Niedersachsen schläft schlecht – ein unterschätztes Problem
- Fazit

Krankenstand in Niedersachsen auf dem Bundesdurchschnitt



Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2015 - 2016

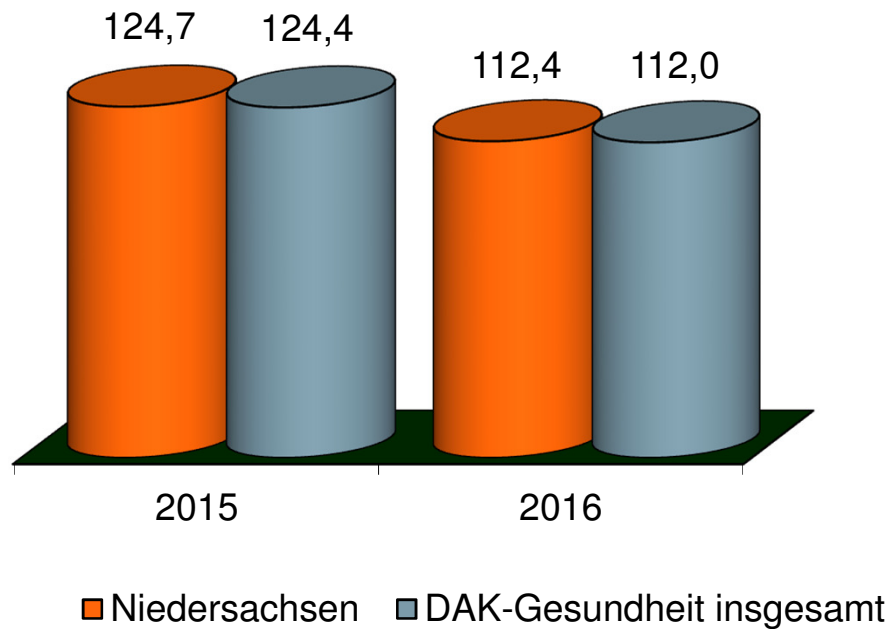
Krankenstand in Niedersachsen sinkt 2016



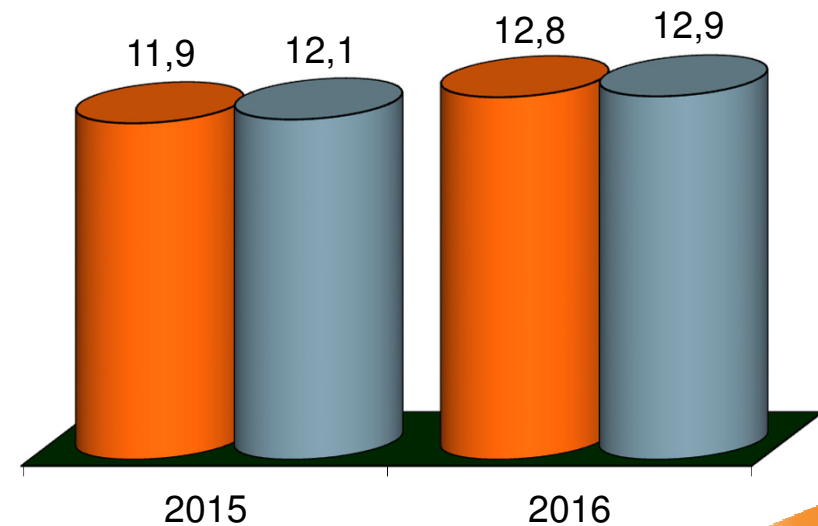
Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2000 - 2016

Falldauer in Niedersachsen leicht unter dem Bundesdurchschnitt; Fallhäufigkeit in Niedersachsen leicht über dem Bundesdurchschnitt

AU-Fälle je 100 Versicherte



Durchschnittliche Erkrankungsdauer in Tagen



Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2015 - 2016

Regionale Unterschiede beim Krankenstand der Bundesländer



Niedersachsen

Niedersachsen hatte mit 3,9 Prozent einen durchschnittlichen Krankenstand.

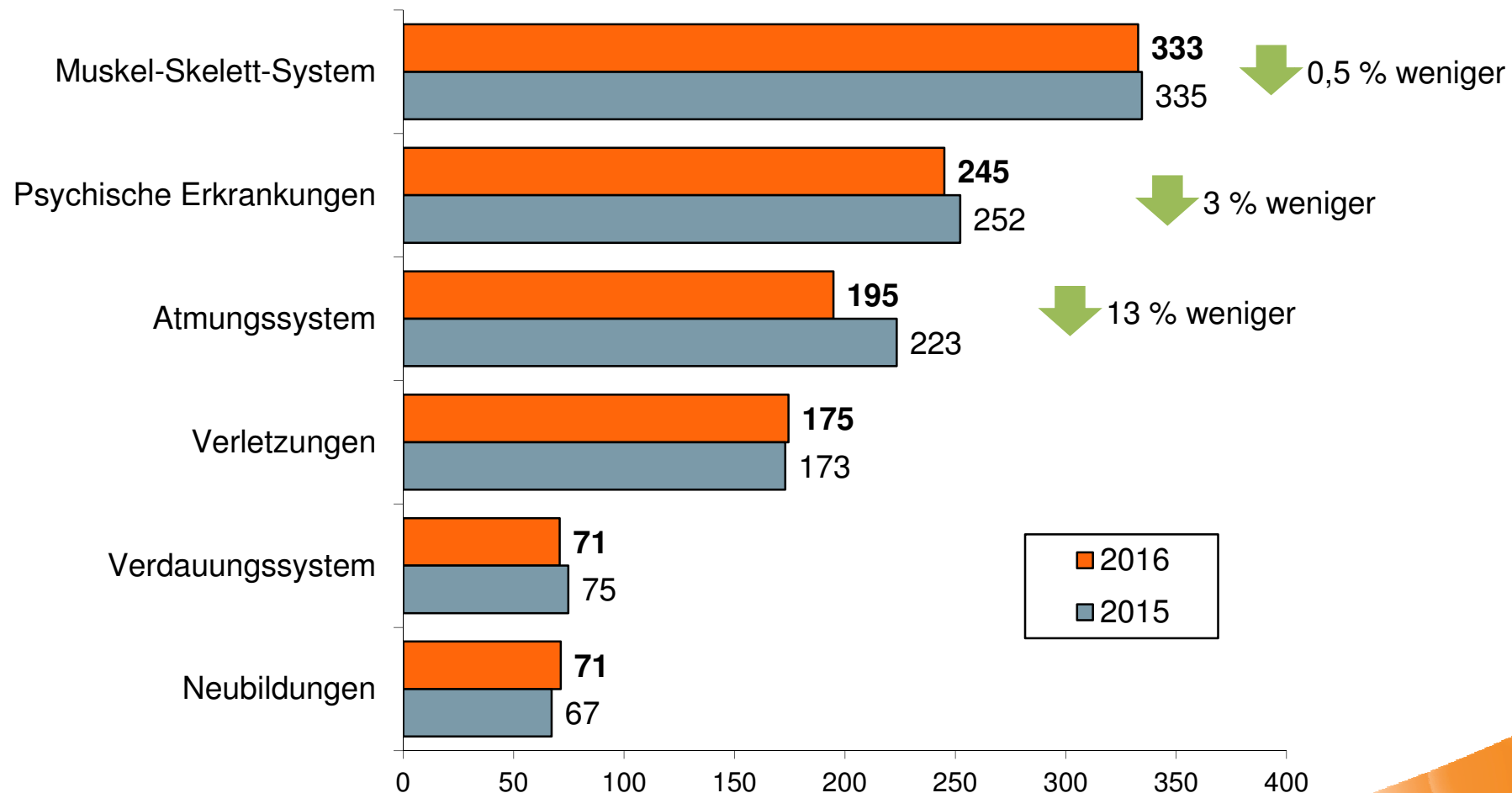
Große regionale Unterschiede

In Ostdeutschland und im Saarland lagen die Krankenstände deutlich über dem Durchschnitt.

Spektrum insgesamt

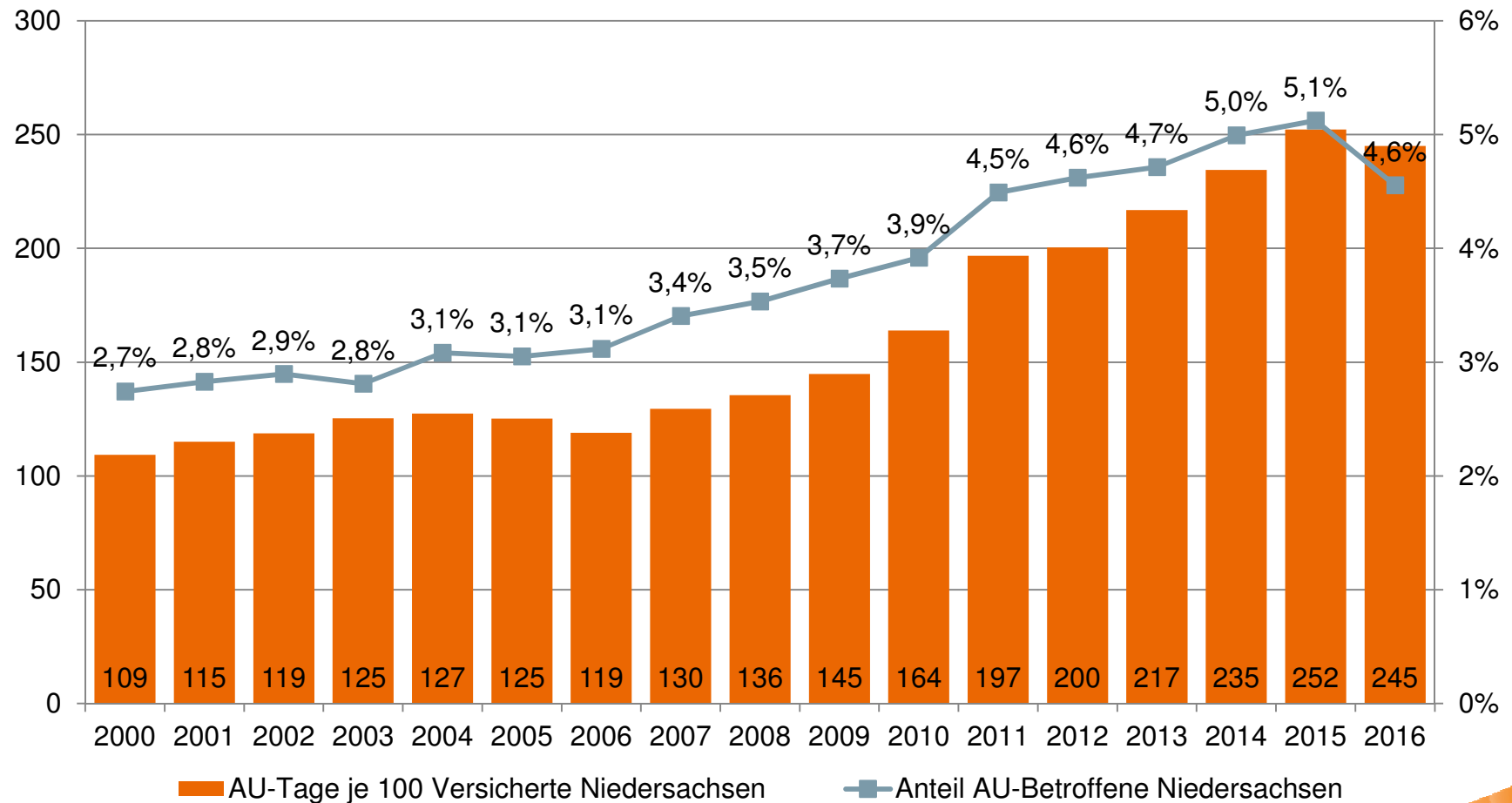
Den niedrigsten Krankenstand hatte Baden-Württemberg mit einem Wert von 3,3 Prozent, Sachsen-Anhalt mit 5,1 Prozent den höchsten.

Bei welchen Erkrankungen gab es die meisten Ausfalltage?



