

**Niedersachsen: 3,5 Millionen Fehltage wegen Rücken
Laut DAK-Gesundheitsreport 2018 gehen immer mehr
Niedersachsen mit Rückenleiden direkt in die Klinik**

Hannover, 29. Mai 2018. Rätsel Rücken: Trotz Prävention und zahlreicher Gesundheitskurse ist Rückenschmerz in Niedersachsen die zweitwichtigste Diagnose für den Krankenstand. Hochgerechnet auf alle Erwerbstätigen im Land kamen 2017 mehr als 3,5 Millionen Ausfalltage wegen Rückenschmerzen zusammen. Das zeigt der aktuelle DAK-Gesundheitsreport „Rätsel Rücken – warum leiden so viele Niedersachsen unter Schmerzen?“. Laut Umfrage im Rahmen des Reports leiden mehr als 2,9 Millionen Erwerbstätige unter Rückenschmerzen, rund 507.000 erwerbstätige Patienten in Niedersachsen (13 Prozent) sogar chronisch unter Schmerzen, die drei Monate oder länger andauern. Immer mehr gehen mit ihren Beschwerden direkt ins Krankenhaus. Seit dem Jahr 2007 stieg die Zahl der stationären Behandlungen in Niedersachsen um 72 Prozent an. Knapp die Hälfte der Patienten ließ sich als Notfall aufnehmen.

Nach der Umfrage hatten 75 Prozent aller Beschäftigten im vergangenen Jahr Rückenschmerzen. Hochgerechnet auf alle Erwerbstätigen sind dies mehr als 2,9 Millionen Betroffene in Niedersachsen. Fast jeder Dritte hat aktuell Beschwerden. „Das gesundheitspolitische Ziel, das Problem Rücken in den Griff zu bekommen, wurde nach den Ergebnissen unserer Studie nicht erreicht“, sagt Dirk Vennekold, Leiter DAK-Landesvertretung Niedersachsen. „Die Untersuchung sollte zum Anlass genommen werden, die Angebote in den Bereichen Prävention und Versorgung auf den Prüfstand zu stellen.“ Dies sei jetzt auch mit Blick auf das im Koalitionsvertrag geplante neue Disease Management Programm zur Rückengesundheit der richtige Zeitpunkt, um eine zielgenaue Lösung für die betroffenen Patienten zu finden.

72 Prozent mehr Krankenhaufälle

Die Problematik spiegelt sich auch in der stationären Behandlung wider: Niedersachsen hatte 2016 mehr als 21.000 Krankenhaufälle wegen Rückenschmerzen, ein Anstieg um rund 72 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 Niedersachsen, die wegen Rückenschmerzen Klinikleistungen in Anspruch nehmen, mit 306 je 100.000 Einwohnern und

Jahr genau im Durchschnitt. Um den Erwartungen der Betroffenen an die Versorgung möglichst gerecht zu werden und gleichzeitig die Notfallambulanzen der Kliniken zu entlasten, sieht der Leiter der DAK-Landesvertretung Schwerpunktpraxen, medizinische Versorgungszentren, tagesklinische Versorgungsangebote und einen verbesserten Terminservice bei den niedergelassenen Ärzten als wichtige Lösungsansätze. „Auch Portalpraxen wie in Schleswig-Holstein können helfen, Rückenschmerzpatienten gezielter durch das System zu lotsen“, so Vennekold.

Jeder zehnte Fehltag wegen Rückenproblemen

Für Krankschreibungen sind Rückenprobleme besonders relevant. Ihr Anteil an den Fehlzeiten in den Betrieben in Niedersachsen lag 2017 bei zehn Prozent. „Trotz eines verstärkten Engagements im Betrieblichen Gesundheitsmanagement gibt es keine signifikante Verbesserung“, betont Dirk Vennekold. Laut DAK-Analyse ist Rückenschmerz die zweitwichtigste Einzeldiagnose überhaupt – gleich hinter akuten Atemwegsinfektionen. 5,5 Prozent der Beschäftigten waren 2017 mindestens einmal wegen Rückenschmerzen krankgeschrieben. „Wir müssen dem Rückenschmerz den Kampf ansagen“, so Vennekold, „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 vier Tage dauert, sind es bei Älteren 20 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 häufig 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.

