



# Gesundheitsreport 2017

Nordrhein-Westfalen

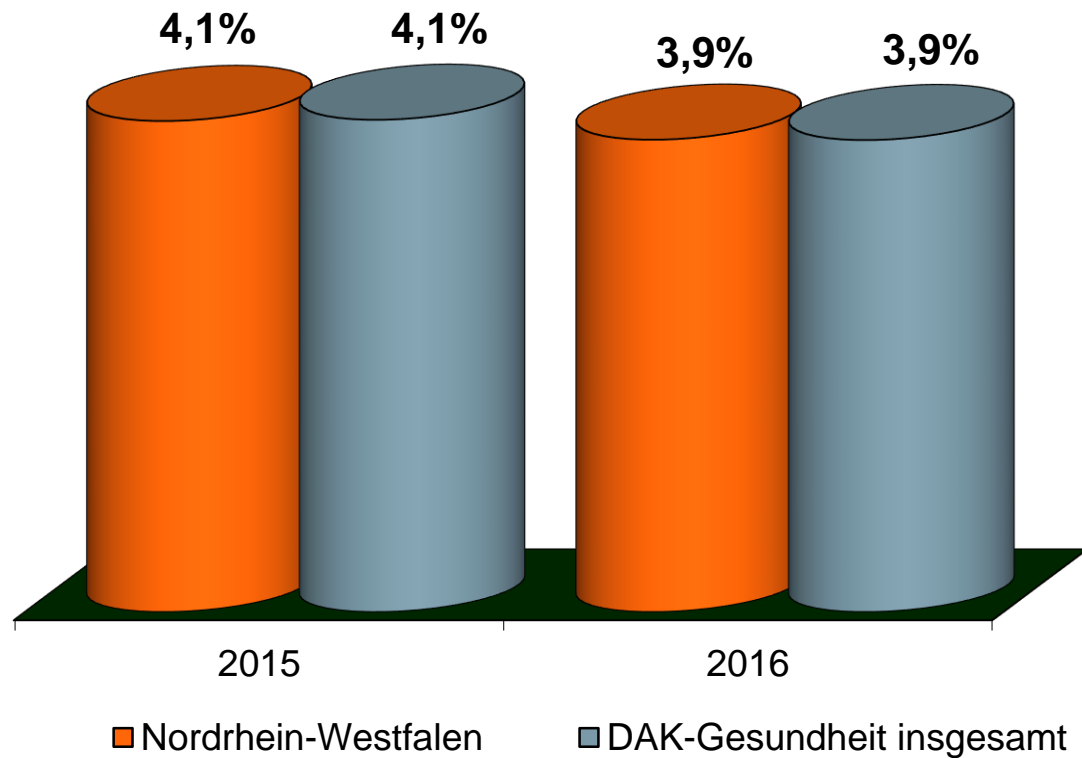
Düsseldorf, Mai 2017

**IGES**

**DAK**  
Gesundheit

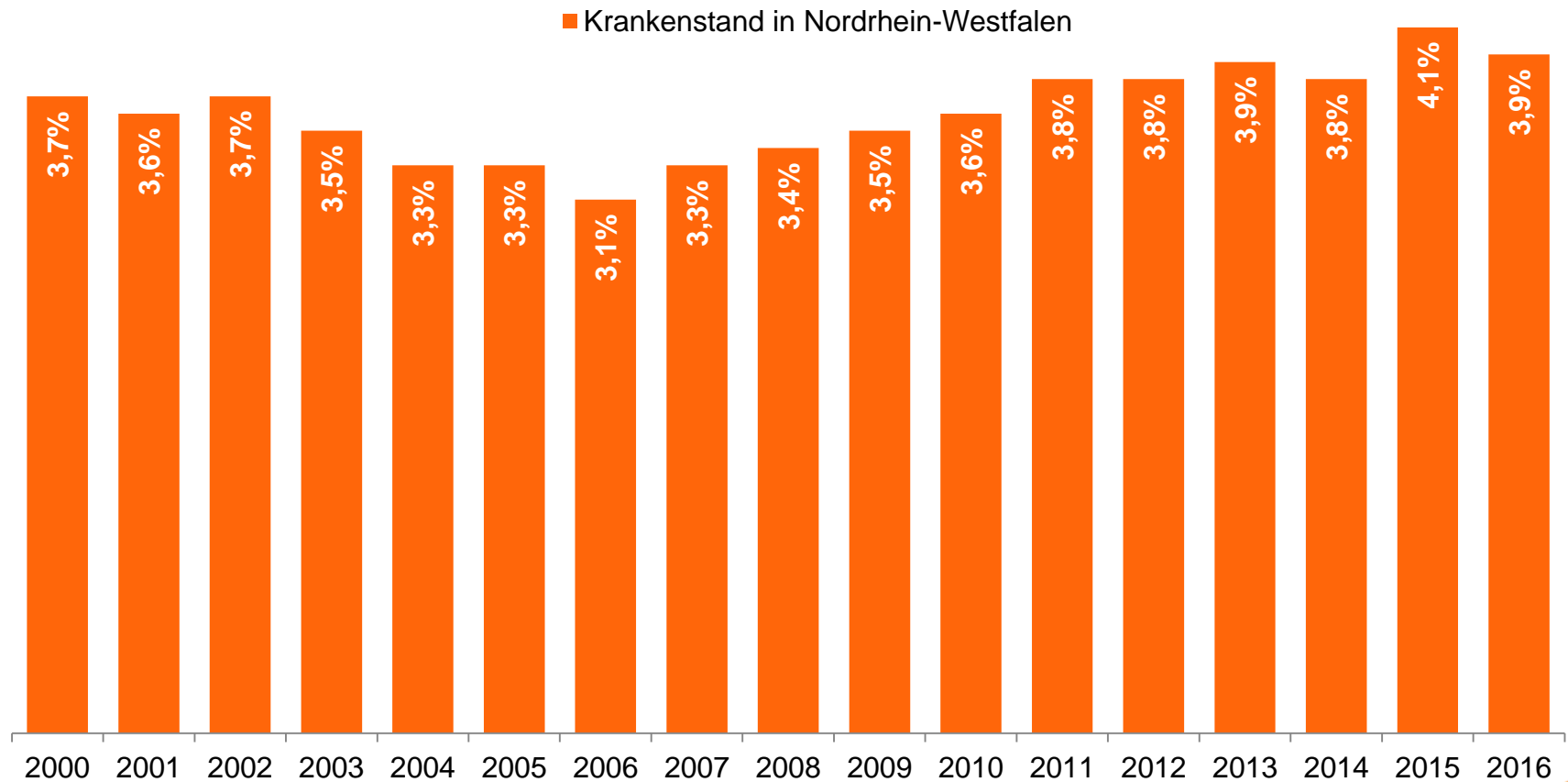
- Der Krankenstand in Nordrhein-Westfalen im Jahr 2016
- Nordrhein-Westfalen schläft schlecht – ein unterschätztes Problem
- Fazit

# Krankenstand in Nordrhein-Westfalen auf dem Bundesdurchschnitt



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

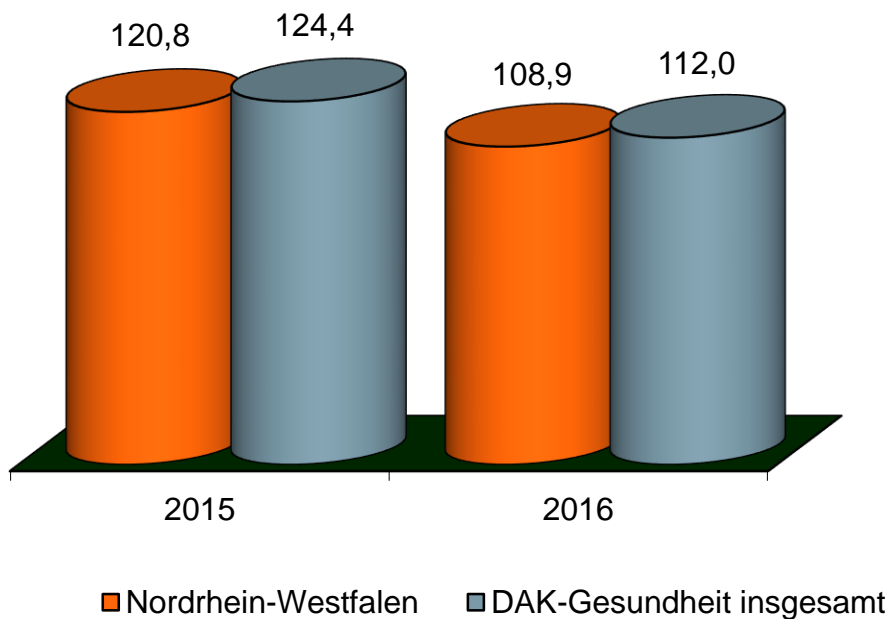
# Krankenstand in Nordrhein-Westfalen sinkt 2016



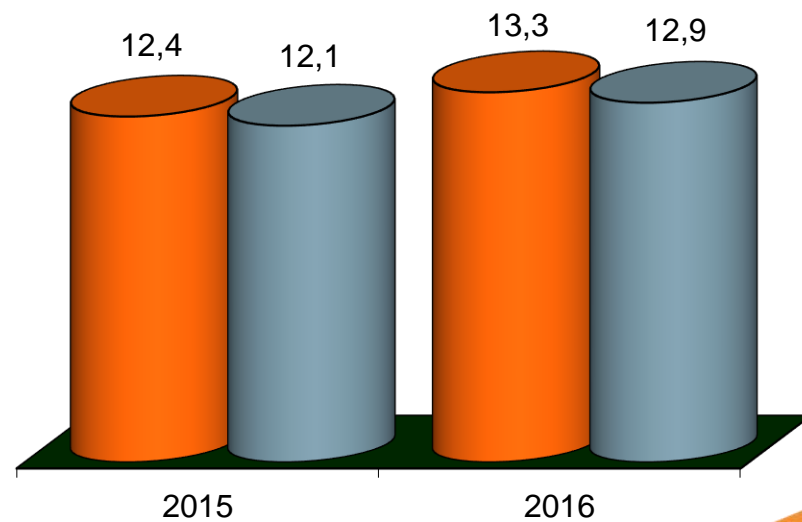
Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2000 - 2016

# Falldauer in Nordrhein-Westfalen über dem Bundesdurchschnitt; Fallhäufigkeit in Nordrhein-Westfalen unter 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



## Nordrhein-Westfalen

Nordrhein-Westfalen hatte mit 3,9 Prozent einen durchschnittlichen Krankenstand.