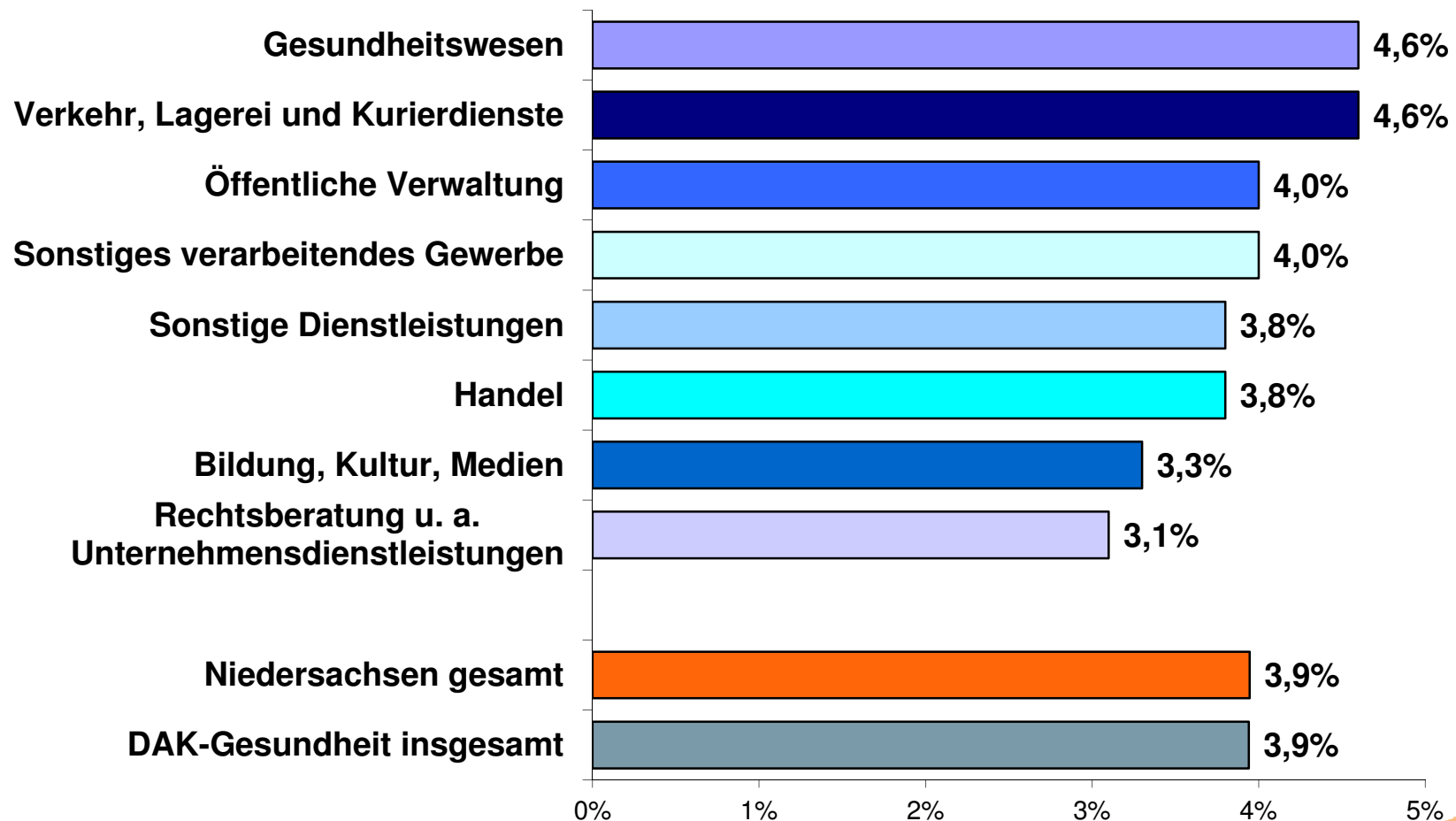
Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2016
Fehltage je 100 Versicherte

Psychische Erkrankungen in Niedersachsen: Weniger Fehltage und weniger Betroffene in 2016



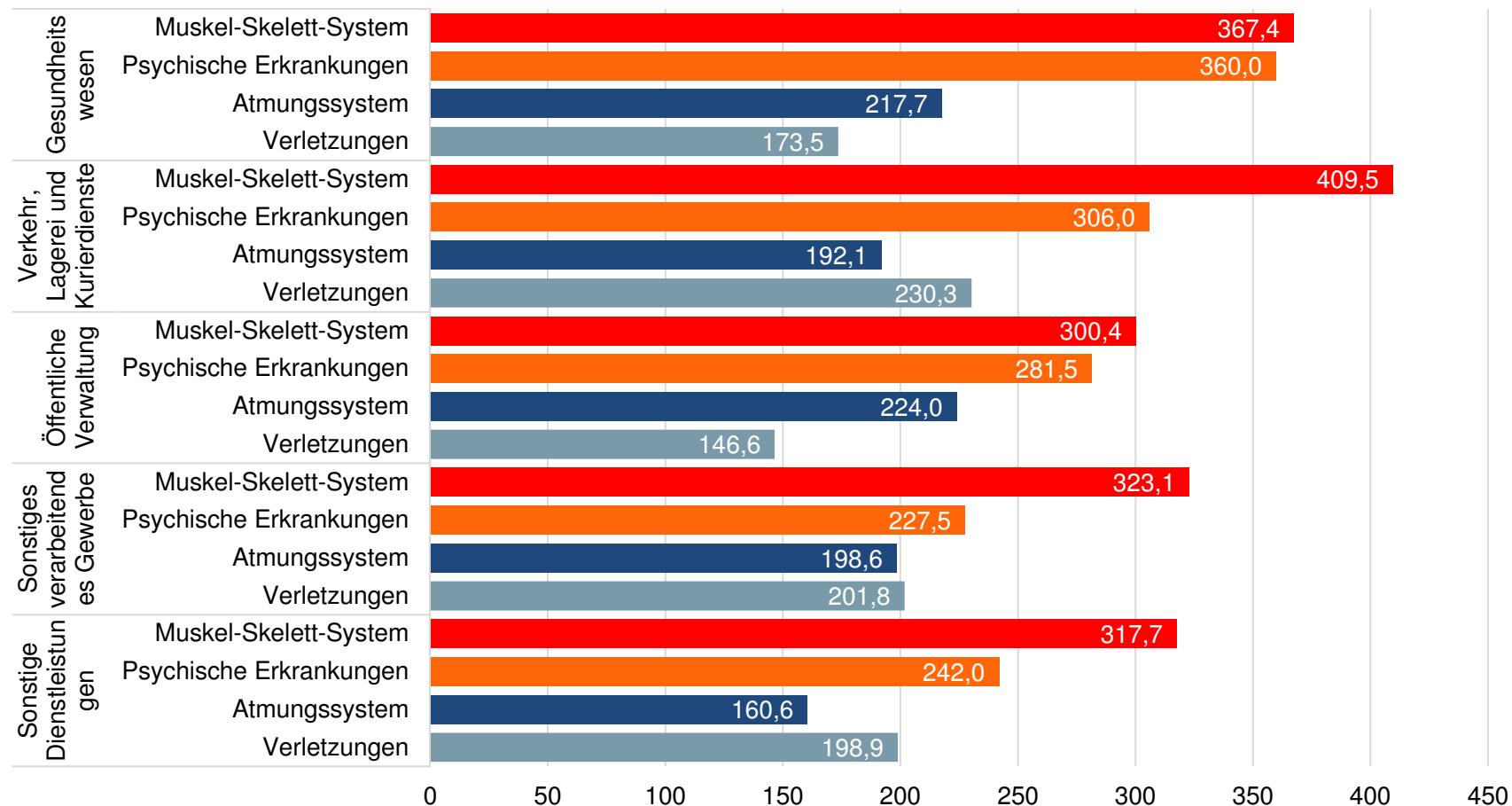
Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2000 - 2016

Höchste Krankenstände in den Branchen „Gesundheitswesen“ und „Verkehr, Lagerei und Kurierdienste“



Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2016

Fehltage in den Branchen nach Erkrankungsgruppen



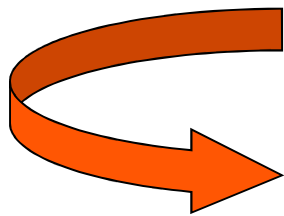
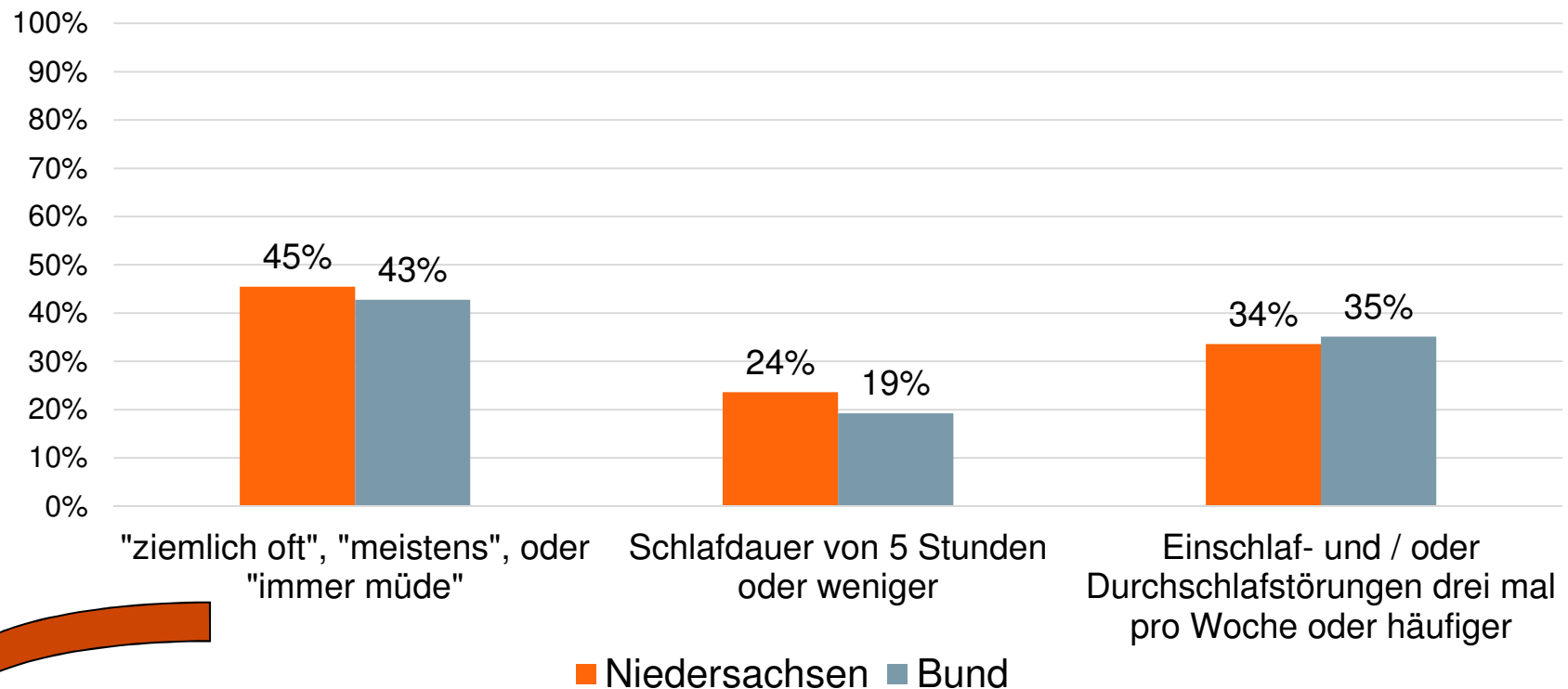
Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2016

