



# Gesundheitsreport 2017

Thüringen

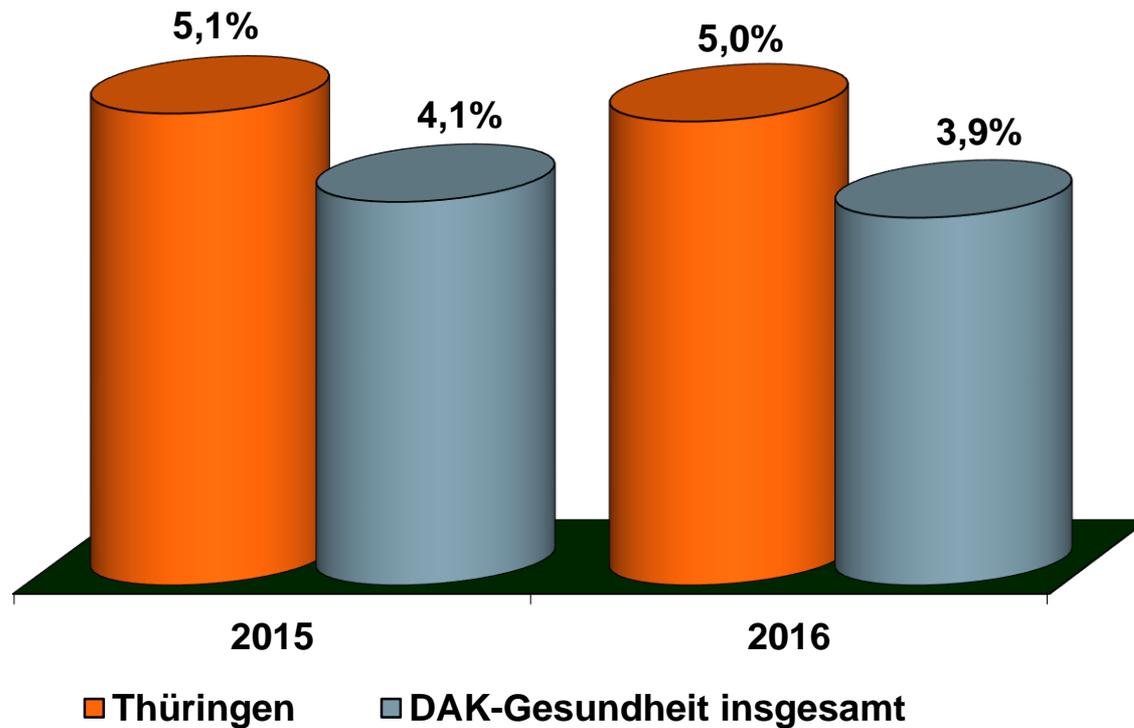
Erfurt, Mai 2017

**IGES**

**DAK**  
Gesundheit

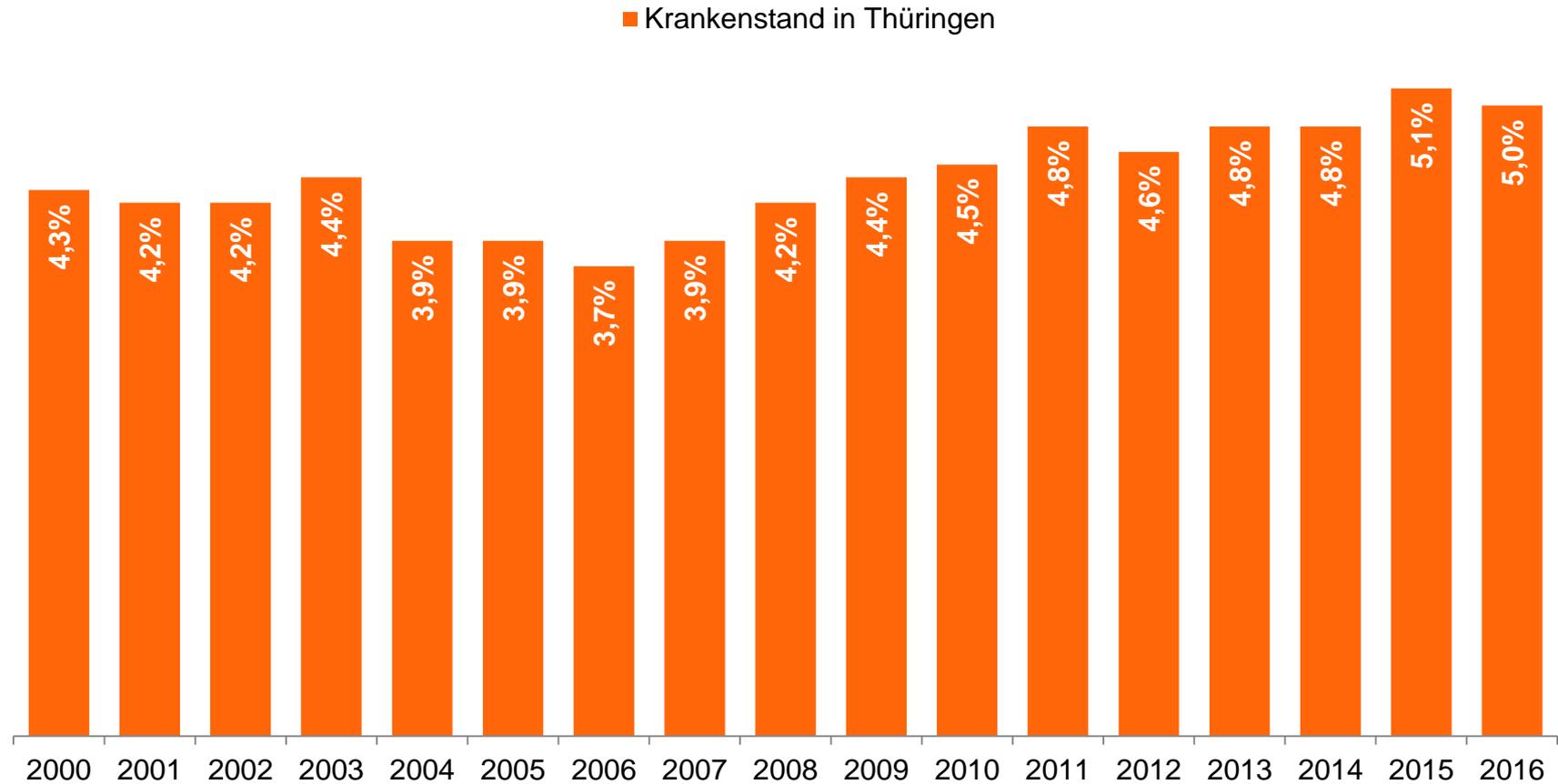
- Der Krankenstand in Thüringen im Jahr 2016
- Thüringen schläft schlecht – ein unterschätztes Problem
- Fazit

# Krankenstand in Thüringen über dem Bundesdurchschnitt



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

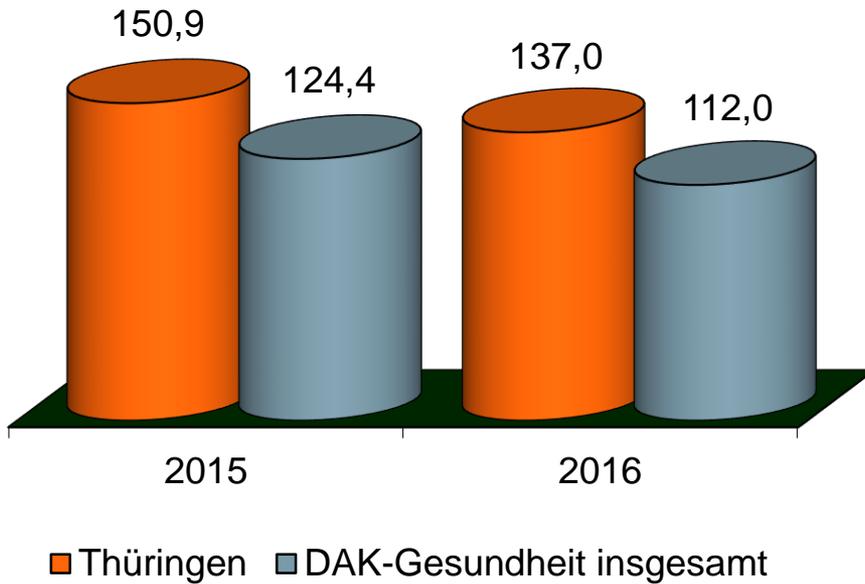
# Krankenstand in Thüringen sinkt 2016



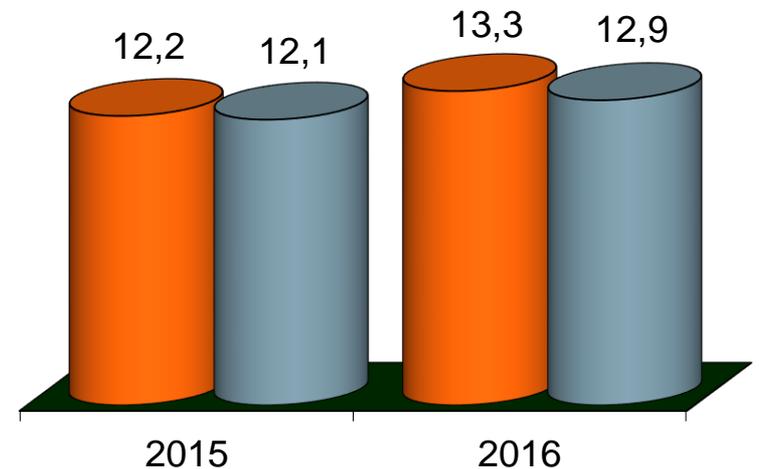
Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2000 - 2016

# Falldauer und Fallhäufigkeit in Thüringen über 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



## Thüringen

Bundesweit sinkt der Krankenstand 2016 auf 3,9 Prozent. Thüringen hatte mit 5,0 Prozent einen überdurchschnittlichen Wert.

