



Gesundheitsreport 2019

Sucht 4.0 in Berlin—
Trinken, Dampfen, Gamen in der Arbeitswelt

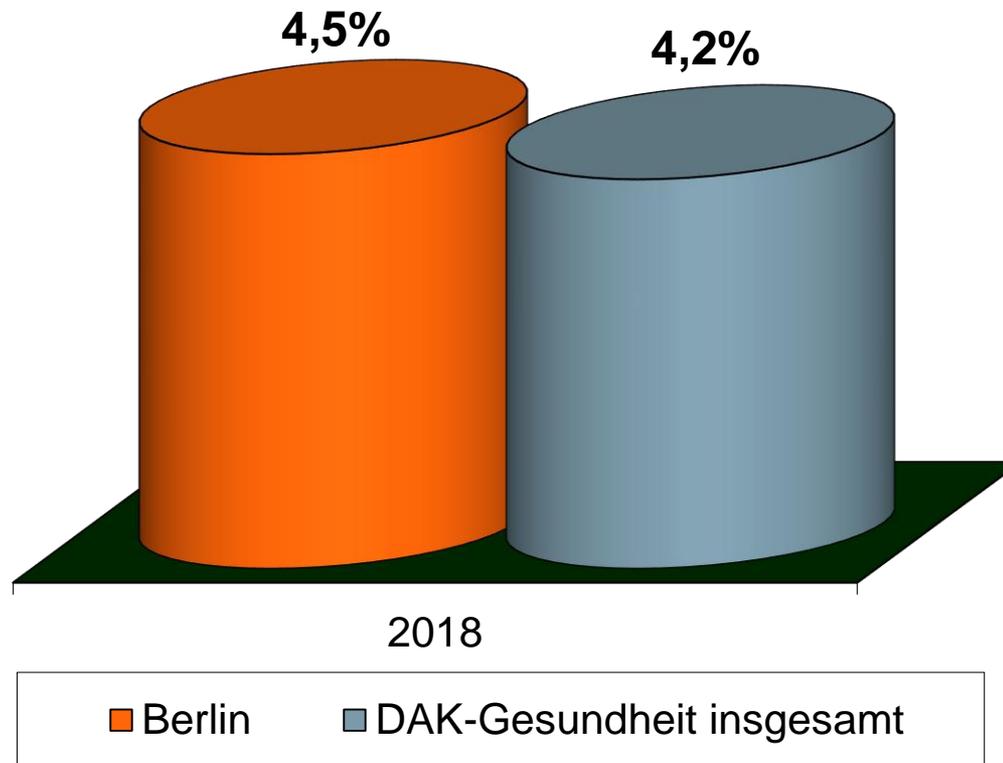
Berlin, Juni 2019

IGES

DAK
Gesundheit
Ein Leben lang.

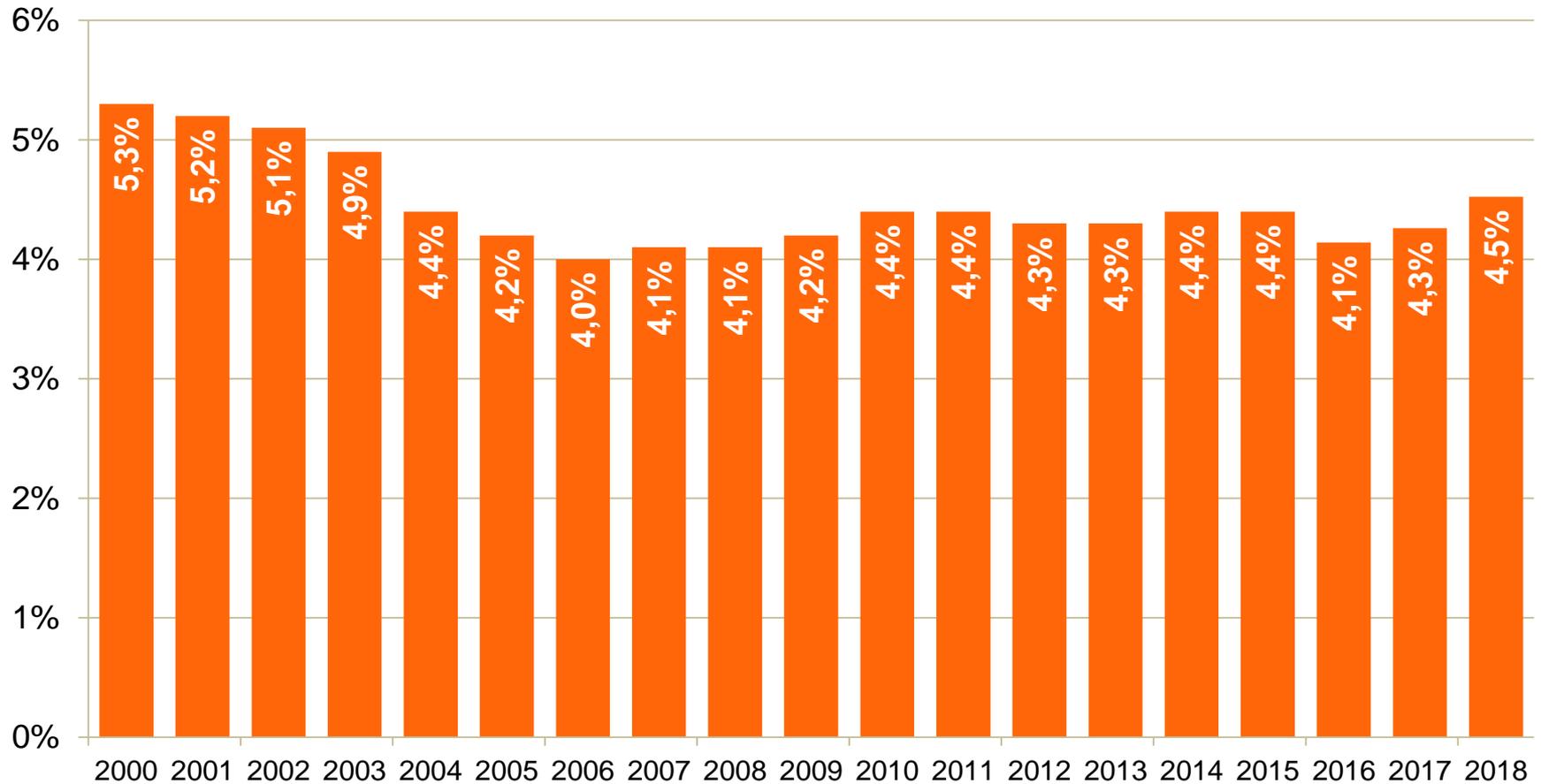
- Der Krankenstand im Jahr 2018
- Sucht 4.0 – Trinken, Dampfen, Gamen in der Arbeitswelt
- Fazit