- Der Krankenstand in Niedersachsen im Jahr 2016

- Niedersachsen schläft schlecht – ein unterschätztes Problem

- Fazit

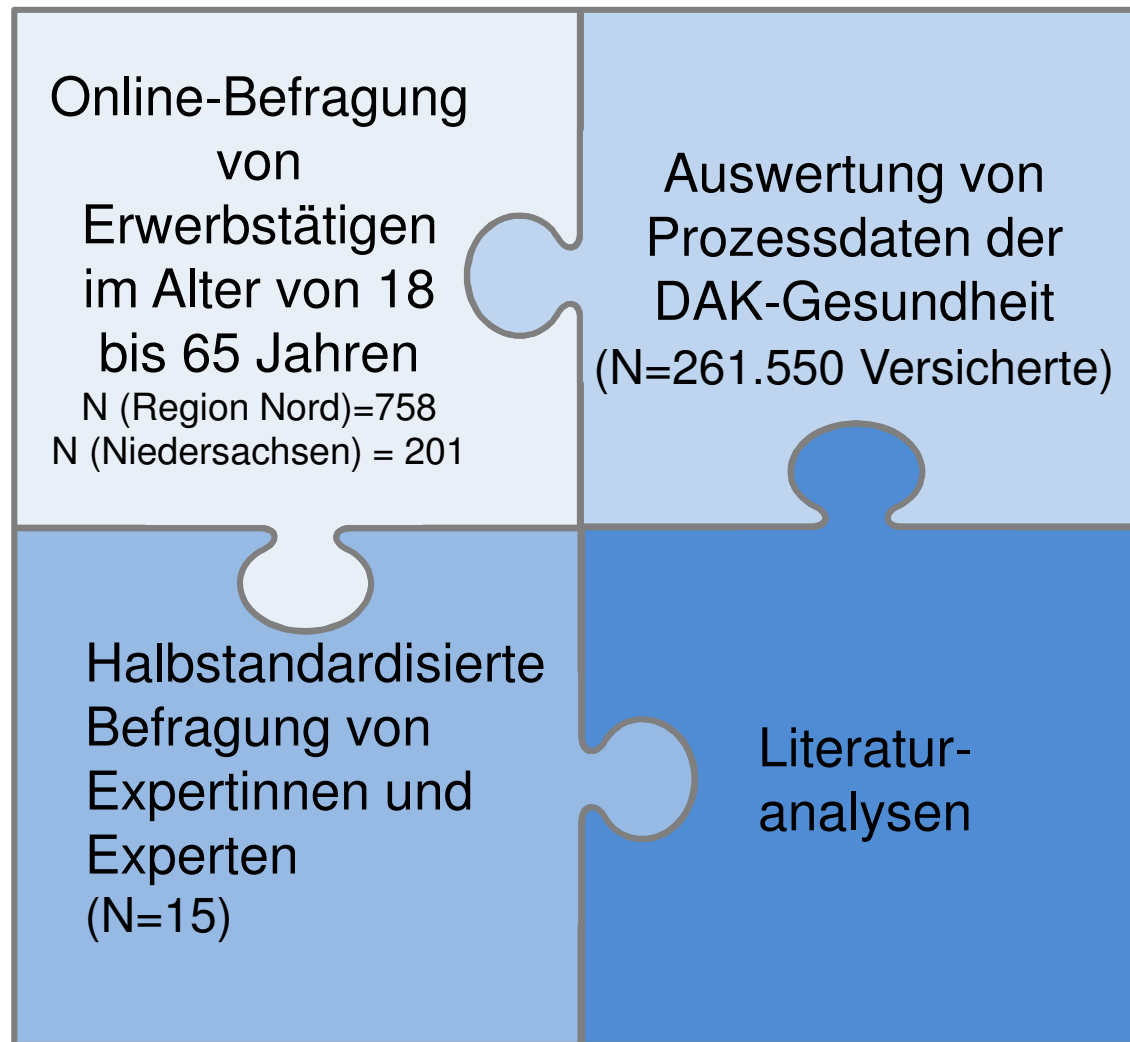
Tagesmüdigkeit und Schlafprobleme sind in Niedersachsen weit verbreitet



Mit Schlafstörungen beschäftigte sich bereits der DAK-Gesundheitsreport 2010. Jetzt ist es Zeit für ein Update!

Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. N=201

Datenquellen



Fragestellungen

1. Was sind Schlafstörungen und welche gibt es?
2. Wie verbreitet sind Insomnien?
3. Wie werden Schlafstörungen behandelt?
4. Welche Rolle spielen Schlafstörungen im Arbeitsunfähigkeitsgeschehen?
5. Werden Schlafstörungen unterschätzt?
6. Was tun Beschäftigte vor dem Einschlafen?

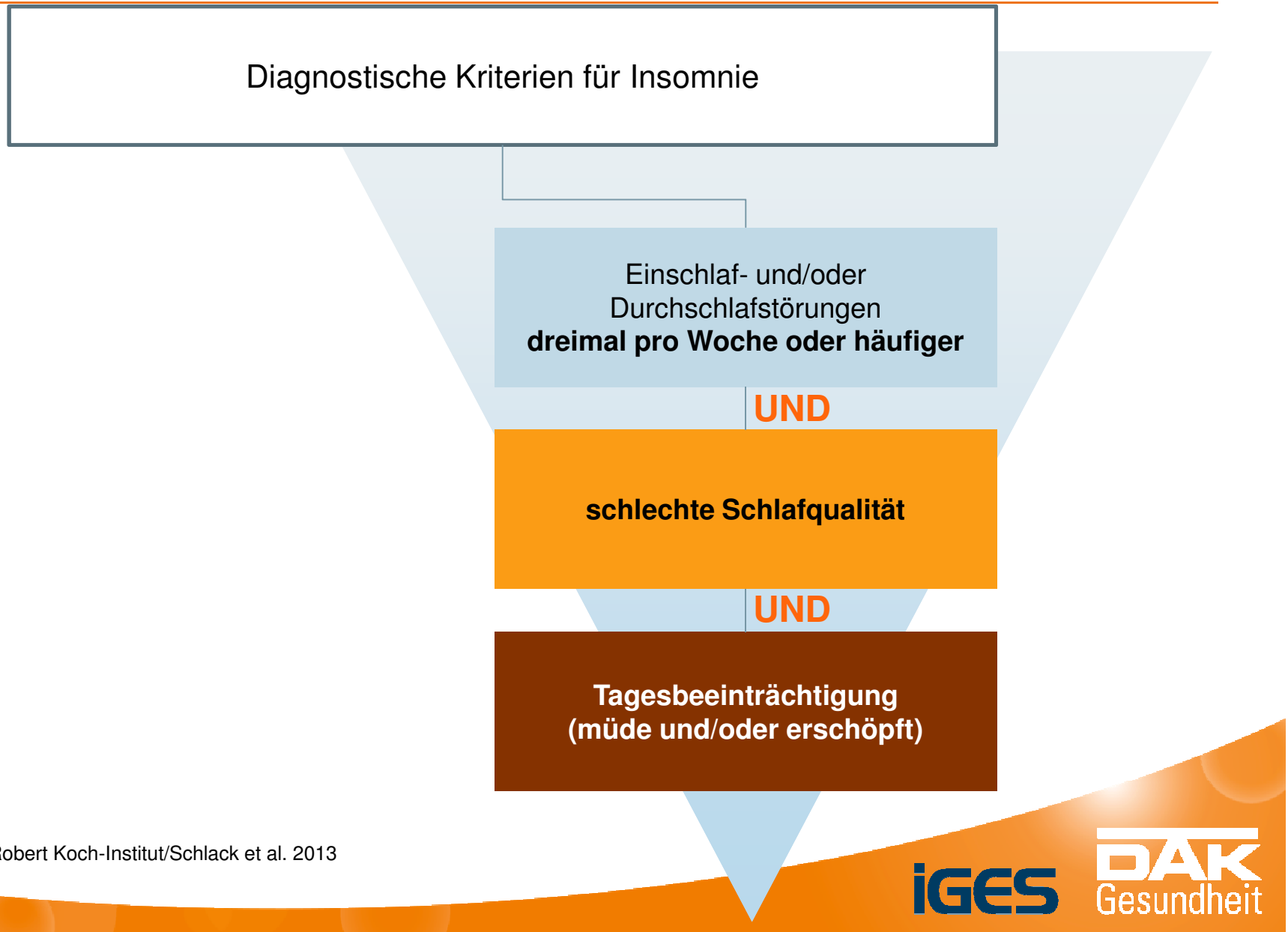
1. Was sind Schlafstörungen und welche gibt es?

Es gibt 80-100 verschiedene Schlafstörungen in 7 Diagnose-Gruppen



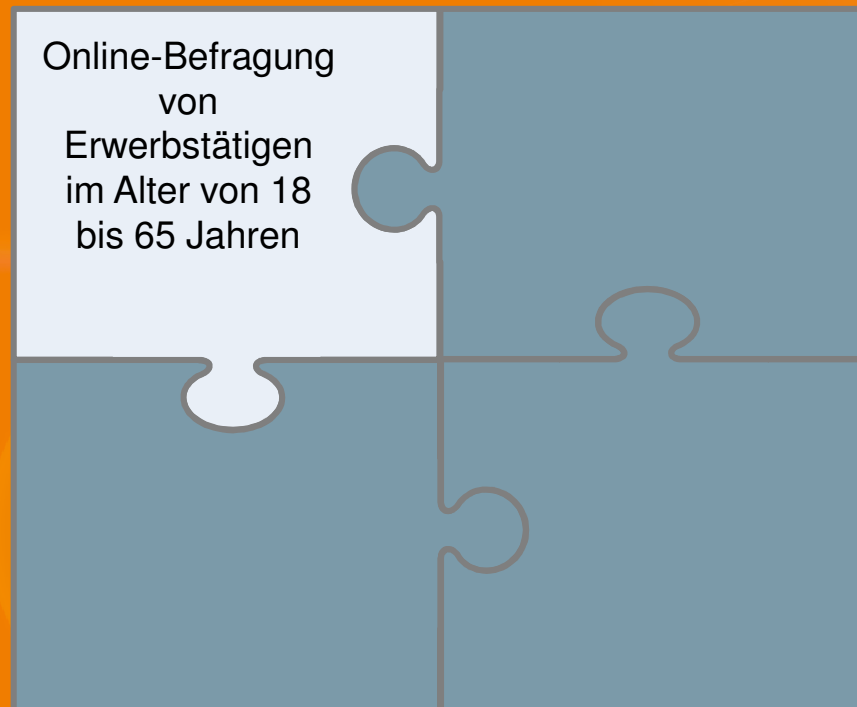
Quelle: eigene Darstellung nach der Internationalen Klassifikation der Schlafstörungen (ICSD-3)

