

**Psyche: Dreimal sooft krank mit Alkohol, Nikotin & Co.  
DAK-Gesundheitsreport „Sucht 4.0 in Niedersachsen“ zeigt  
Zusammenhänge zwischen Fehltagen und Abhängigkeiten**

**Hannover, 2. Juli 2019. Das Suchtrisiko von zehntausenden Beschäftigten in Niedersachsen wegen Alkohol, Zigaretten und Computerspielen wirkt sich gravierend für Betriebe und Erwerbstätige aus. Der Krankenstand bei Arbeitnehmern ist doppelt, bei psychischen Erkrankungen wie Depressionen sogar mehr als dreimal so hoch. Sie sind außerdem häufiger unkonzentriert im Job oder kommen zu spät. Das zeigt der aktuelle DAK-Gesundheitsreport „Sucht 4.0 in Niedersachsen“. Nach der repräsentativen Studie haben mehr als 425.000 Arbeitnehmer in Niedersachsen einen riskanten Alkoholkonsum – das ist jeder neunte Beschäftigte im Land. Erstmals untersucht der Report das Thema Computerspielsucht in der Arbeitswelt. Ergebnis: Fast 200.000 Erwerbstätige im Bundesland haben ein riskantes Nutzungsverhalten. Auf Grundlage der Ergebnisse fordert die Krankenkasse deshalb eine breite gesellschaftliche Debatte zur Suchtproblematik. Sie startet auch ein neues Präventionsangebot bei Alkoholproblemen.**

Laut DAK-Gesundheitsreport 2019 haben Arbeitnehmer in Niedersachsen mit Hinweisen auf eine so genannte Substanzstörung deutlich mehr Fehltag im Job als ihre Kollegen ohne auffällige Probleme. Der Krankenstand der Betroffenen ist mit 7,3 Prozent fast doppelt so hoch. Sie fehlen aber nicht nur im Job, weil sie wegen ihrer Suchtproblematik krankgeschrieben werden. Vielmehr zeigen sich bei ihnen in allen Diagnosegruppen mehr Fehltag. Besonders deutlich ist der Unterschied bei den psychischen Leiden. Hier sind es mehr als dreimal so viele Fehltag. Bei Muskel-Skelett-Erkrankungen wie Rückenschmerzen gibt es ein Plus von 76 Prozent, bei Atemwegserkrankungen sind es rund 53 Prozent. Insgesamt gibt es nach der DAK-Studie unter den Erwerbstätigen in Niedersachsen 477.000 abhängige Raucher, rund 49.000 erfüllen die Kriterien einer Internet Gaming Disorder (Computerspielsucht), rund 15.000 Erwerbstätige haben hinsichtlich Alkohol eine sogenannte Gebrauchsstörung.

**Alkohol: mehr als 425.000 Arbeitnehmer trinken riskant**

Der Großteil der direkten Krankmeldungen bei Suchtproblemen ist in Niedersachsen auf Alkohol zurückzuführen (81 Prozent). Laut Studie der DAK-Gesundheit hat jeder neunte Arbeitnehmer hierzulande einen riskanten Alkoholkonsum. Bei Männern beginnt dieser beispielsweise bei täglich mehr als zwei 0,3 Liter-Gläsern Bier, bei Frauen schon bei einem 0,3 Liter-Glas Bier pro Tag. Mit ihrem Trinkverhalten setzen sich 425.000 Millionen Erwerbstätige im Bundesland Risiken aus, krank oder abhängig zu werden. „Wir warnen bereits seit Jahren die Gefahr durch Alkohol nicht zu unterschätzen. Der riskante Umgang mit Alkohol hat auch gravierende Folgen für die Arbeitswelt“, sagt Dirk Vennekold, Leiter der DAK-Landesvertretung. „Sucht ist eine Krankheit - jeden kann sie treffen. Wir brauchen eine breite und offene Debatte darüber in unserer Gesellschaft. Wir dürfen Betroffene nicht allein lassen. Wir müssen genau hinschauen um zu erkennen, ist es Genuss, Gewohnheit oder bereits Sucht?“ Beim Thema Alkoholprävention gehe es um die Verbesserung und die Ergänzung der bestehenden Angebote. Die DAK-Gesundheit schließt diese Versorgungslücke ab sofort mit einem neuen Online-Selbsthilfeprogramm bei Alkoholproblemen.

**Hoher Alkoholkonsum – abgelenkt bei der Arbeit**

Der hohe Alkoholkonsum wirkt sich auch auf den Arbeitsalltag aus. So gab bundesweit jeder zehnte Arbeitnehmer mit riskantem Trinkverhalten an, in den letzten drei Monaten wegen Alkohol abgelenkt oder unkonzentriert bei der Arbeit gewesen zu sein; bei Arbeitnehmern mit einer möglichen Abhängigkeit sogar fast jeder Zweite (47 Prozent). Je höher der Alkoholkonsum, desto häufiger kommen betroffene Mitarbeiter deshalb auch zu spät zur Arbeit oder machen früher Feierabend. Mehr als jeder vierte Mitarbeiter mit einer möglichen Abhängigkeit gab das bei der DAK-Analyse an (27,2 Prozent).

