

DAK-Sonderhotline: Das hilft bei Ängsten und Sorgen Fachleute informieren am 27. Oktober über nützliche Strategien für Kinder und Erwachsene

Hamburg, 25. Oktober 2022. Die DAK-Gesundheit bietet am 27. Oktober eine Sonderhotline zum Umgang mit Ängsten und Sorgen an. Was tun, wenn die Sorgen nicht mehr aufhören wollen? Wie gefährlich ist ständige Angst? Wann sollte man aufgrund einer psychischen Störung eine Arztpraxis aufsuchen? Antworten auf diese und andere Fragen geben Medizinerinnen und Mediziner am 27. Oktober bei der DAK-Hotline. Das spezielle Serviceangebot der DAK-Gesundheit ist unter der kostenlosen Rufnummer 0800 1111 841 von 8 Uhr bis 20 Uhr geschaltet.

Aktuelle Studien der DAK-Gesundheit zeigen eine dramatische Entwicklung: 2021 hatten Beschäftigten in Deutschland rund 15 Prozent mehr Fehltage aufgrund von Angststörungen als in der Vor-Corona-Zeit. Bei Jugendlichen sind im Vergleich zu Vor-Corona die Behandlungszahlen von Mädchen mit einer Angststörung um 18 Prozent gestiegen. Ständige Sorgen können auf Dauer krank machen. Deshalb brauchen schon Kinder und Jugendliche Strategien, um die Anspannung im Alltag zu senken.

DAK-Gesundheit mit Sonderhotline

Um aufzuklären, wie sich Ängste in jedem Lebensalter bewältigen lassen, schaltet die DAK-Gesundheit am 27. Oktober von 8 bis 20 Uhr eine Sonderhotline. Unter der kostenlosen Rufnummer 0800 1111 841 informieren Fachleute, was Sport und Bewegung bewirken können und welche Entspannungsmethoden ratsam sind. Informationen zu passenden Kursen gibt es auch im Internet unter: www.dak.de/prävention