Mehrheit geht nicht zum Arzt

Die große Mehrheit der Niedersachsen versucht zunächst allein mit den Schmerzen zurechtzukommen. Nur jeder dritte Betroffene (34 Prozent)

war laut eigenen Angaben im vergangenen Jahr wegen der Rückenbeschwerden beim Arzt. Von diesen suchten 78 Prozent bei einem einzigen Arzt Hilfe. 17 Prozent konsultierten wegen ihrer Beschwerden zwei Mediziner und fünf Prozent drei oder mehr Ärzte. Gefragt nach der konkreten Rückenschmerz-Behandlung gaben 45 Prozent der Betroffenen an, eine Physiotherapie bekommen zu haben. Vier von zehn erhielten Schmerzmittel, 15 Prozent bekamen eine Spritze. Bei jedem Dritten wurde ein CT oder ein MRT des Rückens gemacht. Der Zusammenhang von Stress und Rückenschmerzen wurde in den Praxen kaum thematisiert (ein Prozent). „Da sich Stress und psychische Belastungen stark auf die Rückengesundheit auswirken können, sollte dieser Aspekt stärker bei Diagnose und Behandlung berücksichtigt werden“, fordert Vennekold.

Neues individuelles Rücken-Coaching der DAK-Gesundheit

Das sogenannte Schonen – von Experten ausdrücklich nicht empfohlen, weil es die Schmerzen eher noch verstärkt – praktiziert aktuell noch jeder Elfte. 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 Rückenschmerzen. „Dieses moderne Coaching geht sehr persönlich auf die Rückenprobleme ein“, erläutert Dirk Vennekold. „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

Niedersachsens Krankenstand über dem Bundesdurchschnitt

Der Gesundheitsreport Niedersachsen wertet auch die Fehlzeiten der DAK-versicherten Arbeitnehmer insgesamt aus: Im Jahr 2017 stieg der Krankenstand in Niedersachsen im Vergleich zum Vorjahr um 0,3 Prozentpunkte auf 4,2 Prozent. Das heißt, dass an jedem Kalendertag des Jahres durchschnittlich 4,2 Prozent der DAK-Mitglieder in Niedersachsen aufgrund von Krankheit arbeitsunfähig waren. Damit lag das Land leicht über dem Bundesdurchschnitt (4,1 Prozent). Der größte Anteil entfiel auf Muskel-Skelett-Beschwerden. Bezogen auf 100 Versicherte verursachten sie 348 Fehltag. Auf Platz zwei kamen psychische Erkrankungen wie

Depressionen mit 259 Tagen, auf Platz drei die Atemwegserkrankungen mit 216 Tagen. Bei den Fehltagen wegen psychischer Erkrankungen gab es einen Anstieg um sechs Prozent, auch die Anzahl der Betroffenen stieg auf 5,2 Prozent. Noch nie waren so viele DAK-versicherte Arbeitnehmer in Niedersachsen von psychischen Leiden betroffen wie 2017.

Die DAK-Gesundheit ist eine der größten Krankenkassen Deutschlands. Für die Analyse wurden die Daten von rund 238.000 erwerbstätigen Mitgliedern der DAK-Gesundheit in Niedersachsen durch das IGES Institut ausgewertet.

Der aktuelle DAK-Gesundheitsreport Niedersachsen untersucht umfassend die krankheitsbedingten Ausfalltage sowie ambulante und erstmals auch stationäre Behandlungen bei Rückenerkrankungen. 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 202 aus Niedersachsen). Zentrale Ergebnisse wurden mit einer DAK-Untersuchung aus dem Jahr 2003 verglichen.