



Gesundheitsreport 2017

Stadt Darmstadt, Landkreis Darmstadt-Dieburg und
Bundesland Hessen

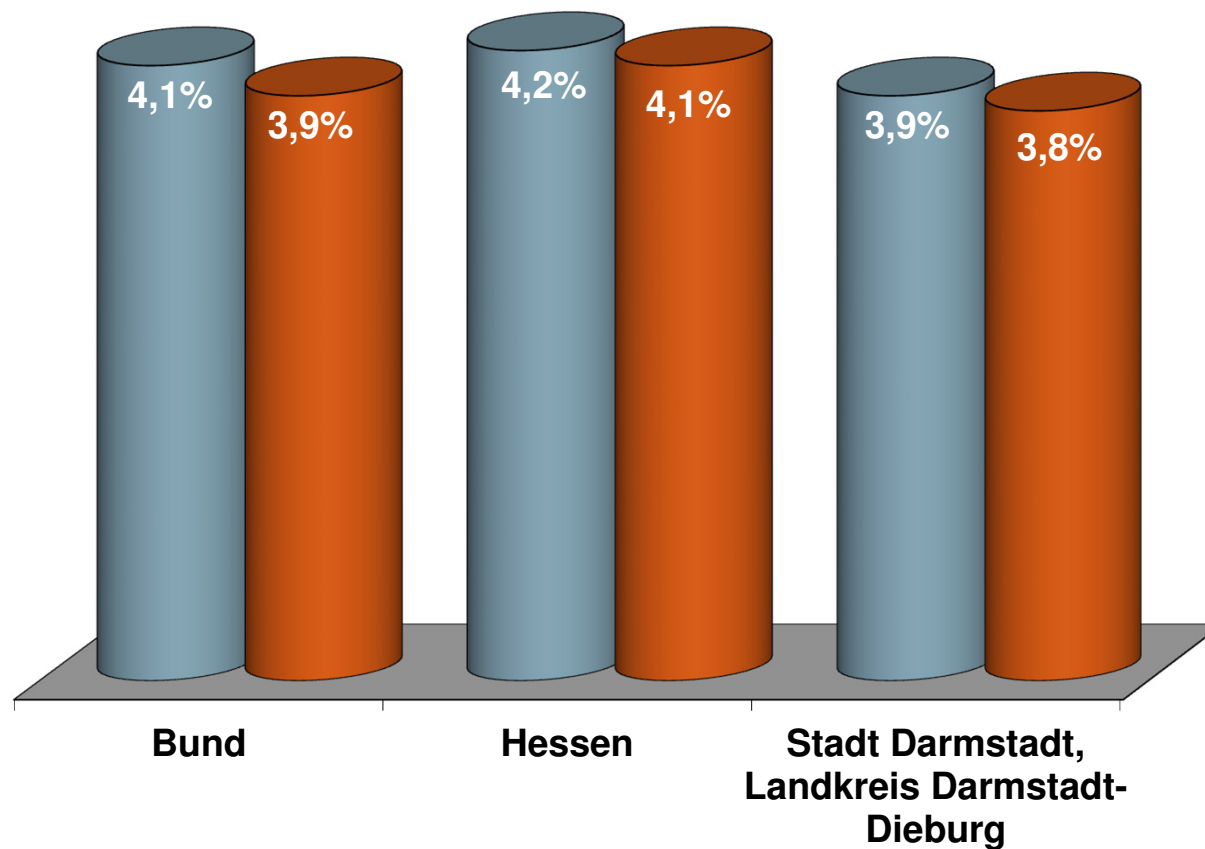
iGES

DAK
Gesundheit

- Der Krankenstand in der Stadt Darmstadt, Landkreis Darmstadt-Dieburg im Jahr 2016
- Hessen schläft schlecht – ein unterschätztes Problem
- Angebote der DAK-Gesundheit