Berlin: Krankenstand über dem Bundesdurchschnitt



Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2018

Krankenstand in Berlin steigt 2018



Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2000 - 2018

Regionale Unterschiede beim Krankenstand der Bundesländer



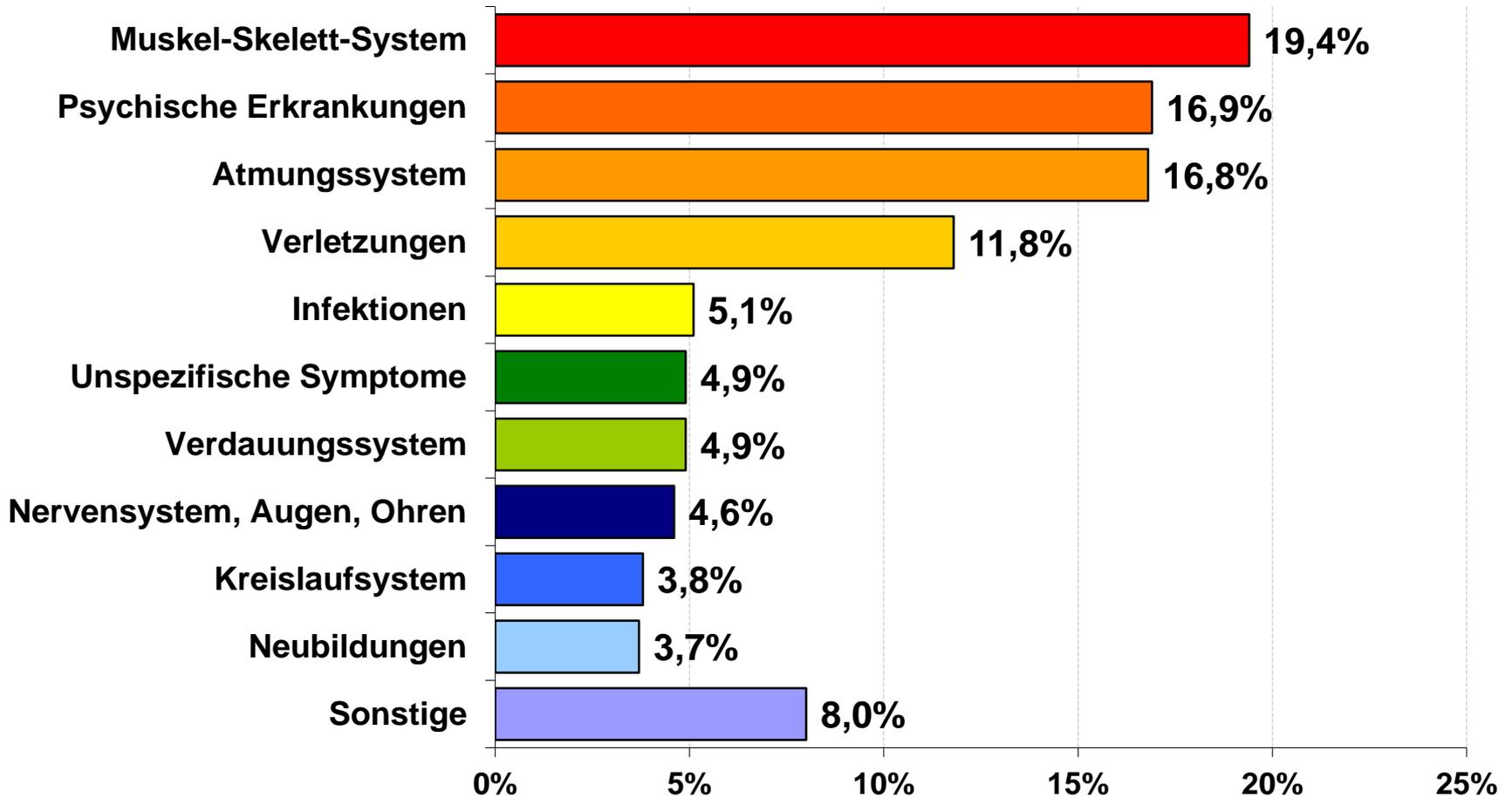
Große regionale Unterschiede

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

Spektrum insgesamt

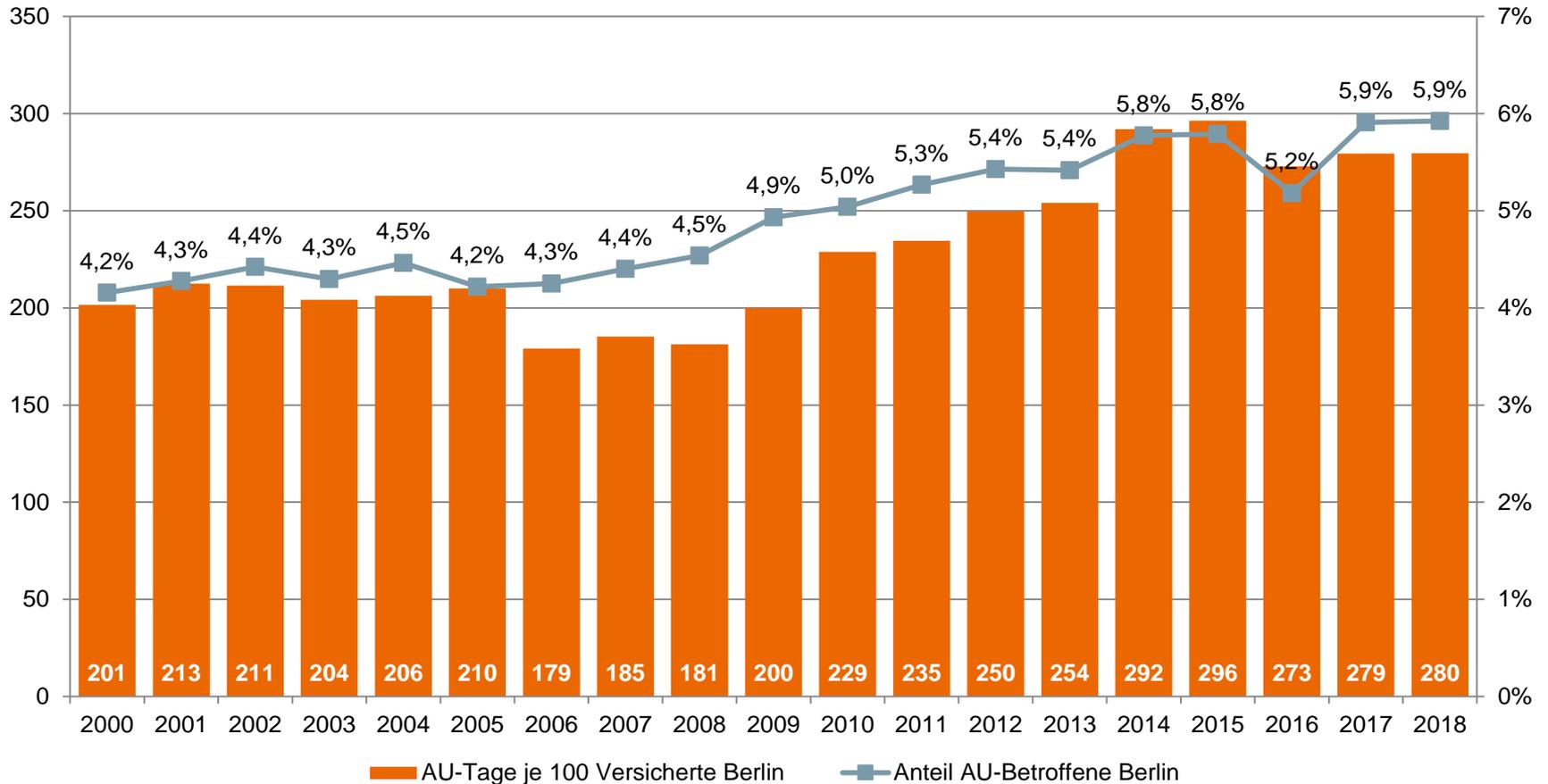
Die niedrigsten Krankenstände hatten Baden-Württemberg und Bayern mit einem Wert von jeweils 3,7 Prozent, Sachsen-Anhalt mit 5,5 Prozent den höchsten.

Bei welchen Erkrankungen gab es die meisten Ausfalltage?



Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2018
Fehltage je 100 Versicherte

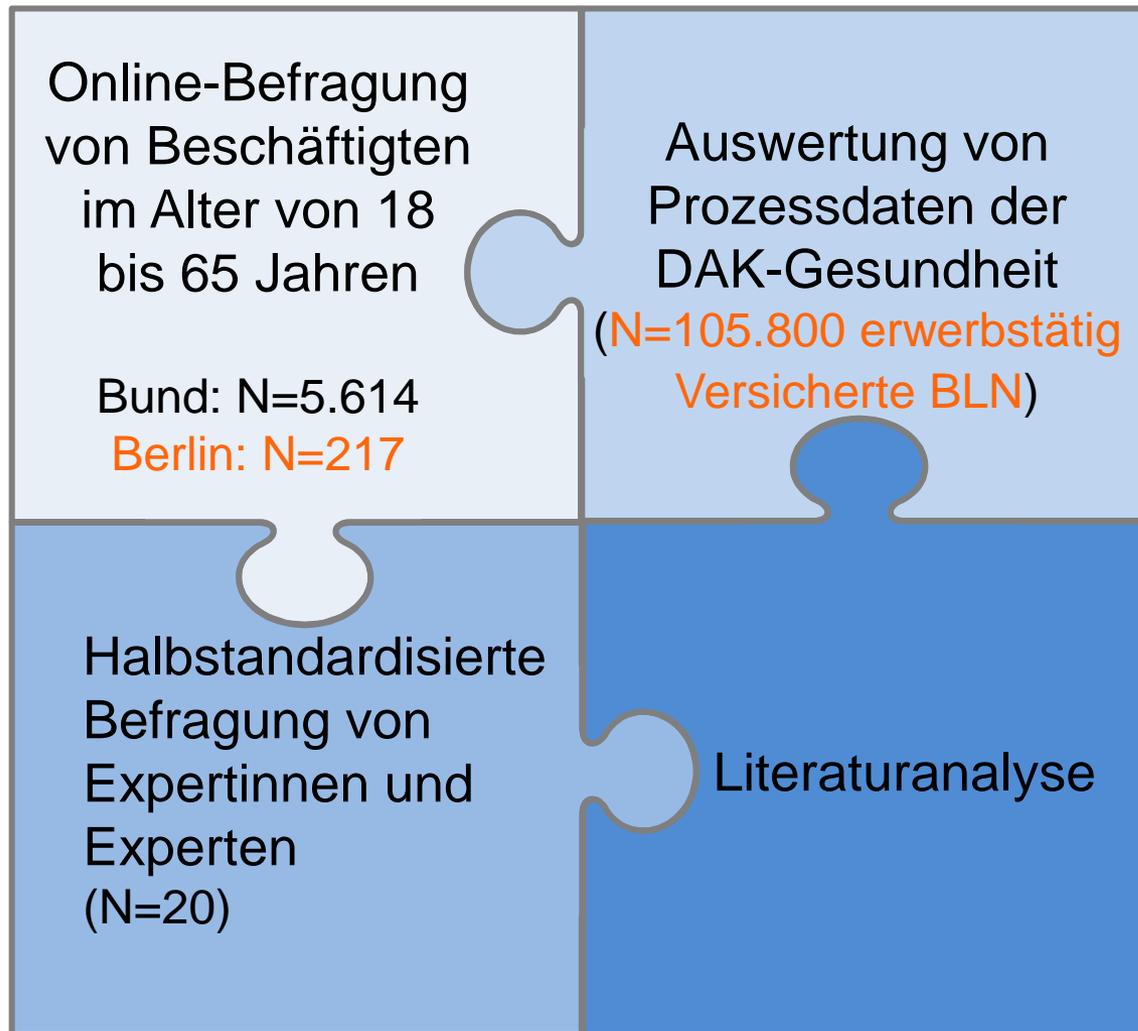
Psychische Erkrankungen in Berlin: Etwas mehr Fehltage in 2018; gleicher Anteil Betroffener



Quelle: AU-Daten der DAK-Gesundheit 2018

- Der Krankenstand im Jahr 2018
- Sucht 4.0 – Trinken, Dampfen, Gamen in der Arbeitswelt
- Fazit

Datenquellen der Analyse



Inhalt

1. Was ist Sucht und Abhängigkeit?
2. Wie verbreitet sind Sucht & Abhängigkeit im Krankheitsgeschehen?
3. Tabak- bzw. Nikotinabhängigkeit
4. Alkoholabhängigkeit & Alkoholgebrauchsstörung
5. Internet Gaming Disorder
6. Social Media Disorder
7. Zusammenfassung

1. Was ist Sucht und Abhängigkeit?

Sucht und Abhängigkeit: Kriterien gemäß ICD-10

„Craving“ (starkes Verlangen)

- Starker Wunsch oder Zwang, das jeweilige Mittel zu konsumieren bzw. das jeweilige Verhalten auszuüben

Kontrollverlust

- Betroffene können Beginn, Ende und/oder Menge des Konsums nicht kontrollieren.

Entzugssyndrom

- Tritt auf, wenn der Konsum reduziert oder beendet wird. Kriterium auch erfüllt, wenn eine andere Substanz konsumiert wird, um das Entzugssyndrom zu vermeiden.

Toleranzentwicklung

- Es sind zunehmend höhere Dosen des jeweiligen Mittels/des Verhaltens nötig.

Einengung auf den Suchtmittelkonsum

- fortschreitende Vernachlässigung anderer Vergnügungen, Aktivitäten, Interessen und Verpflichtungen zugunsten des Substanzkonsums. Erhöhter Zeitaufwand für Beschaffung, Konsum, Erholung vom Konsum

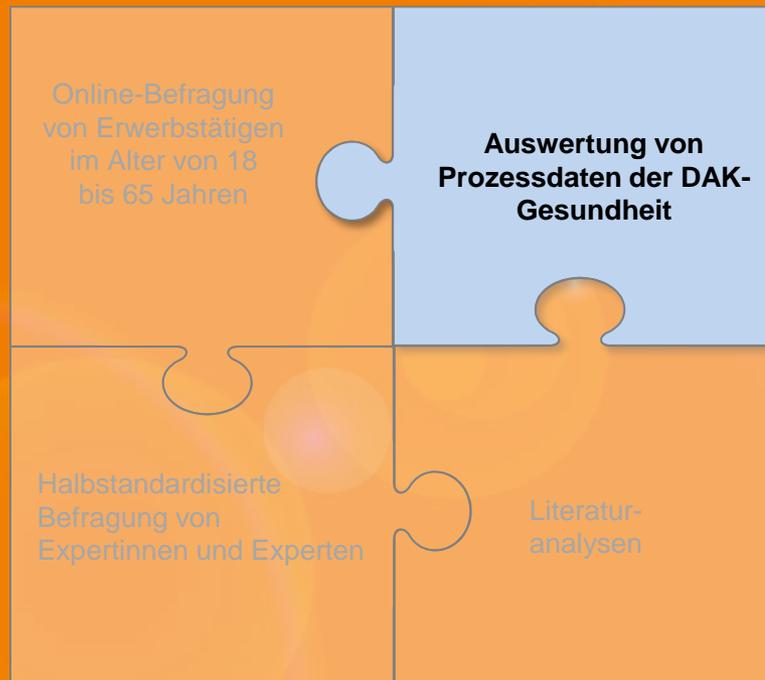
Anhaltender Konsum trotz schädlicher Folgen

- Der Konsum wird trotz körperlicher, psychischer und/oder sozialer Schäden fortgesetzt