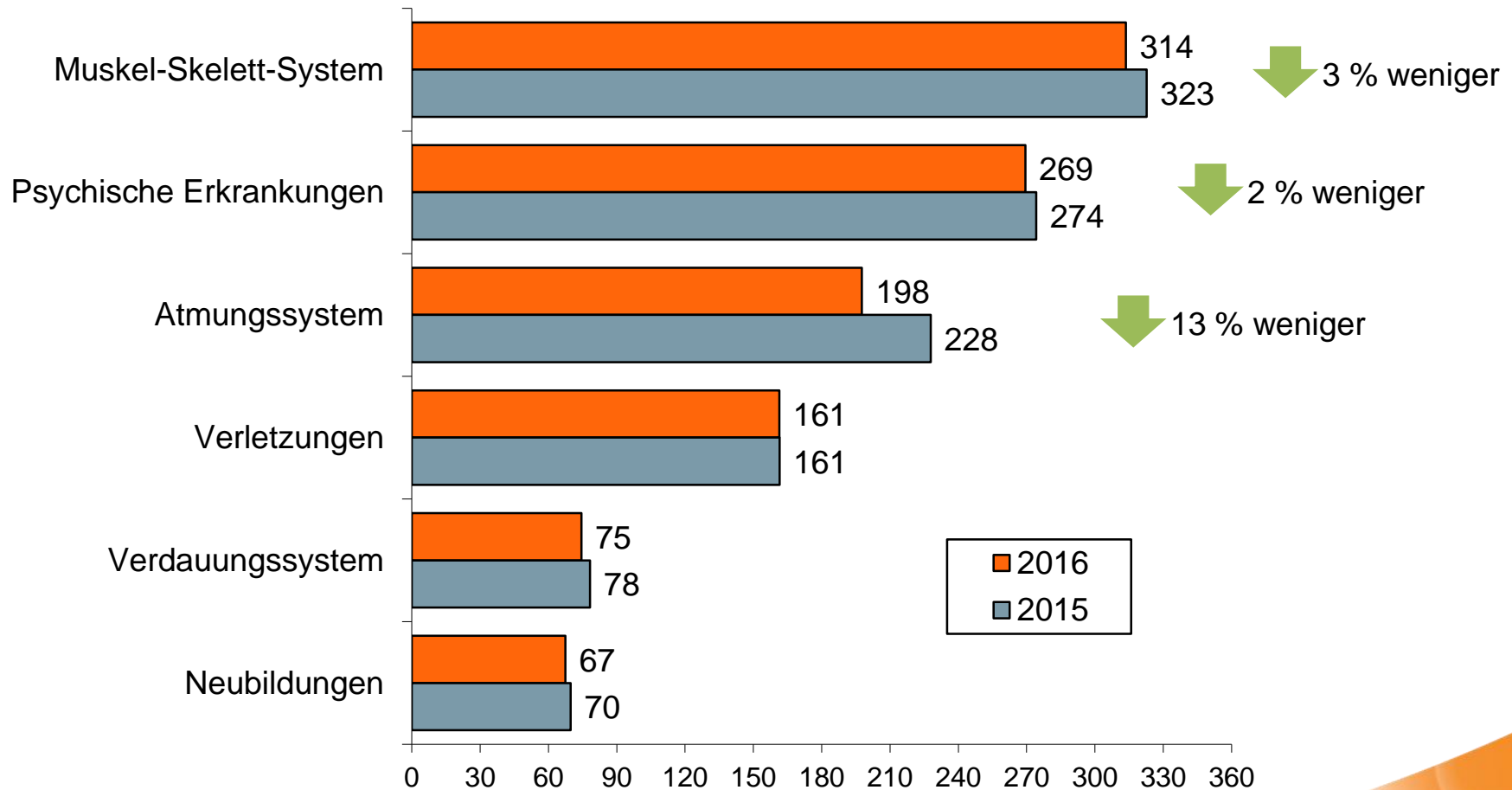
## Große regionale Unterschiede

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

## Spektrum insgesamt

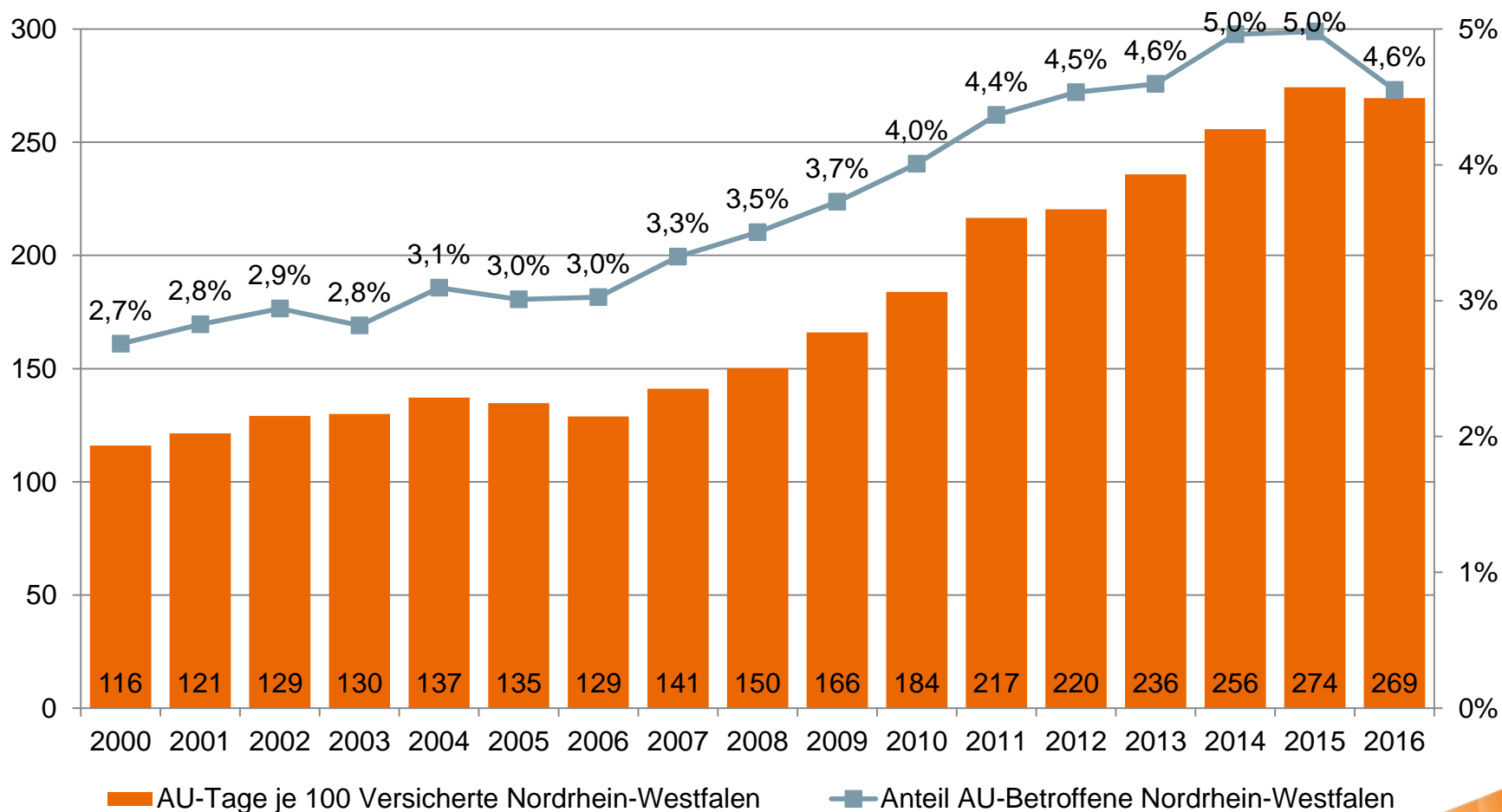
Den niedrigsten Krankenstand hatte Baden-Württemberg mit einem Wert von 3,3 Prozent, Sachsen-Anhalt mit 5,1 Prozent den höchsten.

## Bei welchen Erkrankungen gab es die meisten Ausfalltage?



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

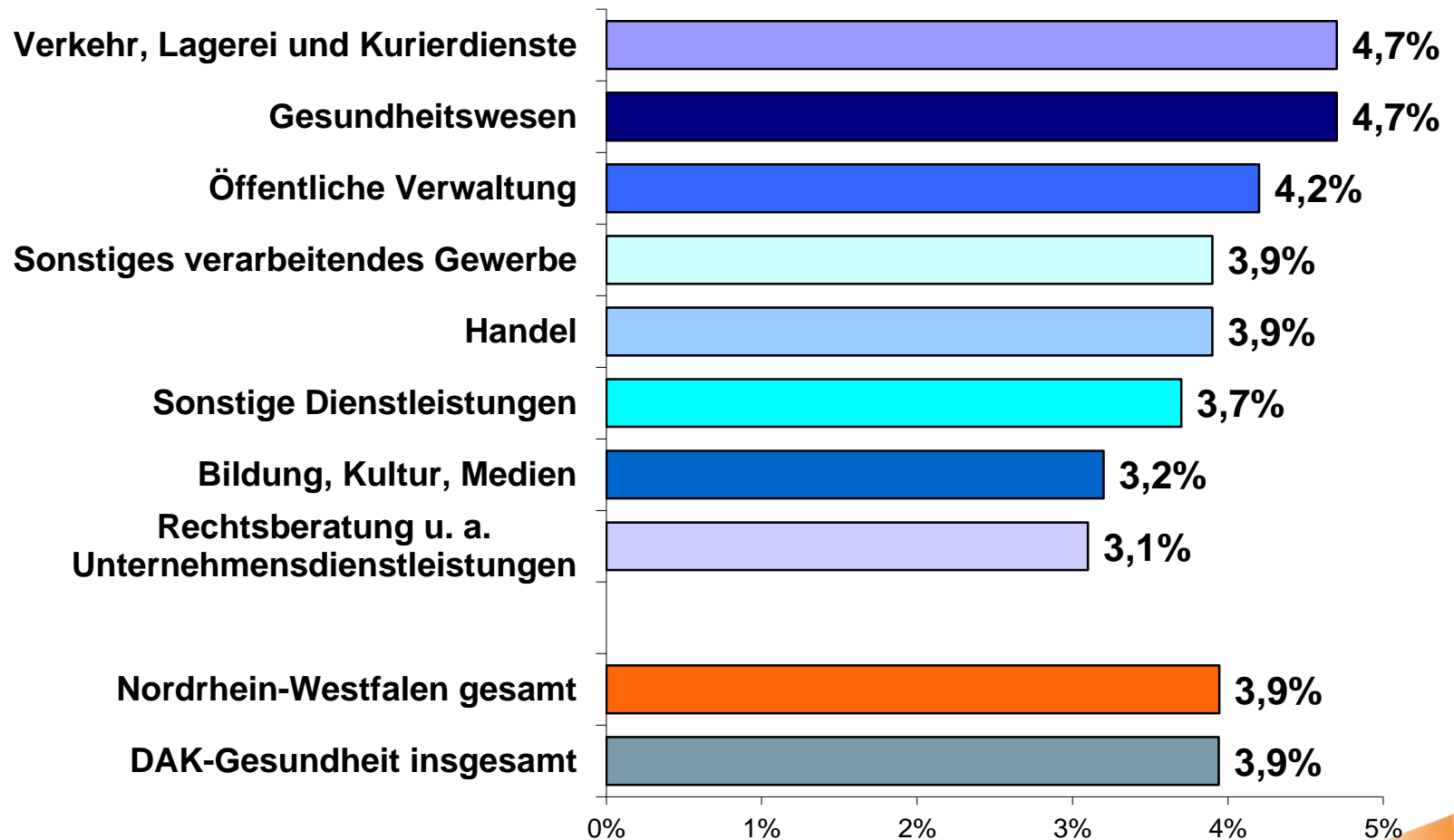
# Psychische Erkrankungen in Nordrhein-Westfalen: Weniger Fehltage und weniger Betroffene in 2016