Insomnien im Fokus

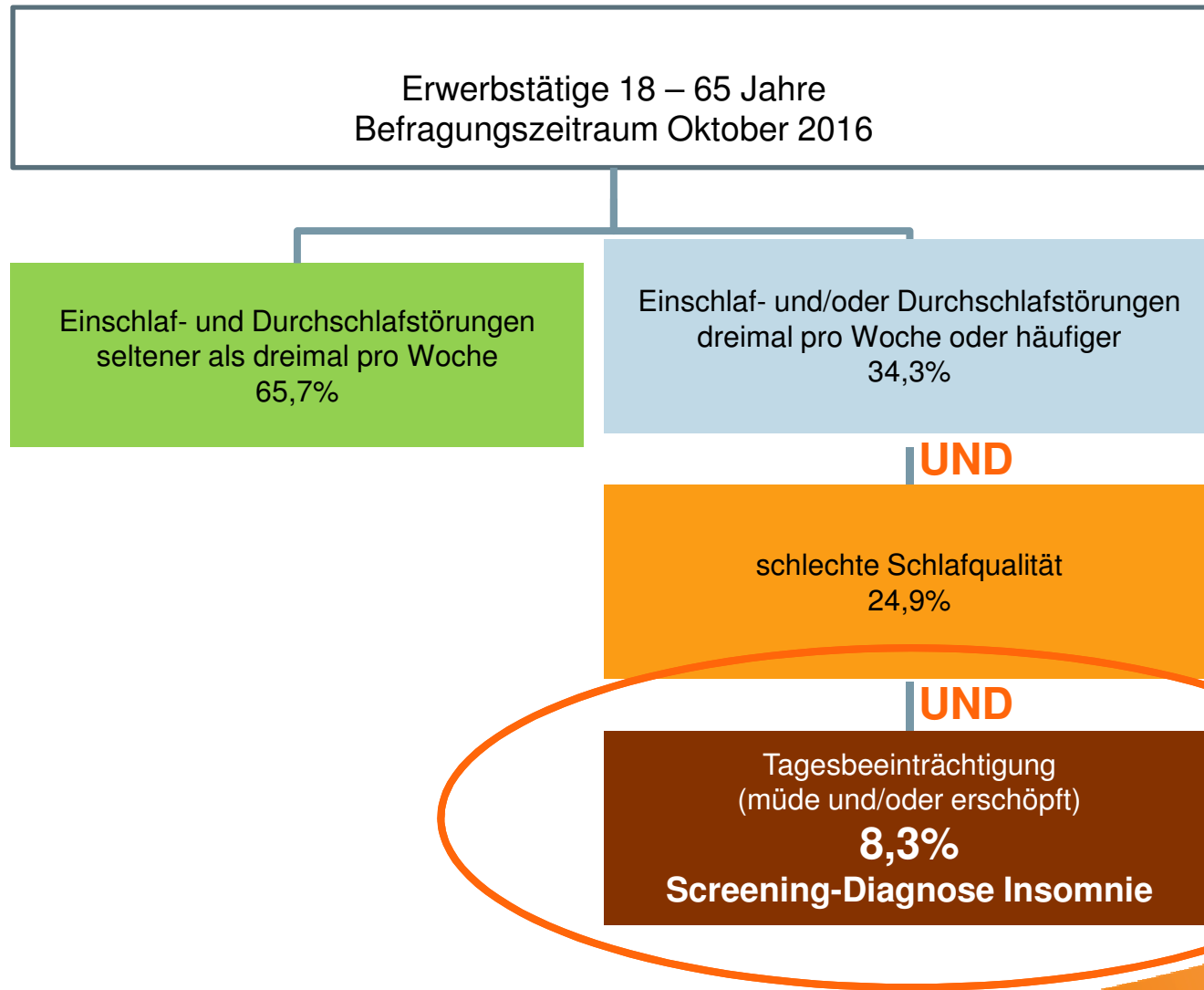


Quelle: Robert Koch-Institut/Schlack et al. 2013

2. Wie verbreitet sind Insomnien?

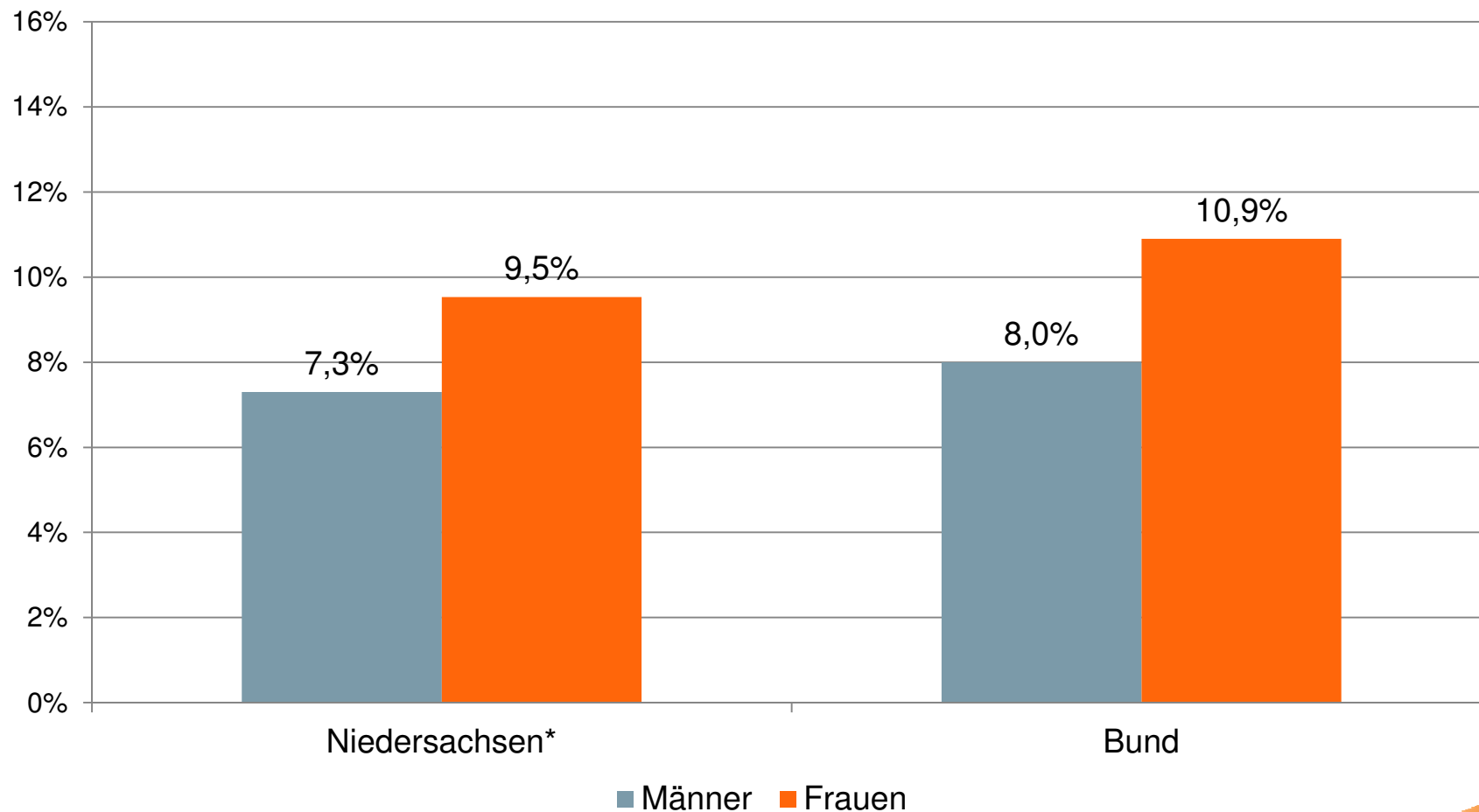


Insomnien: Etwa jeder zwölfte Erwerbstätige (18-65 Jahre) in Niedersachsen ist betroffen



Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. N=758
Zusammengefasst: Niedersachsen, Hamburg, Schleswig-Holstein, Bremen, Mecklenburg-Vorpommern

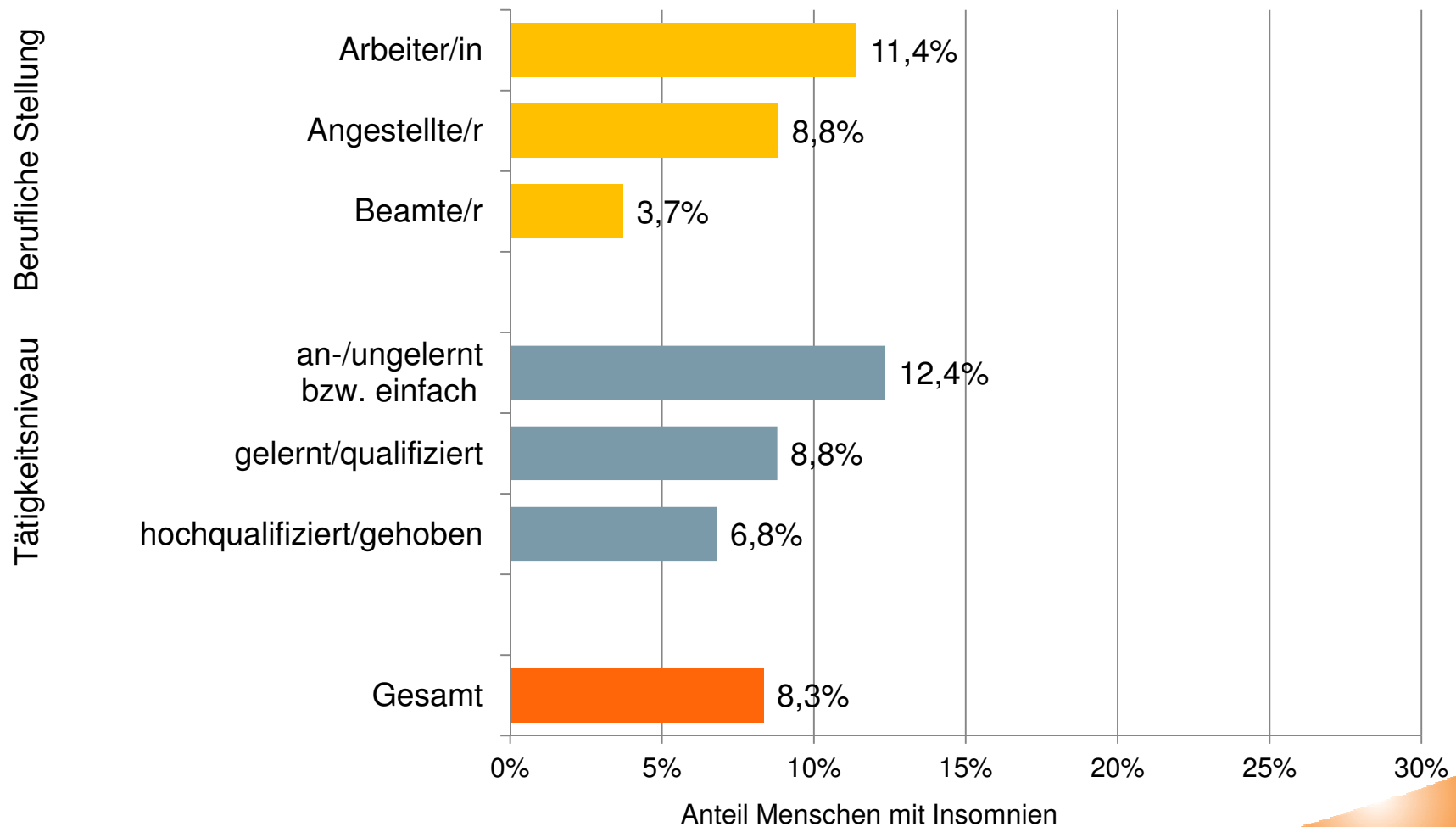
Insomnien betreffen in Niedersachsen Frauen und Männer



Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. N=758

*Zusammengefasst: Niedersachsen, Hamburg, Schleswig-Holstein, Bremen, Mecklenburg-Vorpommern

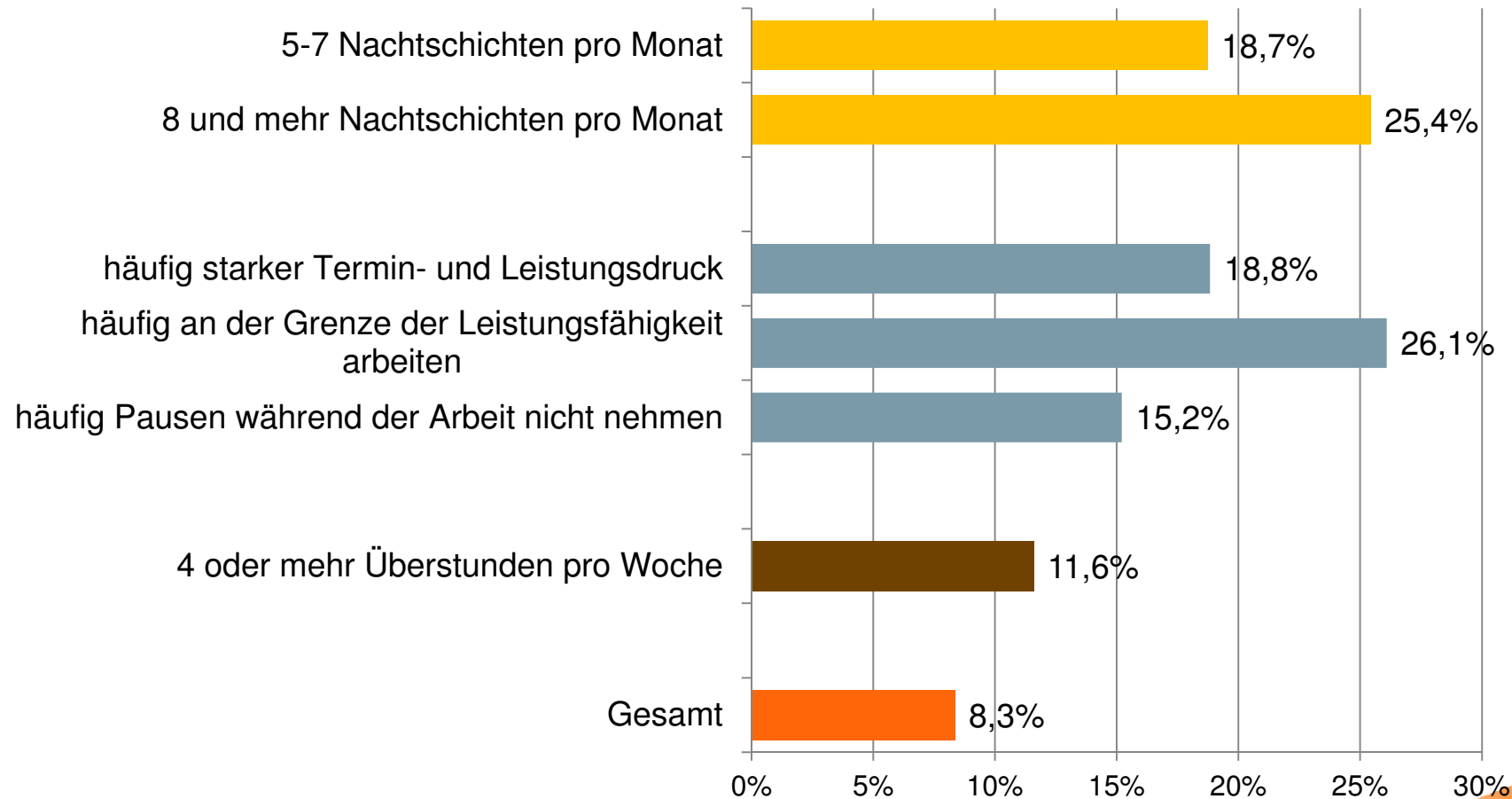
Niedersachsen: Betroffenheit von Insomnien nach beruflicher Stellung und Tätigkeitsniveau



Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. N=758

Zusammengefasst: Niedersachsen, Hamburg, Schleswig-Holstein, Bremen, Mecklenburg-Vorpommern

Niedersachsen: Arbeitsbedingte Risikofaktoren für Insomnien



Anteil Menschen mit Insomnien

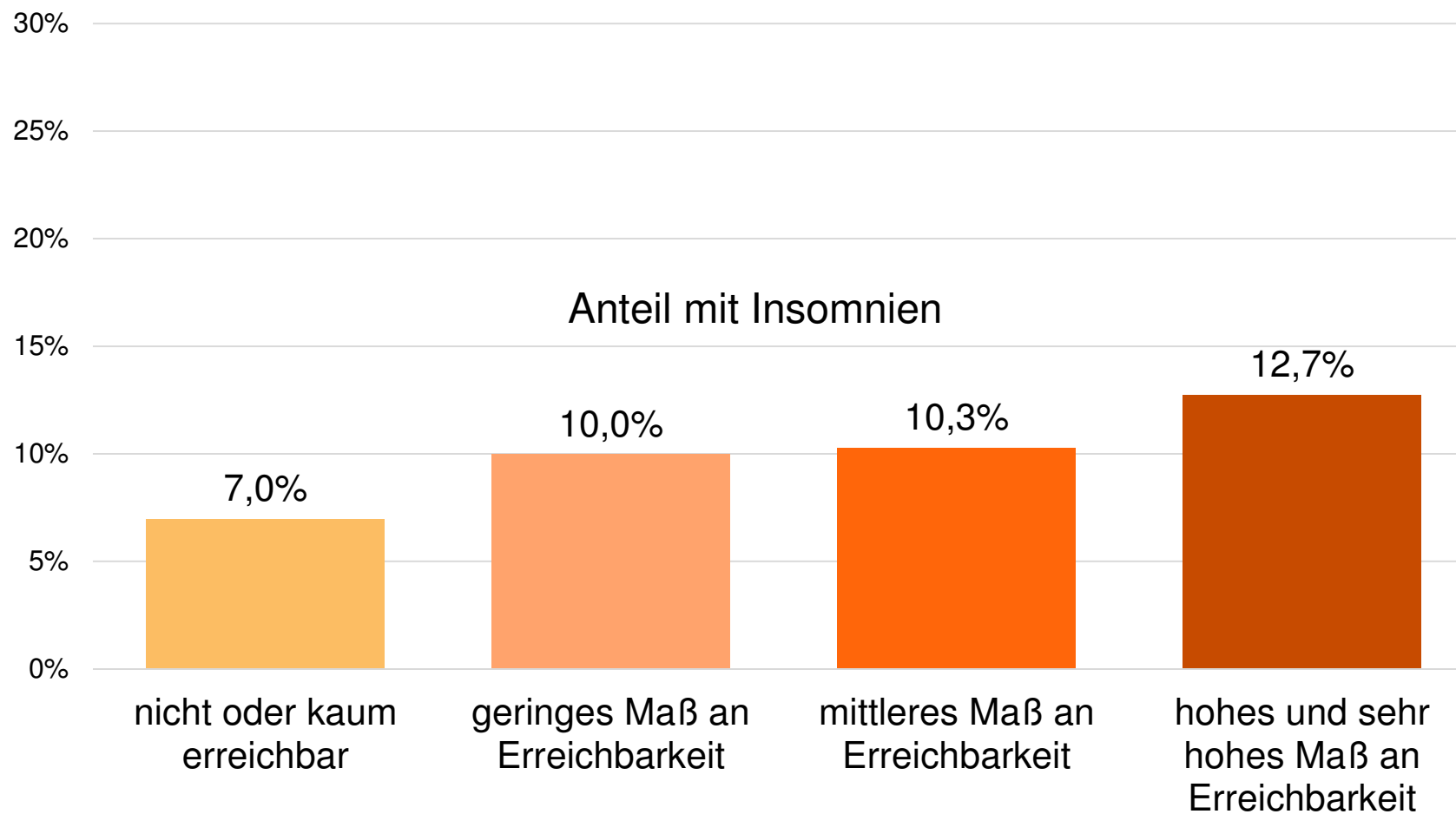
Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. N=758

Zusammengefasst: Niedersachsen, Hamburg, Schleswig-Holstein, Bremen, Mecklenburg-Vorpommern

IGES

DAK
Gesundheit

Ständige Erreichbarkeit erhöht das Risiko (Bund)

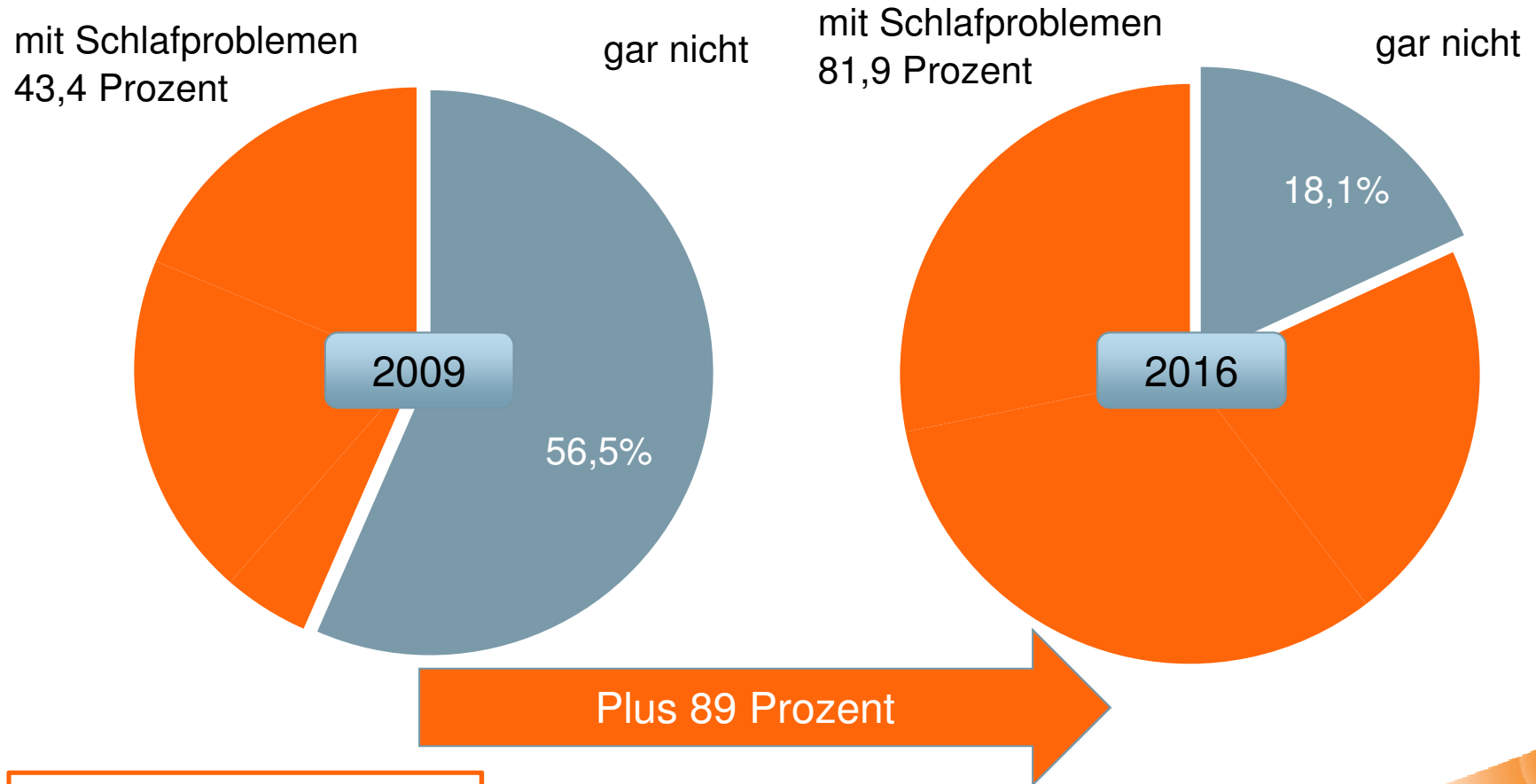


Dienstliche Erreichbarkeit außerhalb der Arbeitszeit und im Urlaub per Mail, Festnetz und Handy

Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. N=5.207

Schlafprobleme in Niedersachsen haben deutlich zugenommen

Häufigkeit von Einschlaf-/Durchschlafproblemen in den letzten 4 Wochen

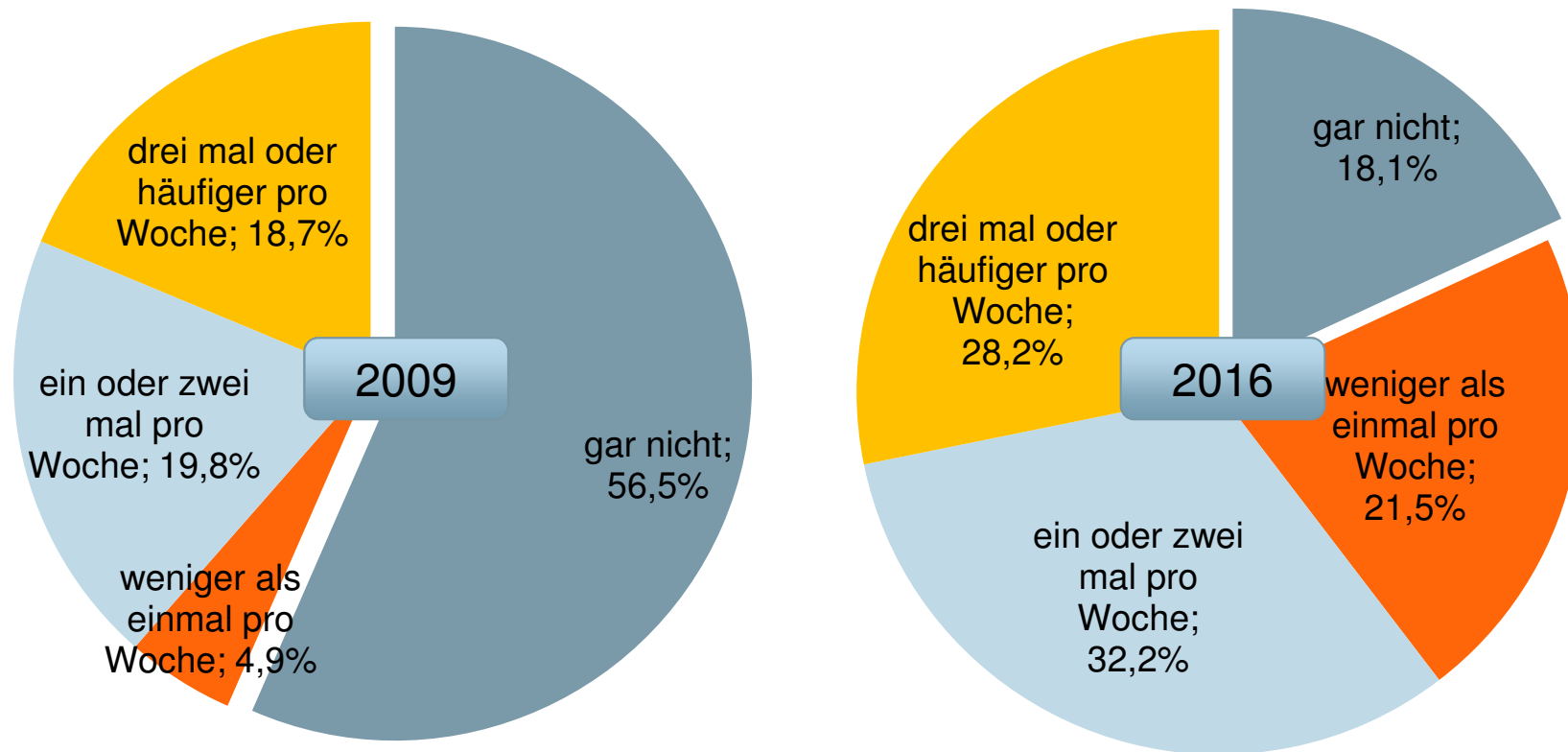


Mit Schlafproblemen 2016 (AG 18-65): 81,2%

Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung Niedersachsen 2016 (N=144) und 2009 (N=200), Altersgruppe 35 - 65 Jahre