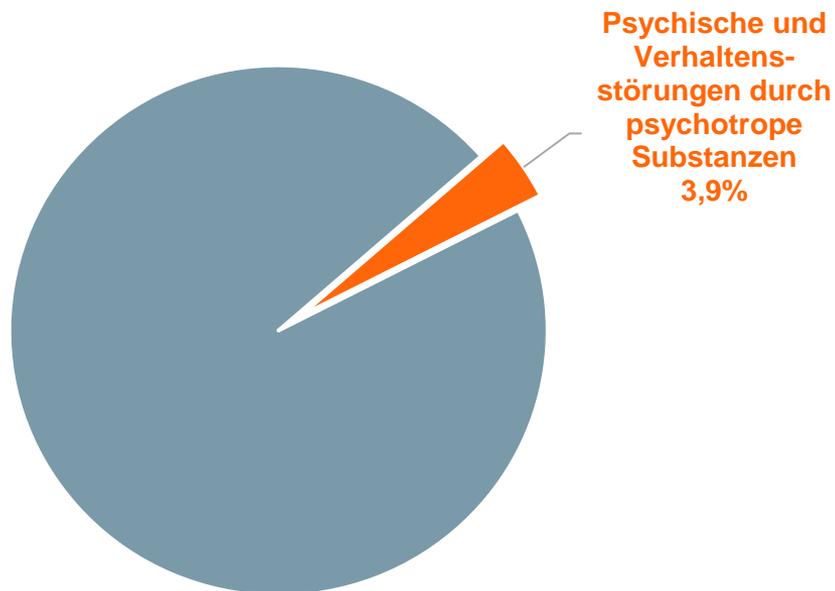
Ein Abhängigkeitssyndrom liegt dann vor, wenn mindestens drei der sechs Kriterien erfüllt sind

2. Wie verbreitet sind Sucht & Abhängigkeit im Krankheitsgeschehen?



Berlin: Fehltage bei Krankschreibungen wegen Substanzstörungen

Psychische Erkrankungen Fehltage insgesamt

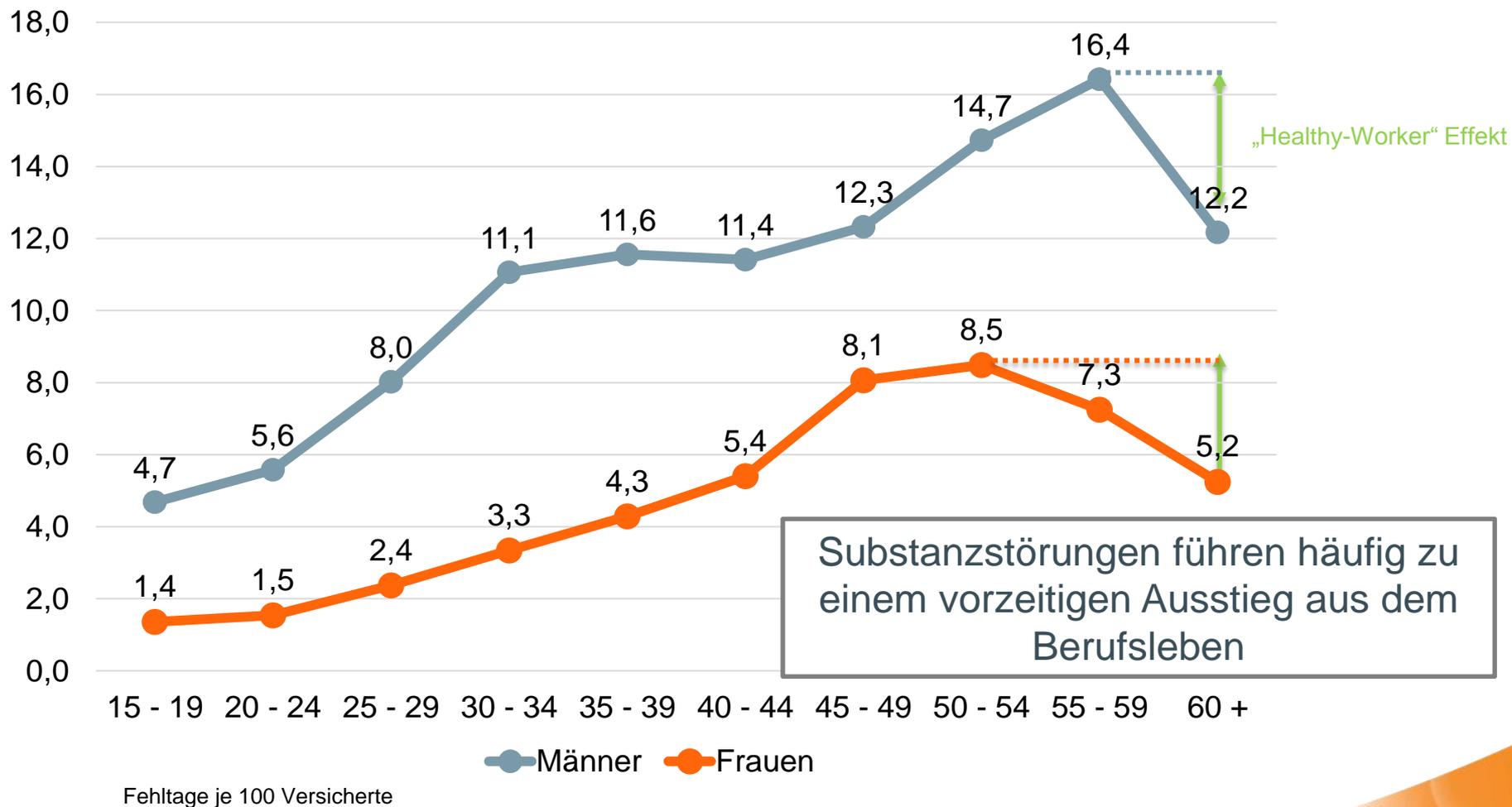


Substanz	Fehltage pro 100 Versicherte	Anteil
Alkohol	7,6	70%
Multipler Substanzgebrauch	1,4	13%
Cannabinoide	1,0	9%
Kokain	0,4	3%
Tabak	0,3	3%
Sedativa oder Hypnotika	0,1	1%
Stimulanzen	0,1	1%
Opioide	0,0	0%
Flüchtige Lösungsmittel	0,0	0%
Halluzinogene	0,0	0%
Gesamt	11,0	100%

Fehltage wegen Substanzstörungen machen 3,9 Prozent aller Fehltage wegen Psychischer Erkrankungen aus. Bezogen auf alle Erkrankungen sind es 0,7 Prozent

Quelle: Daten der DAK-Gesundheit

Ältere Beschäftigte auffällig wenige Fehltage wegen Substanzstörungen



Quelle: Daten der DAK-Gesundheit

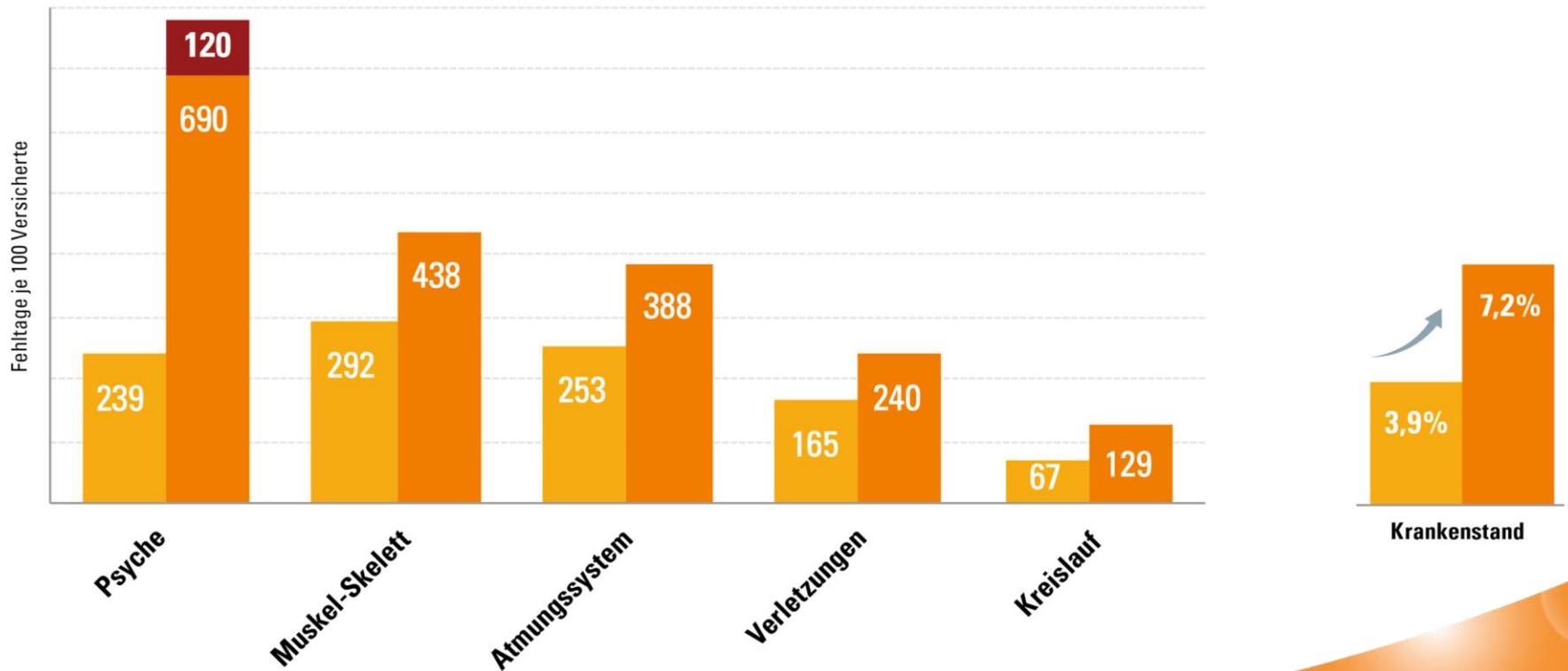
Berlin: Erwerbstätige mit Substanzstörung haben einen fast doppelt so hohen Krankenstand



■ **Substanzstörungen F10-F19**

■ Gruppe 1:
Ohne dokumentierte Hinweise
auf Substanzstörungen

■ Gruppe 2:
Mit dokumentierten Hinweisen
auf Substanzstörungen



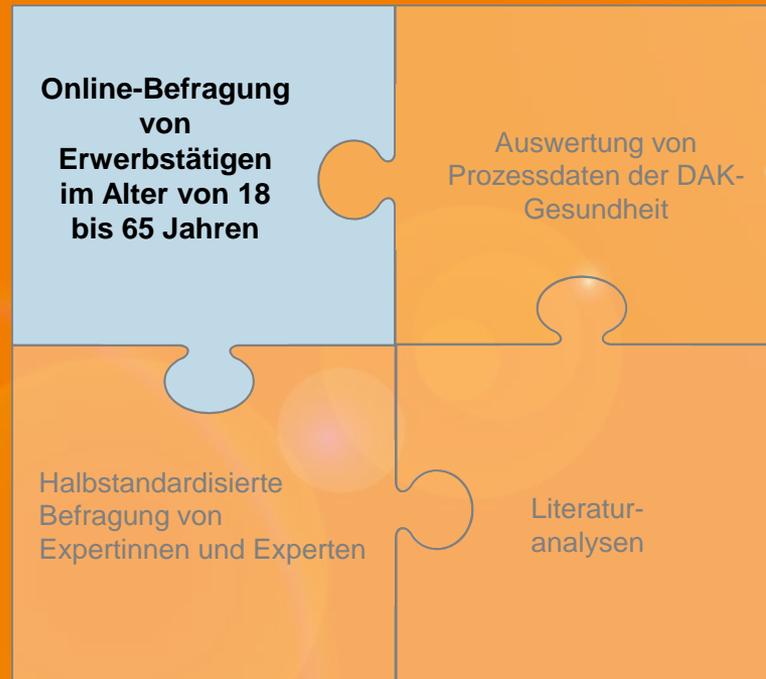
QUELLE: DAK-Gesundheitsreport 2019

Gesundheitsreport 2019: Untersuchte Süchte

Rauchen	Dampfen/ E-Zigarette	Alkohol	Computer- spiele/ Gaming	Social Media 
---------	-------------------------	---------	--------------------------------	---