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

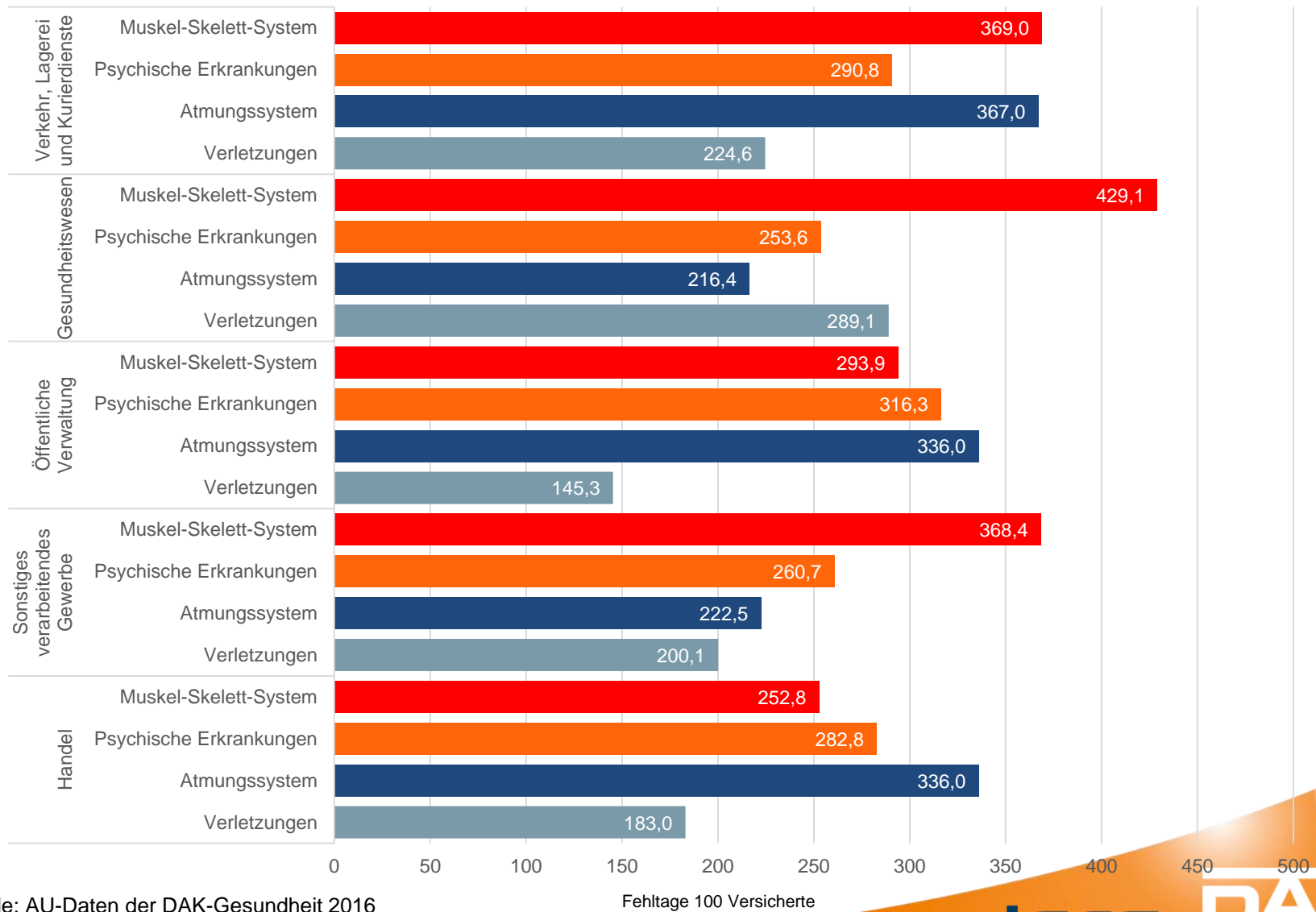


# Höchster Krankenstand in der Branche „Verkehr, Lagerei und Kurierdienste“



Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2016

# Fehltage in den Branchen nach Erkrankungsgruppen



Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2016

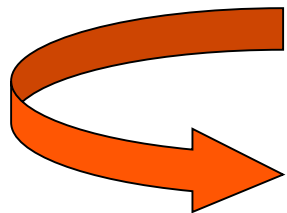
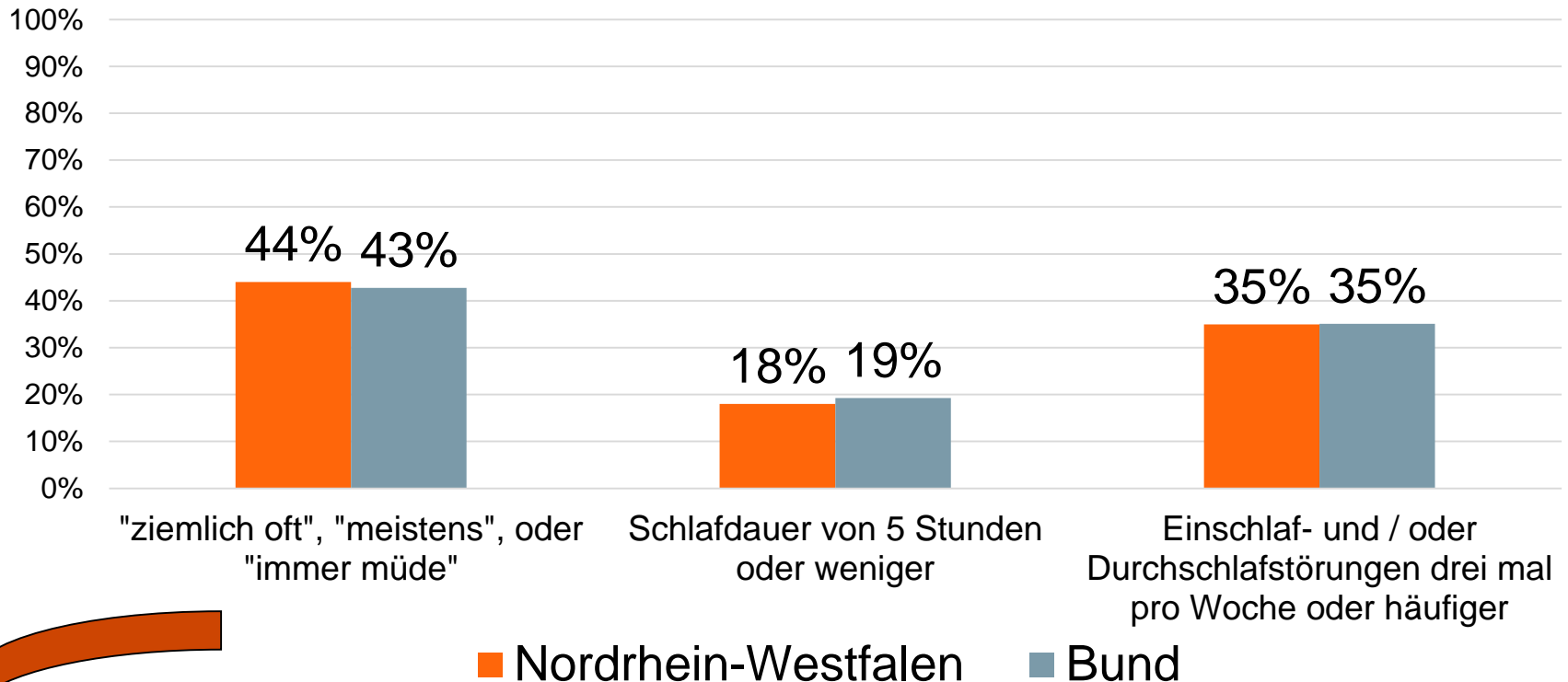
Fehltage 100 Versicherte

- Der Krankenstand in Nordrhein-Westfalen im Jahr 2016

- Nordrhein-Westfalen schläft schlecht – ein unterschätztes Problem

- Fazit

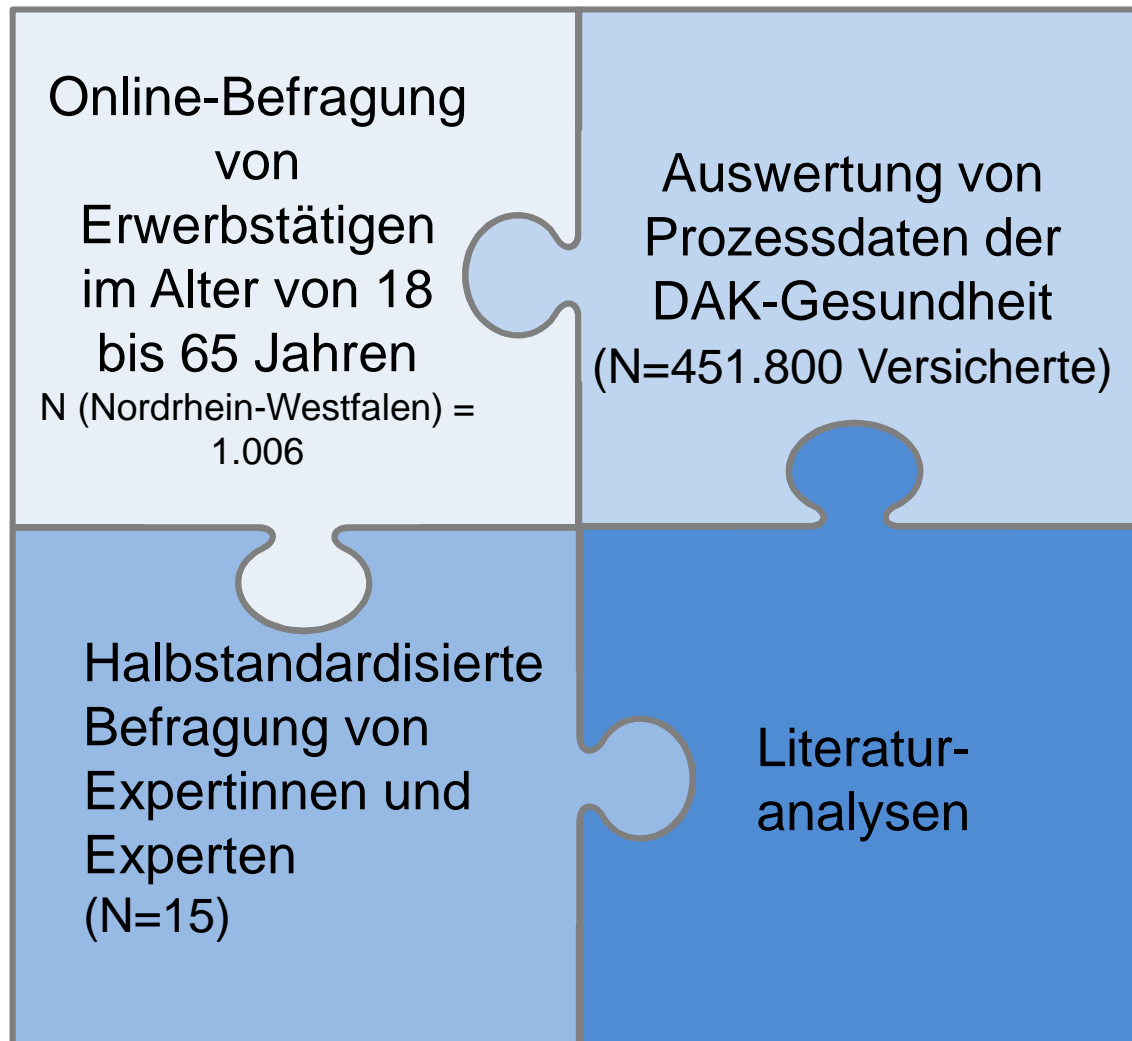
# Tagesmüdigkeit und Schlafprobleme sind in Nordrhein-Westfalen weit verbreitet



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

Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. N=1.006

# 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?

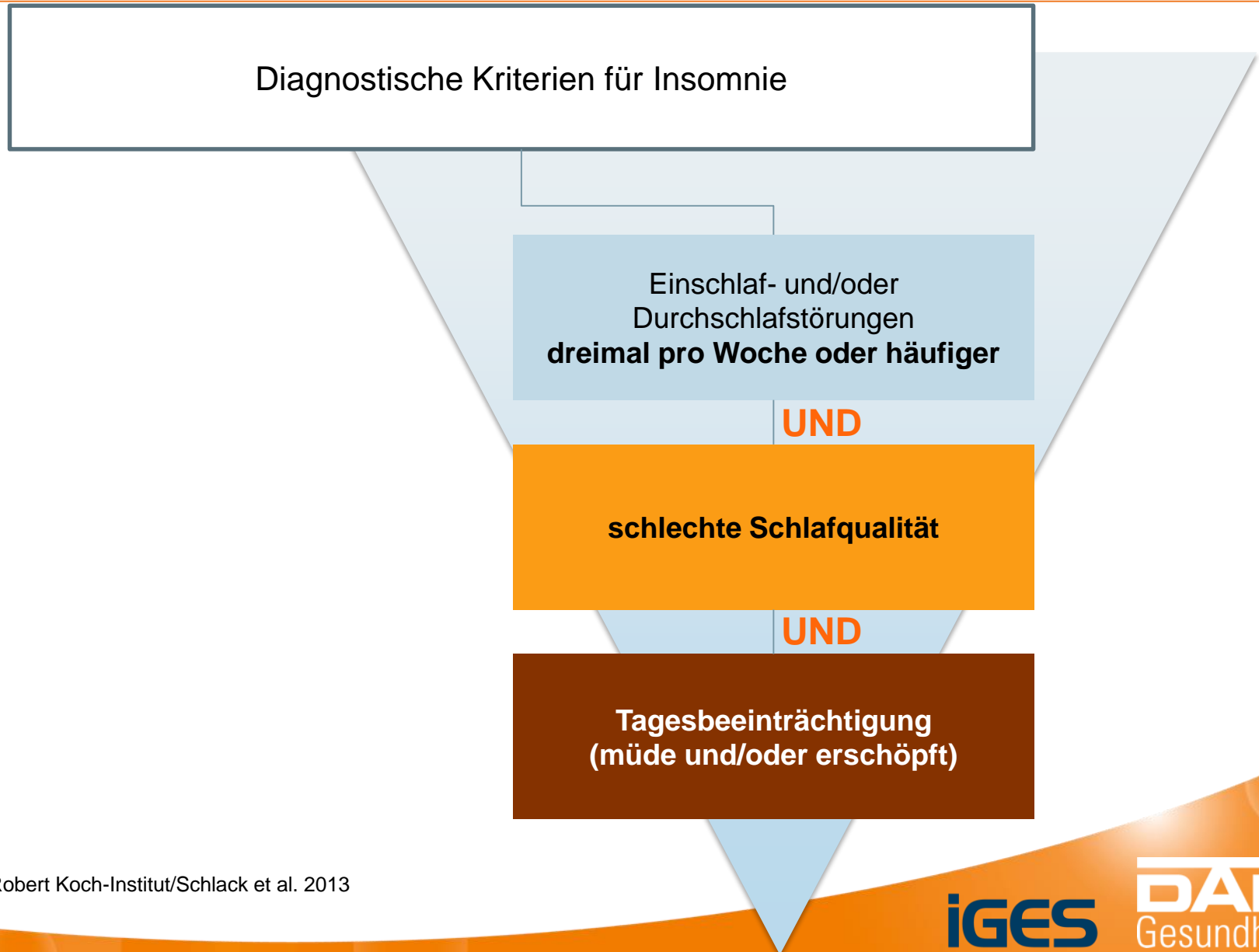
# Es gibt 80-100 verschiedene Schlafstörungen in 7 Diagnose-Gruppen