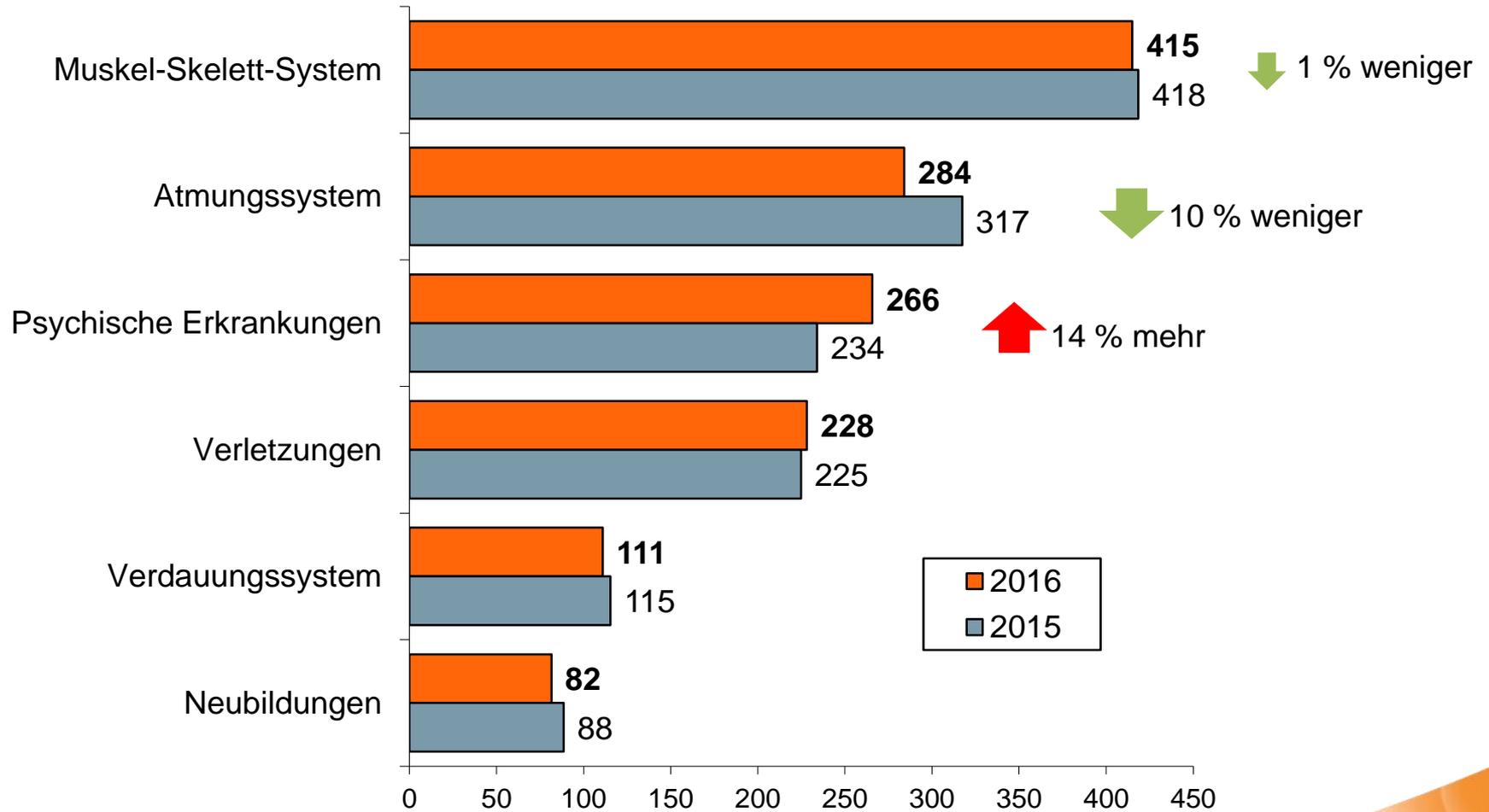
## Große regionale Unterschiede

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

## Spektrum insgesamt

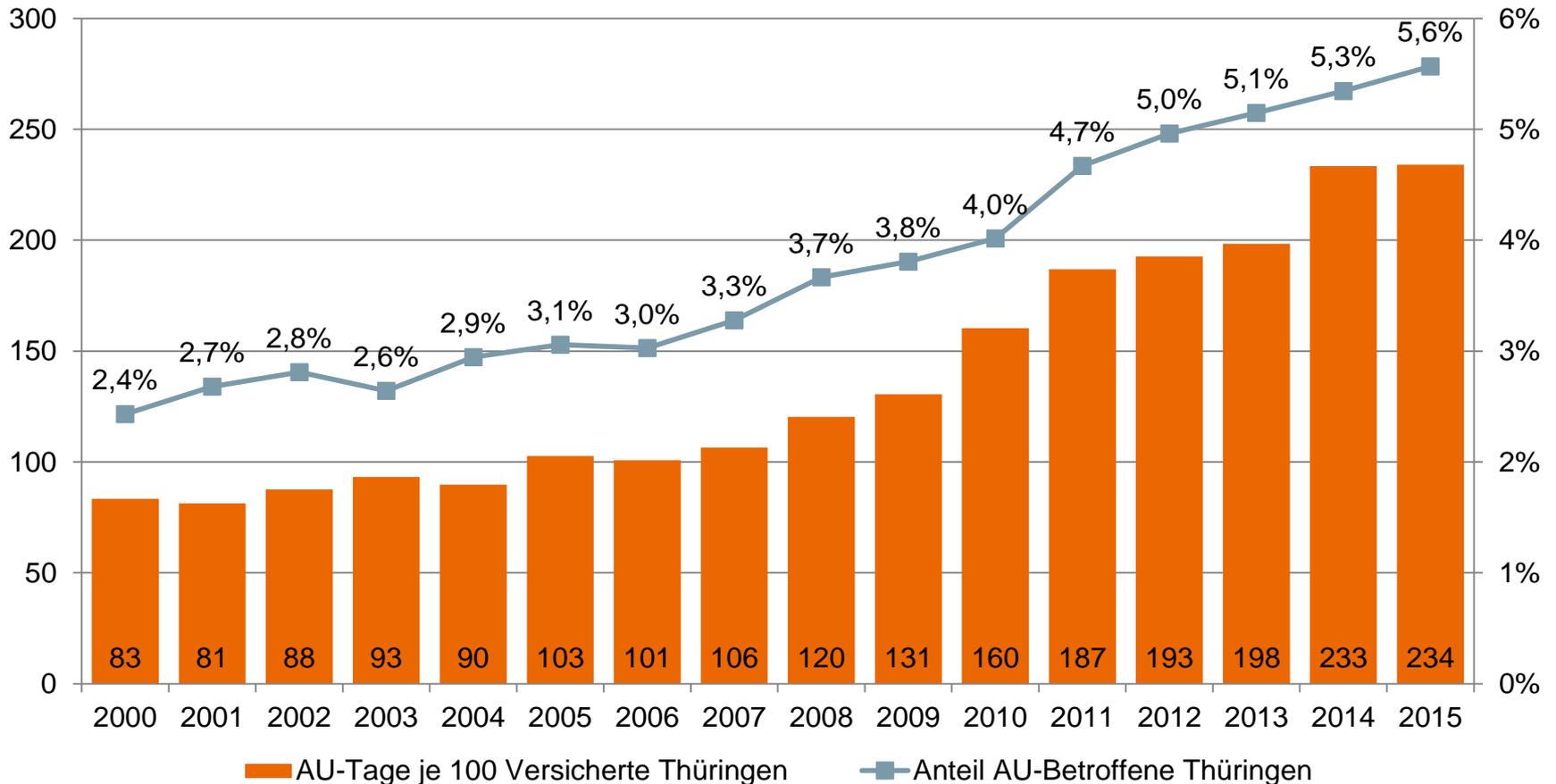
Den niedrigsten Krankenstand hatte Baden-Württemberg mit einem Wert von 3,3 Prozent, Sachsen-Anhalt mit 5,1 Prozent den höchsten.

# Bei welchen Erkrankungen gab es die meisten Ausfalltage?



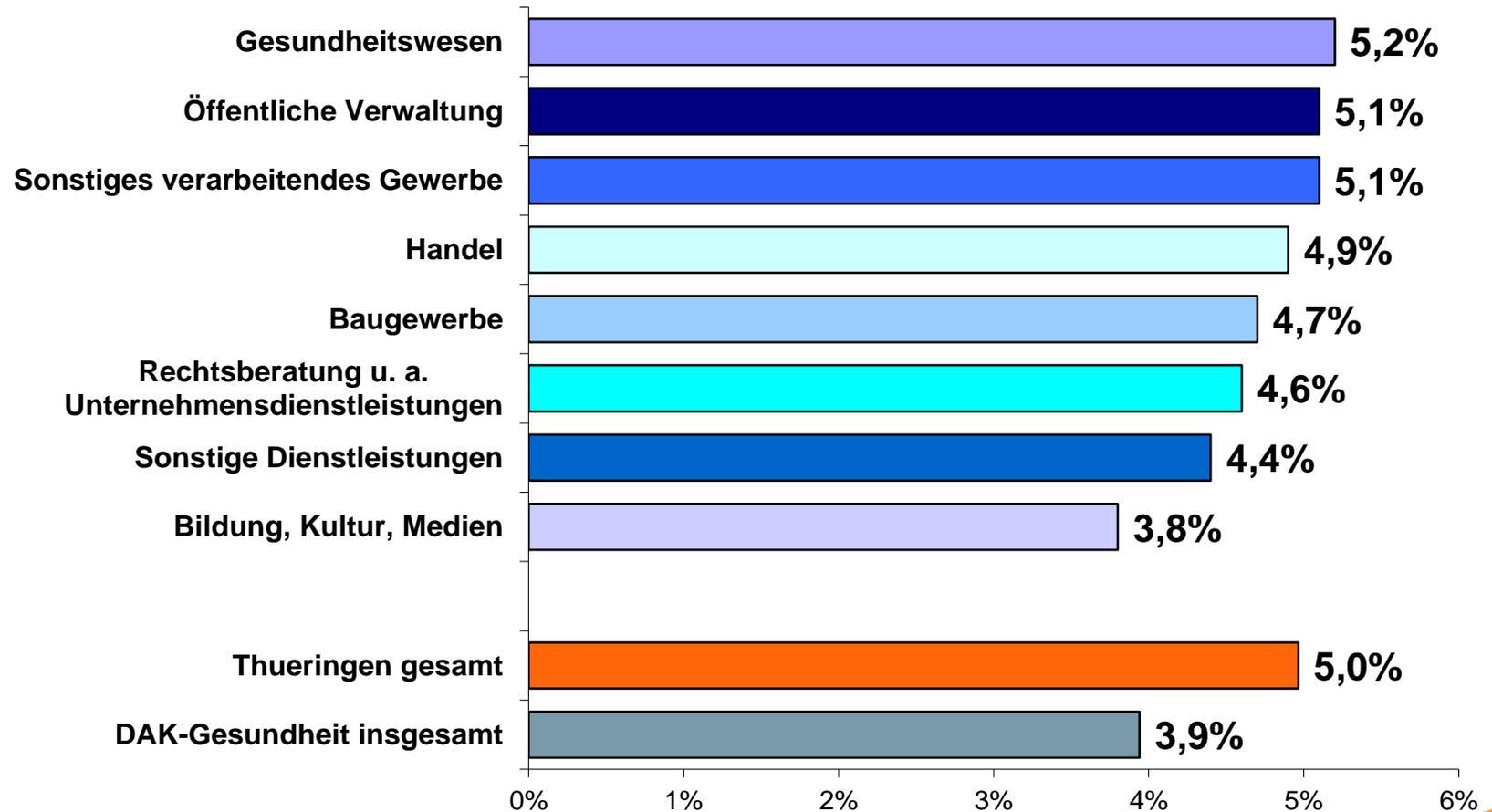
Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2016  
Fehltage je 100 Versicherte

