

## Pressemitteilung

# Volkskrankheit Rückenschmerzen: Mehr als eine halbe Million Betroffene in Hamburg

## Gesundheitsatlas des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WIdO) zeigt Verbreitung, Relevanz und Risikofaktoren von Rückenschmerzen

Hamburg, 20.11.2023

**Rückenschmerzen sind eines der häufigsten Gesundheitsprobleme in Deutschland. Im Jahr 2021 wurde bei insgesamt 26,2 Millionen Menschen in Deutschland diese Diagnose gestellt. Das entspricht einem Anteil von 31,4 Prozent der Bevölkerung. In Hamburg waren 515.000 Menschen betroffen. Ihr Anteil von 27,8 Prozent in der Bevölkerung liegt somit klar unter dem Bundesdurchschnitt. Das zeigt der aktuelle Gesundheitsatlas des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WIdO), der erstmals die regionale Verteilung von Rückenschmerzen bis auf die Ebene der Kreise und kreisfreien Städte transparent macht. Dabei zeigen sich nicht nur Unterschiede zwischen Männern und Frauen, die deutlich stärker betroffen sind, sondern auch Differenzen zwischen ländlichen Regionen und Ballungsräumen.**

Im Vergleich der Bundesländer findet sich die geringste Rückenschmerzhäufigkeit unter allen Einwohnerinnen und Einwohnern in den Stadtstaaten Hamburg mit 27,8 Prozent, Bremen mit 27,7 Prozent und Berlin mit 28,3 Prozent. Betrachtet man die Metropolen in Deutschland liegt Hamburg im unteren Mittelfeld. Frankfurt verzeichnet mit 26,0 Prozent die wenigsten Fälle dieser Diagnose, Nürnberg mit 34,7 Prozent und Dortmund mit 34,9 Prozent bilden hier die Spitze.

Seit 2017 bleibt die Erkrankungshäufigkeit (Prävalenz) von Rückenschmerzen auf einem konstant hohen Niveau und steigt mit zunehmendem Alter deutlich an. Sowohl bundesweit als auch in Hamburg sind Frauen stärker betroffen als Männer. Mit 56,7 Prozent liegt der Anteil der betroffenen Hamburgerinnen in der Altersgruppe von 80 bis 84 Jahren am höchsten, bei den Männern liegt der Anteil in den selben Altersjahren mit 48,1 Prozent leicht darunter. Die 515.000 Patientinnen und Patienten mit Rückenschmerzen in Hamburg verteilen sich aufgrund der demografischen Struktur so, dass die größte Patientenzahl sowohl bei den Männern als auch bei den Frauen in der Altersgruppe zwischen 55 und 59 Jahren vorliegt.

### **Große Belastung für die Wirtschaft durch Ausfälle am Arbeitsplatz**

„Diese Zahlen belegen, dass Rückenschmerzen eine Volkskrankheit sind, die vielen Menschen Lebensqualität raubt“, sagt Sabine Deutscher, Vorstandsmitglied der AOK Rheinland/Hamburg. „Deshalb ist es wichtig, dass wir neben der Behandlung auch die Prävention verstärkt in den Blick nehmen.“ Neben mehr Informationen über die in den meisten Fällen unspezifischen Rückenschmerzen, die keine eindeutige Ursache haben, bleibt körperliche Aktivität der Schlüssel zur Vermeidung von Rückenbeschwerden. „Bewegung und Sport können der Entstehung und Chronifizierung von Rückenschmerzen vorbeugen“, sagt Sabine Deutscher.

Das gelte auch am Arbeitsplatz, der so gestaltet sein sollte, dass Fehlhaltungen und Überbelastungen verhindert werden – auch im Interesse der Arbeitgeber, denn der volkswirtschaftliche Schaden von Ausfällen ist enorm: 14 Prozent der Arbeitsunfähigkeitstage gehen auf Rückenschmerzen zurück. Laut Krankheitskostenstatistik entfielen im Jahr 2020 11,6 Milliarden Euro und damit 2,8 Prozent aller Krankheitskosten auf Rückenleiden. „Die AOK Rheinland/Hamburg unterstützt gemeinsam mit ihrem Institut für berufliche Gesundheitsförderung (BGF-I) Arbeitgeber bei einer konsequenten betrieblichen Gesundheitsförderung, die sich gesundheitlich für den Mitarbeitenden und ökonomisch für das Unternehmen bezahlt macht“, so Deutscher.