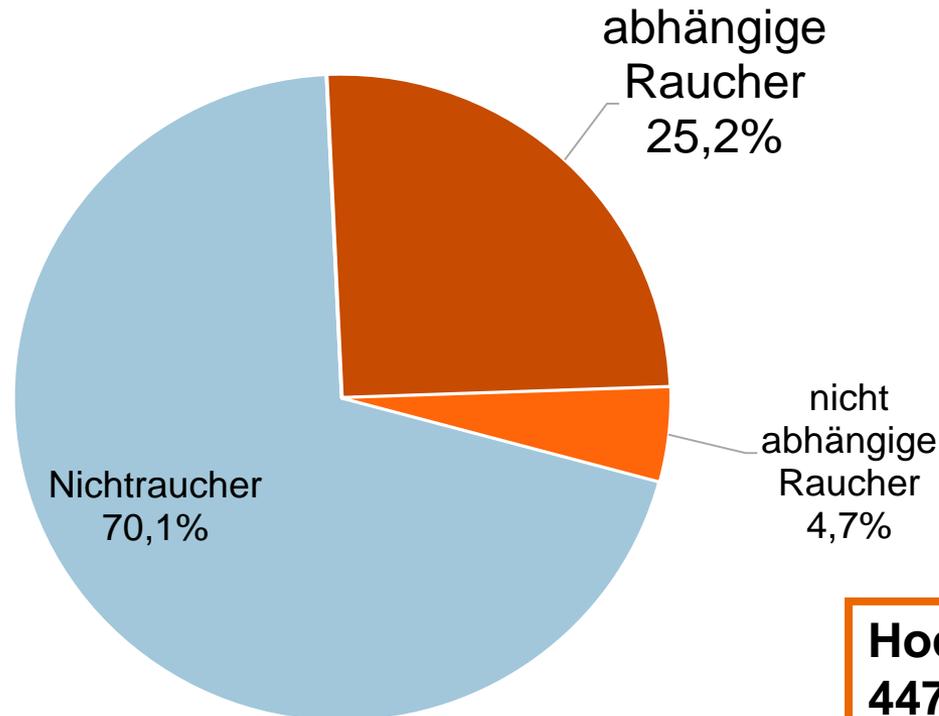
- ➔ Nutzung
- ➔ Riskante Nutzung
- ➔ Gebrauchsstörung und Abhängigkeit

3. Tabak- und Nikotinabhängigkeit



Berlin:

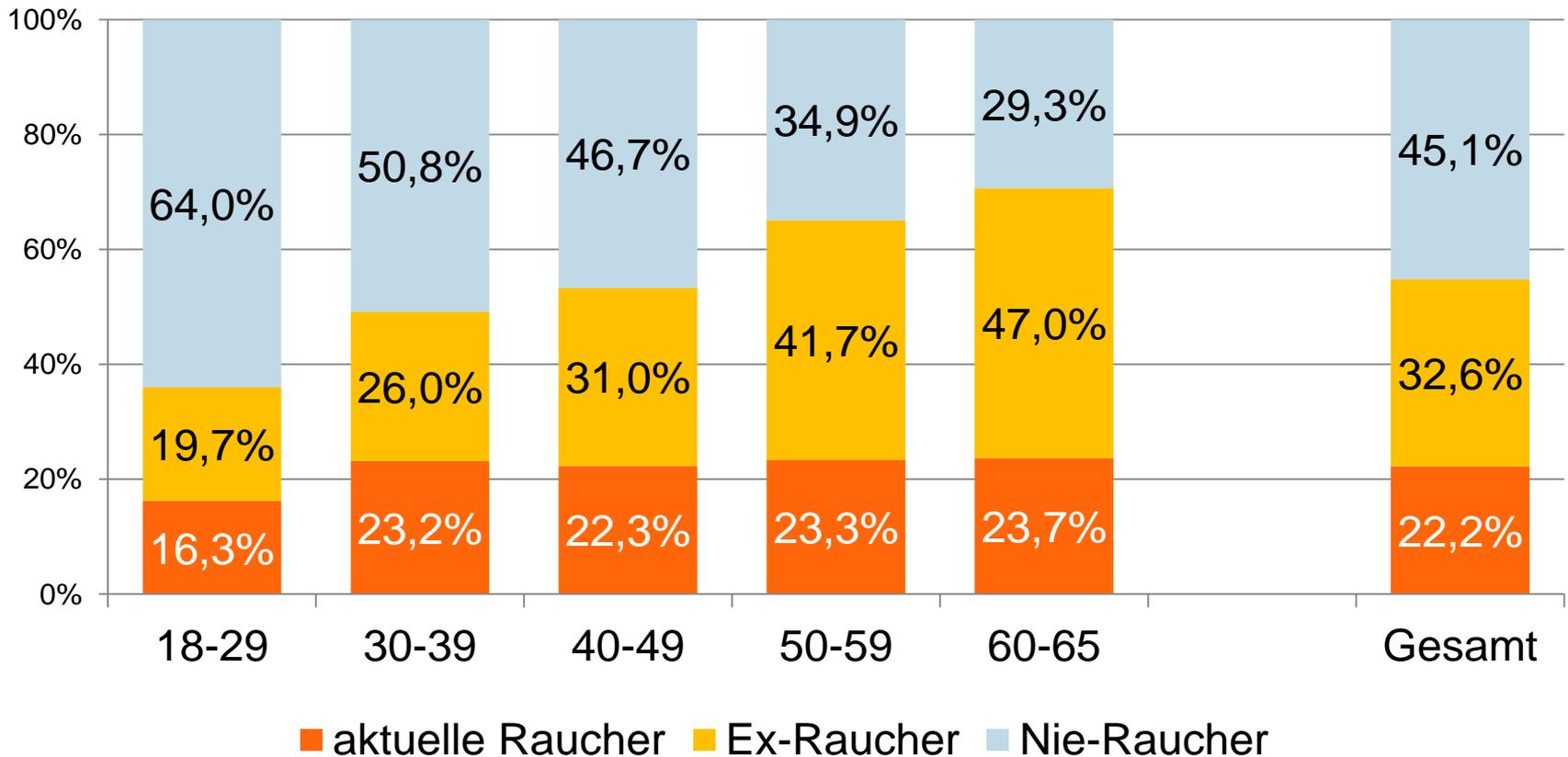
Jeder vierte Beschäftigte ist tabakabhängig (Zigarette)