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

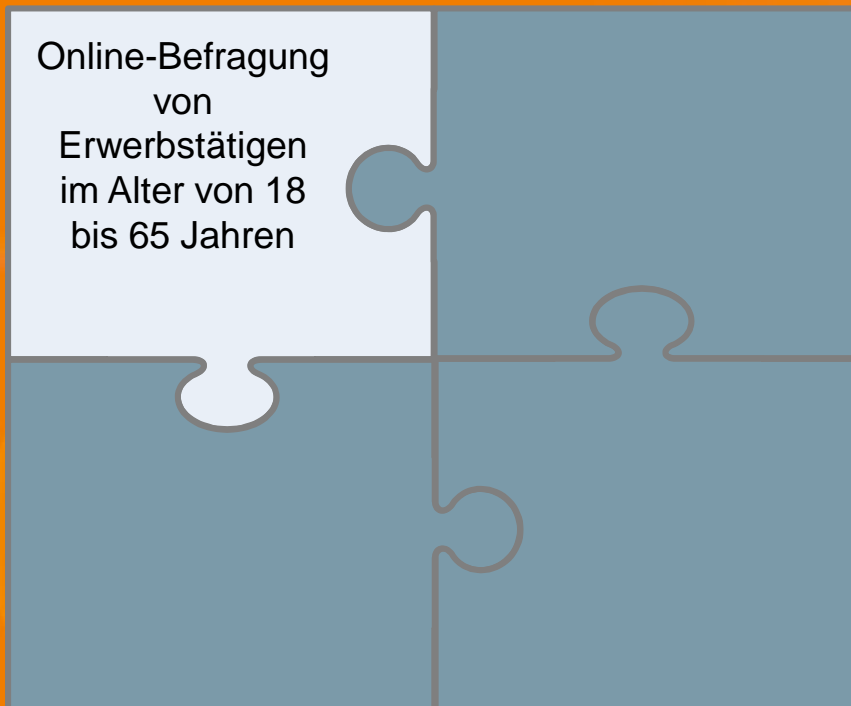


# Insomnien im Fokus

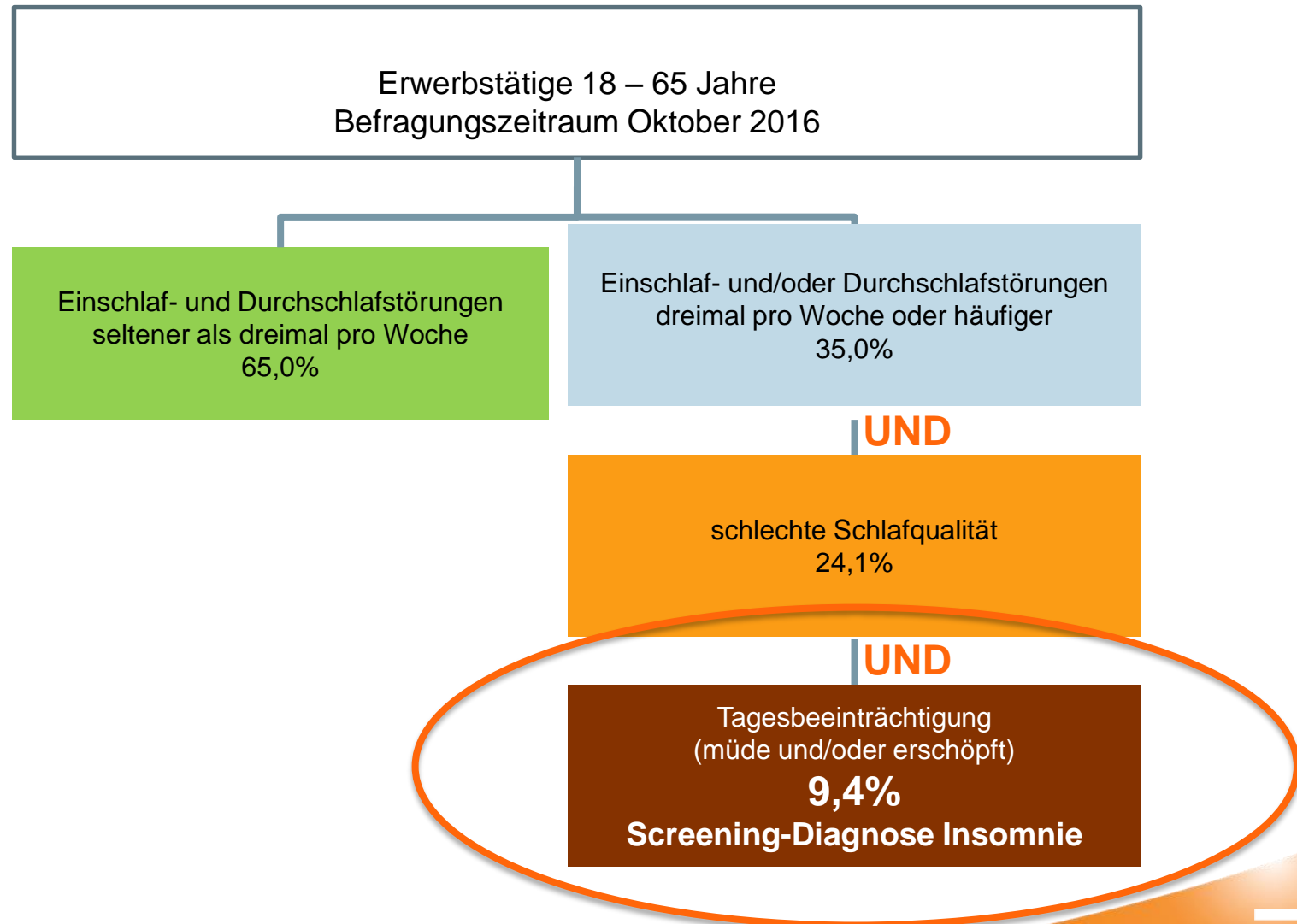


Quelle: Robert Koch-Institut/Schlack et al. 2013

## 2. Wie verbreitet sind Insomnien?

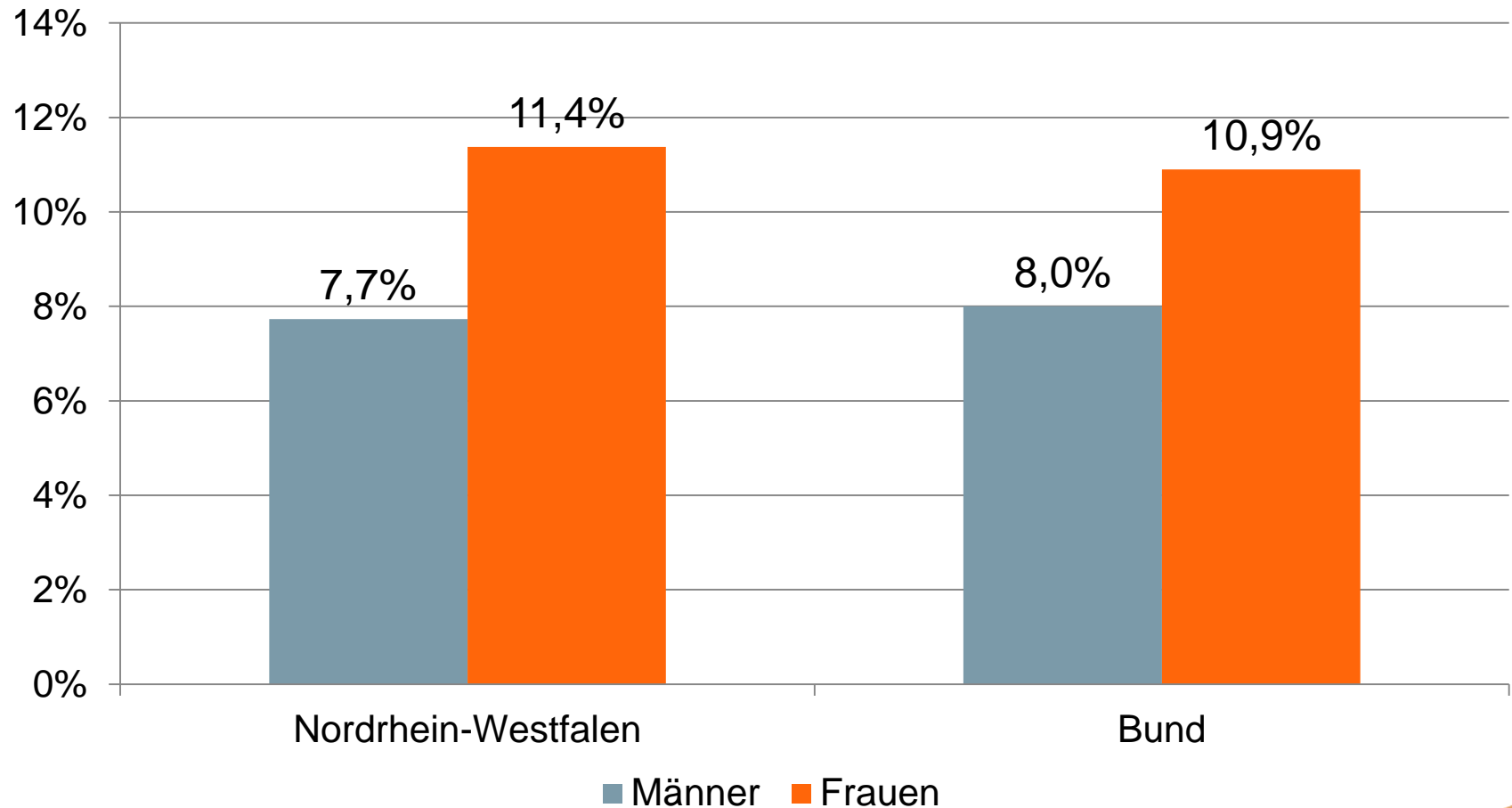


# Insomnien: Etwa jeder zehnte Erwerbstätige (18-65 Jahre) in Nordrhein-Westfalen ist betroffen



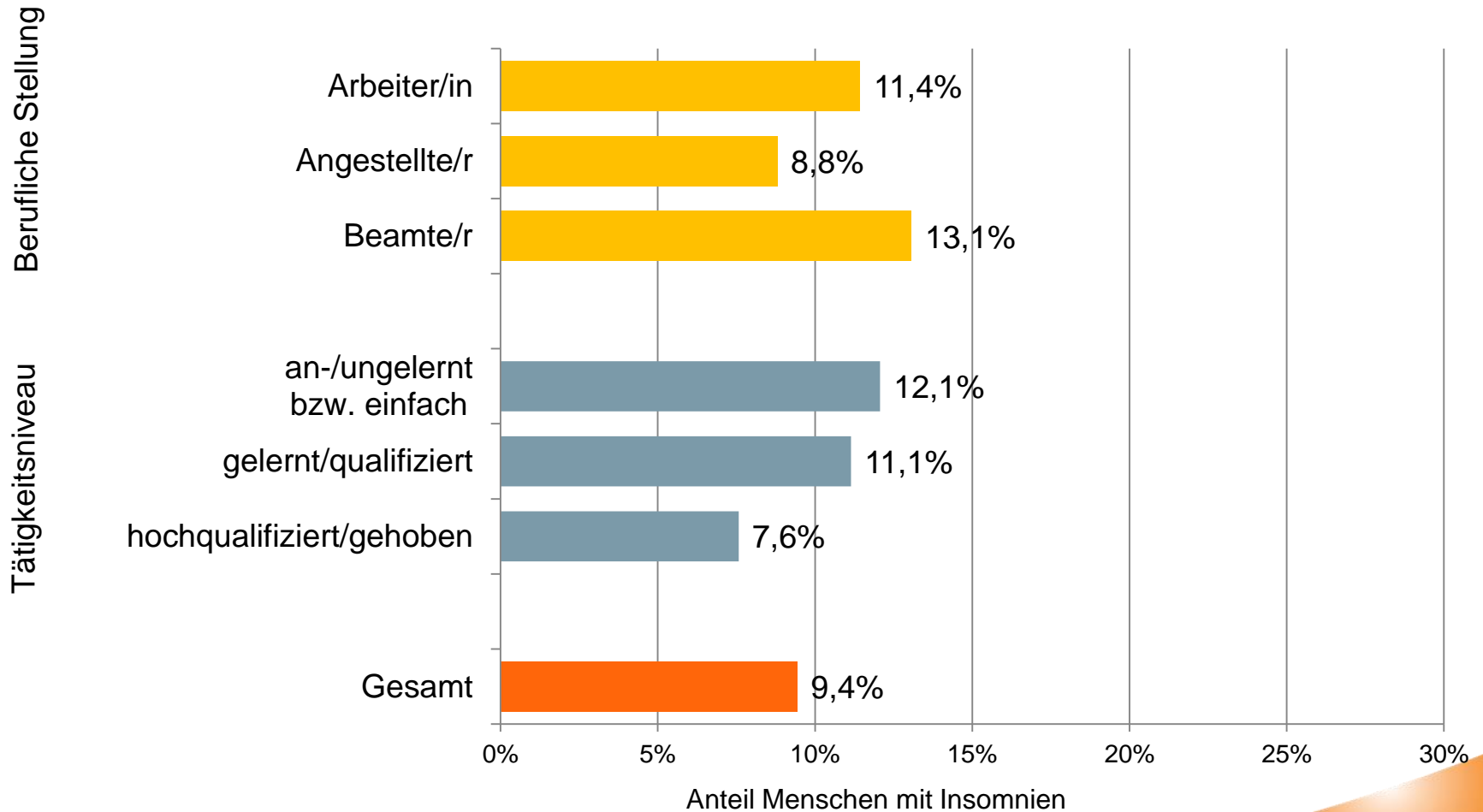
Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. N=1.006