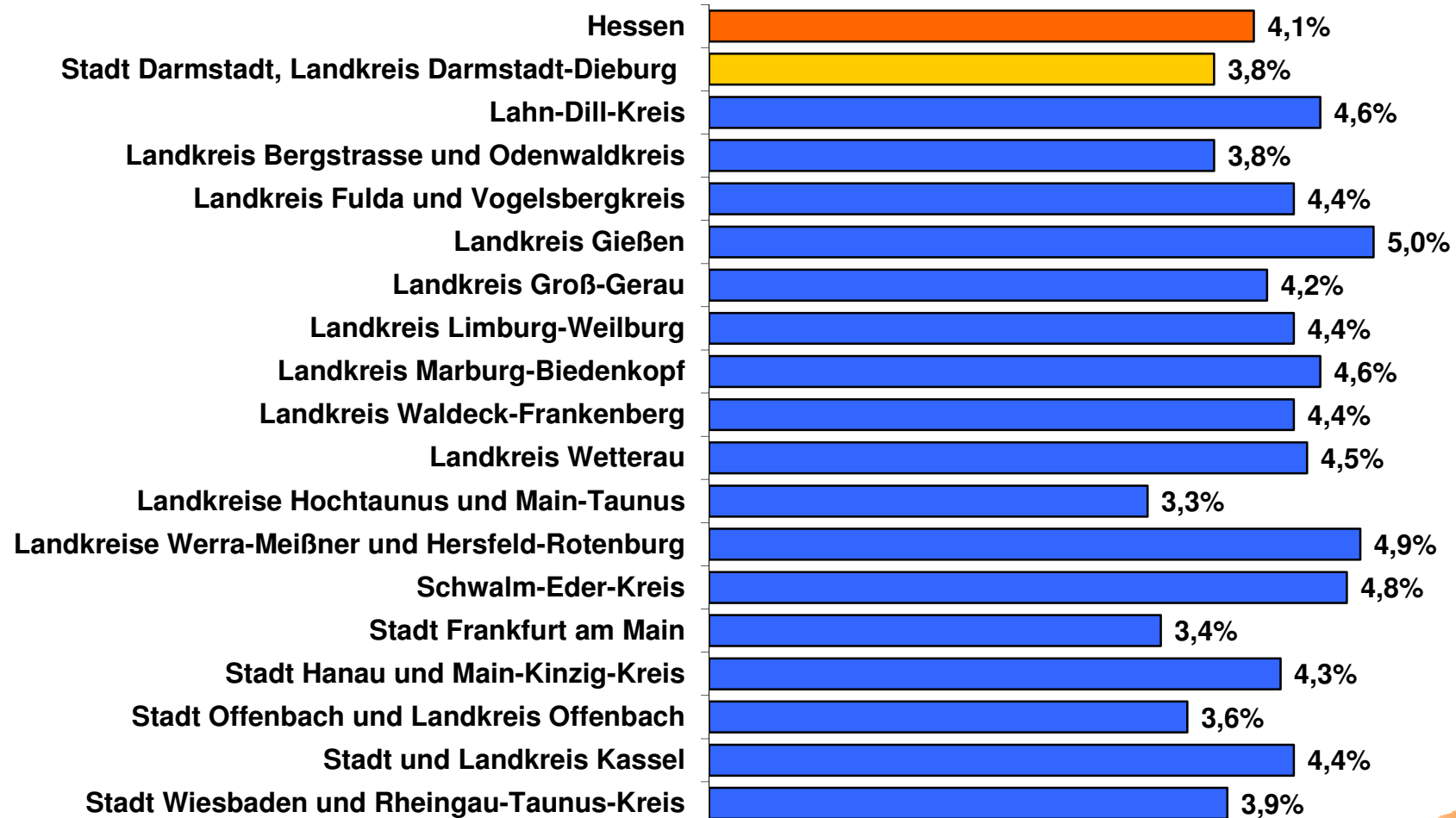
Krankenstand in der Stadt Darmstadt, Landkreis Darmstadt-Dieburg