**Hochgerechnet sind
447.000 Beschäftigte in
Berlin zigarettenabhängig.**

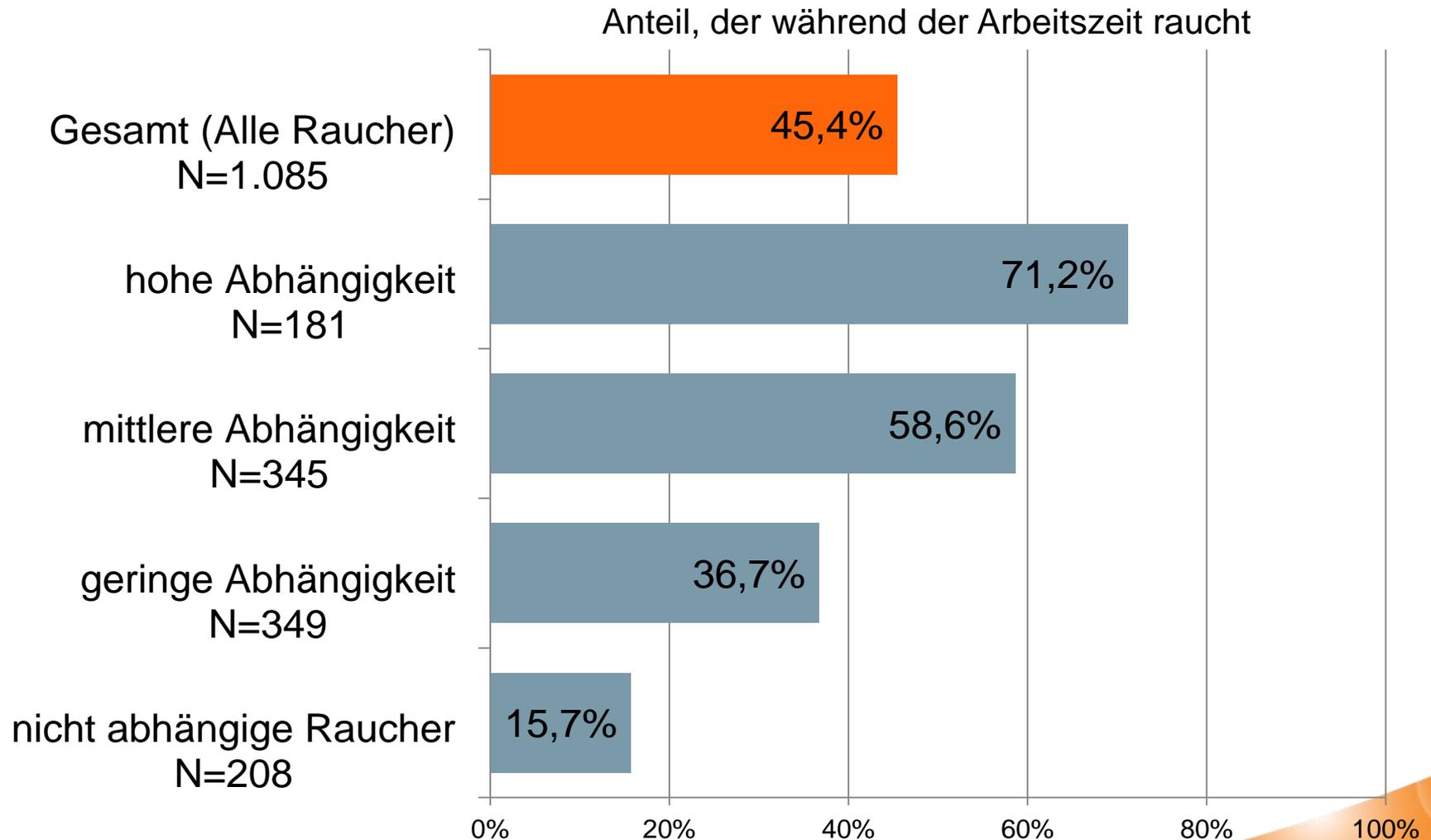
Basis: alle Beschäftigten. N=217

18- bis 29-jährige Beschäftigte mit geringster Raucherquote



Basis: alle Beschäftigten. N=5.614

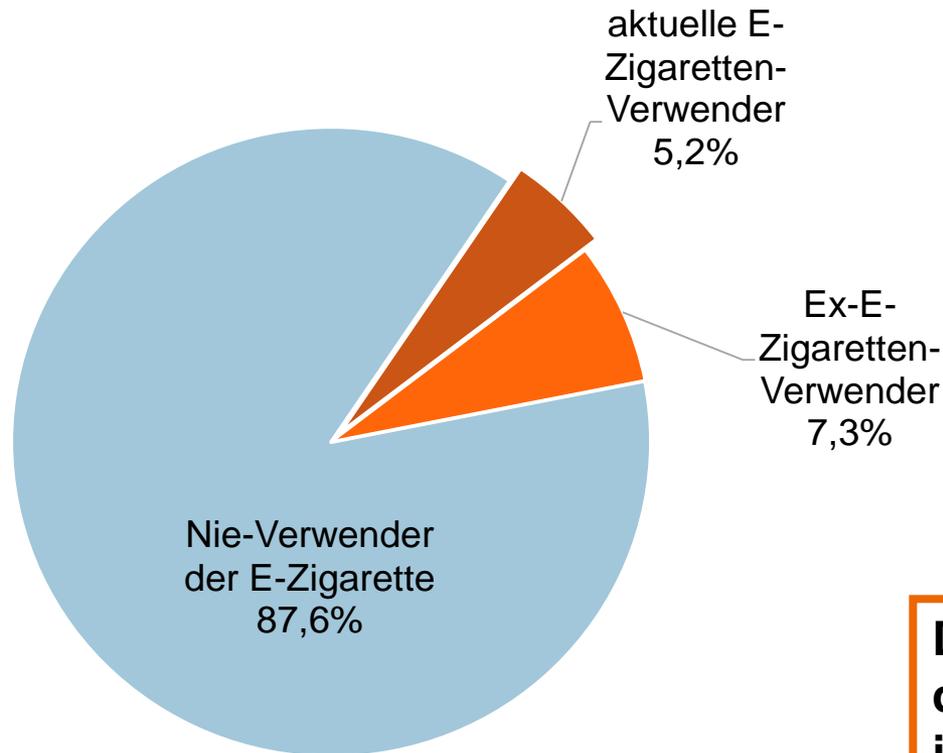
Je stärker die Abhängigkeit, umso eher wird auch während der Arbeitszeit geraucht (außerhalb von Arbeitspausen)



Basis: alle Raucher. N=1.244

Berlin:

E-Zigarette: 5,2 Prozent der Beschäftigten „dampfen“



Deutschlandweit dampfen 85 Prozent ihre E-Zigaretten mit Nikotin oder Tabak.

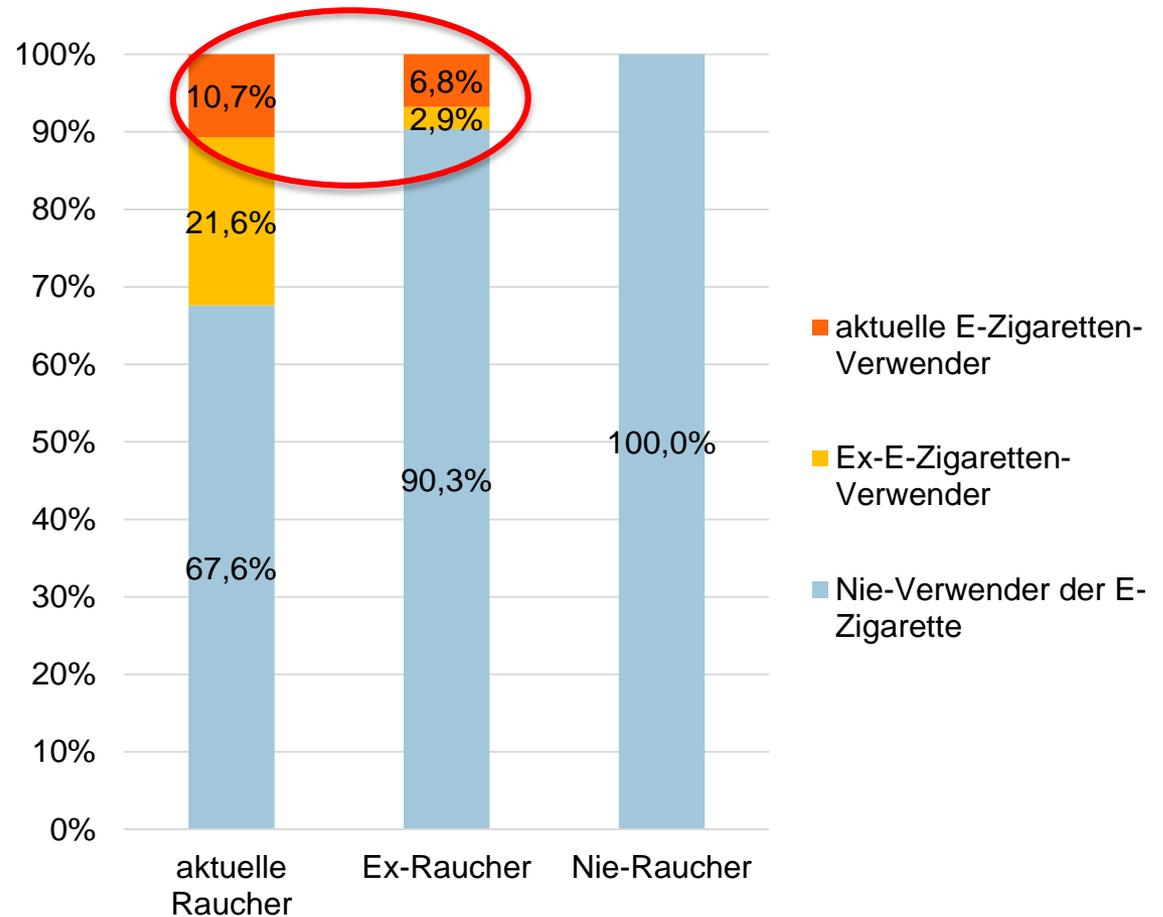
Basis: alle Beschäftigten. N=217

Berlin:

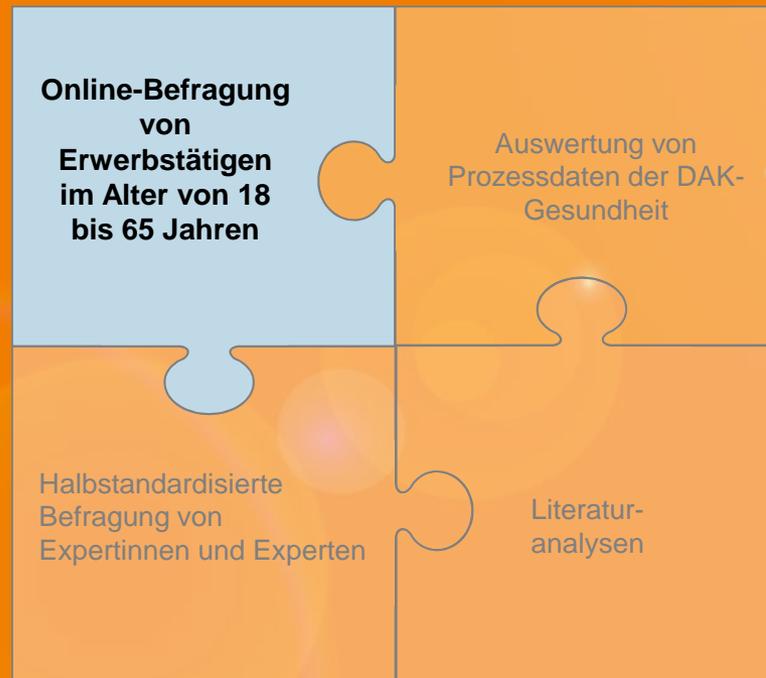
„Dampfer“ finden sich nur unter Rauchern oder Ex-Rauchern



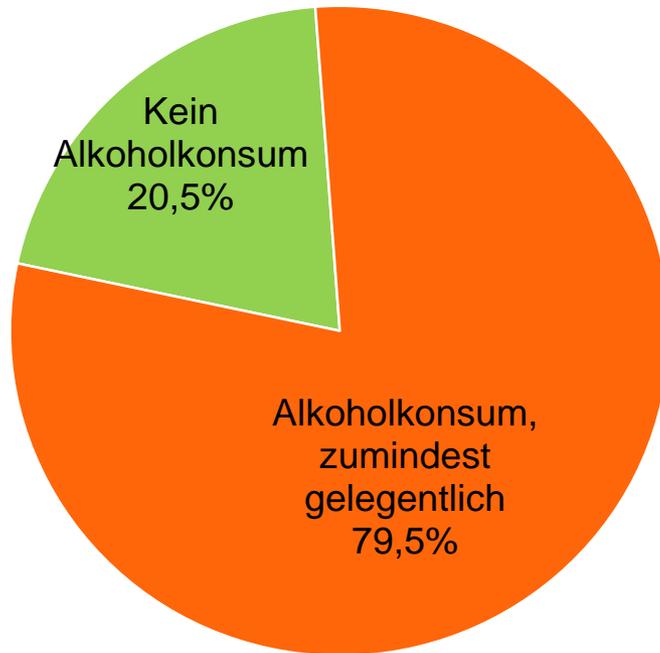
„Dampfer“ finden sich fast nur unter Rauchern und Ex-Rauchern. Wer nie geraucht hat, dampft nicht.



4. Alkoholabhängigkeit & Alkoholgebrauchsstörung



Berlin: 80 Prozent der Beschäftigten trinken Alkohol



80% Alkoholkonsum



79% Alkoholkonsum

Basis: alle Beschäftigten. N=217

Hintergrund: riskanter, schädlicher und abhängiger Alkoholkonsum, Alkoholgebrauchsstörung

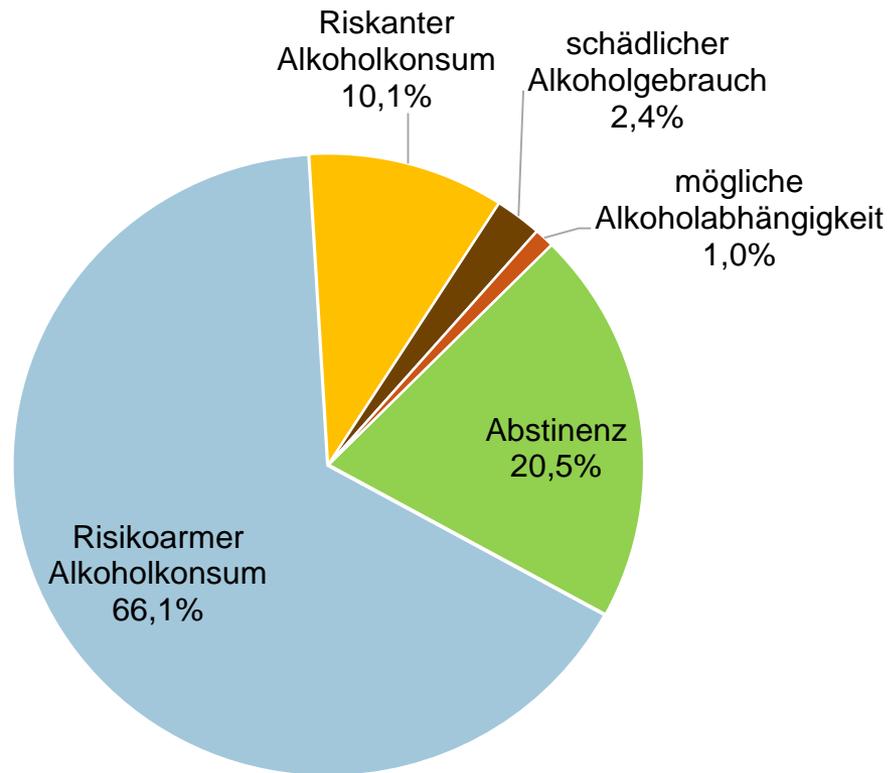
- **Risikoarmer Alkoholkonsum:** Konsum von geringen Mengen Alkohol. Das Risiko für das Auftreten bestimmter Krankheiten ist gering aber nicht risikolos.
- **Riskanter Alkoholkonsum:** Konsummuster, das mit einem erhöhten Risiko für alkoholbedingte Folgeschäden und -erkrankungen verbunden ist:
 - Pro Tag ab 24 g Reinalkohol für Männer und 12 g Reinalkohol für Frauen.
 - Das sind zwei Bier à 0,3l Bier für Männer oder ein Glas Bier à 0,3l für Frauen; zwei Tage pro Woche kein Alkohol.