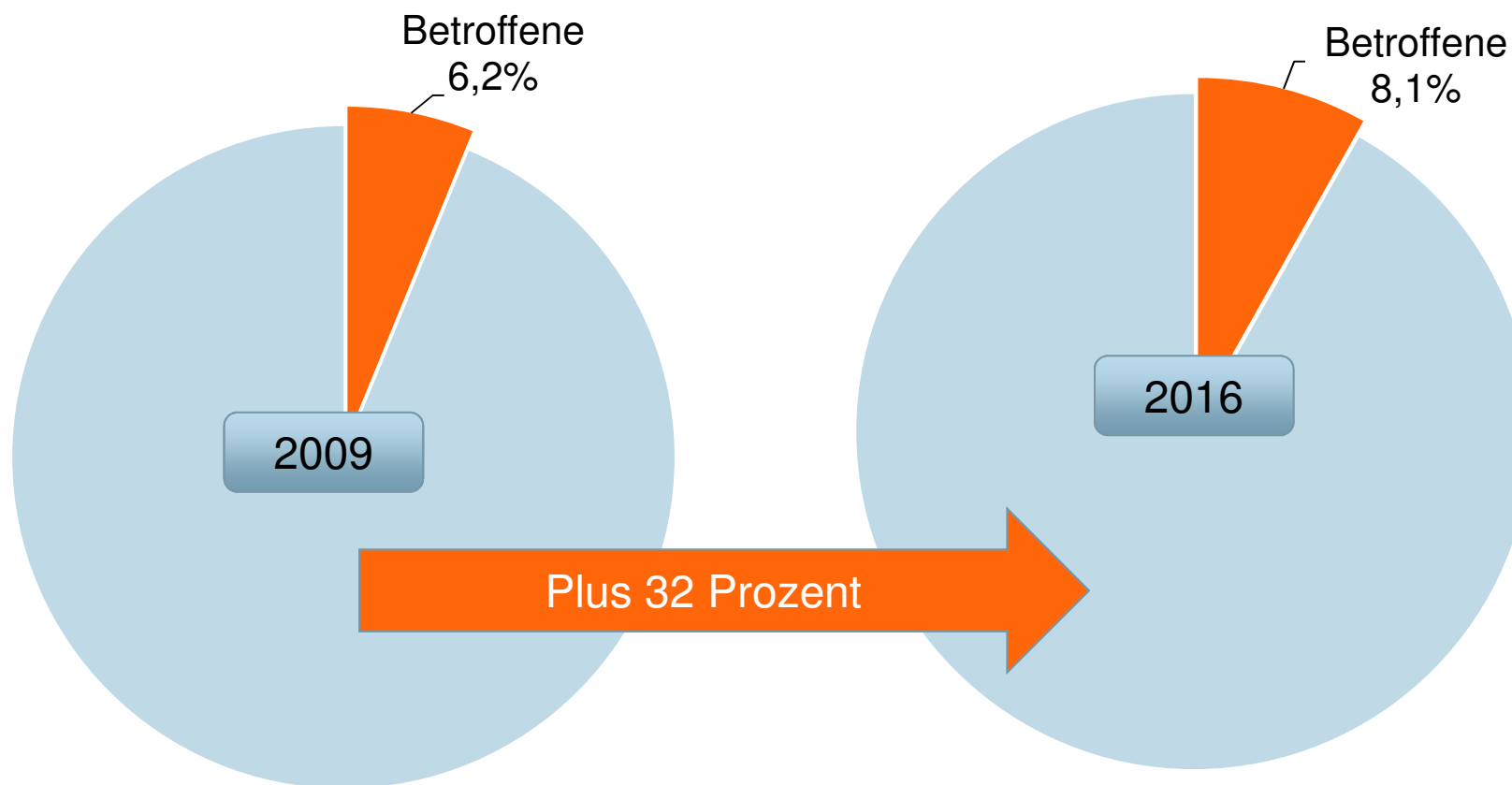
Schlafprobleme haben in Niedersachsen deutlich zugenommen

Häufigkeit von Einschlaf-/Durchschlafproblemen in den letzten 4 Wochen



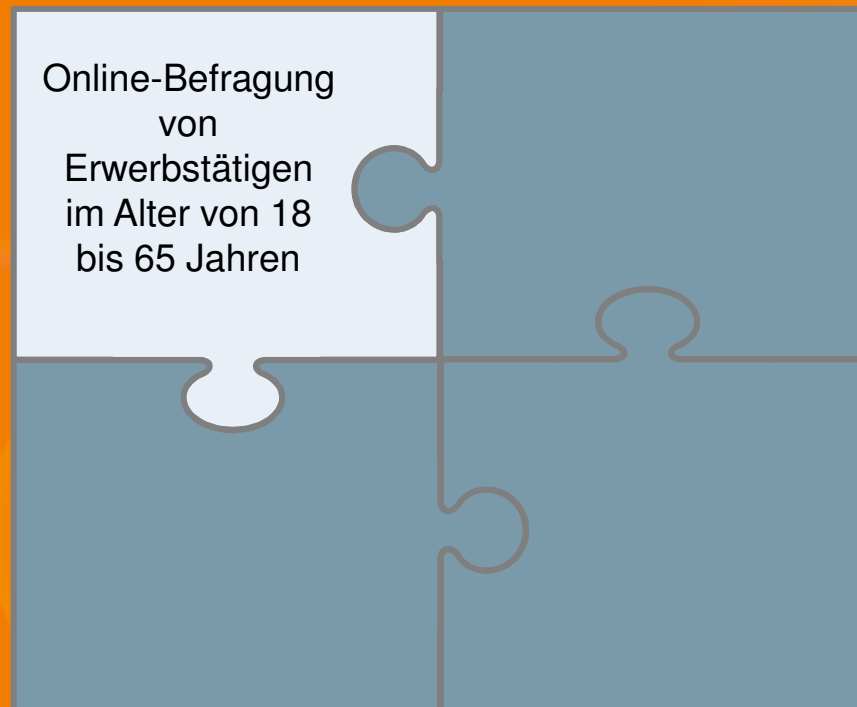
Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung Niedersachsen 2016 (N=144) und 2009 (N=200), Altersgruppe 35 - 65 Jahre

Insomnien in Niedersachsen haben um 32 Prozent zugenommen



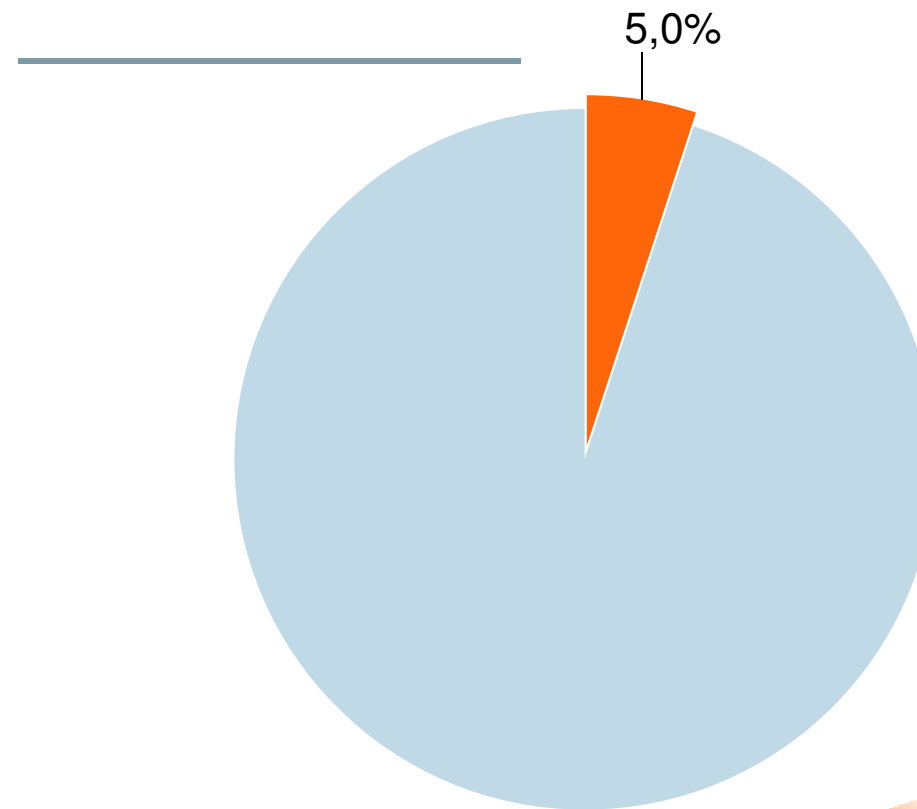
Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016 (N=758) und 2009 (N=901), Altersgruppe 35 - 65 Jahre
Zusammengefasst: Niedersachsen, Hamburg, Schleswig-Holstein, Bremen, Mecklenburg-Vorpommern

3. Wie werden Schlafstörungen behandelt?



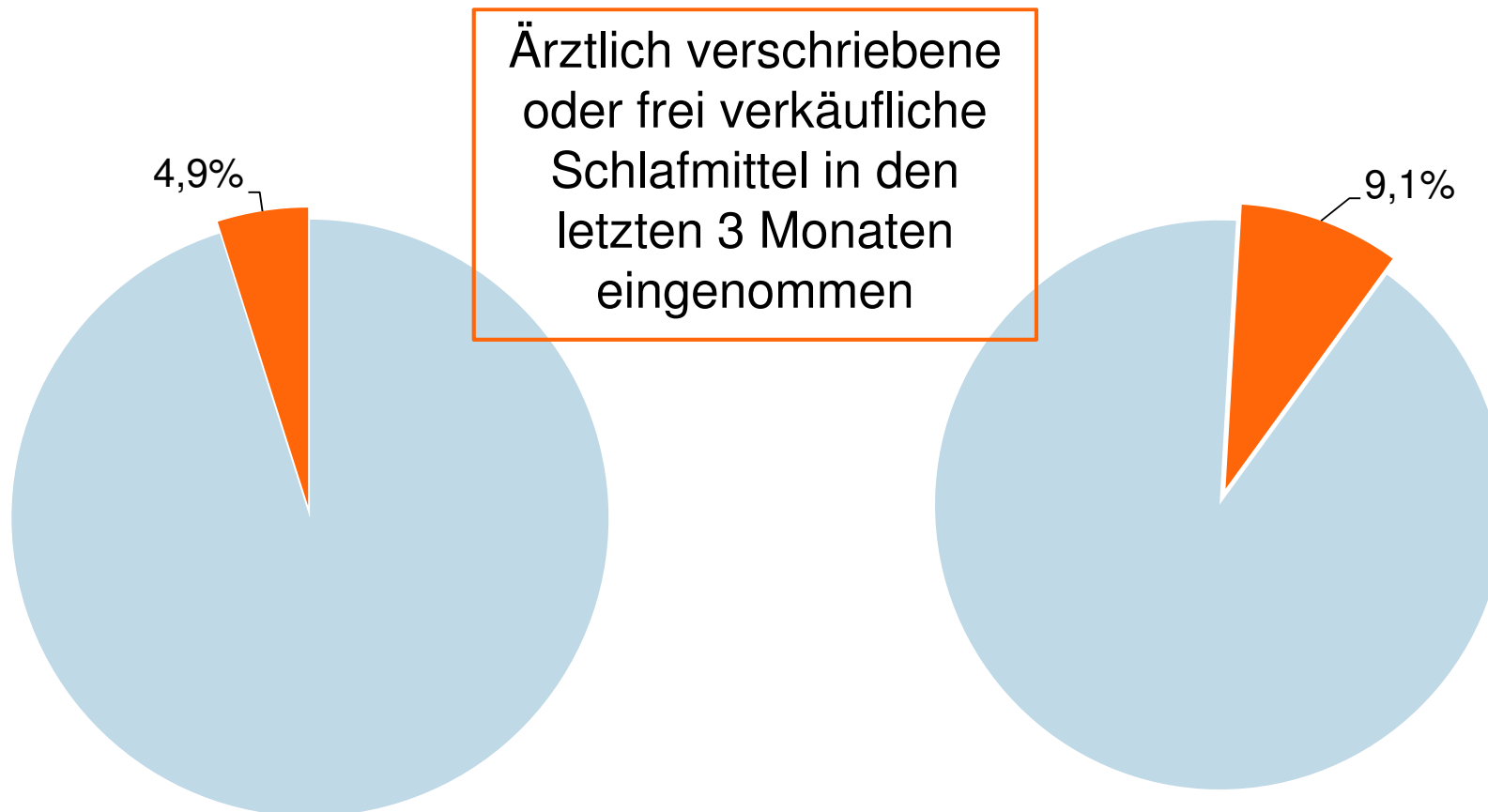
Niedersachsen: 5,0 Prozent wegen Schlafproblemen in ärztlicher Behandlung

