

Schleswig-Holstein: Über eine Million Fehltage wegen Rückenschmerzen

DAK-Gesundheitsreport 2018: Plus 45 Prozent bei den Krankenhausfällen / 111.000 Erwerbstätige haben chronische Schmerzen

Kiel, 17. Mai 2018. Rätsel Rücken: Trotz Prävention und zahlreicher Gesundheitskurse ist Rückenschmerz in Schleswig-Holstein die dritt wichtigste Diagnose für den Krankenstand. Hochgerechnet auf alle Erwerbstätigen im nördlichsten Bundesland kamen 2017 mehr als eine Million Ausfalltage wegen Rückenschmerzen zusammen. Das zeigt der aktuelle DAK-Gesundheitsreport „Rätsel Rücken – warum leiden so viele Schleswig-Holsteiner unter Schmerzen?“ Laut Umfrage sind 1,1 Millionen Erwerbstätige in Schleswig-Holstein betroffen, jeder Zwölfte (111.000) sogar chronisch unter Schmerzen, die drei Monate oder länger andauern. Immer mehr Patienten gehen mit ihren Beschwerden direkt ins Krankenhaus. Seit dem Jahr 2007 stieg die Zahl der Klinikfälle um rund 45 Prozent an.

Laut DAK-Gesundheitsreport 2018 hatten 80 Prozent aller Beschäftigten in Schleswig-Holstein im vergangenen Jahr Rückenschmerzen. Hochgerechnet auf alle Erwerbstätigen sind dies mehr als 1,1 Millionen Betroffene. Nach der Umfrage im Rahmen des Reports hat fast jeder Dritte aktuell Beschwerden. „Das gesundheitspolitische Ziel, das Problem Rücken in den Griff zu bekommen, wurde nach den Ergebnissen unserer Studie nicht erreicht“, sagt Cord-Eric Lubinski, Leiter der DAK-Landesvertretung. „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 Behandlungsprogramm zur Rückengesundheit der richtige Zeitpunkt, um eine zielgenaue Lösung für die betroffenen Patienten zu finden.“

45 Prozent mehr Krankenhausfälle

Die Problematik spiegelt sich auch in der stationären Behandlung wider: Schleswig-Holstein hatte 2016 mehr als 4.900 Krankenhausfälle wegen Rückenschmerzen, ein Anstieg um rund 45 Prozent in den vergangenen neun Jahren. Der DAK-Report untersucht erstmals detailliert, wie

Rückenschmerzpatienten in die Klinik kommen. Fazit: Mehr als die Hälfte der Betroffenen wird als Notfall aufgenommen. Im bundesweiten Vergleich liegt die Zahl der Schleswig-Holsteiner, die wegen Rückenschmerzen ins Krankenhaus kommen, mit 193 je 100.000 Einwohnern und Jahr deutlich unter dem Durchschnitt (306). Ein möglicher Grund dafür sind die Portalpraxen wie wir sie in Schleswig-Holstein haben“, so Lubinski. 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 auch Schwerpunktpraxen, medizinische Versorgungszentren, tagesklinische Versorgungsangebote und einen verbesserten Terminalservice bei den niedergelassenen Ärzten als wichtige Lösungsansätze.

Jeder elfte Fehltag wegen Rückenproblemen

Für Krankschreibungen sind Rückenprobleme besonders relevant. Ihr Anteil an den Fehlzeiten in den Betrieben in Schleswig-Holstein lag 2017 bei neun Prozent. „Trotz eines verstärkten Engagements im Betrieblichen Gesundheitsmanagement gibt es keine signifikante Verbesserung“, betont Cord-Eric Lubinski. Laut DAK-Analyse ist Rückenschmerz die drittwichtigste Einzeldiagnose überhaupt – hinter akuten Atemwegsinfektionen und depressiven Episoden. Fünf Prozent der Beschäftigten waren 2017 mindestens einmal wegen Rückenschmerzen krankgeschrieben. „Wir müssen dem Rückenschmerz den Kampf ansagen“, so Lubinski, „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 sieben Tage dauert, sind es bei Älteren 16 Tage.

Risikofaktoren für Krankmeldung

Die große Mehrheit meldet sich mit Rückenschmerzen nicht krank. 83 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 Schleswig-Holsteiner versucht zunächst allein mit den Schmerzen zurechtzukommen. Nur etwa jeder dritte Betroffene (29 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 vier Prozent drei oder mehr Ärzte. Gefragt nach der konkreten Rückenschmerz-Behandlung gaben 53 Prozent der Betroffenen an, eine Physiotherapie bekommen zu haben. Annähernd jeder Zweite erhielt Schmerzmittel, 37 Prozent bekamen eine Krankschreibung. Bei jedem Dritten wurde ein CT oder ein MRT des Rückens gemacht. Der Zusammenhang von Stress und Rückenschmerzen wurde in den Praxen kaum thematisiert (drei Prozent). „Da sich Stress und psychische Belastungen stark auf die Rückengesundheit auswirken können, sollte dieser Aspekt stärker bei Diagnose und Behandlung berücksichtigt werden“, fordert Lubinski.

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 Cord-Eric Lubinski. „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

Krankenstand: Die Hälfte meldete sich nicht krank

Der Gesundheitsreport wertet auch die Fehlzeiten der DAK-versicherten Arbeitnehmer insgesamt aus: Im Durchschnitt hatte 2017 jedes Mitglied im Norden insgesamt 14,6 Fehltag. Das waren 0,3 Tage mehr als im Jahr davor. Gleichzeitig stieg die Betroffenenquote von 45 auf 48 Prozent. Trotz des leichten Anstiegs war mehr als die Hälfte der Erwerbstätigen in Schleswig-Holstein 2017 kein einziges Mal krankgeschrieben. Der größte Anteil der Fehlzeiten entfiel auf Erkrankungen des Muskel-Skelett-Systems. Mit 320 Ausfalltagen pro Jahr bezogen auf 100 Versicherte blieb

der Anteil nahezu konstant. Auf Platz zwei kamen Psychische Leiden wie zum Beispiel Depressionen mit 268 Tagen, auf Platz drei die Atemwegserkrankungen mit 212 Tagen. Hier stieg die Anzahl der Ausfalltage um 13 Prozent. Insgesamt dauerte eine Krankschreibung 2017 in Schleswig-Holstein im Durchschnitt gut dreizehn Tage.

Die DAK-Gesundheit ist eine der größten Krankenkassen Deutschlands. Für die Analyse wurden die Daten von rund 113.000 erwerbstätigen Mitgliedern der DAK-Gesundheit in Schleswig-Holstein durch das IGES Institut ausgewertet.

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