Alkoholgebrauchs-
störung
Konsummuster gemäß
DSM-5

- **Schädlicher Alkoholgebrauch:** Konsummuster, das bereits krankheitswertig ist (ICD-10-Diagnose F10.1) - Betroffener haben bereits körperliche, psychische und/oder soziale Folgeschäden erlitten.
- **Alkoholabhängigkeit:** Abhängigkeit, bezogen auf die Substanz Alkohol (ICD-10: F10.2)

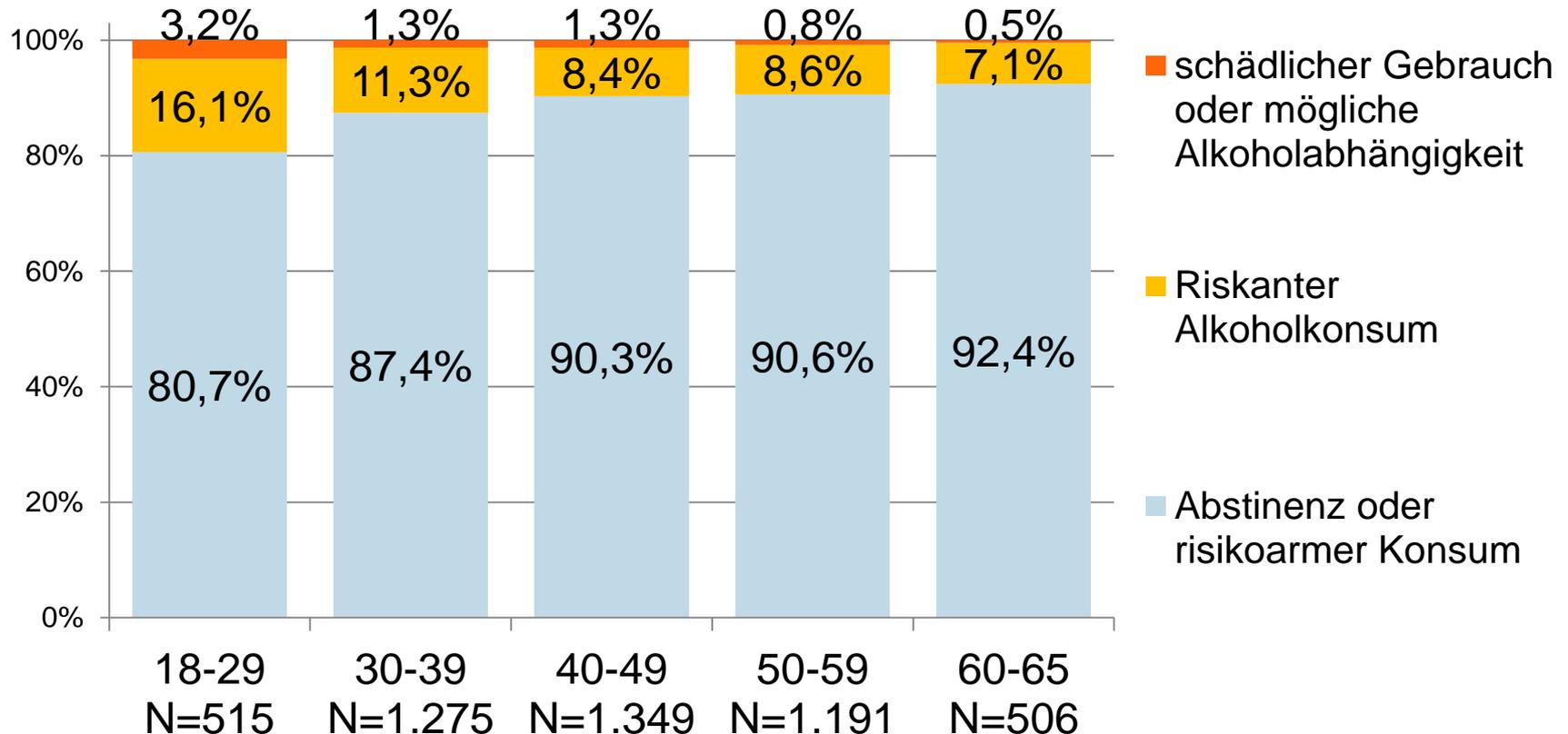
Berlin:

Jeder Zehnte trinkt riskant = 178.000 Beschäftigte



Basis: alle Beschäftigten. N=217

Riskanter Alkoholkonsum vor allem bei jungen Erwerbstätigen



Die Altersgruppe der 18- bis 29-Jährigen unterscheidet sich hinsichtlich der Alkoholgebrauchsstörung (schädlicher und abhängiger Gebrauch) und hinsichtlich des riskanten Alkoholkonsums signifikant von den anderen Altersgruppen.

Basis: alle Beschäftigten. N=5.614

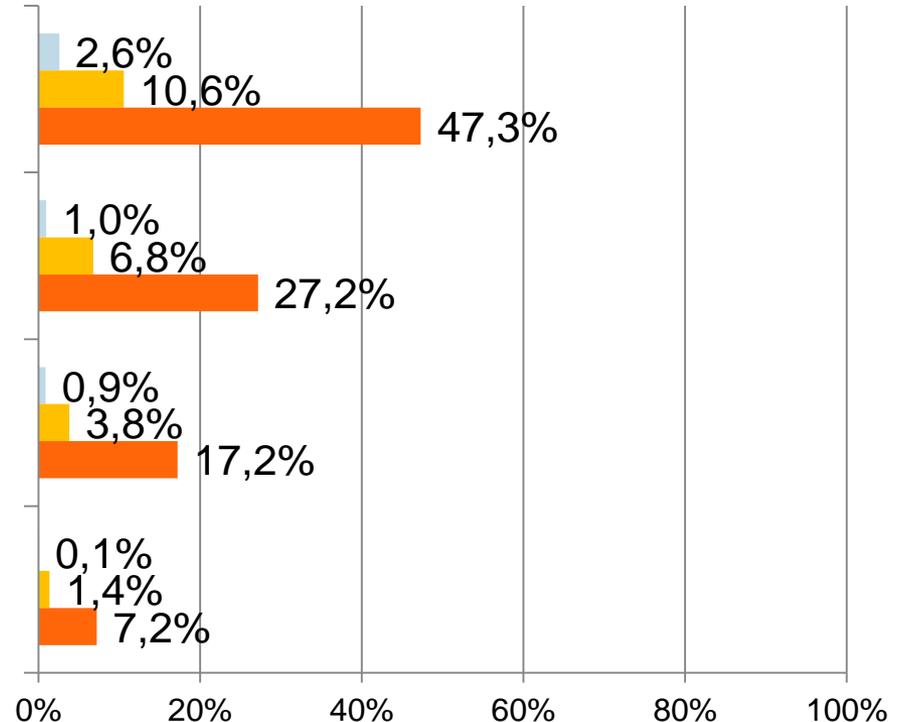
Menge des Alkoholkonsums und Auswirkungen auf die Arbeitswelt

i.d.letz.3 Monaten wegen Alkohol:
unkonzentriert oder abgelenkt bei der
Arbeit

i.d.letz.3 Monaten wegen Alkohol: zu
spät zur Arbeit gekommen oder
früher Schluss gemacht

Alkoholkonsum am Arbeitsplatz
mehrmals pro Monat und häufiger

Alkoholkonsum hat eine Rolle für
eine oder mehrere Krankmeldungen
i.d.ltz.12 Monaten gespielt



■ risikoarmer Konsum (N=3.703-3.719)

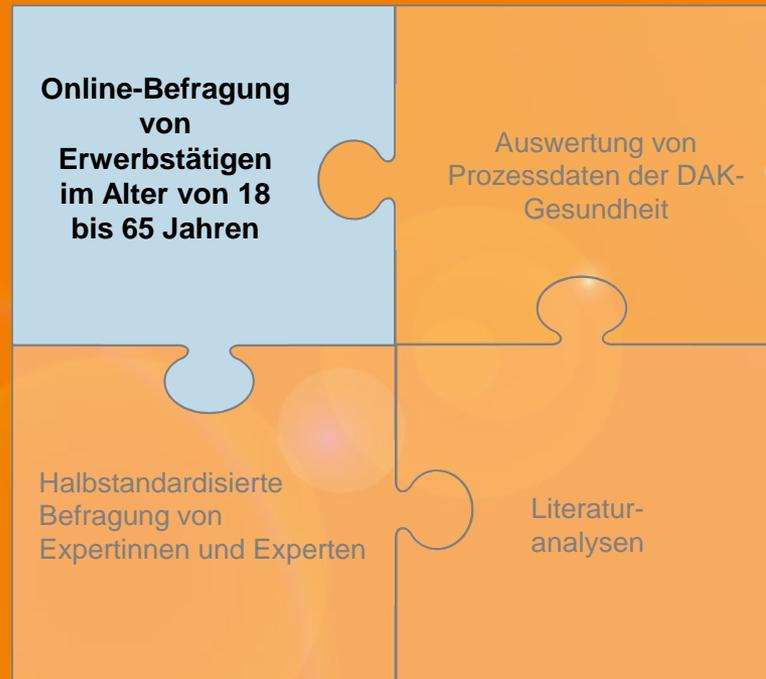
■ riskanter Konsum (N=542-544)

■ schädlicher Gebrauch oder mögliche Alkoholabhängigkeit (N=67-73)

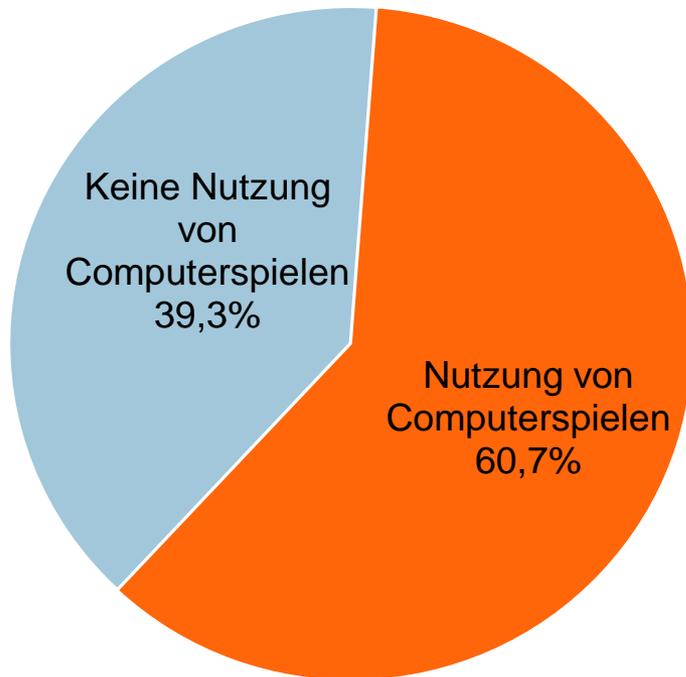
Alle Unterschiede sind signifikant

Basis: alle Beschäftigten, die Alkohol konsumieren. N=4.480.