"Sind Sie oder waren Sie wegen Schlafproblemen schon einmal in ärztlicher Behandlung?"



Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung Niedersachsen 2016 (N=201)

Niedersachsen: Einnahme von Schlafmitteln hat zugenommen



Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016 (N=758) und 2009 (N=901), Altersgruppe 35 - 65 Jahre
Zusammengefasst: Niedersachsen, Hamburg, Schleswig-Holstein, Bremen, Mecklenburg-Vorpommern

4. Welche Rolle spielen Schlafstörungen bei Krankschreibungen?

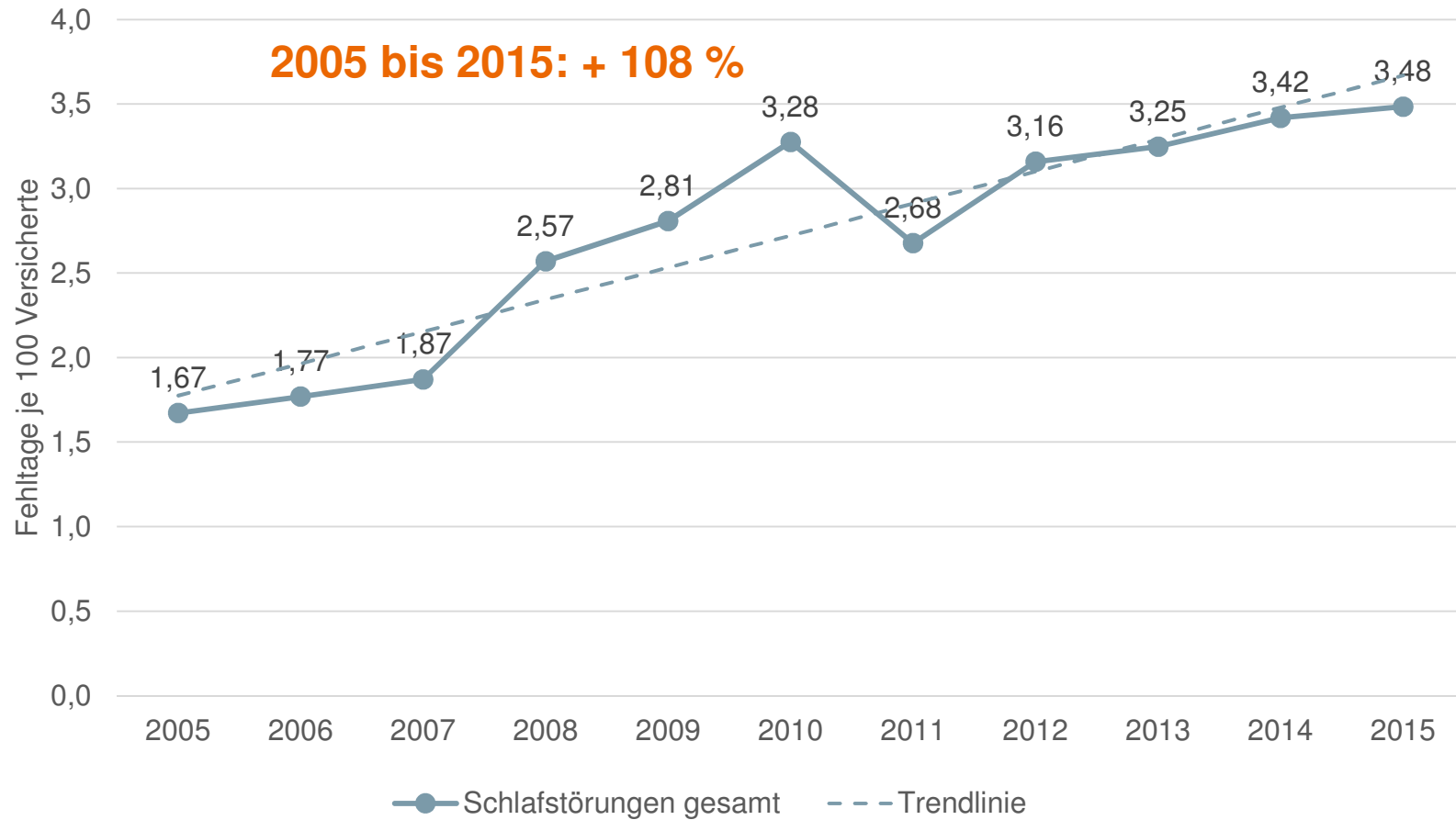


Trotz ihrer weiten Verbreitung spielen Schlafstörungen bei Krankschreibungen in Niedersachsen eine geringe Rolle

Kennzahl je 100 Versicherte Niedersachsen	Schlafstörungen gesamt	Insomnie
Fehltage	3,48	0,92
AU-Fälle	0,30	0,07
Betroffenenquote	0,24%	0,06%

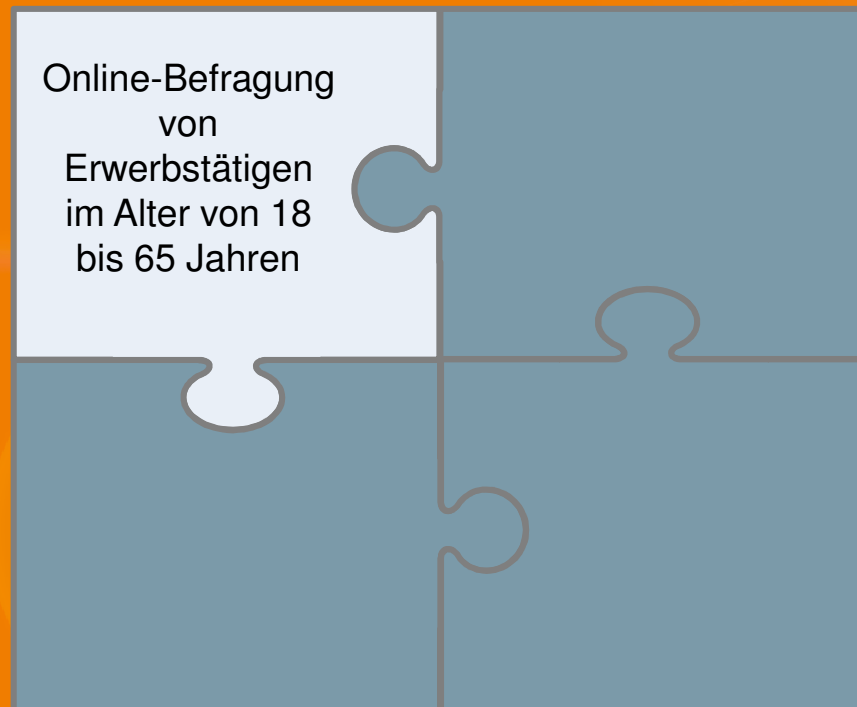
Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2015.

10-Jahres-Vergleich: Fehltage wegen Schlafstörungen in Niedersachsen nehmen zu



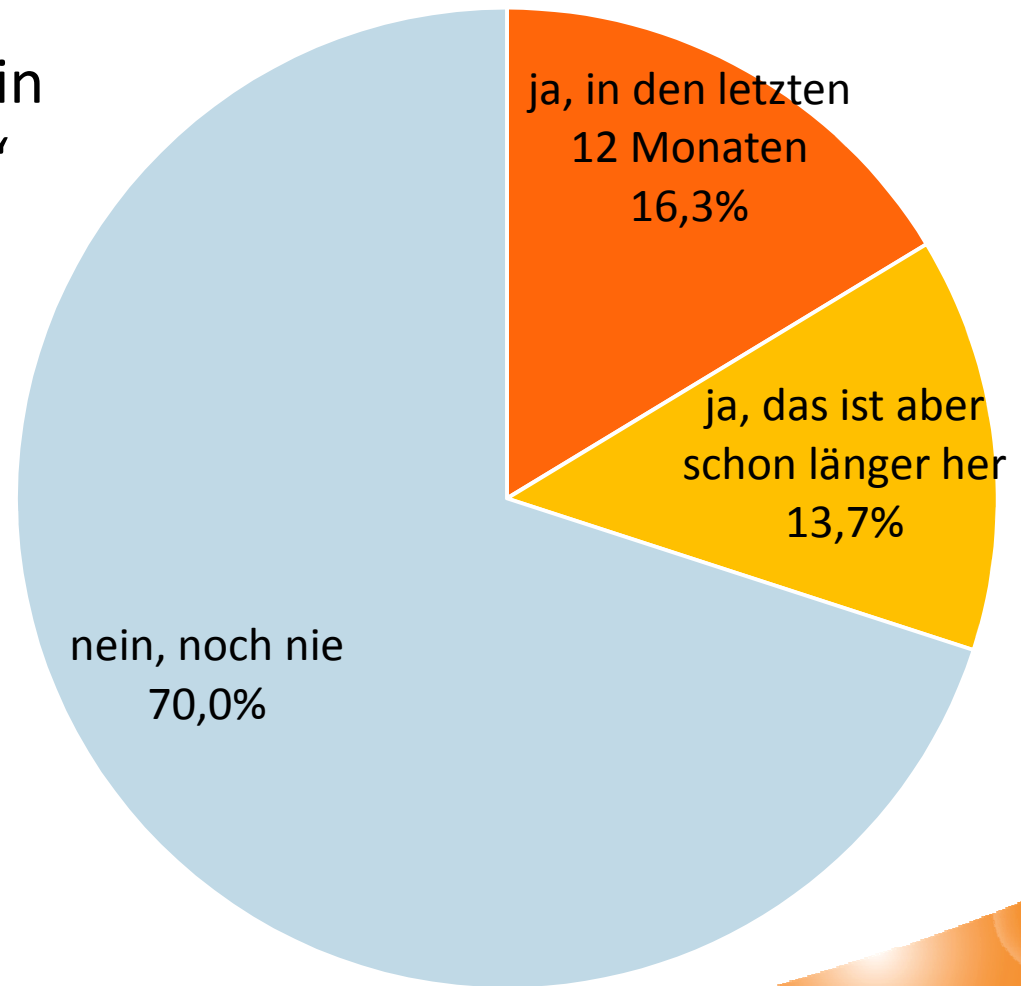
Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2015.