### **Regionale Faktoren**

Das WIdO hat für den Gesundheitsatlas auch regionale Faktoren untersucht, die in Zusammenhang mit dem Auftreten von Rückenschmerzen stehen. Wichtig: Diese Analysen beziehen sich jeweils auf alle 400 Kreise und kreisfreien Städte Deutschlands, da deren Bevölkerungszahl in den einzelnen Bundesländern oder Regionen nicht ausreicht, um einen statistisch aussagekräftigen Vergleich anzustellen. Gleichwohl sind die Ergebnisse aufschlussreich: So zeigt der

Gesundheitsatlas insgesamt ein deutliches Land-Stadt-Gefälle, das mit der in ländlichen Regionen im Durchschnitt häufig älteren Bevölkerung zu tun hat: In dünn besiedelten ländlichen Kreisen liegt die Prävalenz von Rückenschmerzen bei 33,7 Prozent, in den Metropolen hingegen nur bei 28,9 Prozent, wobei der Unterschied geringer ausfällt, wenn man die unterschiedlichen Alters- und Geschlechterstrukturen berücksichtigt.

### **Regionen mit materieller und sozialer Benachteiligung stärker betroffen**

Bei der Rückenschmerz-Häufigkeit kommen auch Faktoren wie Einkommen, Beschäftigungsverhältnis oder Bildungsgrad zum Tragen. Sozioökonomisch benachteiligte Menschen leiden laut Gesundheitsatlas häufiger unter Rückenschmerzen als Menschen mit hohem sozialen Status. Ökonomisch und sozial besonders benachteiligte Regionen weisen mit bundesweit 34,2 Prozent eine höhere Erkrankungshäufigkeit auf als Regionen mit der besten materiellen und sozialen Ausgangssituation. Dort liegt der Wert nur bei 28,8 Prozent.

Auch Übergewicht ist ein Risikofaktor für die Entstehung oder Chronifizierung von Rückenschmerzen. In Regionen mit einem höheren Anteil adipöser Personen sind auch mehr Menschen von Rückenschmerzen betroffen. So liegt die Prävalenz von ärztlich dokumentierten Rückenschmerzen in Regionen mit hohem Adipositas-Anteil bei 35,9 Prozent, in Regionen mit niedrigem Adipositas-Anteil nur bei 28,2 Prozent.

Ähnliches gilt für Depressionen, bei denen sich ebenfalls ein deutlicher statistischer Zusammenhang zeigt: In Regionen mit vielen Patientinnen und Patienten mit Depressionen treten häufiger Rückenschmerzen auf (34,6 Prozent) als in Regionen, in denen weniger an Depressionen Erkrankte leben (29,3 Prozent).

### **Zum Gesundheitsatlas**

Alle Schmerzen von der Halswirbelsäule bis zum Steißbein werden als Rückenschmerzen bezeichnet. Im Gesundheitsatlas werden Zahlen zur Häufigkeit von Rückenschmerzen dargestellt, die auf Routinedaten der gesetzlichen Krankenkassen beruhen. Als Erkrankung gilt, wenn die Krankheit im zurückliegenden Jahr ärztlich dokumentiert wurde (1-Jahres-Prävalenz). Es erfolgte keine Einschränkung nach Lokalisation, Intensität oder Dauer der Beschwerden am Rücken.

Den Großteil der Fälle machen unspezifische Rückenschmerzen aus, die auf keine eindeutige Ursache wie Verletzungen oder Vorerkrankungen zurückzuführen sind. Zu deren Risikofaktoren zählen neben dem höheren Alter auch psychosoziale Faktoren (wie Depressionen, Stress, Ängstlichkeit), arbeitsplatzbezogene Faktoren (starke körperliche Belastung, Unzufriedenheit) sowie Rauchen und Übergewicht, wobei die Wissenschaft bei diesen Risikofaktoren noch keine klaren Aussagen zu direkten Zusammenhängen oder eindeutigen Ursachen machen kann.

Weitere Informationen unter:

[Gesundheitsatlas Deutschland zu Rückenschmerzen in Hamburg](#)