

## **Rücken! Betriebe in Sachsen-Anhalt mit mehr als 1,3 Millionen Ausfalltagen**

**DAK-Gesundheitsreport 2018: Mehr als 800.000 Erwerbstätige in Sachsen-Anhalt haben Rückenschmerzen / 65 Prozent mehr Krankenhausfälle**

**Magdeburg, 3. Mai 2018. Rätsel Rücken: Trotz Prävention und zahlreicher Gesundheitskurse leiden in Sachsen-Anhalt mehr als 800.000 Erwerbstätige unter Rückenschmerzen, rund 70.000 sogar chronisch. Immer mehr gehen mit ihren Beschwerden direkt ins Krankenhaus. Hochgerechnet auf alle Erwerbstätigen im Land kamen 2017 mehr als 1,3 Millionen Ausfalltage wegen Rückenschmerzen zusammen. Seit dem Jahr 2007 stieg die Zahl der stationären Behandlungen in Sachsen-Anhalt um etwa 65 Prozent an. Das zeigt der aktuelle DAK-Gesundheitsreport „Rätsel Rücken – warum leiden so viele Sachsen-Anhalt unter Schmerzen?“. Nach der Umfrage hatten 78 Prozent aller Beschäftigten im vergangenen Jahr Rückenschmerzen. Jeder Vierte hat aktuell Beschwerden.**

Laut DAK-Gesundheitsreport 2018 ist Rückenschmerz mit mehr als 800.000 betroffenen Erwerbstätigen in Sachsen-Anhalt die wichtigste Diagnose für den Krankenstand. Laut Umfrage im Rahmen des Reports leiden mehr als 70.000 erwerbstätige Patienten in Sachsen-Anhalt sogar chronisch (sieben 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 Ramona Kann, Leiterin der DAK-Landesvertretung Sachsen-Anhalt. „Die Untersuchung sollte deshalb zum Anlass genommen werden, die Angebote in den Bereichen Prävention und Versorgung in Sachsen-Anhalt auf den Prüfstand zu stellen.“

### **65 Prozent mehr Krankenhausfälle – vor allem Notfälle**

Die Problematik spiegelt sich auch in der stationären Behandlung wider: Sachsen-Anhalt hatte 2016 mehr als 9.200 Krankenhausfälle wegen Rückenschmerzen, ein Anstieg um etwa 65 Prozent in den vergangenen neun Jahren. Der DAK-Report untersucht erstmals detailliert, wie Rückenschmerzpatienten in die Klinik kommen. Fazit: Die Hälfte der Betroffenen wird als Notfall aufgenommen. Mit 425 je 100.000 Einwohner nehmen in Sachsen-Anhalt die meisten Menschen Klinikleistungen wegen ihrer Rückenschmerzen in Anspruch. Zum Vergleich: Im

Bundesdurchschnitt sind es 306 je 100.000 Einwohner. Um den Erwartungen der 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 Ramona Kann.

### **Jeder 14te wegen Rücken krankgeschrieben**

Für Krankschreibungen sind Rückenprobleme seit Jahren besonders relevant. Ihr Anteil an den Fehlzeiten in den Betrieben in Sachsen-Anhalt verharrt mit zehn Prozent auf hohem Niveau. „Trotz eines verstärkten Engagements im Betrieblichen Gesundheitsmanagement gibt es keine signifikante Verbesserung“, betont Ramona Kann. Laut DAK-Analyse ist Rückenschmerz die wichtigste Diagnose überhaupt – noch vor akuten Atemwegsinfektionen. Etwa jeder 14te Beschäftigte war 2017 mindestens einmal wegen Rückenschmerzen krankgeschrieben. „Wir müssen dem Rückenschmerz den Kampf ansagen“, so Kann, „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 vier Tage dauert, sind es bei Älteren 22 Tage.

### **Risikofaktoren für Krankmeldung**

Die große Mehrheit meldet sich mit Rückenschmerzen nicht krank. 91 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-Anhalt konkret leiden: So schmerzt bei 77 Prozent die

Lendenwirbelsäule. 42 Prozent haben Probleme mit dem Nacken, 4 Prozent mit der Brustwirbelsäule. Fast jeder Vierte (23 Prozent) gibt Schmerzen an mehreren Bereichen der Wirbelsäule an. Acht Prozent der Rückenschmerz-Geplagten hat dabei starke bis sehr starke Schmerzen.

### **Mehrheit geht nicht zum Arzt**

Die große Mehrheit in Sachsen-Anhalt 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 76 Prozent bei einem einzigen Mediziner Hilfe. 19 Prozent konsultierten zwei, vier Prozent drei Ärzte wegen ihrer Beschwerden. Gefragt nach der konkreten Rückenschmerz-Behandlung gaben 69 Prozent der Betroffenen an, eine Physiotherapie bekommen zu haben. Etwa je ein Viertel der Befragten bekam eine Spritze (24 Prozent) und/oder ein Schmerzmittel (25 Prozent). Bei jedem Fünften (20 Prozent) 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 Kann.

### **Jeder Zehnte schont sich**

Insgesamt gehen die Sachsen-Anhalt relativ gelassen mit Rückenschmerzen um: 70 Prozent setzen auf Wärme in Form von Heizkissen, Bädern oder Sauna. Vier von zehn Befragten bewegen sich (42 Prozent), beispielsweise bei einem Spaziergang. Ein Viertel (26 Prozent) lebt erst einmal normal weiter und rechnet 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 fast 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 Ramona Kann. „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](http://www.dak.de/ruecken)

### **Mehr Fehltage als im Bundesvergleich**

Der Gesundheitsreport Sachsen-Anhalt wertet auch die Fehlzeiten der DAK-versicherten Arbeitnehmer insgesamt aus: Im Durchschnitt hatte 2017 jedes Mitglied in Sachsen-Anhalt 19 Fehltage, das sind 4 Tage mehr als im Bundesvergleich. Der größte Anteil entfiel auf Muskel-Skelett-Leiden. Bezogen auf 100 Versicherte verursachten sie 424 Fehltage. Auf Platz zwei kamen Atemwegserkrankungen mit 305 Tagen, auf Platz drei psychische Erkrankungen wie Depressionen mit 264 Tagen. Diese drei Krankheitsarten waren zusammen für mehr als die Hälfte aller Fehltage verantwortlich (53 Prozent). Bei den psychischen Erkrankungen gab es einen kleinen Rückgang bei den Fehltagen, aber die Anzahl der Betroffenen ging hoch. Noch nie waren so viele DAK-versicherte Arbeitnehmer in Sachsen-Anhalt von psychischen Erkrankungen betroffen wie 2017. Jeder 16te 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 60.000 erwerbstätigen Mitgliedern der DAK-Gesundheit in Sachsen-Anhalt durch das IGES Institut ausgewertet.

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