## Insomnien betreffen in Nordrhein-Westfalen Frauen und Männer



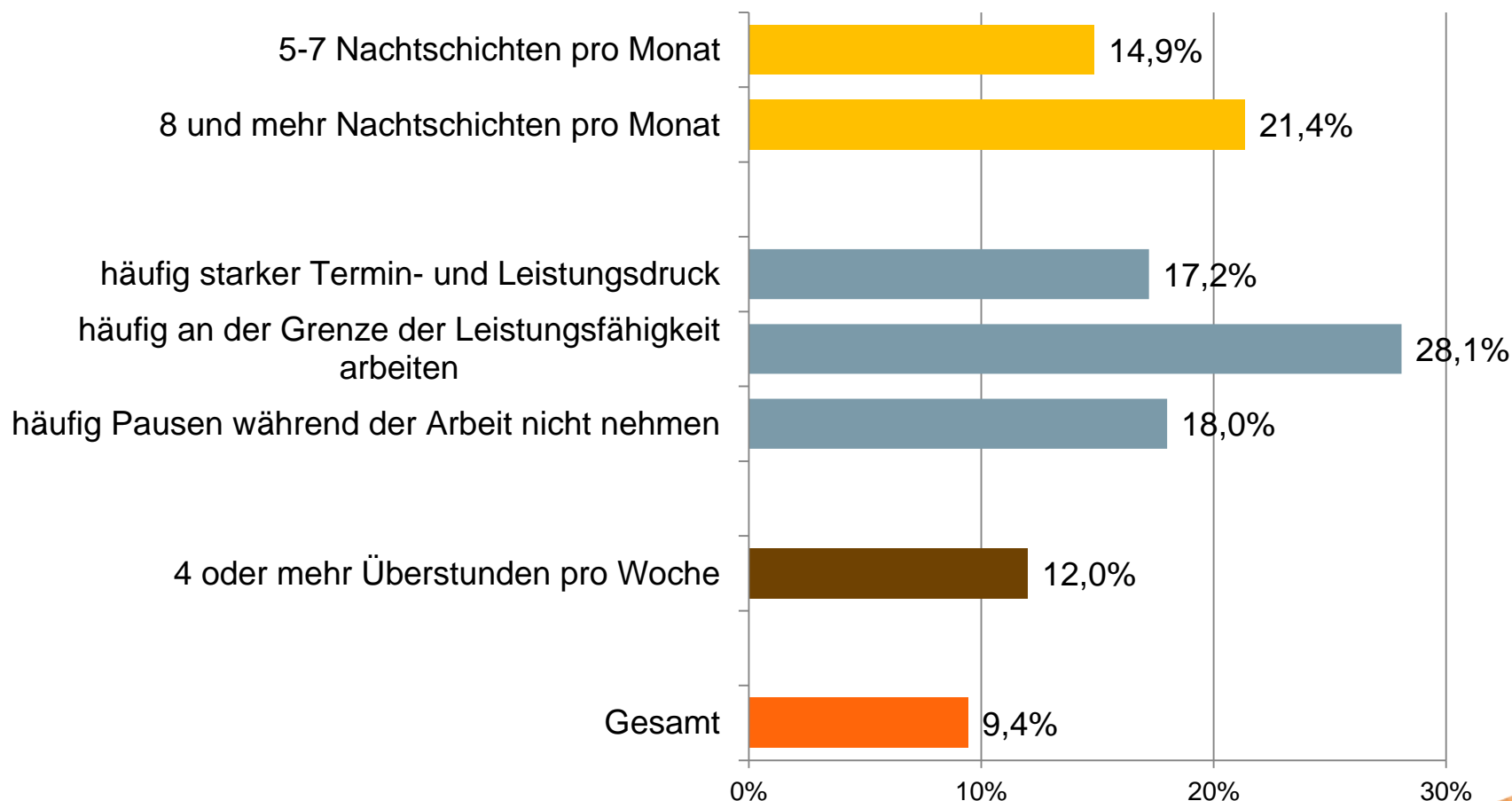
Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. N=1.006

# Nordrhein-Westfalen: Betroffenheit von Insomnien nach beruflicher Stellung und Tätigkeitsniveau



Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. N=1.006

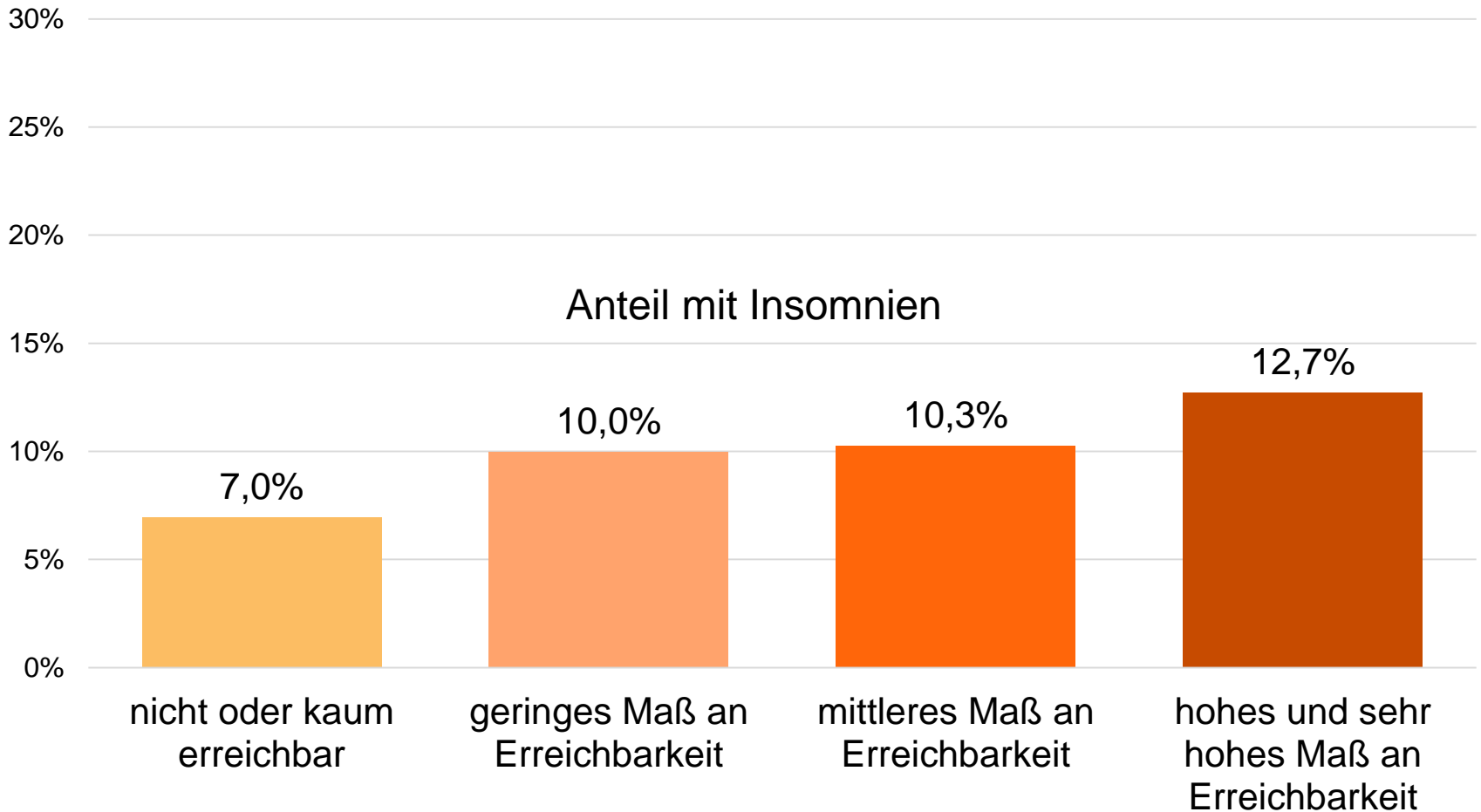
# Nordrhein-Westfalen: Arbeitsbedingte Risikofaktoren für Insomnien



Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. N=1.006

Anteil Menschen mit Insomnien

# Ständige Erreichbarkeit erhöht das Risiko (Bund)

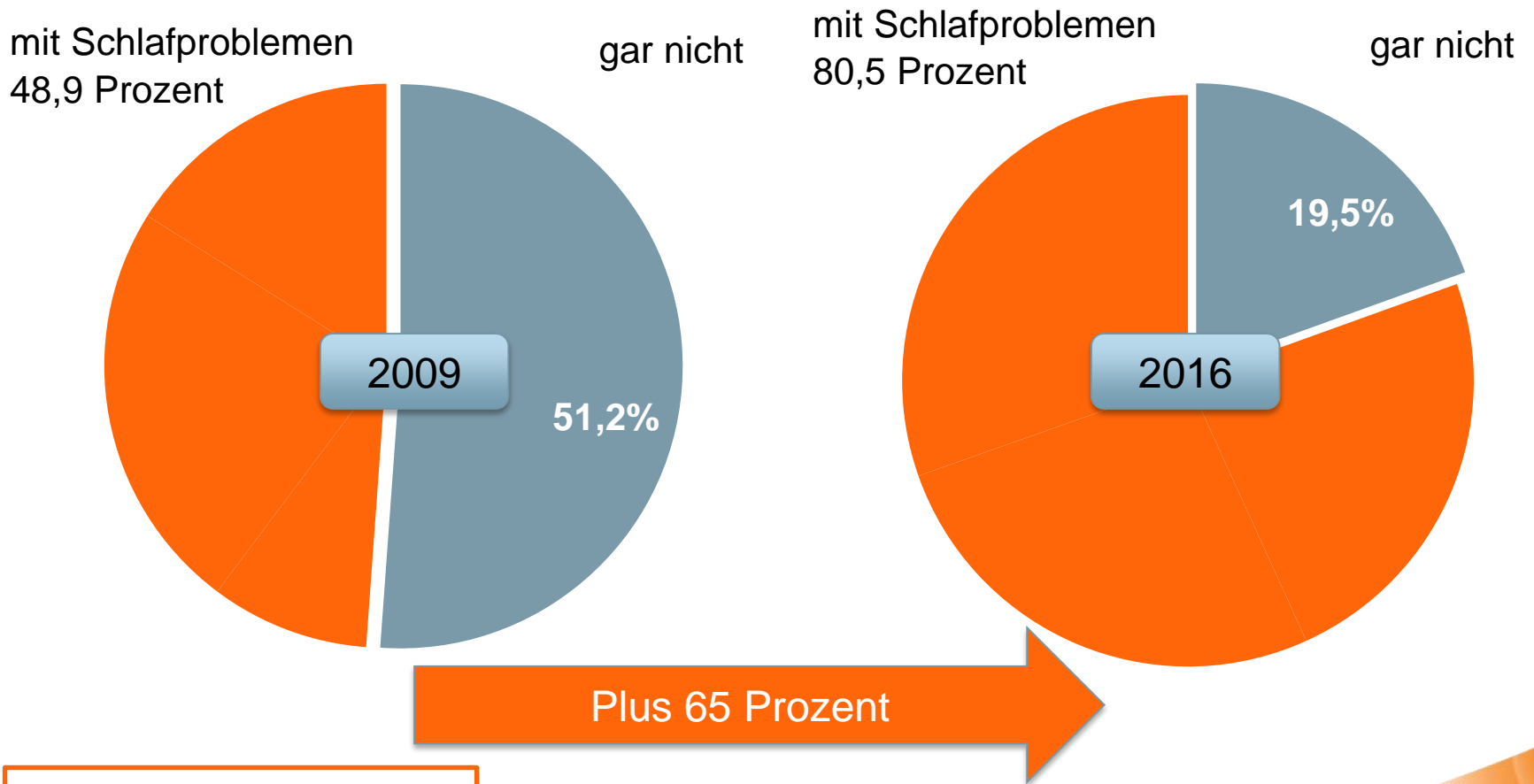


Dienstliche Erreichbarkeit außerhalb der Arbeitszeit und im Urlaub per Mail, Festnetz und Handy

Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. N=5.207

# Schlafprobleme in Nordrhein-Westfalen haben deutlich zugenommen

## Häufigkeit von Einschlaf-/Durchschlafproblemen in den letzten 4 Wochen



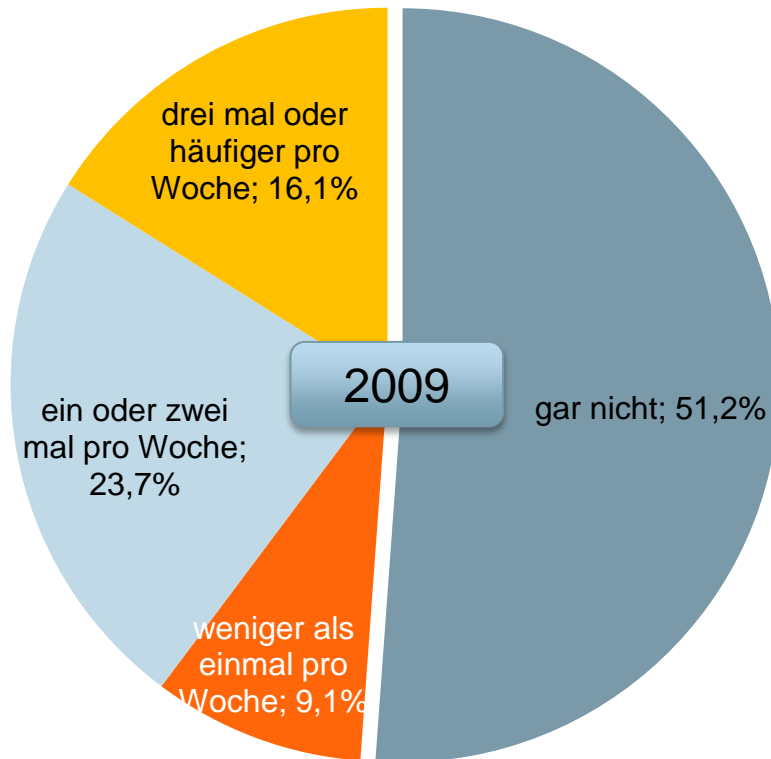
Mit Schlafproblemen 2016 (AG 18-65): 78,7%

Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung Nordrhein-Westfalen 2016 (N=707) und 2009 (N=200), Altersgruppe 35 - 65 Jahre



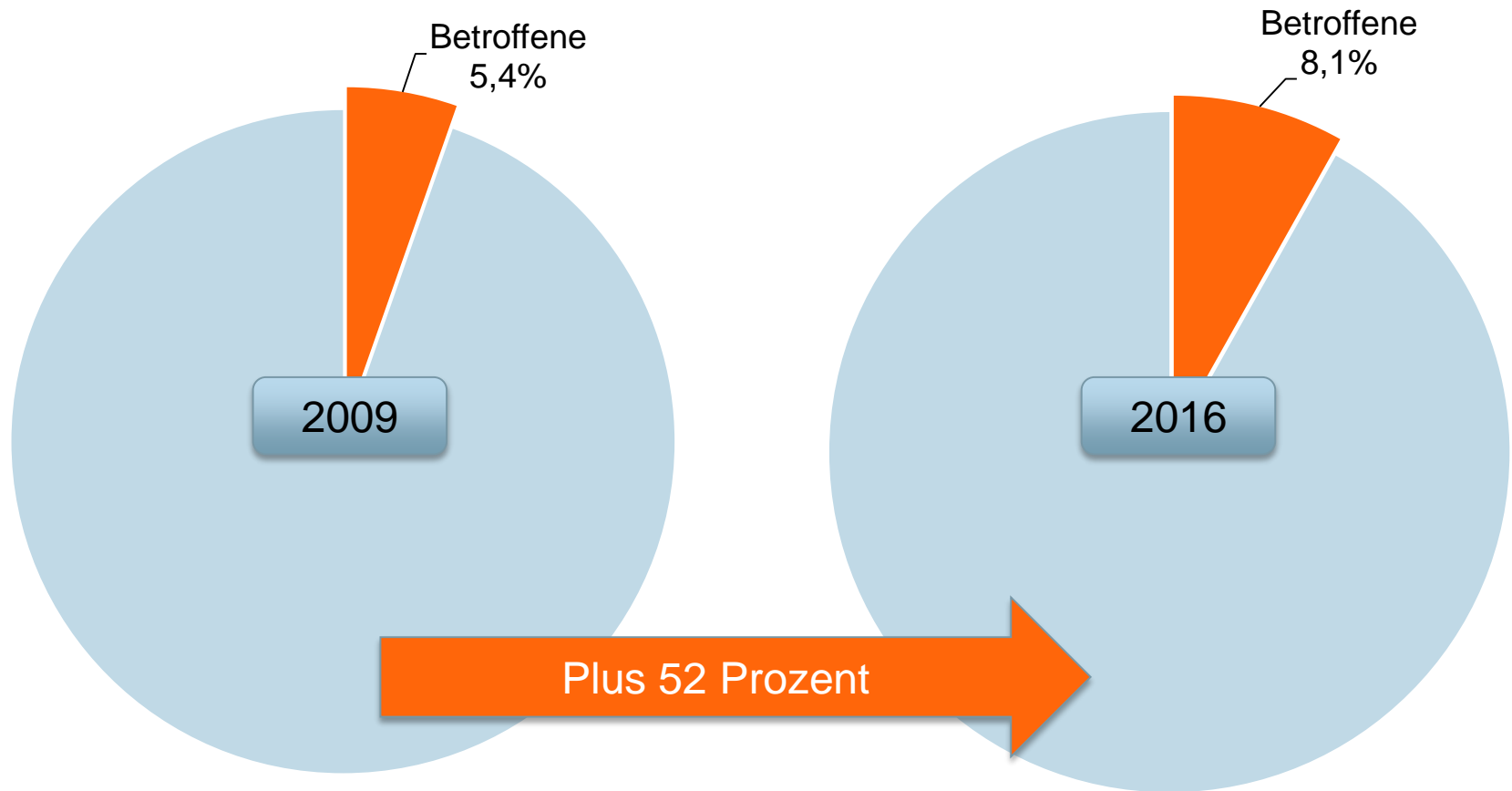
# Schlafprobleme haben in Nordrhein-Westfalen deutlich zugenommen

## Häufigkeit von Einschlaf-/Durchschlafproblemen in den letzten 4 Wochen



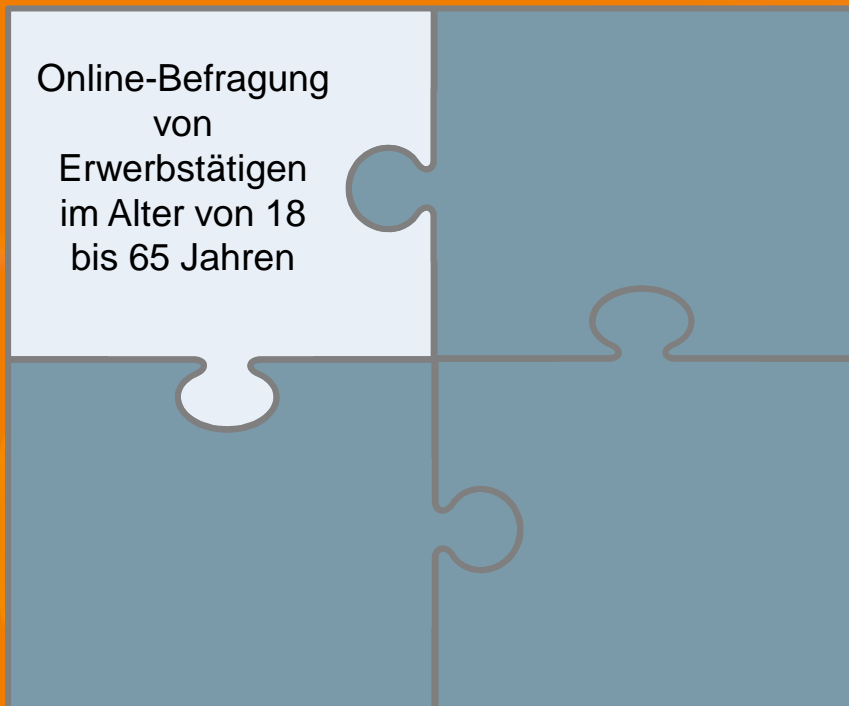
Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung Nordrhein-Westfalen 2016 (N=707) und 2009 (N=200), Altersgruppe 35 - 65 Jahre

# Insomnien in Nordrhein-Westfalen haben um 52 Prozent zugenommen



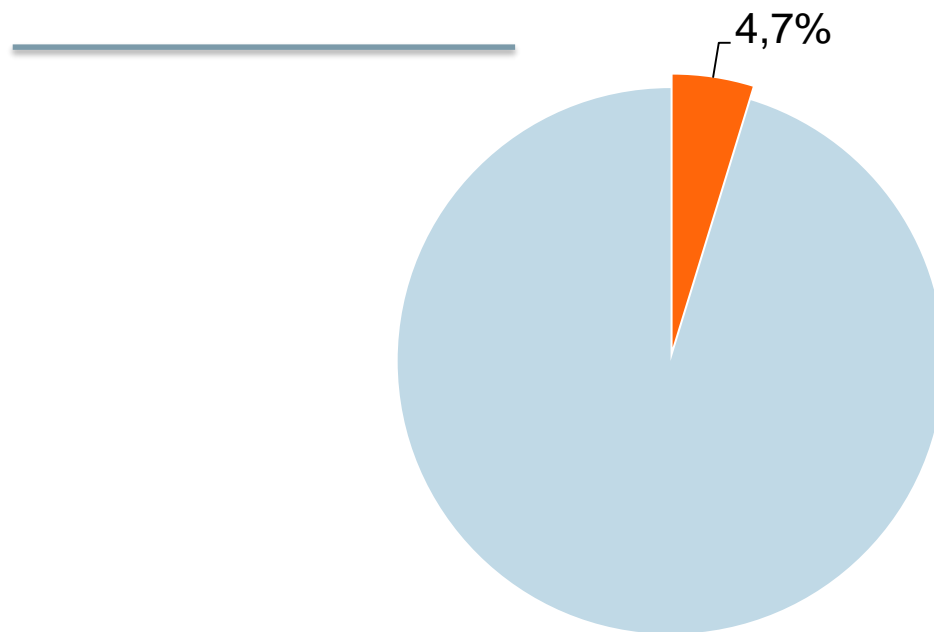
Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016 (N=1.006) und 2009 (N=200), Altersgruppe 35 - 65 Jahre