# Psychische Erkrankungen in Thüringen: Mehr Fehltage und mehr Betroffene in 2016



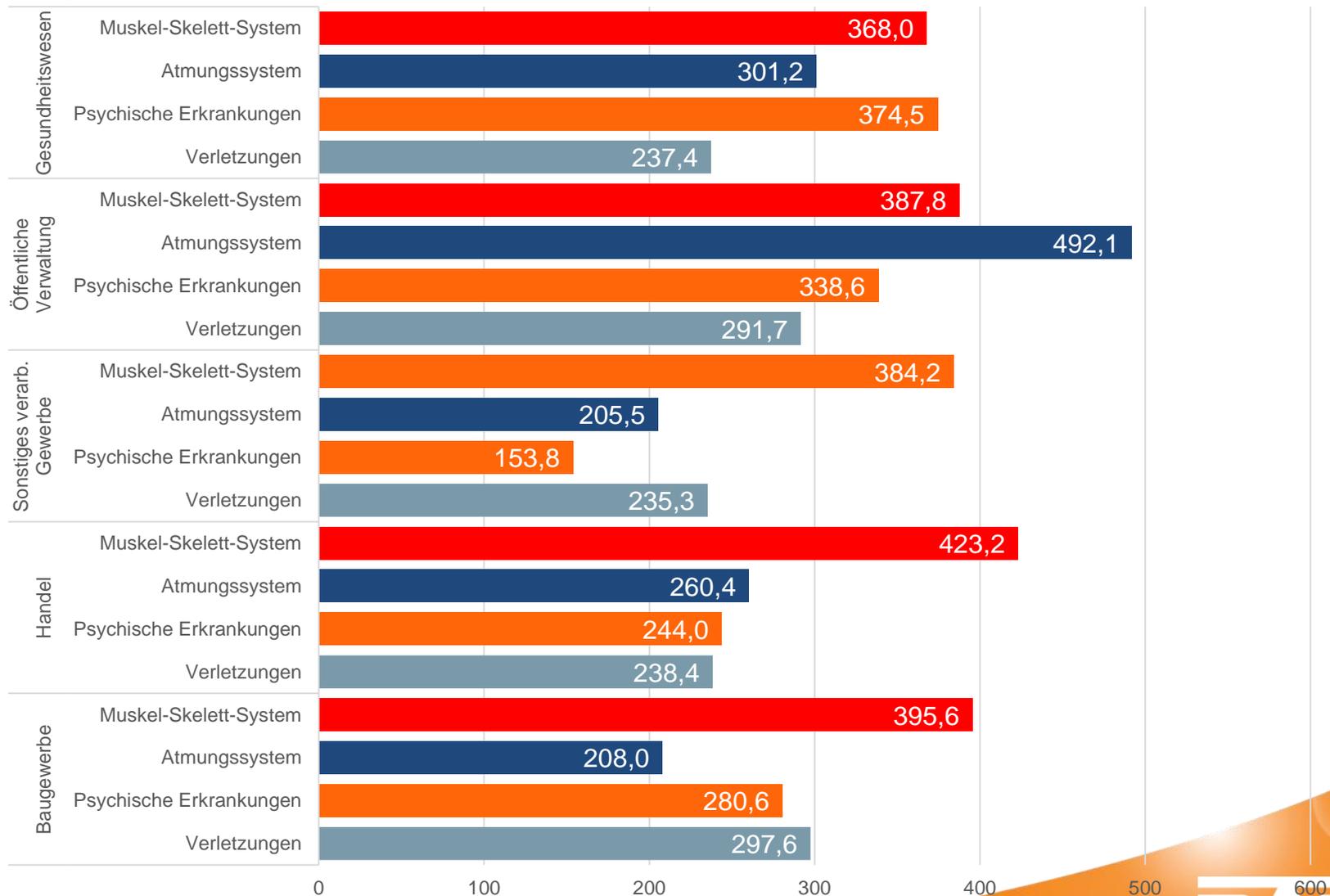
Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2000 - 2016

## Höchster Krankenstand in der Branche „Gesundheitswesen“



Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2016

# Fehltage in den Branchen nach Erkrankungsgruppen



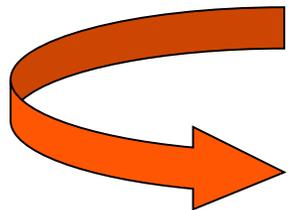
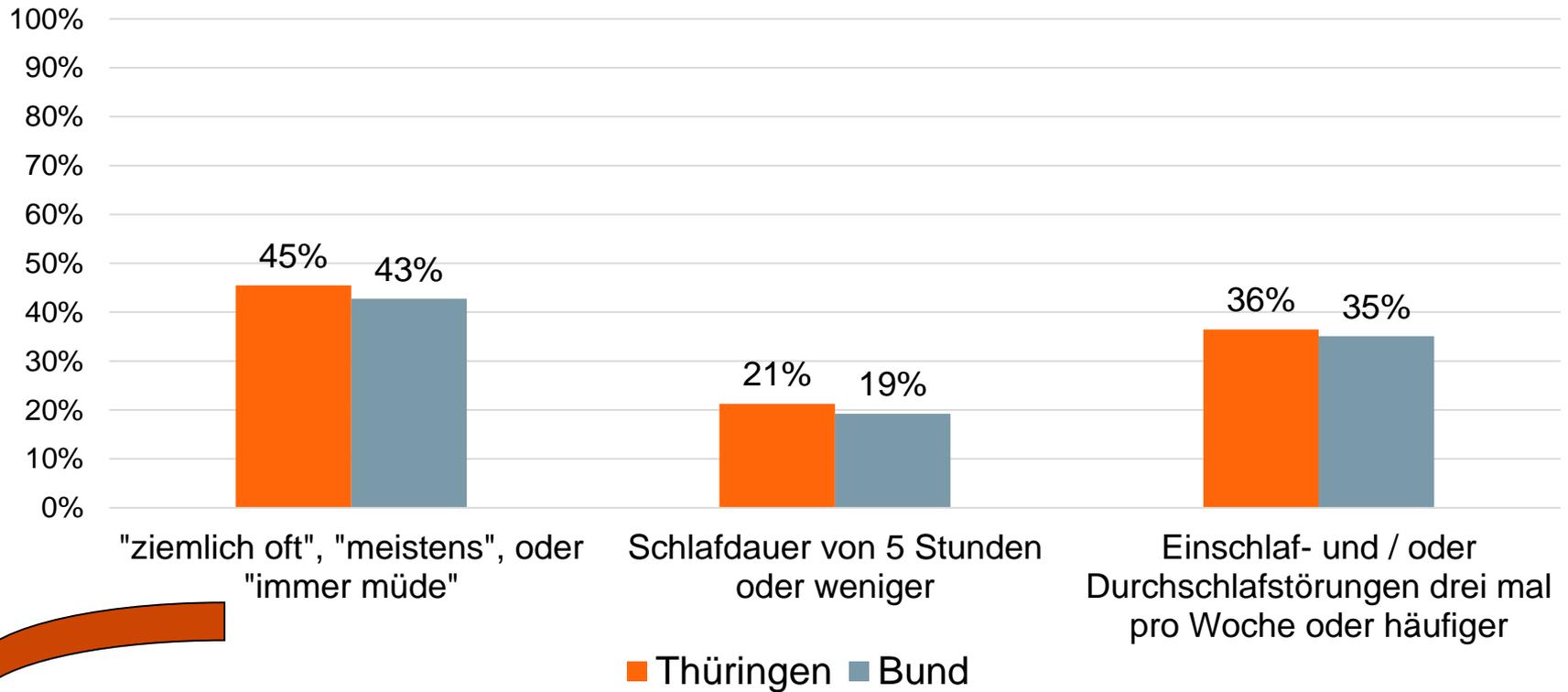
Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2016

- Der Krankenstand in Thüringen im Jahr 2016

- Thüringen schläft schlecht – ein unterschätztes Problem

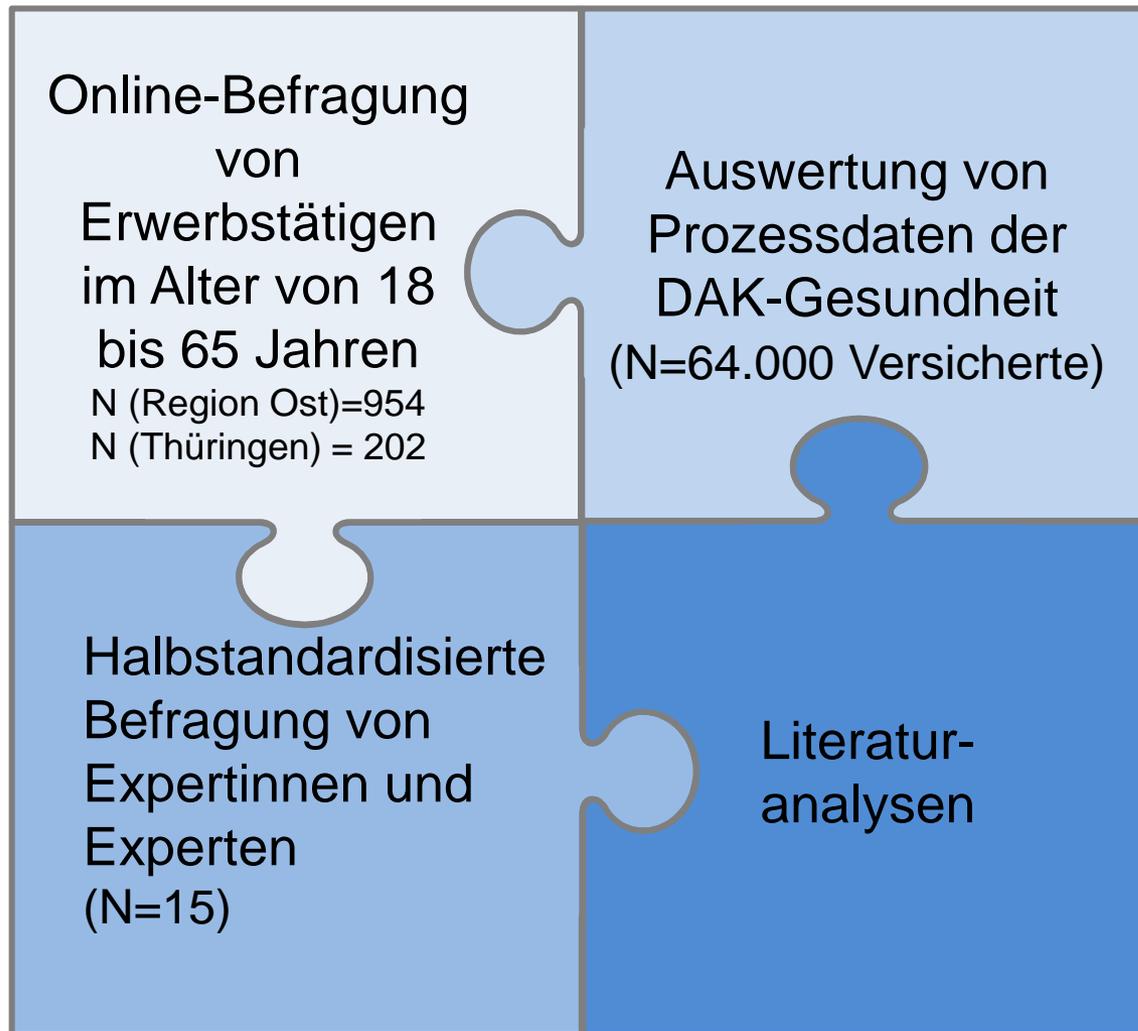
- Fazit

# Tagesmüdigkeit und Schlafprobleme sind in Thüringen weit verbreitet



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

# 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



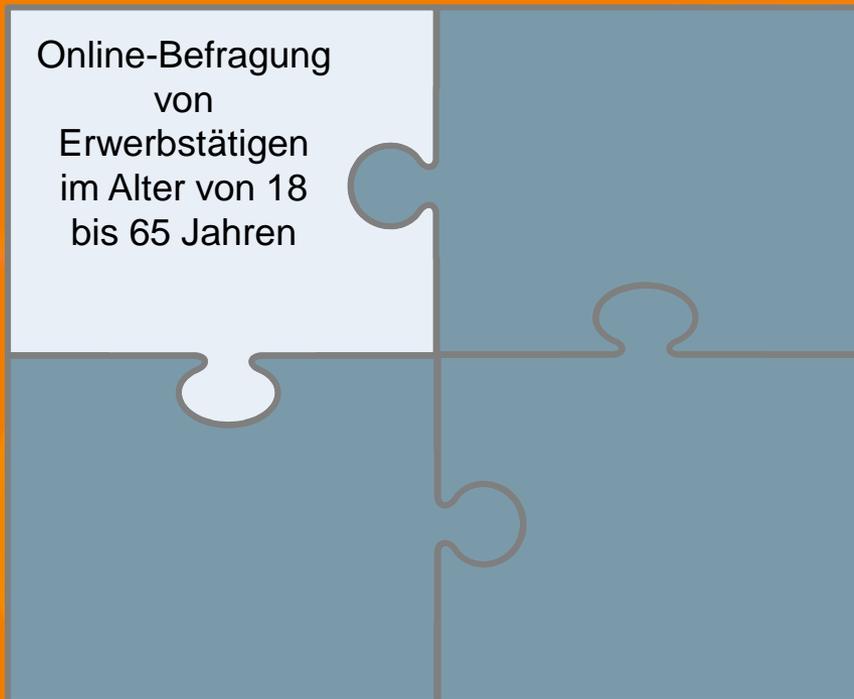
Quelle: eigene Darstellung nach der Internationalen Klassifikation der Schlafstörungen (ICSD-3)

