

DAK-Studie: Doping im Job stagniert seit 2014**Vor allem ältere Arbeitnehmer greifen zu leistungssteigernden Pillen**

Hamburg, 20. Februar 2020. In Deutschland nehmen rund zwei Prozent der Arbeitnehmer leistungssteigernde oder stimmungsaufhellende Medikamente. Hochgerechnet auf die erwerbstätige Bevölkerung sind das rund 700.000 Beschäftigte. Damit ist das sogenannte Doping im Job auf dem gleichen Niveau wie 2014. Das geht aus der aktuellen DAK-Analyse „Update: Doping am Arbeitsplatz“ hervor. Die Studie zeigt aber auch: Besonders ältere Arbeitnehmer ab 60 Jahren greifen zu Medikamenten, um im Beruf leistungsfähiger zu sein oder die Stimmung zu verbessern. Viele Beschäftigte nutzen die Arzneien auch, um nach der Arbeit noch Energie für Privates zu haben.

Für die repräsentative DAK-Studie wurde untersucht, ob und wie Erwerbstätige ohne medizinische Notwendigkeit zu verschreibungspflichtigen Medikamenten greifen. Experten nennen das pharmakologische Neuro-Enhancement und rechnen dazu Substanzen wie beispielsweise Methylphenidat oder Fluoxetin. Für die Untersuchung wurden mehr als 5.500 Berufstätige im Alter von 18 bis 65 Jahren befragt. Aktuell und regelmäßig dopen sich laut Studie rund 700.000 Berufstätige (1,8 Prozent), um fitter für den Job zu sein. Damit ist Doping im Job heute annähernd so verbreitet wie 2014 (1,9 Prozent). 71,5 Prozent der Beschäftigten zwischen 20 und 50 Jahren wissen um die vermeintlichen Möglichkeiten des Hirndopings zur Leistungssteigerung. 2008 war Doping im Job noch weniger als jedem zweiten Berufstätigen dieser Altersgruppe (44,9 Prozent) bekannt. „Der Medikamentenmissbrauch ist kein Massenphänomen“, sagt Andreas Storm, Vorsitzender des Vorstandes der DAK-Gesundheit. „Dennoch zeigt unsere Analyse, wie wichtig gesunde Rahmenbedingungen im Job sind. Arbeitsanforderungen dürfen Mitarbeiter nicht dazu verleiten, bessere Ergebnisse mithilfe von Medikamenten erzielen zu wollen.“

Je älter die Arbeitnehmer, desto mehr wird gedopt

Die höchste Verbreitung des pharmakologischen Neuro-Enhancement gibt es bei den 60- bis 65-jährigen Arbeitnehmern. 4,4 Prozent von ihnen haben innerhalb der vergangenen Monate mindestens einmal gedopt.

Das sind ein Drittel mehr als im Durchschnitt (3,3 Prozent). Insgesamt steigt die „Dopingquote“ mit dem Alter an: So betreiben bei den 18- bis 29-jährigen Arbeitnehmern 2,5 Prozent mindestens einmal im Jahr Medikamentenmissbrauch für den Job, bei den 30- bis 49-jährigen sind es 3,2 Prozent.

Leistungsdruck und schlechte Stimmung

Laut DAK-Studie dopen die meisten Arbeitnehmer, um berufliche Ziele besser zu erreichen. Jeder zweite Doper gab dies an. Etwa jeder Dritte nennt als Grund, die Arbeit ginge mit den Medikamenten leichter von der Hand. Mehr als jeder vierte dopende Arbeitnehmer (27,1 Prozent) greift zur Pille, um nach der Arbeit noch Energie und gute Laune für Privates zu haben. Beim Blick auf die Geschlechter zeigen sich zum Teil Unterschiede bei den Gründen und Anlässen des Hirndopings: Jeder vierte dopende Mann glaubt, ohne die Medikamente häufig emotional nicht in der Lage zu sein, die Arbeit zu erledigen. Bei den dopenden Frauen ist es nur jede fünfte. Jeder fünfte Mann könnte ohne Doping im Beruf nicht mithalten. Bei den Frauen betrifft dies jede achte.

Risiken und Nebenwirkungen – bis hin zur Abhängigkeit

Professor Dr. Klaus Lieb, Direktor der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Universitätsmedizin Mainz und Wissenschaftlicher Leiter des Leibniz-Instituts für Resilienzforschung, dämpft mit Blick auf die aktuelle DAK-Studie die Erwartungen an das Doping: „Oft zeigen die Medikamente nur kurzfristige und minimale Effekte auf die kognitive Leistungsfähigkeit.“ Vielmehr warnt Lieb vor gesundheitlichen Schäden durch das Dopen: „Schwindel, Kopfschmerzen, Nervosität und Schlafstörungen sind nicht selten. Darüber hinaus sind mögliche Langzeitfolgen noch völlig unklar. Gesünder dürfte es in jedem Fall sein, für seine psychische Gesundheit und Leistungsfähigkeit vorzusorgen, indem man seine eigene Resilienz stärkt. Wirksam sind dafür insbesondere die Förderung von sozialen Kontakten, Achtsamkeit, Umdenken und das aktive Herangehen an herausfordernde Situationen.“

Die DAK-Gesundheit ist mit 5,6 Millionen Versicherten die drittgrößte Krankenkasse Deutschlands.