### 3. Wie werden Schlafstörungen behandelt?



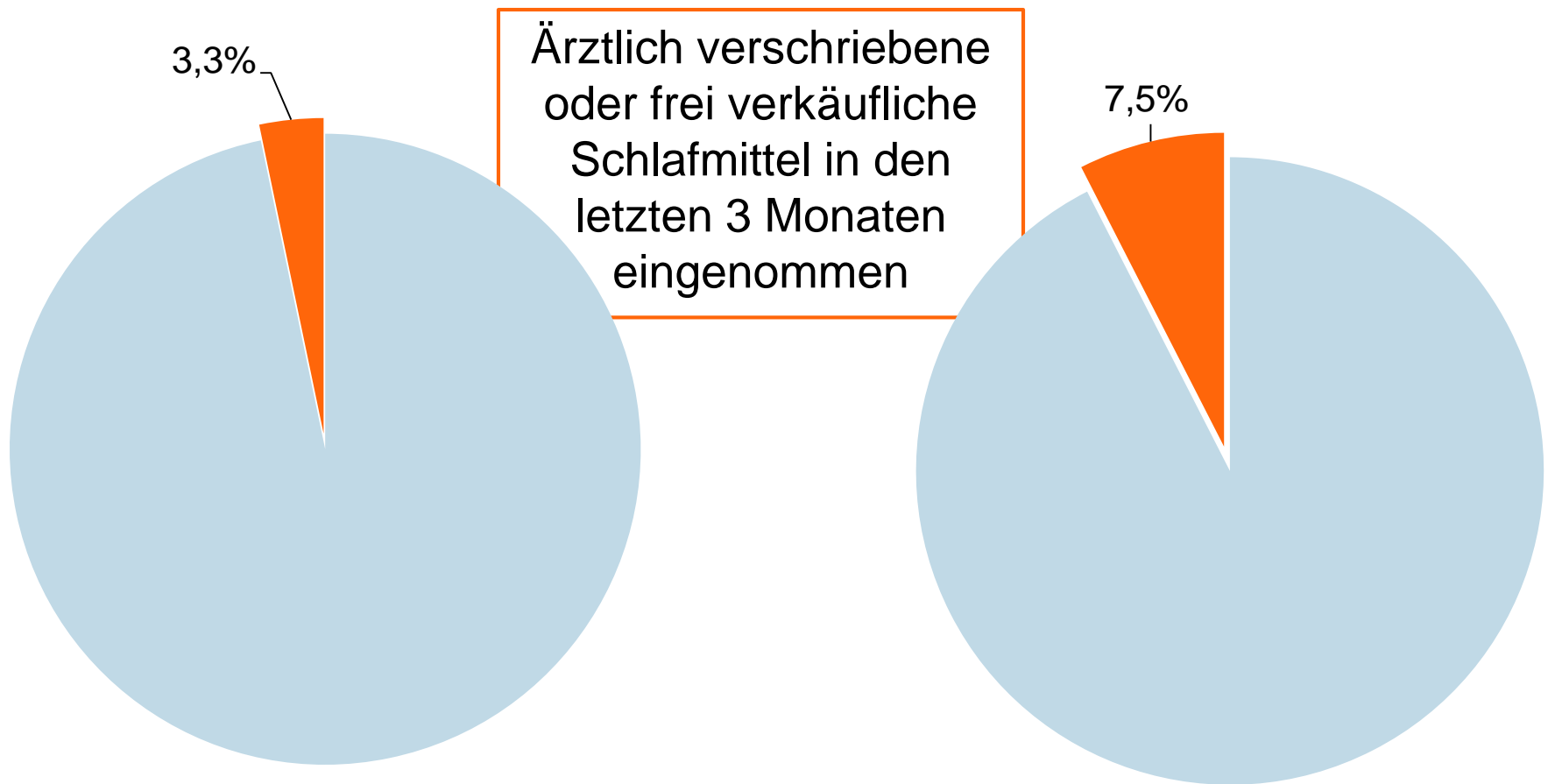
## Nordrhein-Westfalen: 4,7 Prozent wegen Schlafproblemen in ärztlicher Behandlung

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



Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung Nordrhein-Westfalen 2016 (N=1.006)

## Nordrhein-Westfalen: Einnahme von Schlafmitteln hat zugenommen



Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016 (N=1.006) und 2009 (N=200), Altersgruppe 35 - 65 Jahre

## 4. Welche Rolle spielen Schlafstörungen bei Krankschreibungen?

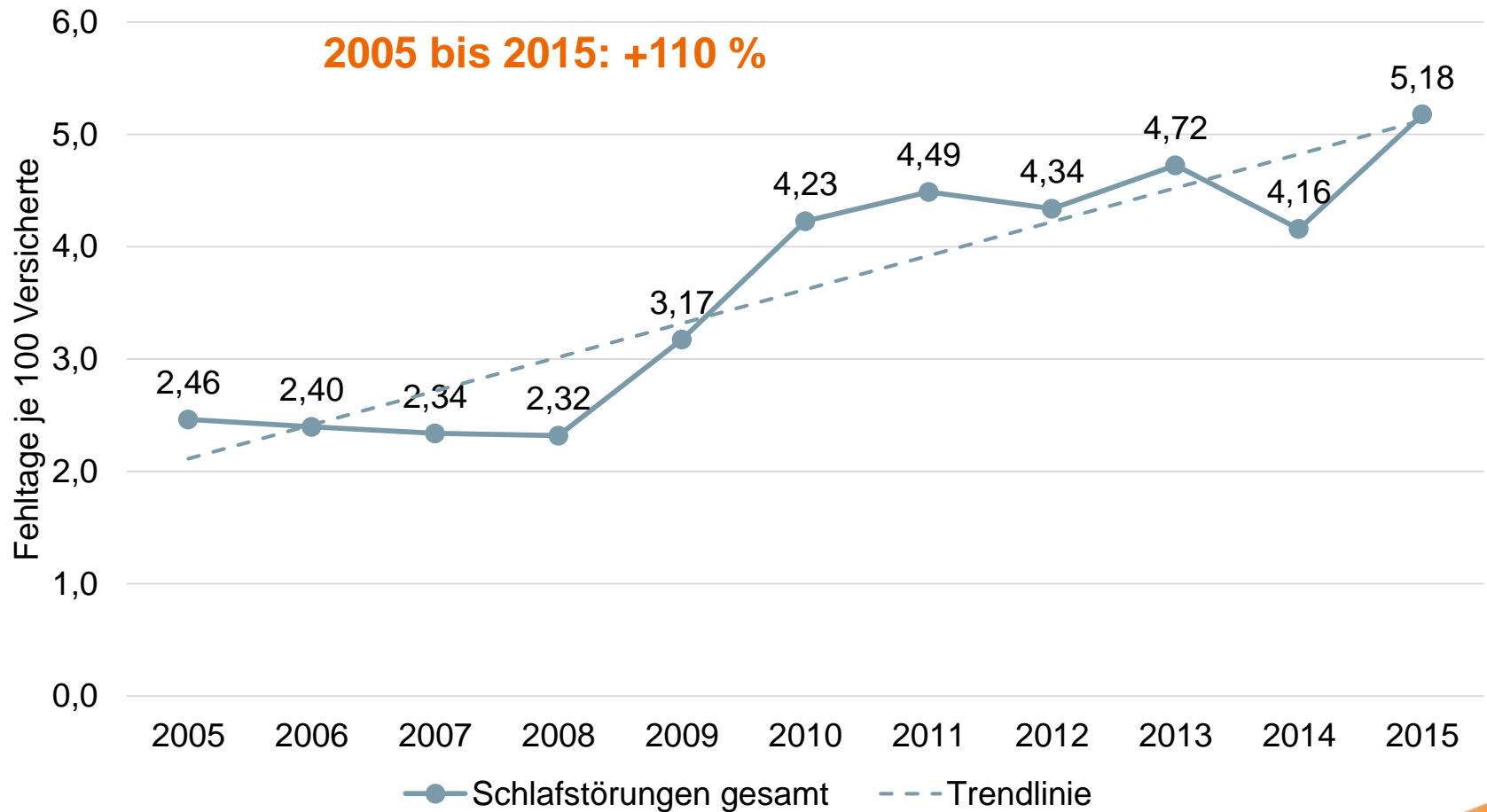


## Trotz ihrer weiten Verbreitung spielen Schlafstörungen bei Krankschreibungen in Nordrhein-Westfalen eine geringe Rolle

<b>Kennzahl je 100 Versicherte Nordrhein-Westfalen</b>	<b>Schlafstörungen gesamt</b>	<b>Insomnie</b>
<b>Fehltage</b>	5,18	1,50
<b>AU-Fälle</b>	0,43	0,09
<b>Betroffenenquote</b>	0,34%	0,07%

Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2015.

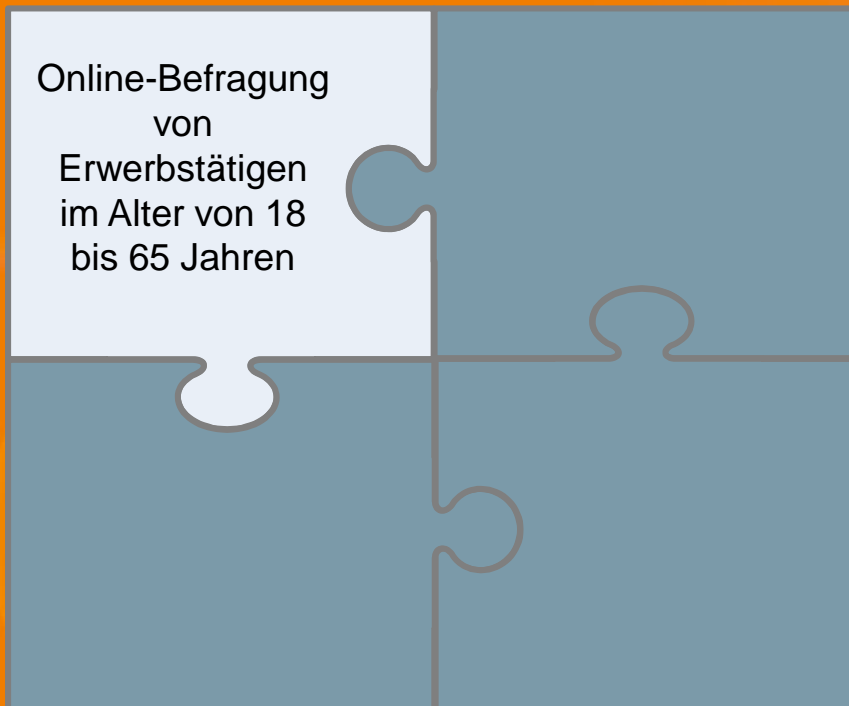
# 10-Jahres-Vergleich: Fehltage wegen Schlafstörungen in Nordrhein-Westfalen nehmen zu



Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2015.