# Insomnien im Fokus

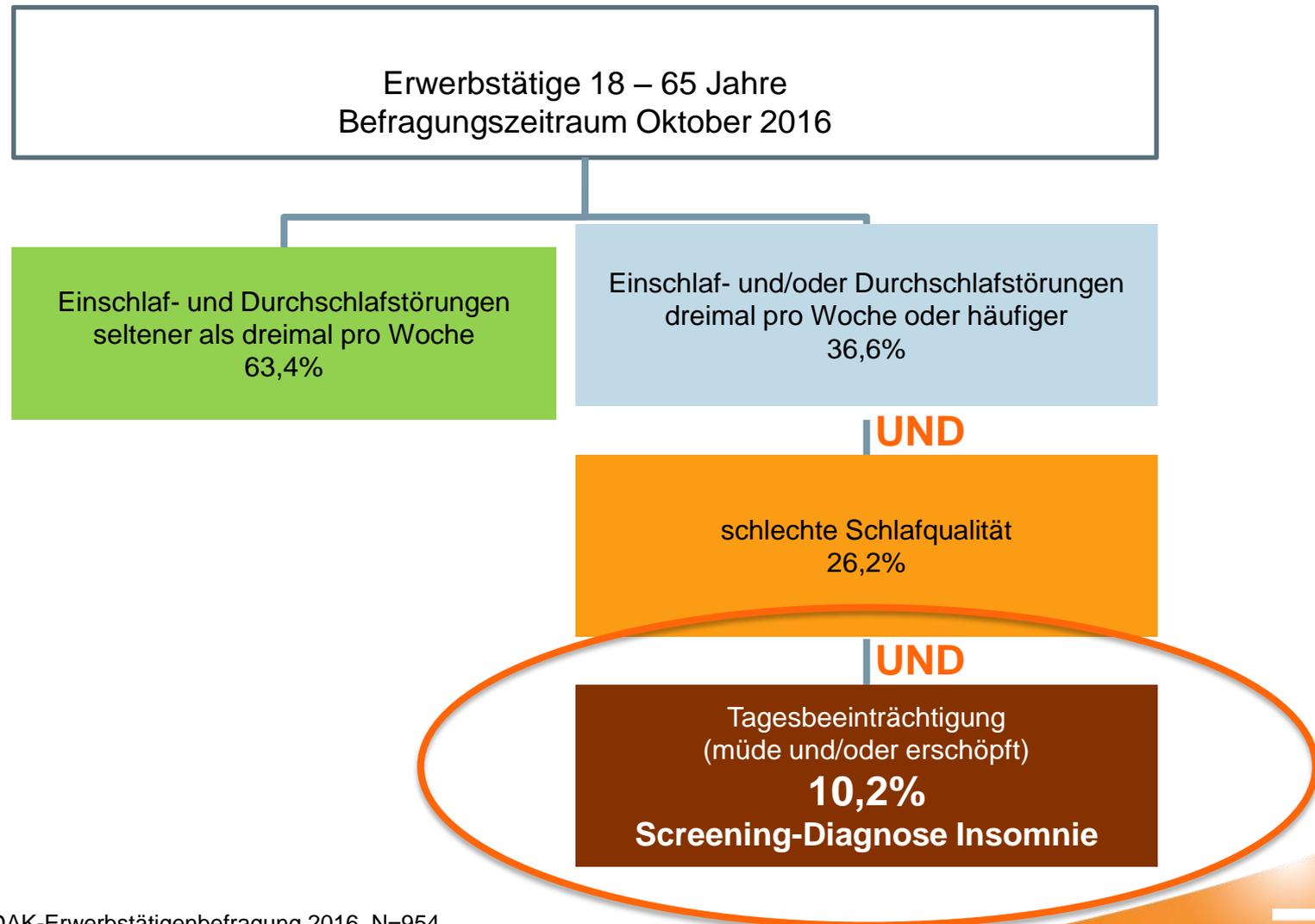


Quelle: Robert Koch-Institut/Schlack et al. 2013

## 2. Wie verbreitet sind Insomnien?

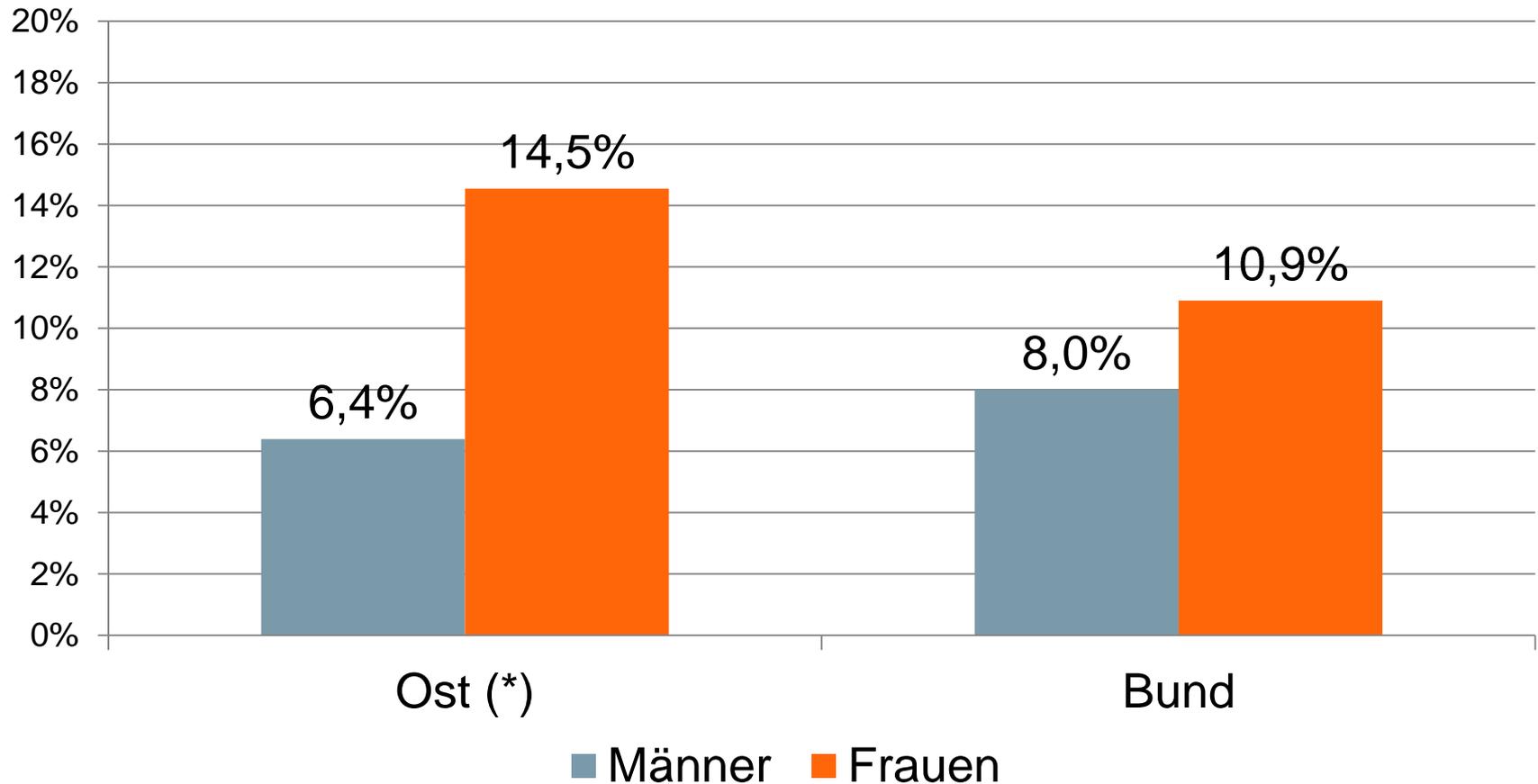


# Insomnien: Etwa jeder zehnte Erwerbstätige (18 - 65 Jahre) im Osten ist betroffen



Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. N=954  
Zusammengefasst: Thüringen, Berlin, Brandenburg, Sachsen, Sachsen-Anhalt

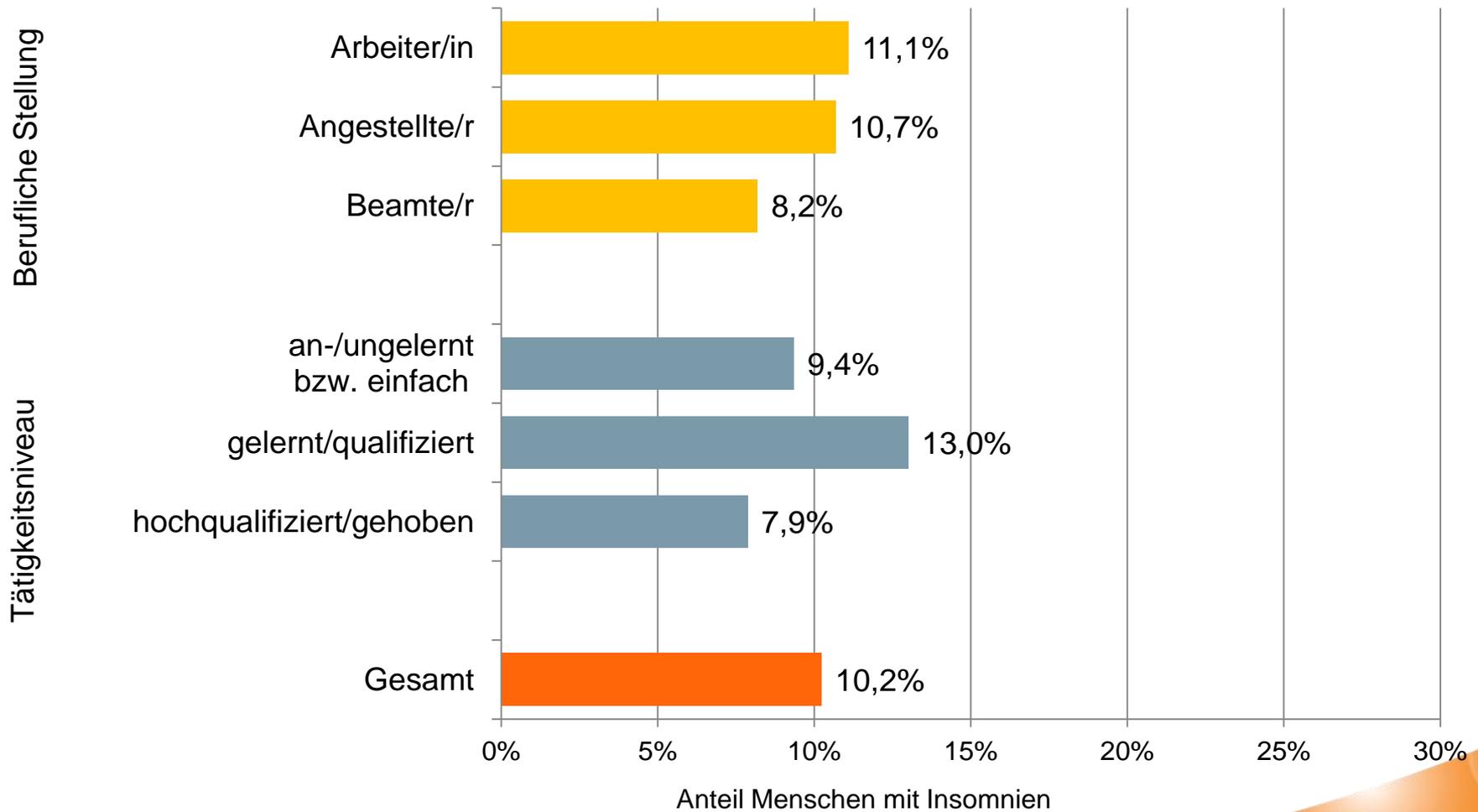
## Insomnien betreffen im Osten Frauen und Männer



Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. N=954

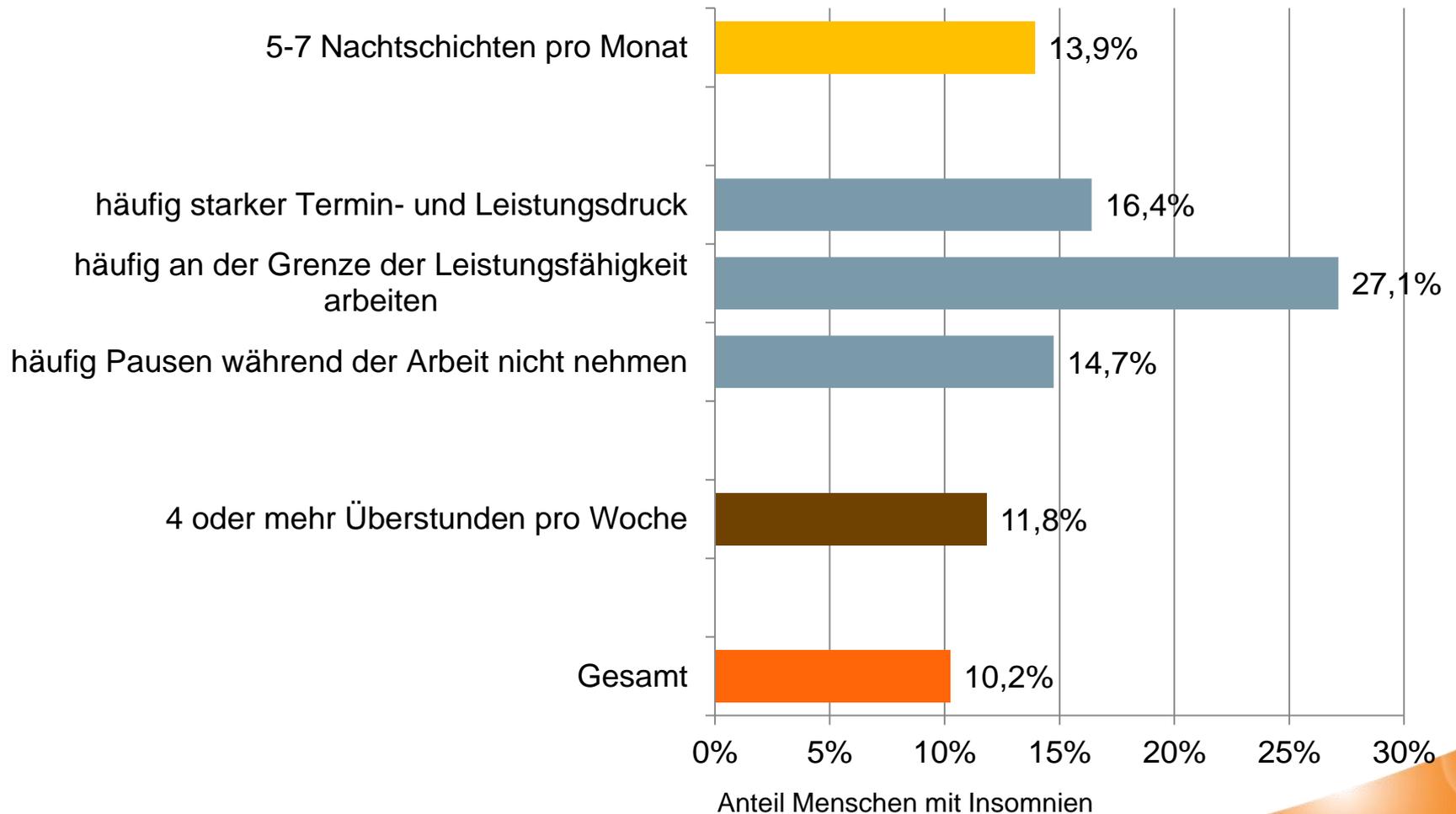
\*Zusammengefasst: Thüringen, Berlin, Brandenburg, Sachsen, Sachsen-Anhalt

# Betroffenheit von Insomnien nach beruflicher Stellung und Tätigkeitsniveau



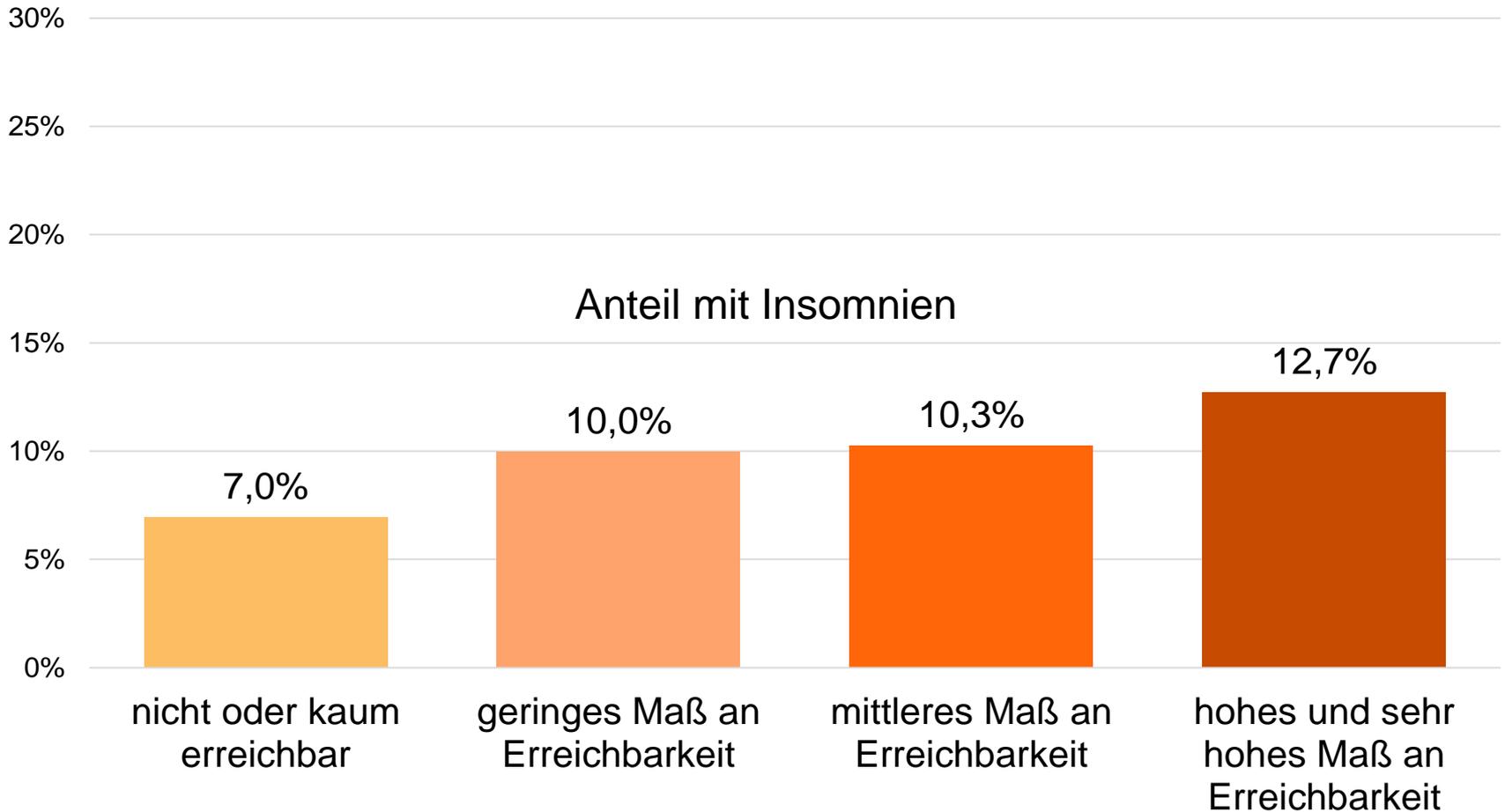
Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. N=954  
Zusammengefasst: Thüringen, Berlin, Brandenburg, Sachsen, Sachsen-Anhalt

# Arbeitsbedingte Risikofaktoren für Insomnien



Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. N=954  
Zusammengefasst: Thüringen, Berlin, Brandenburg, Sachsen, Sachsen-Anhalt

# Ständige Erreichbarkeit erhöht das Risiko (Bund)



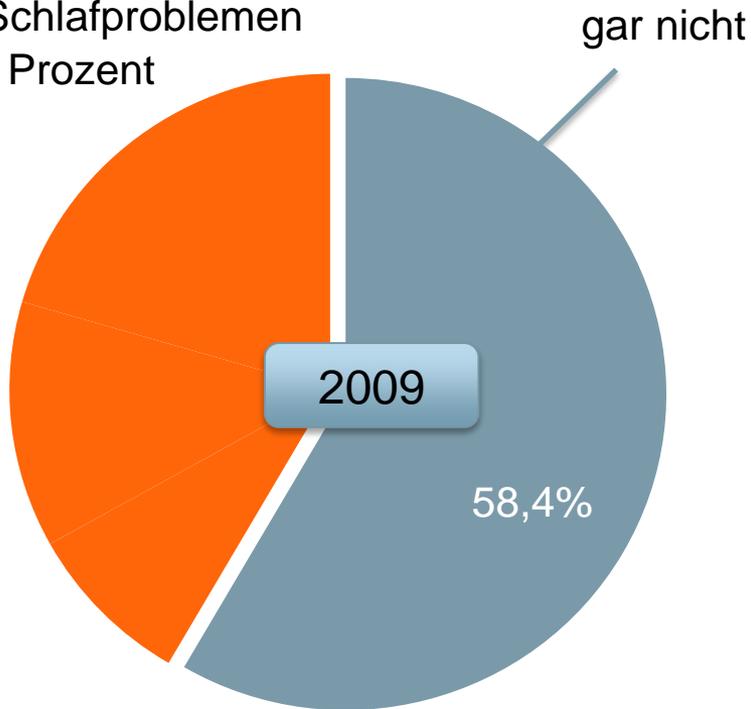
Dienstliche Erreichbarkeit außerhalb der Arbeitszeit und im Urlaub per Mail, Festnetz und Handy

Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. N=5.207

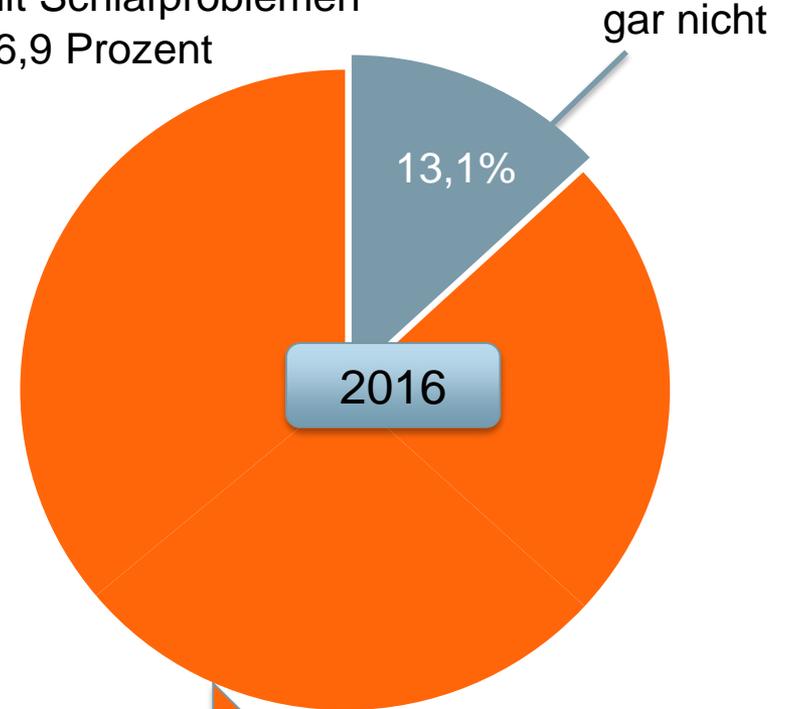
# Schlafprobleme in Thüringen haben deutlich zugenommen