5. Internet Gaming Disorder



Berlin: Die Mehrheit der Beschäftigten spielt Computerspiele



56%
Computerspielnutzung



66%
Computerspielnutzung

Basis: alle Beschäftigten. N=217

Beschäftigtenbefragung: Internet Gaming Disorder

Was ist Internet Gaming Disorder („Videospielsucht“)?

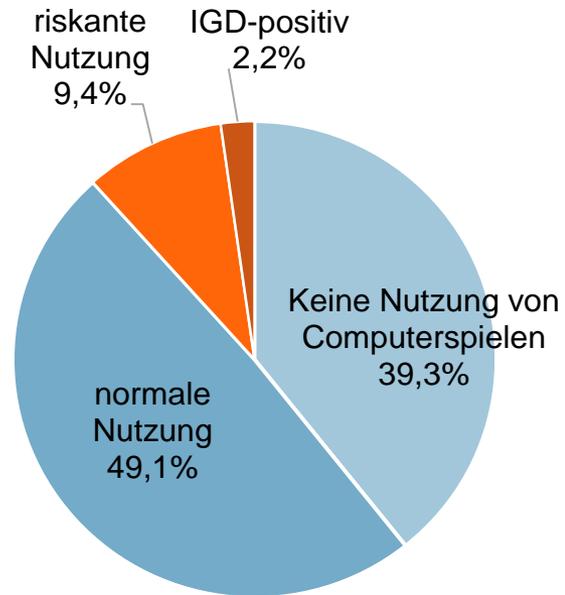
- **Mindestens fünf** der u.g. Kriterien müssen für die IGD-Diagnose vorliegen, bei zwei bis vier vorliegenden Kriterien handelt es sich um riskantes Spielverhalten.

1. Übermäßige Beschäftigung mit (Internet-)Spielen
2. Entzugssymptomatik (Reizbarkeit, Ängstlichkeit oder Traurigkeit)
3. Toleranzentwicklung
4. Erfolglose Versuche, die Teilnahme an (Internet-)Spielen zu kontrollieren
5. Interessenverlust an früheren Hobbys
6. Fortgeführtes exzessives Spielen von (Internet-)Spielen trotz der Einsicht in die psychosozialen Folgen
7. Täuschen von Familienangehörigen, Therapeuten und anderen bezüglich des Umfangs des Spielens von (Internet-)Spielen.
8. Nutzen von (Internet-)Spielen, um einer negativen Stimmungslage zu entfliehen oder sie abzuschwächen (z. B. Gefühl der Hilflosigkeit, Schuldgefühle, Ängstlichkeit).
9. Gefährdung oder Verlust einer wichtigen Beziehung, der Arbeitsstelle oder Ausbildungs-/Karrieremöglichkeit aufgrund der Teilnahme an (Internet-)Spielen.

- **2-4 Items der 9-Item-Skala bejaht:** Einstufung als riskante Nutzung von Computerspielen.

- **Messinstrument:** Internet Gaming Disorder Scale

Computerspielesucht in Berlin



Riskante Nutzung Computerspiele:

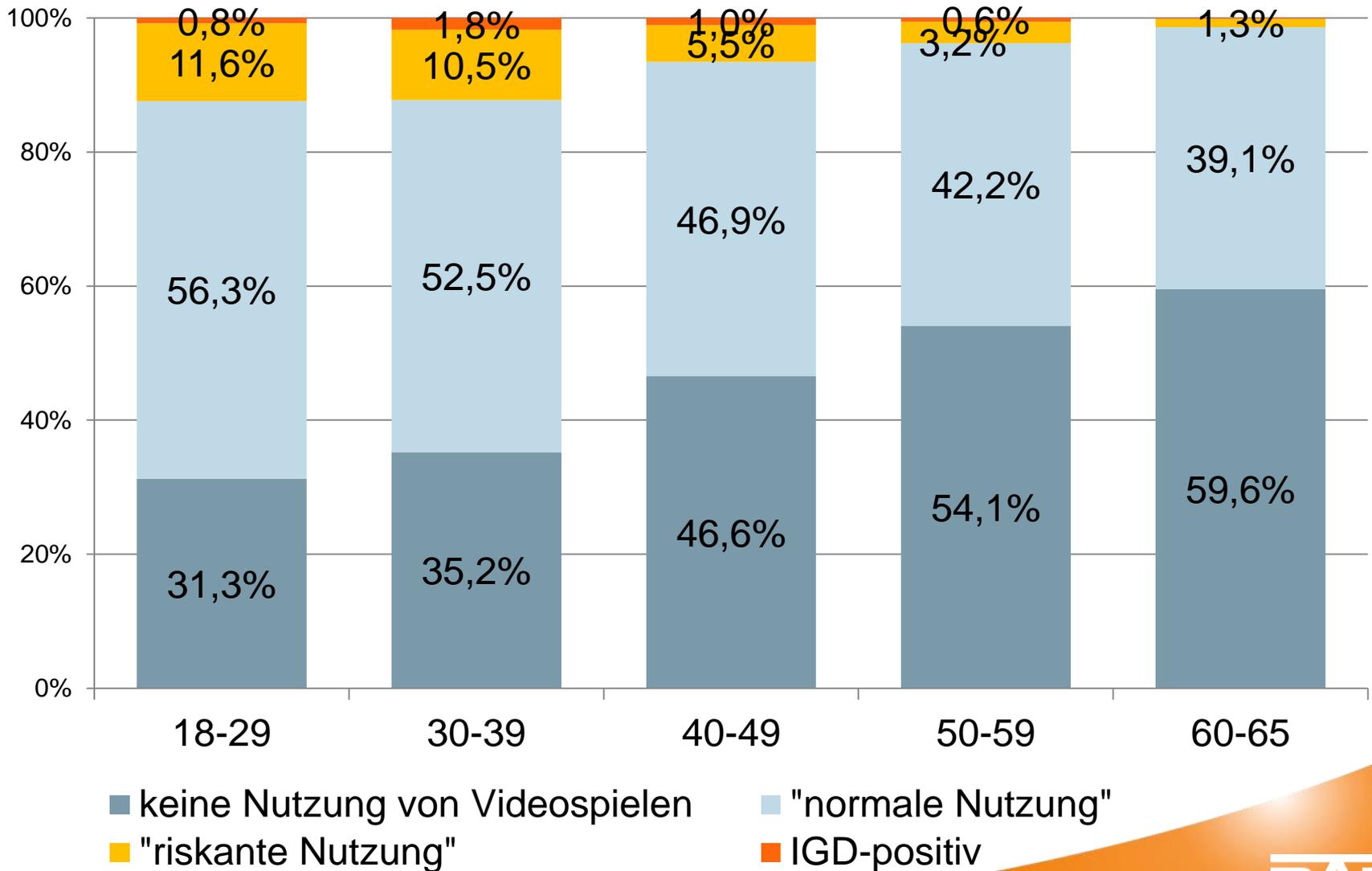
- 2-4 Items der 9-Item-Skala bejaht: 167.000 Beschäftigte in Berlin

Internet Gaming Disorder:

