

## **Immer mehr Baden-Württemberger mit Rücken in Klinik DAK-Gesundheitsreport 2018: 40 Prozent mehr Krankenhausfälle / bei 520.000 Patienten ist Rückenschmerz chronisch**

**Stuttgart, 19. April 2018. Rätsel Rücken: Trotz Prävention und zahlreicher Gesundheitskurse leiden in Baden-Württemberg rund 4,2 Millionen Erwerbstätige unter Rückenschmerzen. Immer mehr gehen mit ihren Beschwerden direkt ins Krankenhaus. Seit dem Jahr 2007 stieg die Zahl der stationären Behandlungen in Baden-Württemberg um etwa 40 Prozent an. Über die Hälfte der Patienten ließ sich als Notfall aufnehmen. Das zeigt der aktuelle DAK-Gesundheitsreport „Rätsel Rücken – warum leiden so viele Baden-Württemberger 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 Baden-Württemberg die zweitwichtigste Diagnose für den Krankenstand. Hochgerechnet auf alle Erwerbstätigen im Land kamen 2017 mehr als vier Millionen Ausfalltage wegen Rückenschmerzen zusammen. Laut Umfrage im Rahmen des Reports leidet jeder elfte Arbeitnehmer (neun Prozent) sogar chronisch. Konkret heißt das: Rund 520.000 Patienten in Baden-Württemberg haben drei Monate oder länger Schmerzen im Kreuz. „Das gesundheitspolitische Ziel, das Problem Rücken in den Griff zu bekommen, wurde nach den Ergebnissen unserer Studie nicht erreicht“, sagt Siegfried Euerle, Leiter der DAK-Landesvertretung Baden-Württemberg. „Die Untersuchung sollte deshalb zum Anlass genommen werden, die Angebote in den Bereichen Prävention und Versorgung in Baden-Württemberg auf den Prüfstand zu stellen.“

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

Die Problematik spiegelt sich auch in der stationären Behandlung wieder: Baden-Württemberg hatte 2016 mehr als 16.100 Krankenhausfällen wegen Rückenschmerzen, ein Anstieg um etwa 40 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. Im bundesweiten Vergleich liegt die Krankenhausinanspruchnahme der Baden-Württemberger bei Rückenschmerzen mit 173 je 100.000 Einwohnern und Jahr allerdings deutlich unter dem Durchschnitt (306).

Um den Erwartungen der Betroffenen an die Versorgung aber möglichst gerecht zu werden und gleichzeitig die Notfallambulanzen der Kliniken zu entlasten, sieht der Leiter der DAK-Landesvertretung Portalpraxen wie in Schleswig-Holstein, medizinische Versorgungszentren, teilstationäre Versorgungsangebote und einen verbesserten Terminalservice bei den niedergelassenen Ärzten als wichtige Lösungsansätze.

### **Jeder 22te wegen Rücken krankgeschrieben**

Für Krankschreibungen sind Rückenprobleme seit Jahren besonders relevant. Ihr Anteil an den Fehlzeiten in den Betrieben in Baden-Württemberg verharrt mit zehn Prozent auf hohem Niveau. „Trotz eines verstärkten Engagements im Betrieblichen Gesundheitsmanagement gibt es keine signifikante Verbesserung“, betont Siegfried Euerle. Laut DAK-Analyse ist Rückenschmerz die zweitwichtigste Diagnose überhaupt – gleich hinter akuten Atemwegsinfektionen. Etwa jeder 22te Beschäftigte war 2017 mindestens einmal wegen Rückenschmerzen krankgeschrieben. „Wir müssen dem Rückenschmerz den Kampf ansagen“, so Euerle, „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 siebzehn Tage (Männer) beziehungsweise neunzehn (Frauen).

### **Risikofaktoren für Rückenschmerzen**

Die große Mehrheit in Baden-Württemberg meldet sich mit Rückenschmerzen nicht krank. 86 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, einem hoher Termin- und Leistungsdruck ausgesetzt sind oder ihren Job freudlos erledigen. All diese Faktoren machen – genau wie eine schlechte Work-Life-Balance – eine Krankmeldung wahrscheinlicher.

### **Knackpunkte Lendenwirbelsäule und Nacken**

Der DAK-Report zeigt, unter welchen Beschwerden Betroffene in Baden-Württemberg konkret leiden: So schmerzt bei 74 Prozent die Lendenwirbelsäule. 46 Prozent haben Probleme mit dem Nacken, 18

Prozent mit der Brustwirbelsäule. Fast jeder Dritte (30 Prozent) gibt Schmerzen an mehreren Bereichen der Wirbelsäule an. Jeder elfte Rückenschmerz-Geplagte hat dabei starke bis sehr starke Schmerzen.

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

Die große Mehrheit der Baden-Württemberger 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 ihnen suchten rund 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 65 Prozent der Betroffenen, eine Physiotherapie bekommen zu haben. 38 Prozent erhielten Schmerzmittel, gut jede Fünfte bekam eine Spritze (22 Prozent). Bei etwa jedem Vierten (27 Prozent) wurde ein CT oder ein MRT des Rückens gemacht. Der Zusammenhang von Stress und Rückenschmerzen wurde in den Praxen kaum thematisiert (6 Prozent). „Da sich Stress und psychische Belastungen stark auf die Rückengesundheit auswirken können, sollte dieser Aspekt stärker bei Diagnose und Behandlung berücksichtigt werden“, fordert Euerle.

### **Jeder Elfte schont sich**

Insgesamt gehen in Baden-Württemberg relativ gelassen mit Rückenschmerzen um: 60 Prozent setzen auf Wärme in Form von Heizkissen, Bädern oder Sauna. 44 Prozent bewegen sich, beispielsweise bei einem Spaziergang. Jeder Dritte lebt erstmal 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 jeder Elfte.

### **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 Siegfried Euerle. „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)

### **Anzahl der Fehltage in Baden-Württemberg insgesamt gestiegen**

Der Gesundheitsreport Baden-Württemberg wertet auch die Fehlzeiten der DAK-versicherten Arbeitnehmer insgesamt aus: Im Durchschnitt hatte 2017 jedes Mitglied in Baden-Württemberg 12,7 Fehltage. Das waren 0,7 Tage mehr als im Jahr davor. Der größte Anteil entfiel auf Muskel-Skelett-Leiden. Bezogen auf 100 Versicherte verursachten sie 273 Fehltage. Auf Platz zwei kamen psychische Erkrankungen wie Depressionen mit 217 Tagen, auf Platz drei die Atemwegserkrankungen mit 200 Tagen. Diese drei Krankheitsarten waren zusammen für mehr als die Hälfte aller Fehltage verantwortlich (54 Prozent). Sie verzeichneten alle einen Anstieg; bei den psychischen Erkrankungen um sechs Prozent. Noch nie waren so viele DAK-versicherte Arbeitnehmer von psychischen Erkrankungen betroffen wie 2017. Jeder 23te 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 296.000 erwerbstätigen Mitgliedern der DAK-Gesundheit in Baden-Württemberg durch das IGES Institut ausgewertet.

Der aktuelle DAK-Gesundheitsreport Baden-Württemberg 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 1.004 aus Baden-Württemberg). Zentrale Ergebnisse wurden mit einer DAK-Untersuchung aus dem Jahr 2003 verglichen.