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

mit Schlafproblemen  
41,6 Prozent



mit Schlafproblemen  
86,9 Prozent



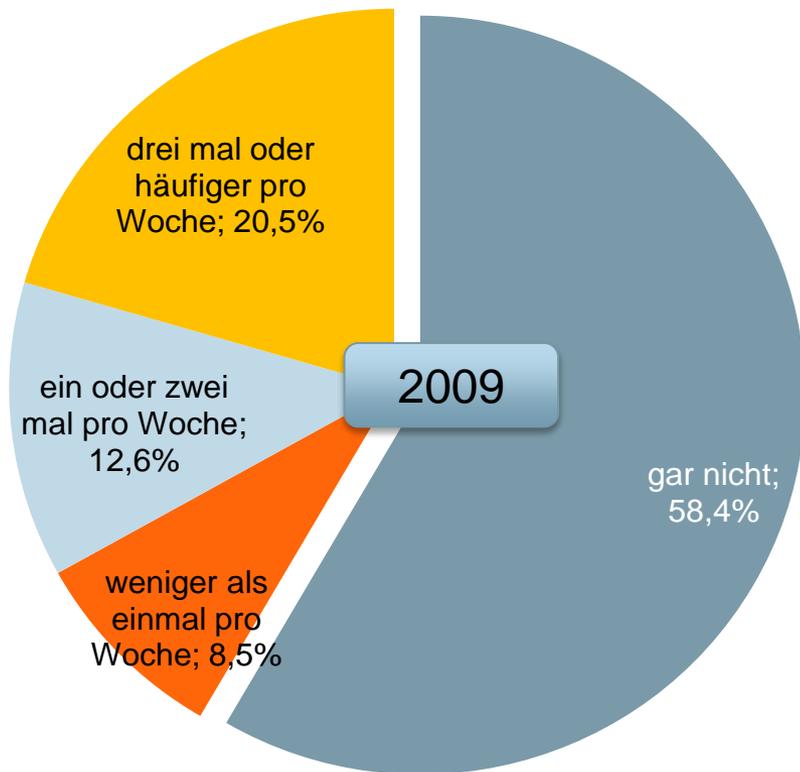
Plus 109 Prozent

Mit Schlafproblemen 2016 (AG 18-65): 83,7%

Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung Thüringen 2016 (N=146) und 2009 (N=200), Altersgruppe 35 - 65 Jahre

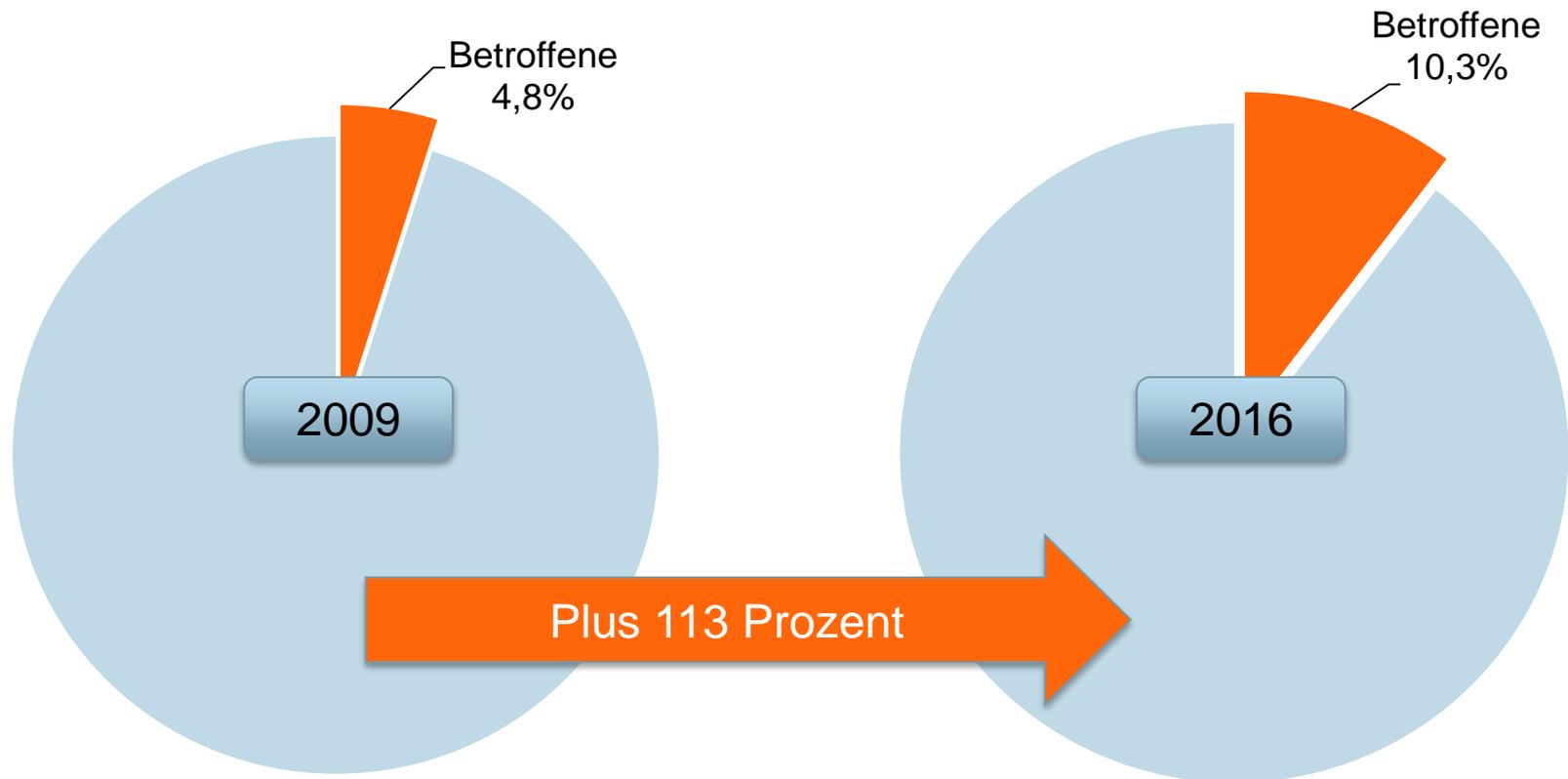
# Schlafprobleme haben in Thüringen deutlich zugenommen

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



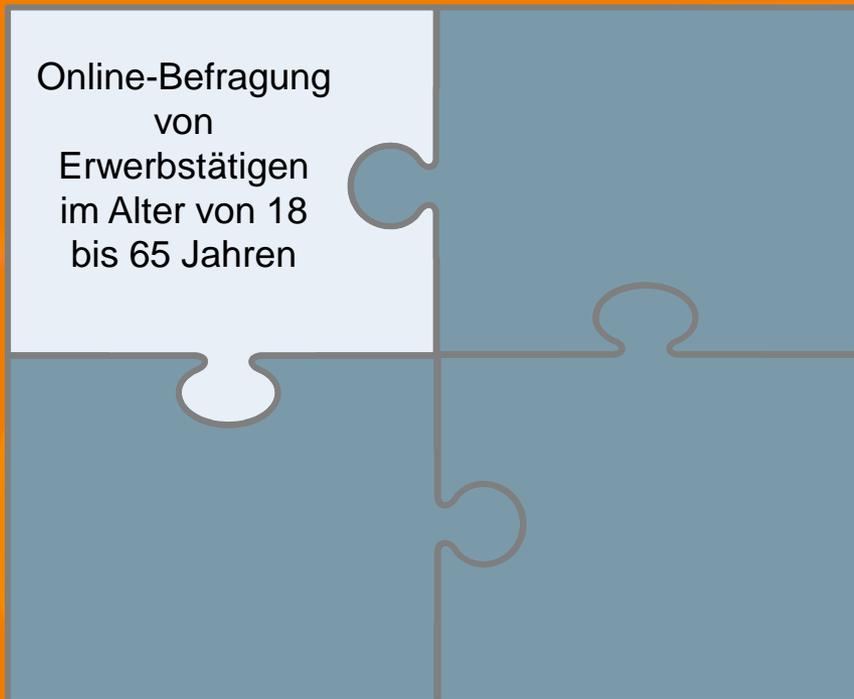
Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung Thüringen 2016 (N=146) und 2009 (N=200), Altersgruppe 35 - 65 Jahre

## Insomnien im Osten haben um 113 Prozent zugenommen



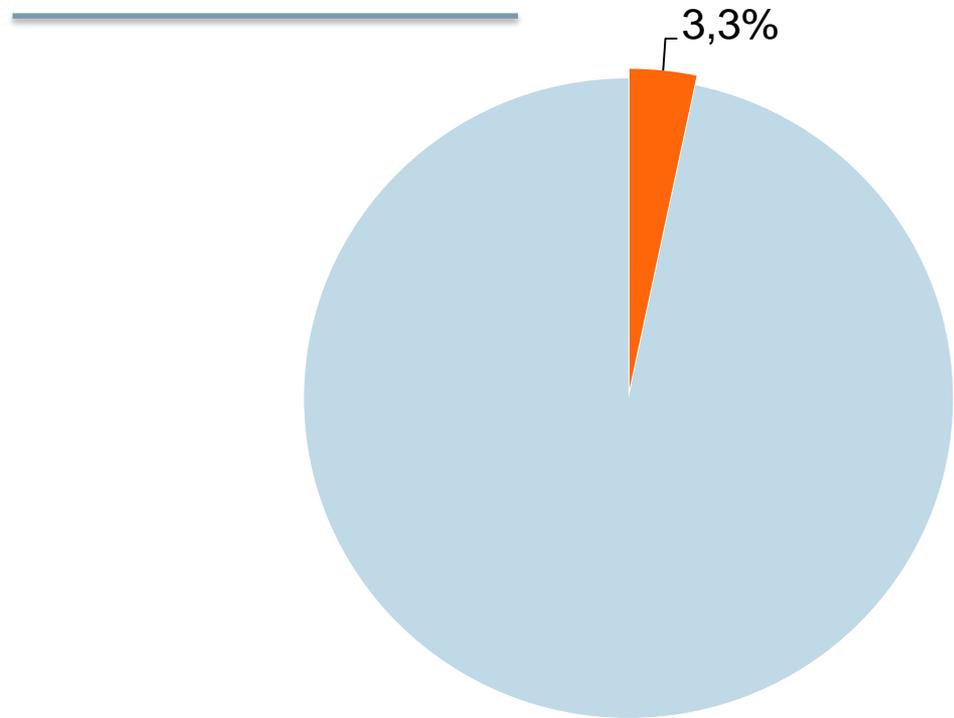
Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016 (N=954) und 2009 (N=1000), Altersgruppe 35 - 65 Jahre  
Zusammengefasst: Thüringen, Berlin, Brandenburg, Sachsen, Sachsen-Anhalt