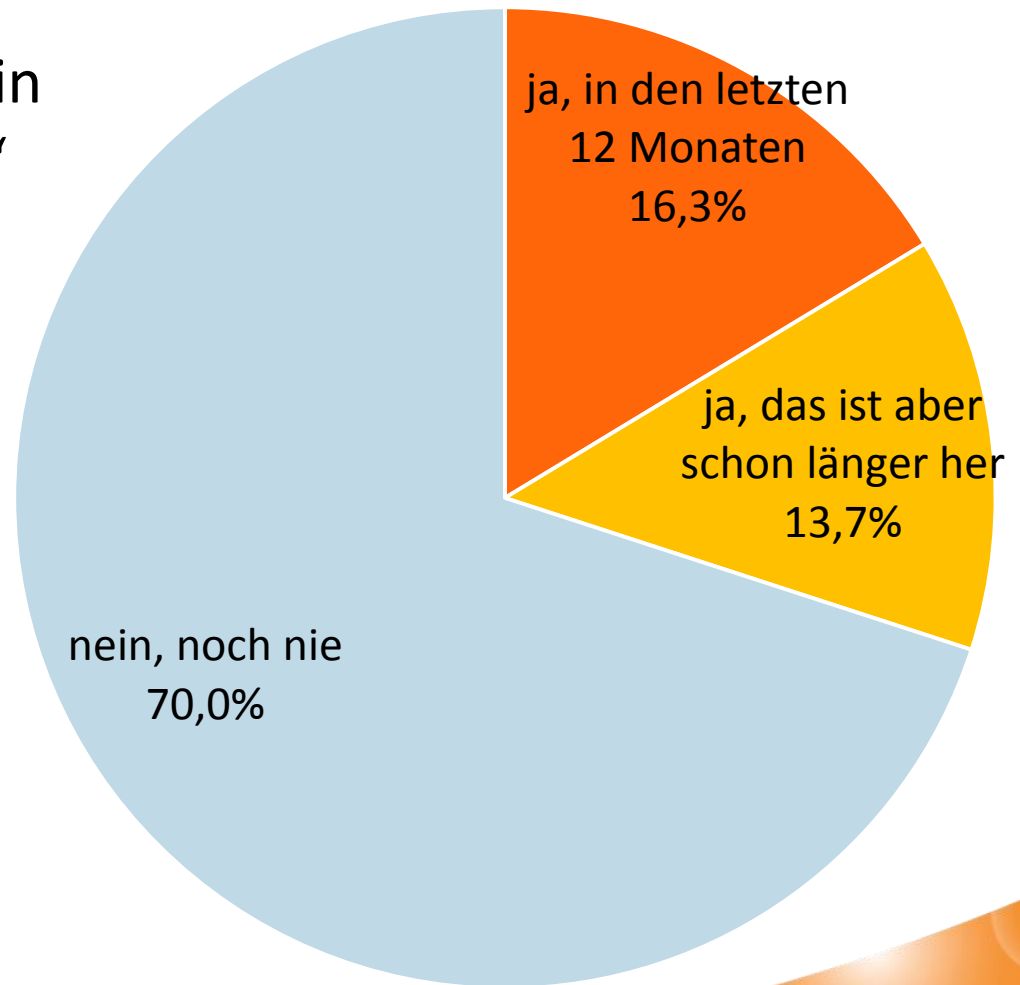


## 5. Werden Schlafstörungen unterschätzt?



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

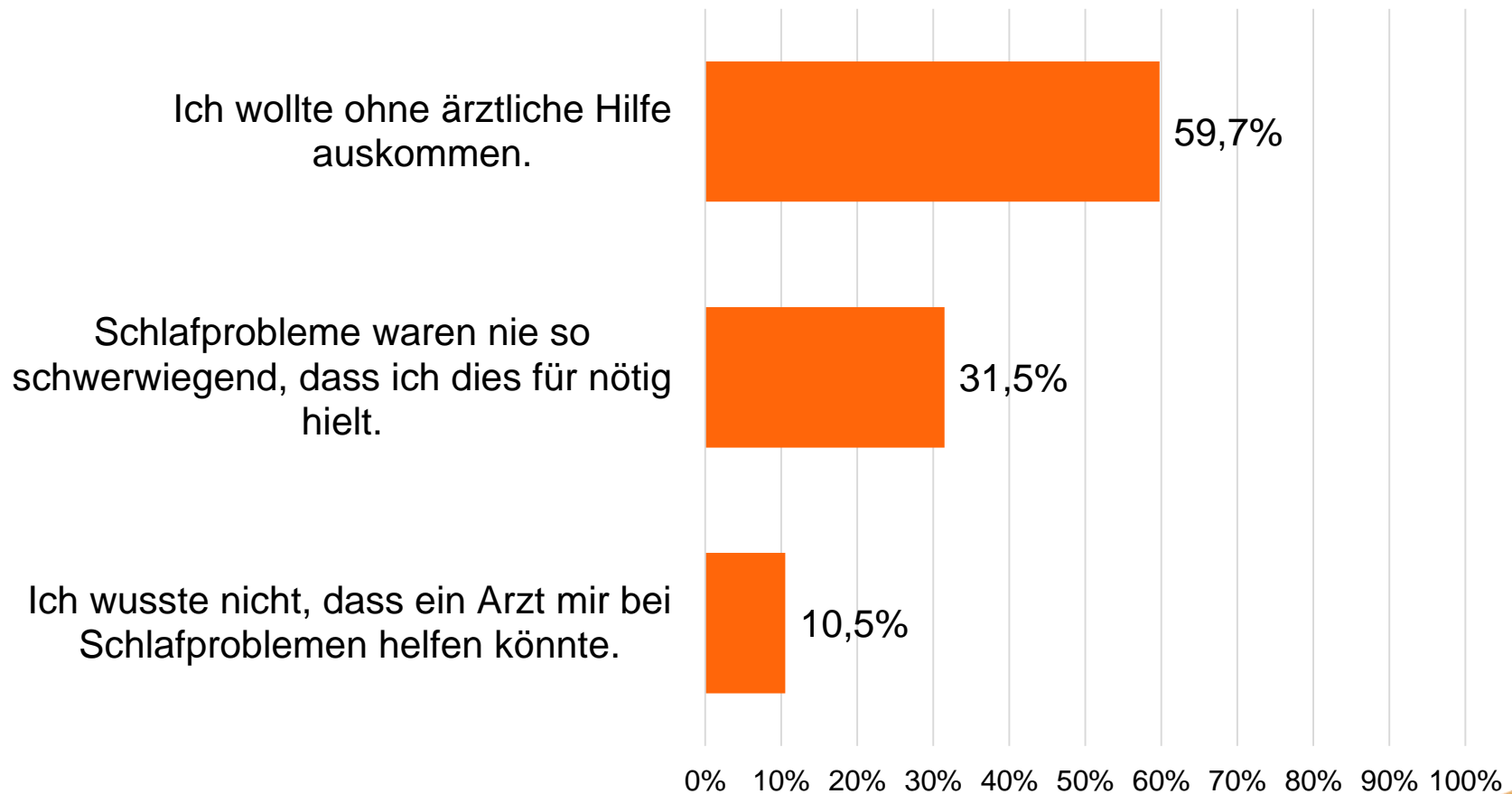
„Sind oder waren Sie wegen Schlafproblemen in ärztlicher Behandlung?“



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

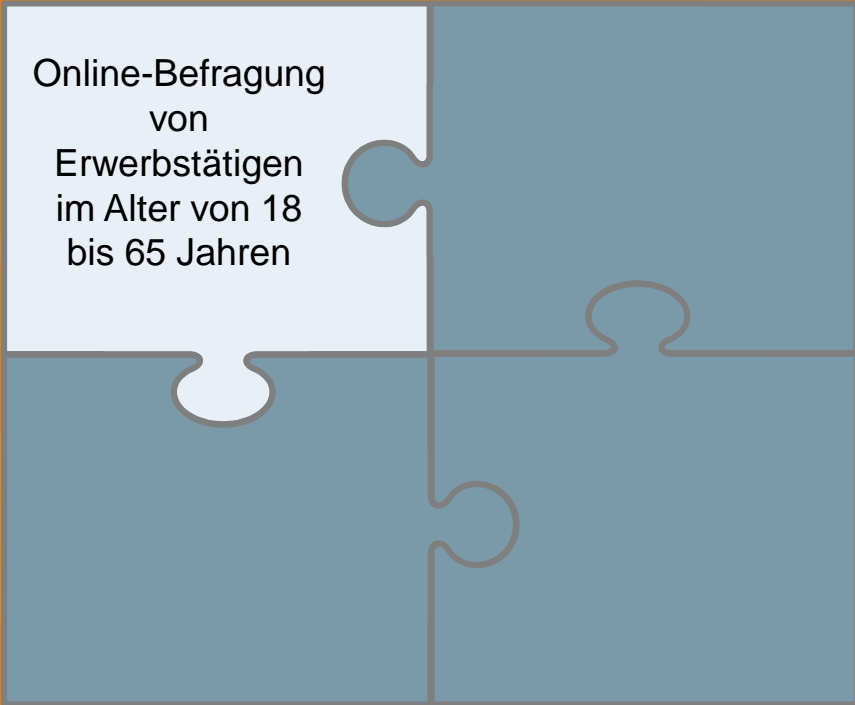
## Warum gehen Betroffene nicht zum Arzt? (Bund)

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



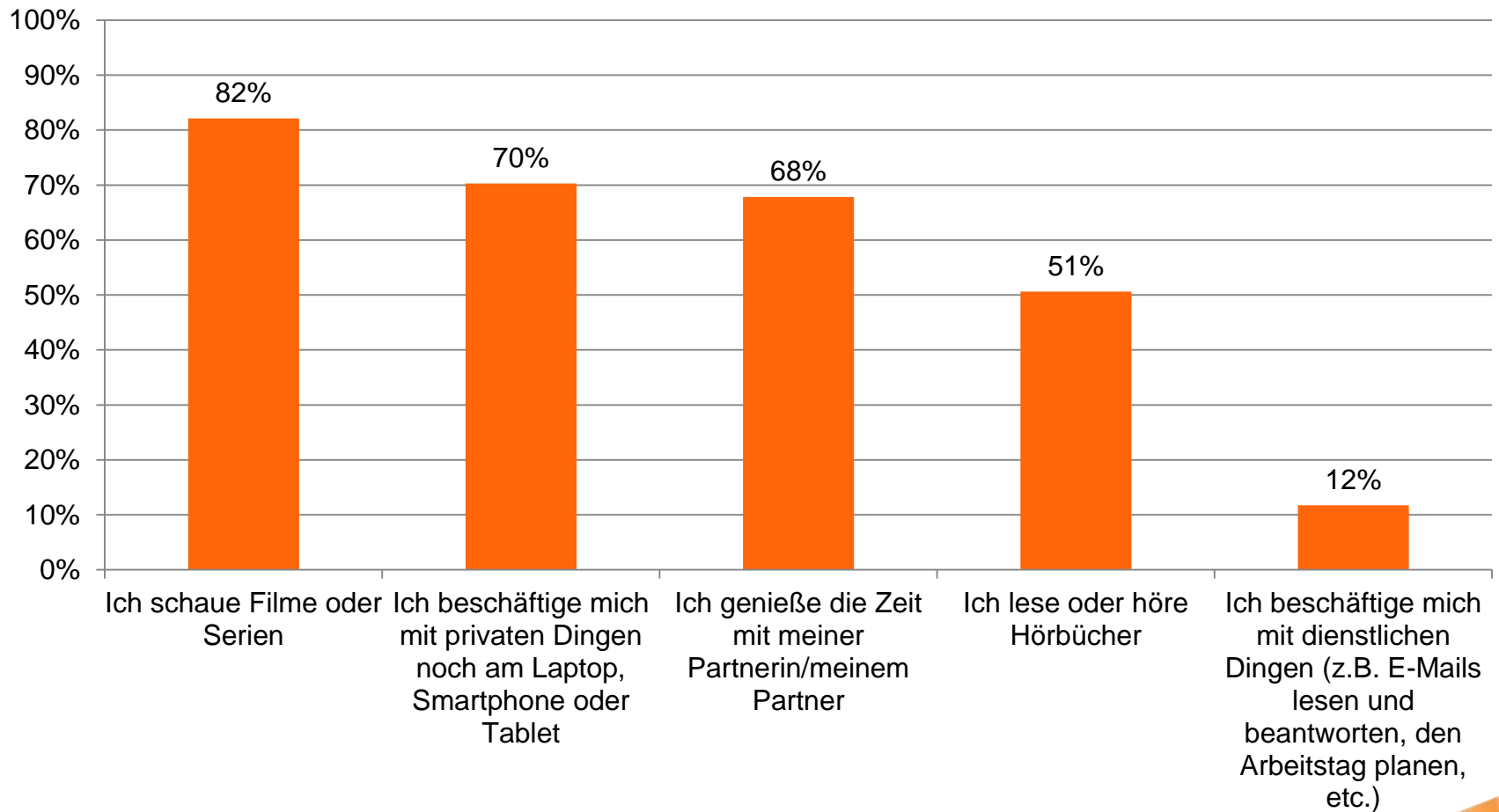
Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. Basis sind alle Insomnierer, die noch nie wegen Schlafstörungen beim Arzt waren. N=337

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



Online-Befragung  
von  
Erwerbstätigen  
im Alter von 18  
bis 65 Jahren

# Was machen Erwerbstätige in Nordrhein-Westfalen vor dem Einschlafen?



Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung Nordrhein-Westfalen 2016. N=1.006

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

- **Fazit**

## Fazit: Nordrhein-Westfalen schläft schlecht – ein unterschätztes Problem

---

- Die Verbreitung von Insomnien in Nordrhein-Westfalen hat seit 2010 deutlich zugenommen (+52 Prozent). Auch die Fehltage aufgrund von Schlafstörungen nahmen in Nordrhein-Westfalen zu (+110 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.