5. Werden Schlafstörungen unterschätzt?



Mehrheit der Betroffenen von Insomnie lässt sich **nicht** ärztlich behandeln (Bund)

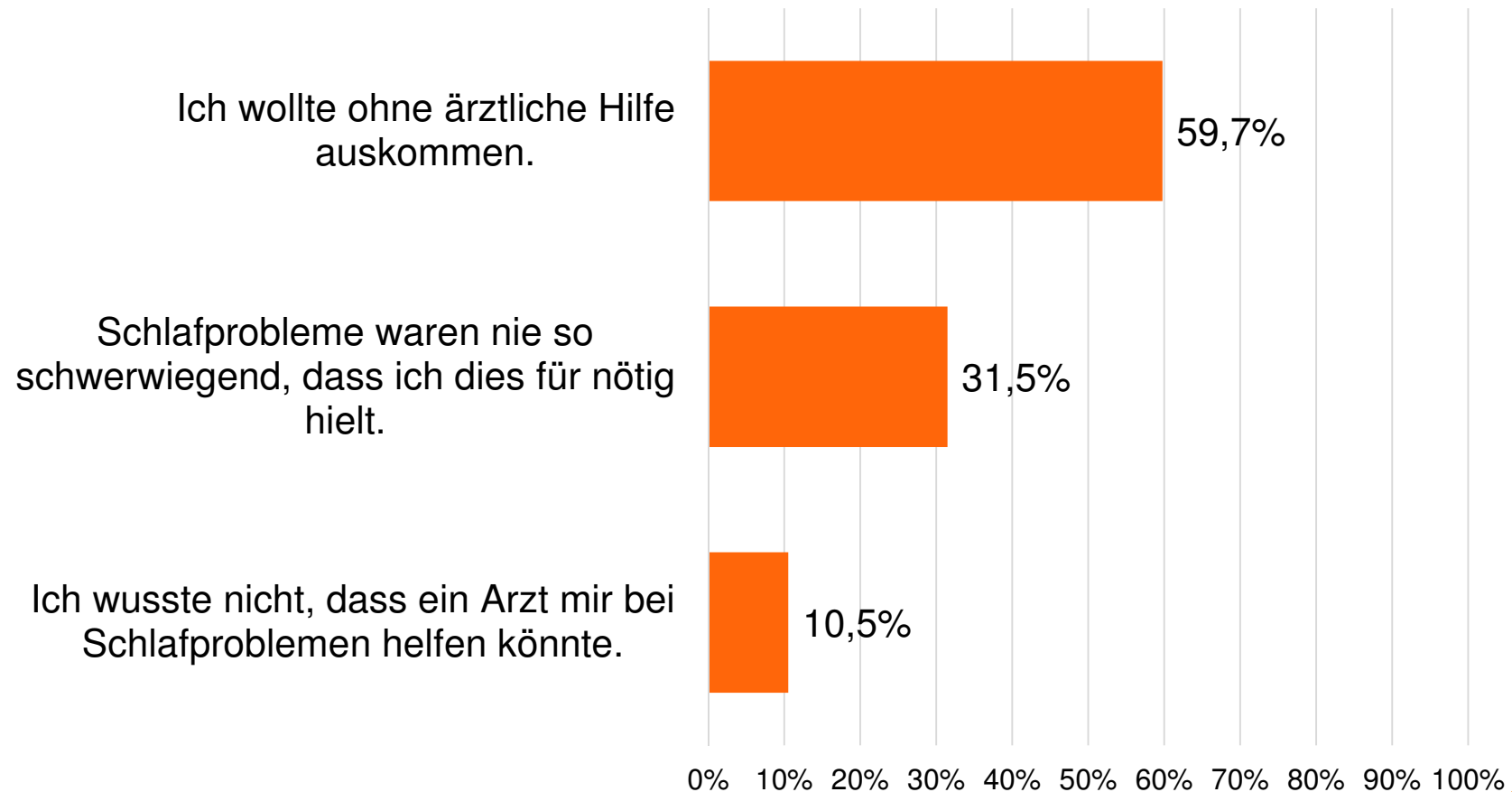
„Sind oder waren Sie wegen Schlafproblemen in ärztlicher Behandlung?“



Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. Basis sind alle Befragte mit Insomnie. N=432

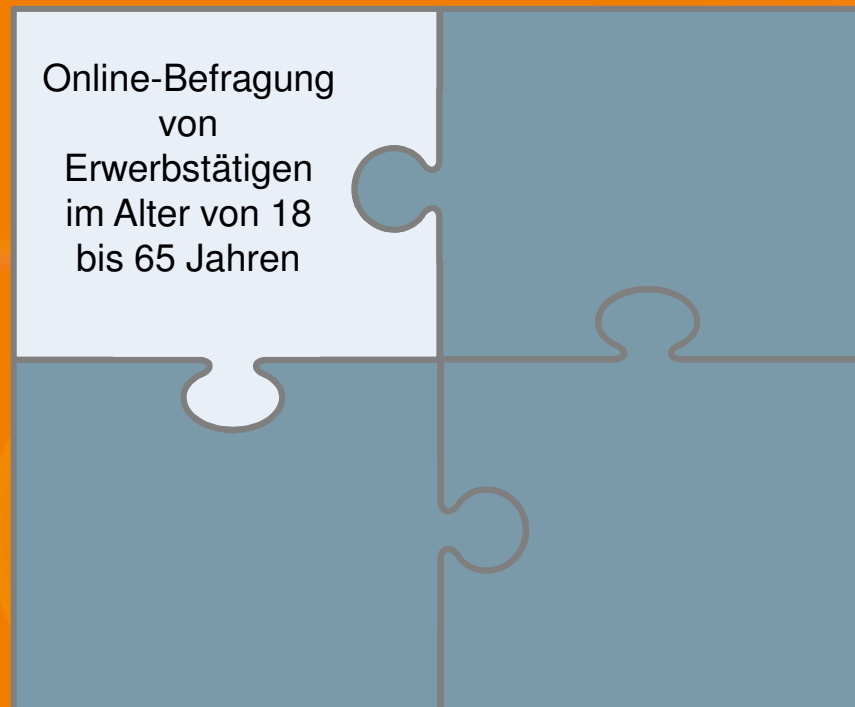
Warum gehen Betroffene nicht zum Arzt? (Bund)

„Warum waren Sie noch nie wegen Schlafstörungen in ärztlicher Behandlung?“

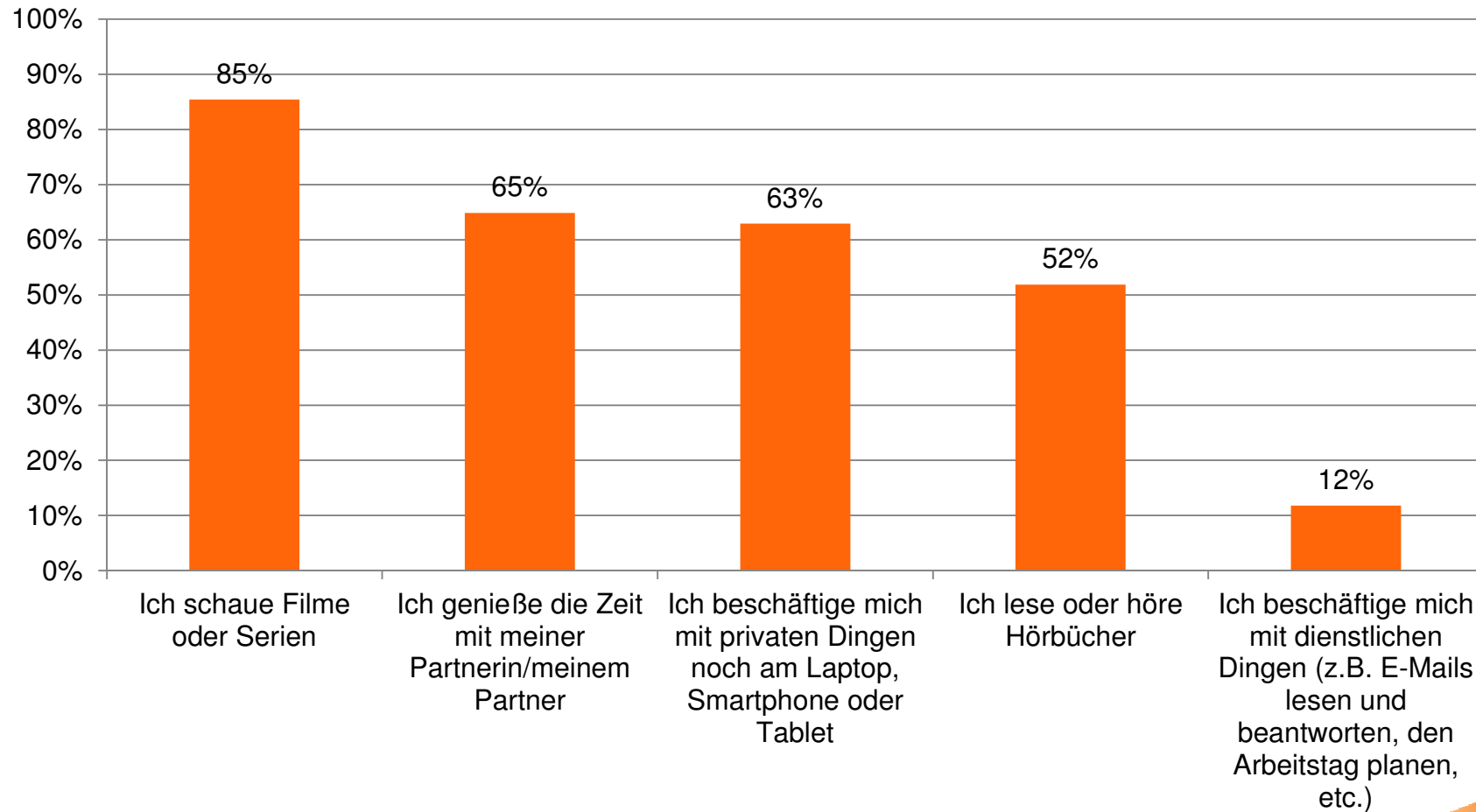


Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. Basis sind alle Insomnierer, die noch nie wegen Schlafstörungen beim Arzt waren. N=337

6. Was tun Beschäftigte für einen besseren Schlaf und wie verbreitet sind Apps und Geräte zur Schlafoptimierung?



Was machen Erwerbstätige in Niedersachsen vor dem Einschlafen?



Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung Niedersachsen 2016. N=201

- Der Krankenstand in Niedersachsen im Jahr 2016
- Niedersachsen schläft schlecht – ein unterschätztes Problem

- **Fazit**

Fazit: Niedersachsen schläft schlecht – ein unterschätztes Problem

- Die Verbreitung von Insomnien in Niedersachsen (Region Nord) hat seit 2010 deutlich zugenommen (+ 32 Prozent). Auch die Fehltage aufgrund von Schlafstörungen nahmen in Niedersachsen zu (+ 108 Prozent).
- Nach wie vor gehen viele Betroffene nicht zum Arzt, weil sie Schlafstörungen nicht als Krankheit sehen oder sich selbst helfen wollen.
- Trotz ihrer weiten Verbreitung spiegeln sich Schlafstörungen fast nicht im Arbeitsunfähigkeitsgeschehen wider.
- Mögliche Risikofaktoren sind: Erreichbarkeit für dienstliche Belange außerhalb der Arbeitszeit und im Urlaub per E-Mail, Handy oder Festnetz, Schichtarbeit, Nachtschichten, eher niedriges Tätigkeitsniveau und im Hinblick auf die berufliche Stellung eher Arbeiter.
- Jeder kann selbst – durch einfache Maßnahmen der Schlafhygiene – viel für sich verbessern.
- Zur Prävention von Schlafstörungen sollten Arbeitsbedingungen so angepasst werden, dass Risikofaktoren vermindert werden.

Neues DAK-Angebot: Dauerhafte Hotline bei Schlafproblemen

Schnelle und unkomplizierte Hilfe für Betroffene



DAK Schlaf-Hotline

040-325 325 805 (Ortstarif)

rund um die Uhr erreichbar

- Fachärzte und Medizinexperten beraten rund um das Thema Schlaf und Schlafstörungen.
- Die Beratung ersetzt zwar nicht den Gang zum Arzt, hilft aber schnell und individuell.
- Auch Fragen zu Schlafmitteln und Nebenwirkungen können abgeklärt werden.
- Die Hotline bietet eine Zweitmeinung bei bereits empfohlenen Behandlungsmöglichkeiten.
- Ärzte beraten in 22 Sprachen.
- Der Service ist rund um die Uhr erreichbar, an 365 Tagen im Jahr.