### 3. Wie werden Schlafstörungen behandelt?



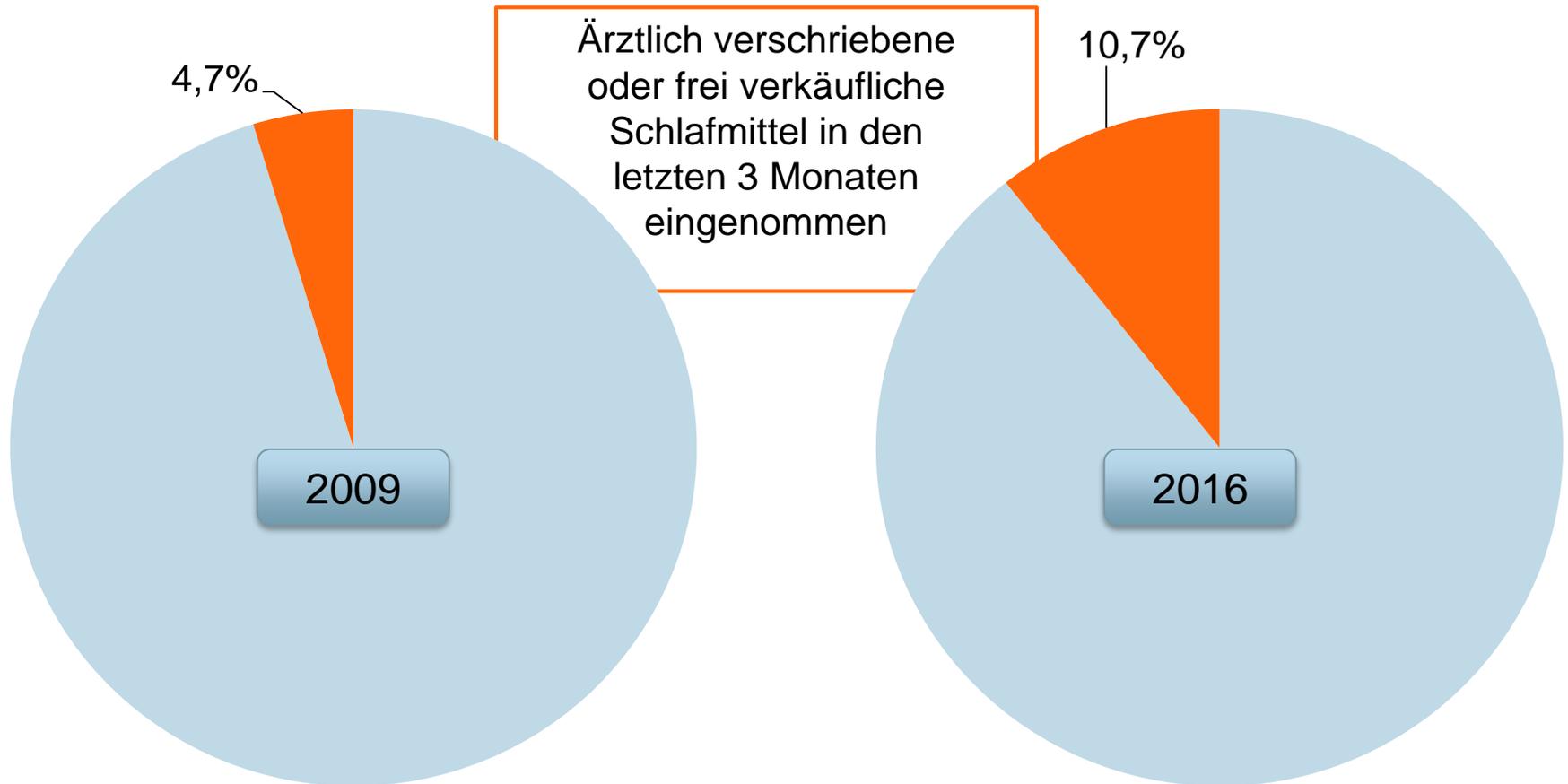
## Thüringen: 3,3 Prozent wegen Schlafproblemen in ärztlicher Behandlung

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



Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung Thüringen 2016 (N=202)

## Einnahme von Schlafmitteln im Osten hat zugenommen



Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016 (N=954) und 2009 (N=1000), Altersgruppe 35 - 65 Jahre  
Zusammengefasst: Thüringen, Berlin, Brandenburg, Sachsen, Sachsen-Anhalt

## 4. Welche Rolle spielen Schlafstörungen bei Krankschreibungen?

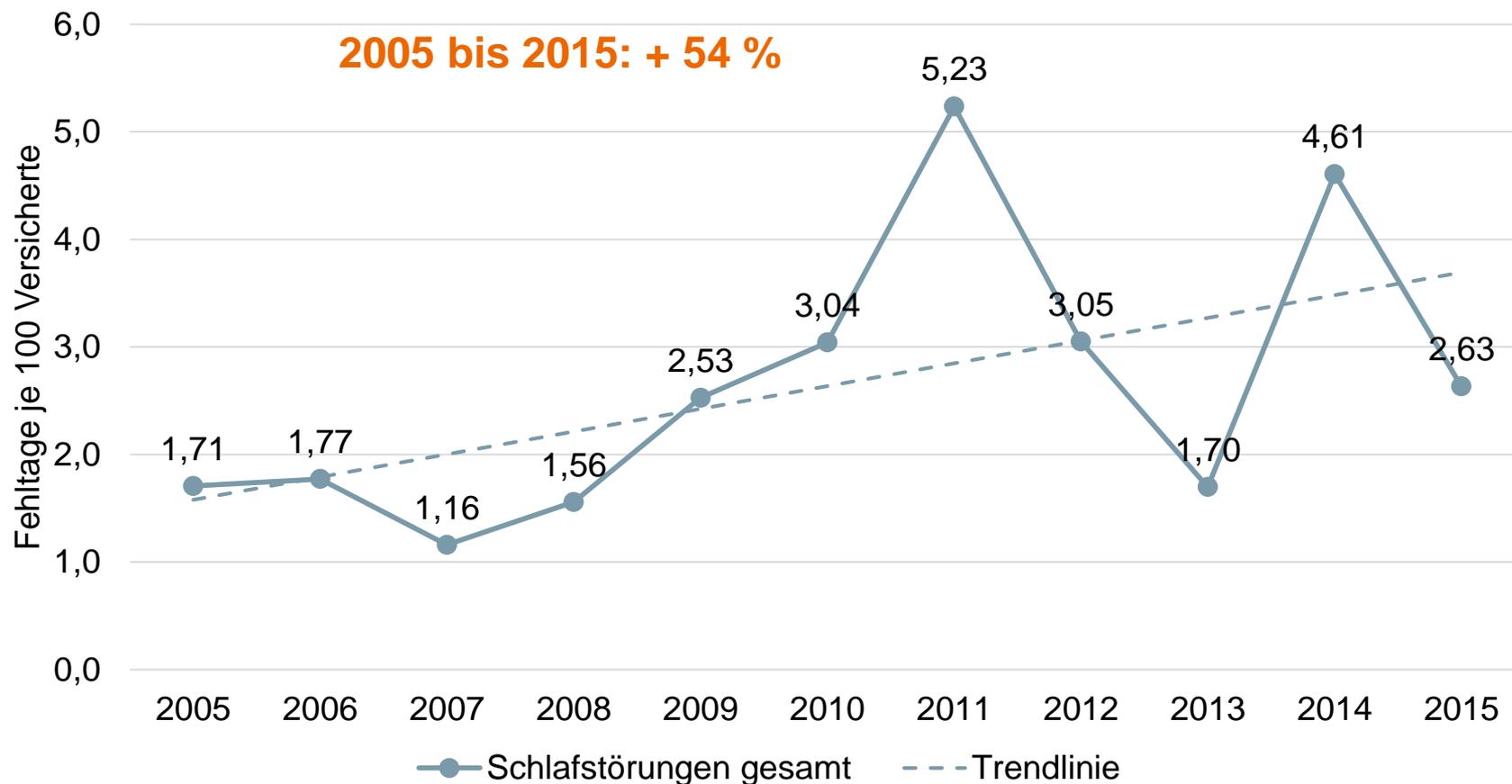


## Trotz ihrer weiten Verbreitung spielen Schlafstörungen bei Krankschreibungen in Thüringen eine geringe Rolle

Kennzahl je 100 Versicherte Thüringen	Schlafstörungen gesamt	Insomnie
Fehltage	2,63	0,87
AU-Fälle	0,34	0,07
Betroffenenquote	0,27%	0,06%

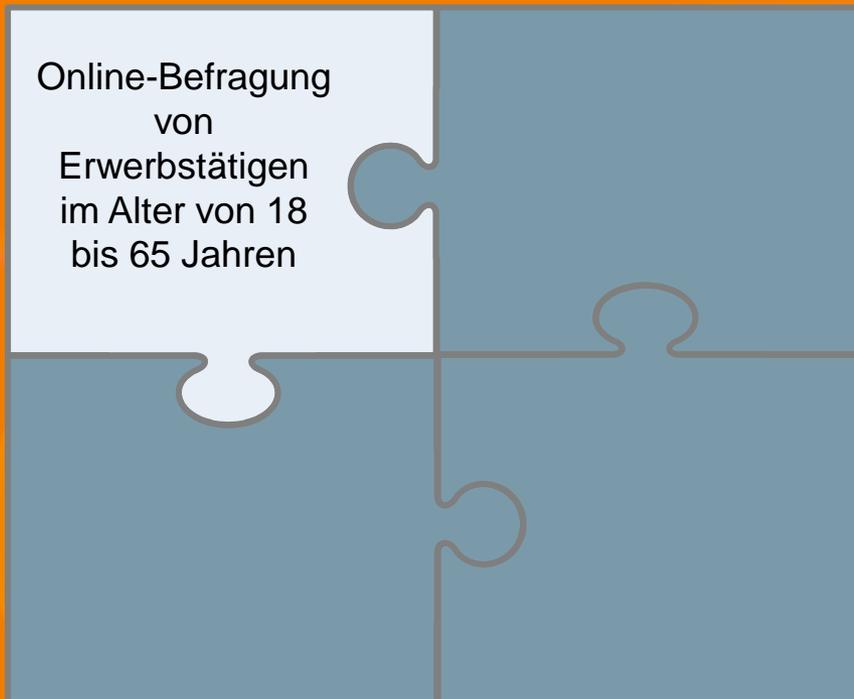
Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2015.

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



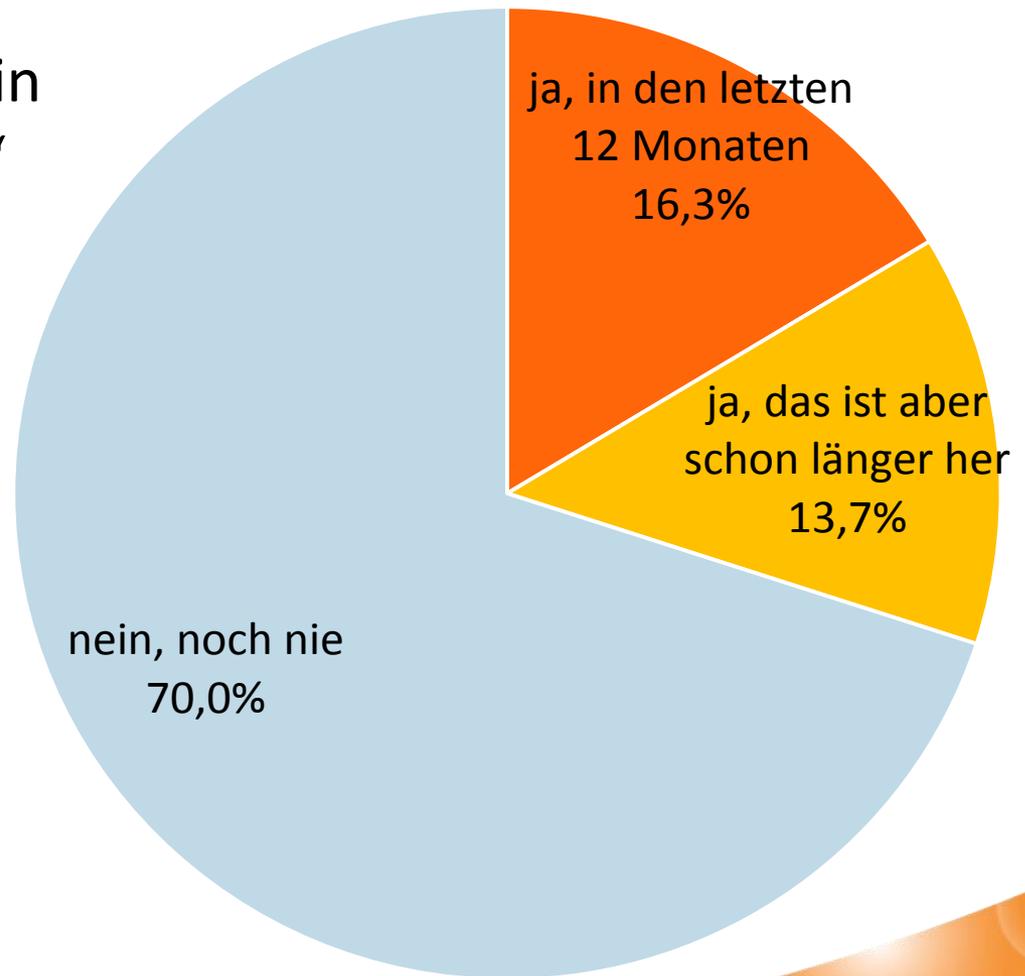
Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2015.