**Fast 200.000 Beschäftigte spielen riskant am Computer**

Erstmals untersucht der Report auch das Thema Gaming und seine Auswirkungen auf die Arbeitswelt. Demnach spielen fast 51 Prozent der Erwerbstätigen in Niedersachsen Computerspiele. 5,2 Prozent der Erwerbstätigen gelten als riskante Gamer. Das heißt: 196.000 Beschäftigte zeigen auffälliges Nutzungsverhalten. Jeder Vierte von ihnen spielt auch während seiner Arbeitszeit. Vor allem junge Erwerbstätige zwischen 18 und 29 Jahren sind laut DAK-Report riskante Computerspieler (11,6 Prozent).

**Gamen bei der Arbeit: Abgelenkt und zu spät**

Bundesweit spielt jeder vierte riskante Gamer während seiner Arbeitszeit Computerspiele. Bei den Computerspielsüchtigen ist es sogar fast jeder Zweite (47 Prozent). Jeder elfte Mitarbeiter mit riskantem Spielverhalten kam wegen des Spielens zu spät zur Arbeit oder machte deshalb früher Feierabend. Von den Erwerbstätigen mit einer Computerspielsucht war jeder Dritte (34,1 Prozent) abgelenkt oder unkonzentriert.

**Rauchen ist verbreitetste Sucht**

Das Rauchen von Zigaretten ist laut DAK-Report auch in Niedersachsen die verbreitetste Sucht, die auch die Arbeitswelt betrifft. 12,7 Prozent der Erwerbstätigen sind zigarettenabhängig. Unter den jungen Erwerbstätigen zwischen 18 und 29 Jahren gibt es bundesweit mit 16,3 Prozent den geringsten Anteil. Bei den 60- bis 65-jährigen Berufstätigen raucht fast jeder Vierte (23,7 Prozent). Fast jeder zweite Raucher raucht auch während seiner Arbeitszeit, also außerhalb der Arbeitspausen.

**Dampfen – nicht ohne Nikotin**

Derzeit dampfen 3,6 Prozent der Erwerbstätigen E-Zigarette. Raucher von E-Zigaretten greifen oft parallel zur herkömmlichen Zigarette, belegt der DAK-Report. Dampfer finden sich deshalb fast ausschließlich unter Rauchern und Ex-Rauchern. Bundesweit konsumiert mit 85 Prozent die deutliche Mehrheit der Dampfer Liquid mit Nikotin. „Dampfen mit Nikotin oder Tabak führt in die Abhängigkeit, genau wie herkömmliche Zigaretten“, warnt Dirk Vennekold. „Deshalb brauchen wir endlich ein umfassendes Werbeverbot für Tabak, Zigaretten und E-Zigaretten. Diese Forderung unterstützen auch die Fachgesellschaft der Lungenärzte sowie die Deutsche Krebshilfe mit Hinweis auf die Gesundheitsrisiken. Weil E-Zigaretten gesundheitsgefährdende Suchtmittel sind, dürfen sie nicht vom geplanten Tabakwerbeverbot der Bundesregierung ausgenommen werden.“

**DAK-Gesundheit bietet Online-Hilfe bei Alkoholproblemen**

Mit Blick auf die Ergebnisse des Reports bietet die DAK-Gesundheit ab sofort ein neues präventiv ansetzendes Hilfsangebot bei Alkoholproblemen an – und schließt damit eine Versorgungslücke in Deutschland. Bisher fehlen flächendeckende und wirksame Angebote. Versicherte der Krankenkasse können das kostenlose Online-Coaching „Vorvida“ nutzen, um ihren Alkoholkonsum zu reduzieren. Eine aktuelle wissenschaftliche Untersuchung des Universitätsklinikums Hamburg Eppendorf (UKE) belegt die Wirksamkeit: Bei den Teilnehmern sank das riskante Trinkverhalten um bis zu 75 Prozent. Die DAK-Gesundheit ist

Rainer Lange | Graf-Adolf-Str. 89 | 40210 Düsseldorf  
Tel.: 0211 550415-1120 | Mobil: 0172 4200593 | E-Mail: rainer.lange@dak.de

die erste Krankenkasse, die das Programm der Hamburger GAIA AG ihren Versicherten anbietet. Das Online-Coaching „Vorvida“ ist auf Smartphones und Tablets mobil voll nutzbar. Es kann auch über die digitale Gesundheitsplattform „Vivy“ genutzt werden. Alle Daten werden vertraulich behandelt und nicht weitergegeben. Eine Anmeldung ist auf [www.dak.de/vorvida](http://www.dak.de/vorvida) möglich.

**Der aktuelle DAK-Gesundheitsreport „Sucht 4.0 in Niedersachsen“ untersucht umfassend die krankheitsbedingten Ausfalltage sowie ärztliche Behandlungen bei Suchterkrankungen und wirft einen Blick auf die Auswirkungen in der Arbeitswelt. Für die Untersuchung wurden Daten zur Arbeitsunfähigkeit von rund 237.000 erwerbstätigen Versicherten der DAK-Gesundheit in Niedersachsen durch das IGES Institut in Berlin ausgewertet – flankiert von Analysen der ambulanten und stationären Versorgung. Eine repräsentative Befragung von mehr als 5.600 Beschäftigten sowie eine Expertenbefragung geben Aufschluss über die Verbreitung und den Umgang mit den verschiedenen Suchtmitteln und Verhaltensweisen.**