- mindestens 5 Items der Skala bejaht: 40.000 Beschäftigte in Berlin

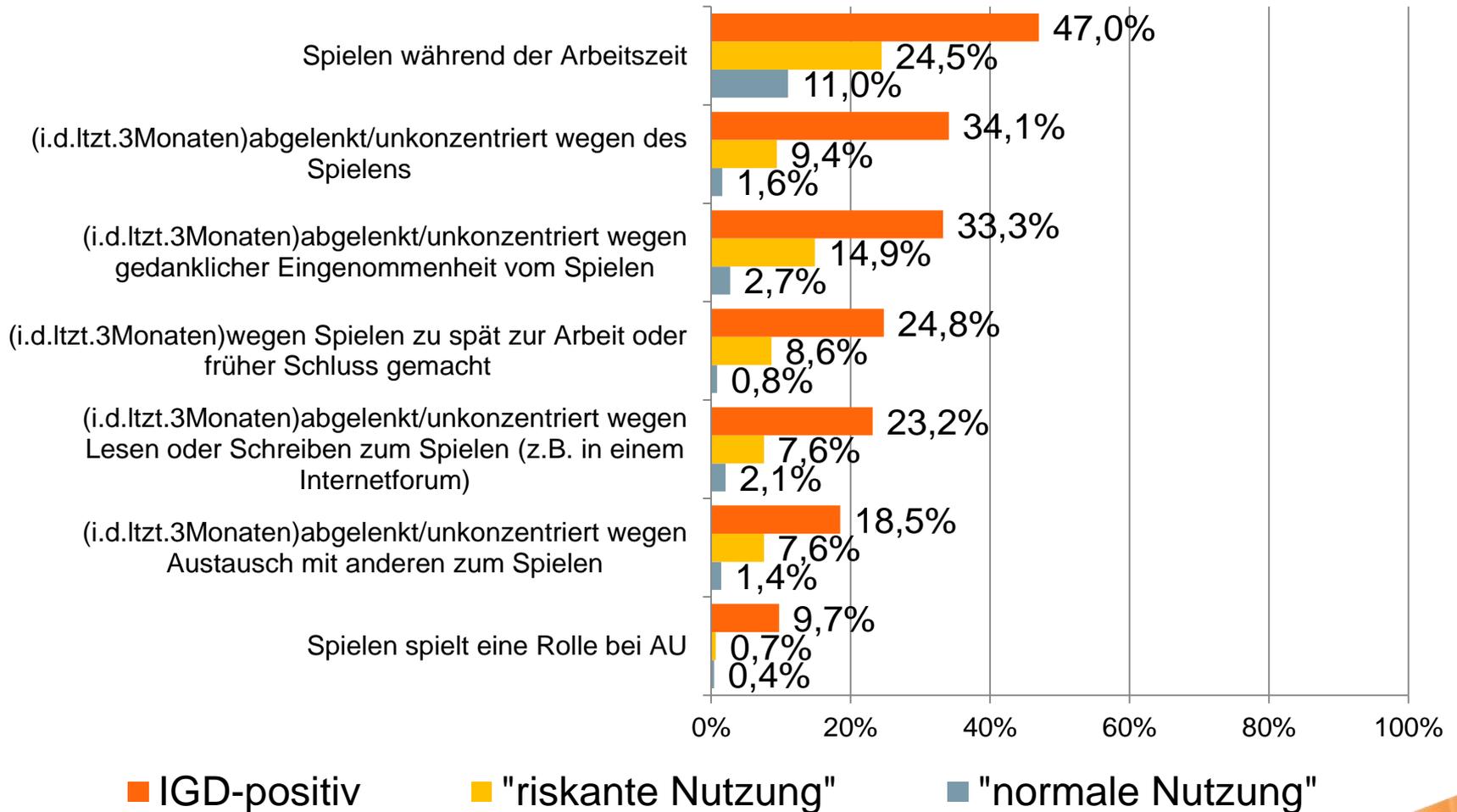
Basis: alle Beschäftigten. N=217

Junge Beschäftigte besonders betroffen



Basis: alle Beschäftigten. N=5.614

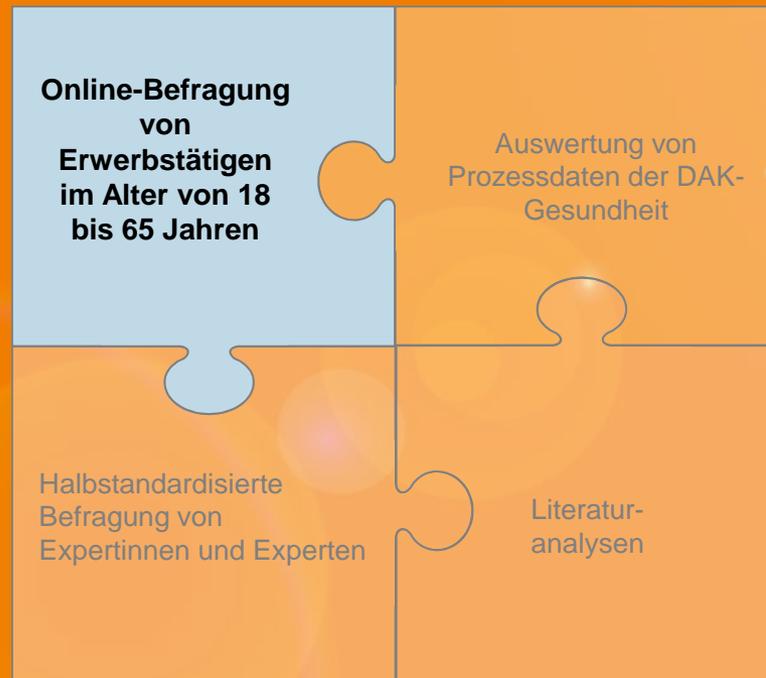
Computerspielverhalten wirkt sich deutlich auf die Arbeit aus



Alle Unterschiede sind signifikant

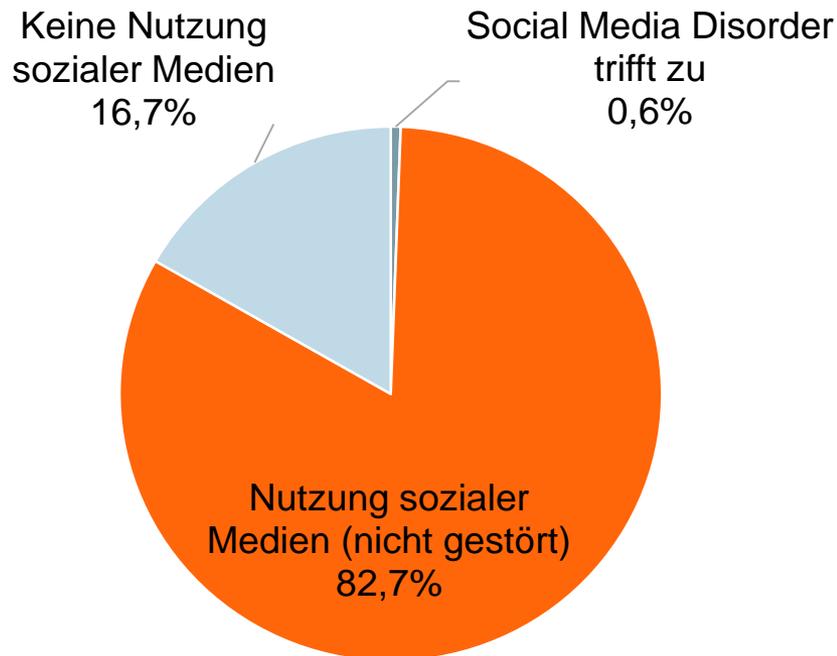
Basis: alle Videospieldnutzer: N=3.145.

6. Social Media Disorder



Berlin:

0,6 Prozent der Beschäftigten mit einer „Social Media Disorder“



Hochgerechnet gibt es in Berlin 10.000 Beschäftigte mit einer „Social Media Disorder“.

Messinstrument: Social Media Disorder Scale

Männliche Beschäftigte unterscheiden sich dabei nicht signifikant von weiblichen Beschäftigten.

Basis: alle Beschäftigten. N=217

- Der Krankenstand im Jahr 2018
- Sucht 4.0 – Trinken, Dampfen, Gamen in der Arbeitswelt
- **Zusammenfassung**

Zusammenfassung

- Erwerbstätige in Berlin mit Hinweisen auf eine mögliche Suchtproblematik haben einen fast doppelt so hohen Krankenstand wie ihre Kollegen ohne Hinweise.
 - Sie fehlen öfter krankheitsbedingt am Arbeitsplatz in allen Diagnosegruppen.
 - Bei den psychischen Erkrankungen haben betroffene Erwerbstätige beispielsweise mehr als dreimal so viele Fehltage wie Erwerbstätige ohne Hinweise auf eine mögliche Suchtproblematik.
 - Bei jungen Arbeitnehmern wird Substanzgebrauch besonders häufig als AU-Diagnose auf der Krankschreibung angegeben.
- Unter den Substanzstörungen spielt Alkohol die größte Rolle im Arbeitsunfähigkeitsgeschehen.

Zusammenfassung: Konsum und Sucht bei Erwerbstätigen in Berlin

	Rauchen	Dampfen/ E-Zigarette	Alkohol	Computer- spiele/ Gaming	Social Media
Abstinenz / keine Nutzung	70,1%	94,8%	20,5%	39,3%	16,7%
Nutzung	29,9%	5,2%	79,5%	60,7%	82,7%
Riskante Nutzung	*	*	10,1%	9,4%	*
Schädlicher Gebrauch	*	*	2,4%	*	*
Abhängigkeit	25,2%	4,3%	1,0%	2,2%	0,6%

So lesen Sie die Tabelle - alle Anteile beziehen sich auf alle Beschäftigten:

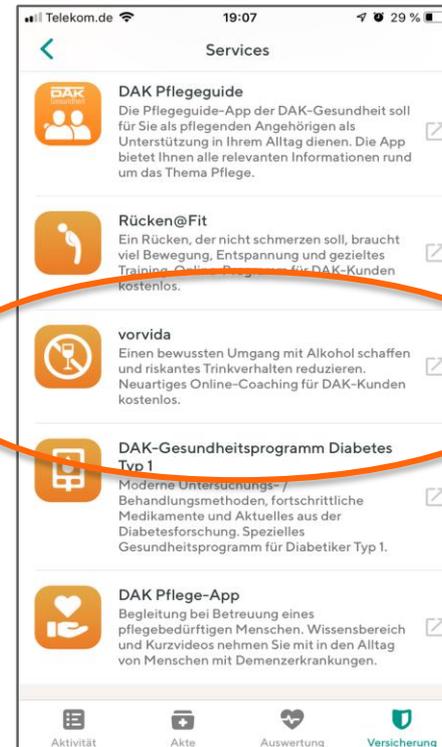
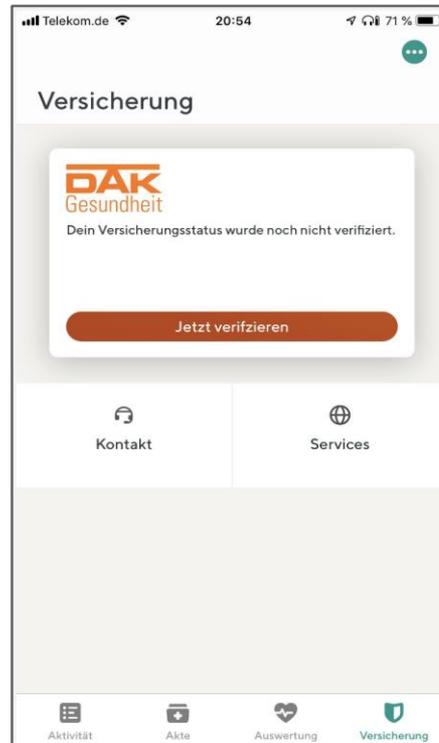
- 20,5 % aller Beschäftigten trinken keinen Alkohol.
- 79,5 % aller Beschäftigten trinken zumindest gelegentlich Alkohol.
- 10,1 % aller Beschäftigten betreiben einen riskanten Alkoholkonsum.
- 2,4 % aller Beschäftigten betreiben einen schädlichen Gebrauch von Alkohol.
- 1,0 % aller Beschäftigten sind alkoholabhängig.

DAK-Gesundheit mit neuem Online-Programm bei Alkoholproblemen

VORV!DA®

- Der Ansatz von „Vorvida“ ist vollkommen neu. Das Online-Programm hat nicht zwingend eine Abstinenz als Ziel. Das Coaching hilft dabei, den Alkoholkonsum zu reduzieren.
- Teilnehmen können Erwachsene, die ihren eigenen Alkoholkonsum als problematisch empfinden und deswegen Hilfe suchen.
- Die Wirksamkeit des Selbsthilfe-Programms belegt eine Studie des Universitätsklinikums Hamburg Eppendorf (UKE): 75 Prozent der Teilnehmer konnten ihren Alkoholkonsum reduzieren.
- Die DAK-Gesundheit bietet „Vorvida“ als erste gesetzliche Krankenkasse kostenlos.

VORV!DA® – in die Gesundheitsakte Vivy integriert



Back-up-Folie:

Die Retter der Zukunft: Eine Spiele-App für Azubis



- Eine Studie des Betrieblichen Gesundheits-Managements (BGM) zeigt: Fast 60 Prozent der befragten Arbeitgeber sehen Computerspiele und andere Internetanwendungen als Problem in ihrem Unternehmen.
- **Retter der Zukunft:** Spiele-App als Paradoxe Intervention:
 - Die Spieler erleben eine **spannende Geschichte**, in der sie subtil auf die Gefahren der übermäßigen Nutzung von neuen Medien und Games sensibilisiert werden. Auf diese Weise wird ihr selbstorganisierter Lernprozess positiv unterstützt.

Was steckt eigentlich hinter ... ?

- **Muskel-Skelett-Erkrankungen** – z. B. Rückenschmerzen, Bandscheibenschaden, Knieprobleme etc.
- **Atemwegserkrankungen** – z. B. Erkältung (akute Infektion der Atemwege), Bronchitis, Mandelentzündung
- **Verletzung und Vergiftung** – z. B. Verstauchungen, Verrenkungen, Schnittwunden, Unfälle (am Arbeitsplatz, im Haushalt)
- **Infektionen** – z. B. Magen-Darm-Grippe
- **Psychische Erkrankungen** – z. B. Depression, Neurosen oder Angststörungen
- **Erkrankungen des Verdauungssystems** – z. B. Magen- und Darmprobleme wie Durchfall (Diarrhö), Entzündungen und Infektionen
- **Erkrankungen des Kreislaufsystems** – z. B. Bluthochdruck, Schlaganfall und andere Herzerkrankungen
- **Neubildungen** – z. B. gute oder bösartige Tumore
- **Erkrankung der Haut** – z. B. Hautabszess, Ekzeme, Allergische Hautentzündung