## 5. Werden Schlafstörungen unterschätzt?



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

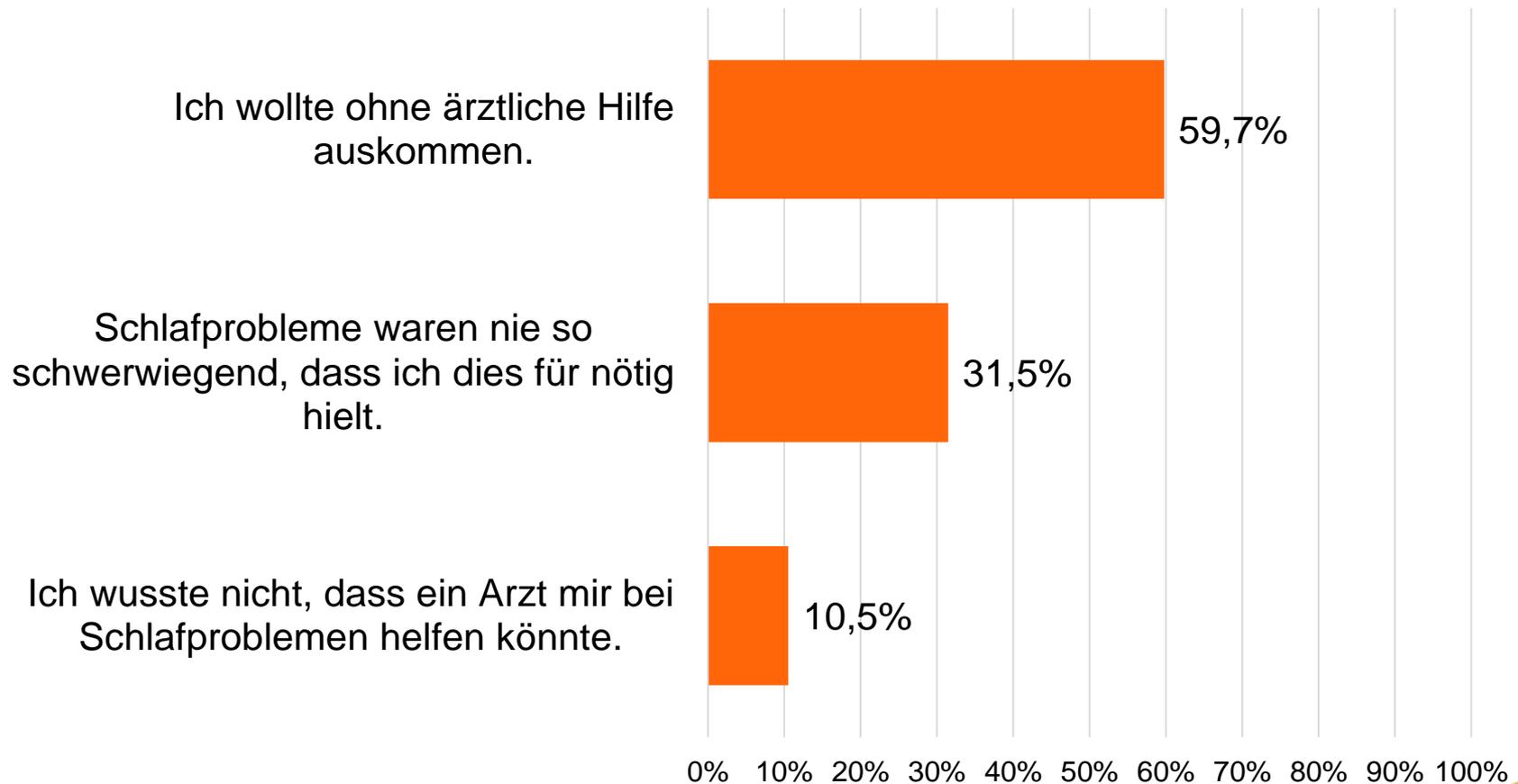
„Sind oder waren Sie wegen Schlafproblemen in ärztlicher Behandlung?“



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

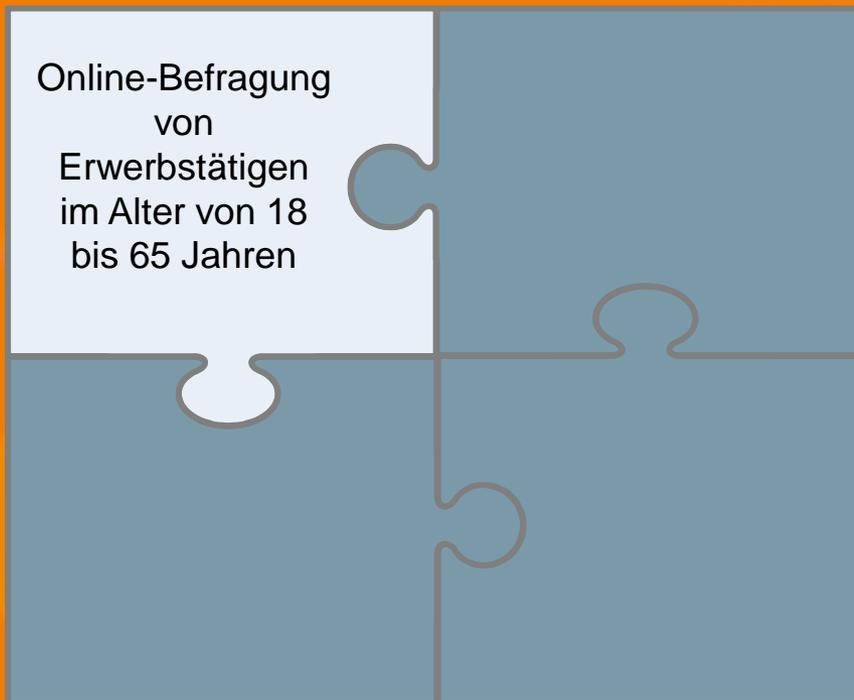
## Warum gehen Betroffene nicht zum Arzt? (Bund)

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

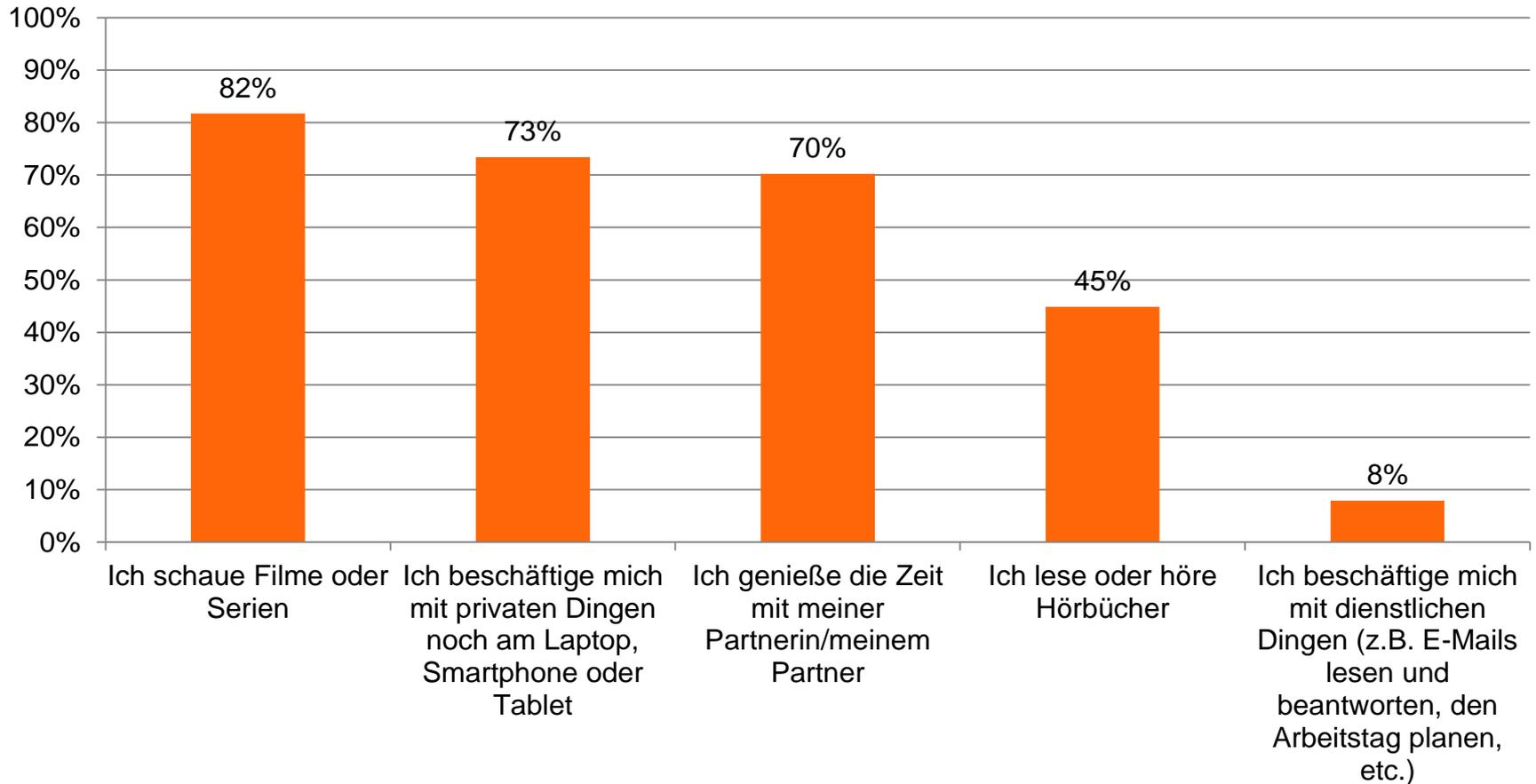


Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. Basis sind alle Insomniker, die noch nie wegen Schlafstörungen beim Arzt waren. N=337

## 6. Was tun Beschäftigte vor dem Einschlafen?



# Was machen Erwerbstätige in Thüringen vor dem Einschlafen?



Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung Thüringen 2016. N=202

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

- **Fazit**

## Fazit: Thüringen schläft schlecht – ein unterschätztes Problem

---

- Die Verbreitung von Insomnien in Thüringen (Region Ost) hat seit 2010 deutlich zugenommen (+ 113 Prozent). Auch die Fehltage aufgrund von Schlafstörungen nahmen in Thüringen zu (+ 54 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.