

Rücken! Mehr als zwei Millionen Ausfalltage in Sachsens Betrieben

DAK-Gesundheitsreport 2018: Mehr als 1,4 Millionen Sachsen haben Rückenschmerzen / 80 Prozent mehr Krankenhausfälle

Dresden, 3. Mai 2018. Rätsel Rücken: Trotz Prävention und zahlreicher Gesundheitskurse leiden in Sachsen mehr als 1,4 Millionen Erwerbstätige unter Rückenschmerzen, rund 60.000 von ihnen sogar chronisch. Immer mehr gehen mit ihren Beschwerden direkt ins Krankenhaus. Seit dem Jahr 2007 stieg die Zahl der stationären Behandlungen in Sachsen um mehr als 80 Prozent an. Hochgerechnet auf alle Erwerbstätigen im Land kamen 2017 rund 2,1 Millionen Ausfalltage wegen Rückenschmerzen zusammen. Das zeigt der aktuelle DAK-Gesundheitsreport „Rätsel Rücken – warum leiden so viele Sachsen 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 Sachsen die zweitwichtigste Diagnose für den Krankenstand. Laut Umfrage im Rahmen des Reports leiden knapp 60.000 erwerbstätige Patienten in Sachsen sogar chronisch (drei 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 Christine Enenkel, Leiterin der DAK-Landesvertretung Sachsen. „Die Untersuchung sollte deshalb zum Anlass genommen werden, die Angebote in den Bereichen Prävention und Versorgung in Sachsen auf den Prüfstand zu stellen.“

80 Prozent mehr Krankenhausfälle – vor allem Notfälle

Die Problematik spiegelt sich auch in der stationären Behandlung wider: Sachsen hatte 2016 mehr als 12.700 Krankenhausfälle wegen Rückenschmerzen, ein Anstieg um etwa 80 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 Sachsen, die wegen Rückenschmerzen Klinikleistungen in Anspruch nehmen, mit 326 je 100.000 Einwohnern und Jahr leicht über dem Durchschnitt (306). Um den Erwartungen der

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

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 Terminservice bei den niedergelassenen Ärzten als wichtige Lösungsansätze. „Auch Portalpraxen wie in Schleswig-Holstein können helfen, Rückenschmerzpatienten gezielter durch das System zu lotsen“, so Enenkel.

Jeder 17te wegen Rücken krankgeschrieben

Für Krankschreibungen sind Rückenprobleme seit Jahren besonders relevant. Ihr Anteil an den Fehlzeiten in den Betrieben in Sachsen verharrt mit zehn Prozent auf hohem Niveau. „Trotz eines verstärkten Engagements im Betrieblichen Gesundheitsmanagement gibt es keine signifikante Verbesserung“, betont Christine Enenkel. Laut DAK-Analyse ist Rückenschmerz die zweitwichtigste Diagnose überhaupt – gleich hinter akuten Atemwegsinfektionen. Etwa jeder 17te Beschäftigte war 2017 mindestens einmal wegen Rückenschmerzen krankgeschrieben. „Wir müssen dem Rückenschmerz den Kampf ansagen“, so Enenkel, „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 16 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 Sachsen konkret leiden: So schmerzt bei 71 Prozent die Lendenwirbelsäule. 44 Prozent haben Probleme mit dem Nacken, 15 Prozent mit der Brustwirbelsäule. Fast jeder Vierte (24 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 Sachsen versucht zunächst allein mit den Schmerzen zurechtzukommen. Nur etwa jeder vierte Betroffene (28 Prozent) war laut eigenen Angaben im vergangenen Jahr wegen der Rückenbeschwerden beim Arzt. Von diesen suchten rund 77 Prozent bei einem einzigen Mediziner Hilfe. 18 Prozent konsultierten zwei, vier Prozent drei Ärzte wegen ihrer Beschwerden. Gefragt nach der konkreten Rückenschmerz-Behandlung gaben 86 Prozent der Betroffenen an, eine Physiotherapie bekommen zu haben. 39 Prozent erhielten Schmerzmittel, bei jedem Fünften (19 Prozent) wurde ein CT oder ein MRT des Rückens gemacht. Etwa jeder Sechste bekam eine Spritze (16 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 Enenkel.

Jeder Zehnte schont sich

Insgesamt gehen die Sachsen relativ gelassen mit Rückenschmerzen um: Die Hälfte setzt auf Wärme in Form von Heizkissen, Bädern oder Sauna. 37 Prozent bewegen sich, beispielsweise bei einem Spaziergang. 36 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 – praktiziert aktuell noch jeder Zehnte.

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 Rückenschmerzen. „Dieses moderne Coaching geht sehr persönlich auf die Rückenprobleme ein“, erläutert Christine Enenkel. „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 Sachsen wertet auch die Fehlzeiten der DAK-versicherten Arbeitnehmer insgesamt aus: Im Durchschnitt hatte 2017 jedes Mitglied in Sachsen 16,4 Fehltage, das sind 1,4 Tage mehr als im Bundesvergleich. Der größte Anteil entfiel auf Muskel-Skelett-Leiden. Bezogen auf 100 Versicherte verursachten sie 359 Fehltage. Auf Platz zwei kamen Atemwegserkrankungen mit 279 Tagen, auf Platz drei psychische Erkrankungen wie Depressionen mit 232 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 sieben Prozent, aber die Anzahl der Betroffenen ging hoch. Noch nie waren so viele DAK-versicherte Arbeitnehmer in Sachsen von psychischen Erkrankungen betroffen wie 2017. Jeder 18te hatte mindestens einmal im Jahr eine entsprechende Diagnose.

Die DAK-Gesundheit ist eine der größten Krankenkassen Deutschlands. Für die Analyse wurden die Daten von rund 62.800 erwerbstätigen Mitgliedern der DAK-Gesundheit in Sachsen durch das IGES Institut ausgewertet.

Der aktuelle DAK-Gesundheitsreport Sachsen 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 203 aus Sachsen). Zentrale Ergebnisse wurden mit einer DAK-Untersuchung aus dem Jahr 2003 verglichen.