■ 2015 ■ 2016



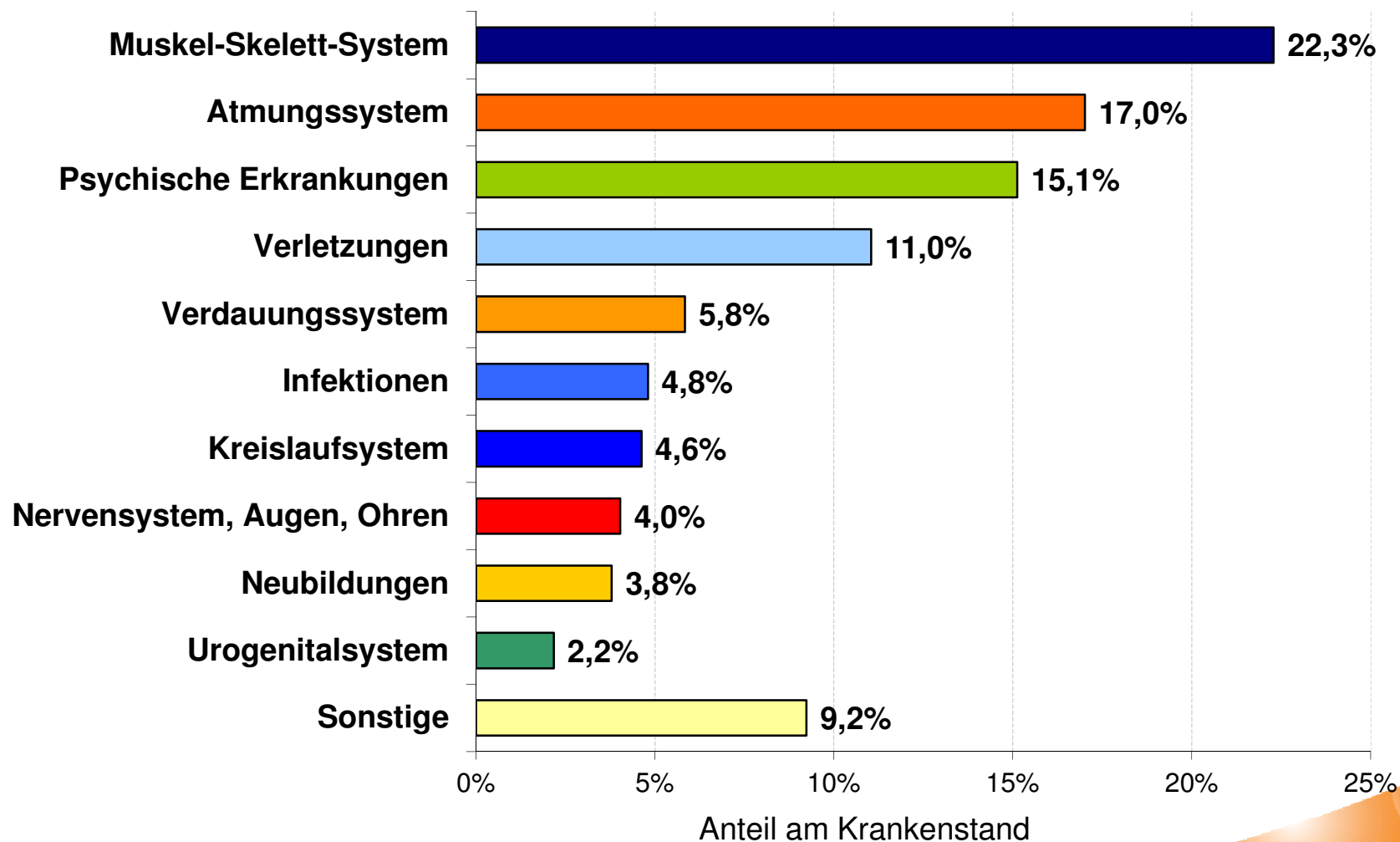
Quelle: DAK-Gesundheitsreport für Hessen 2017

Krankenstand in den Regionen Hessens im Jahr 2016: Stadt Darmstadt, Landkreis Darmstadt-Dieburg im Vergleich



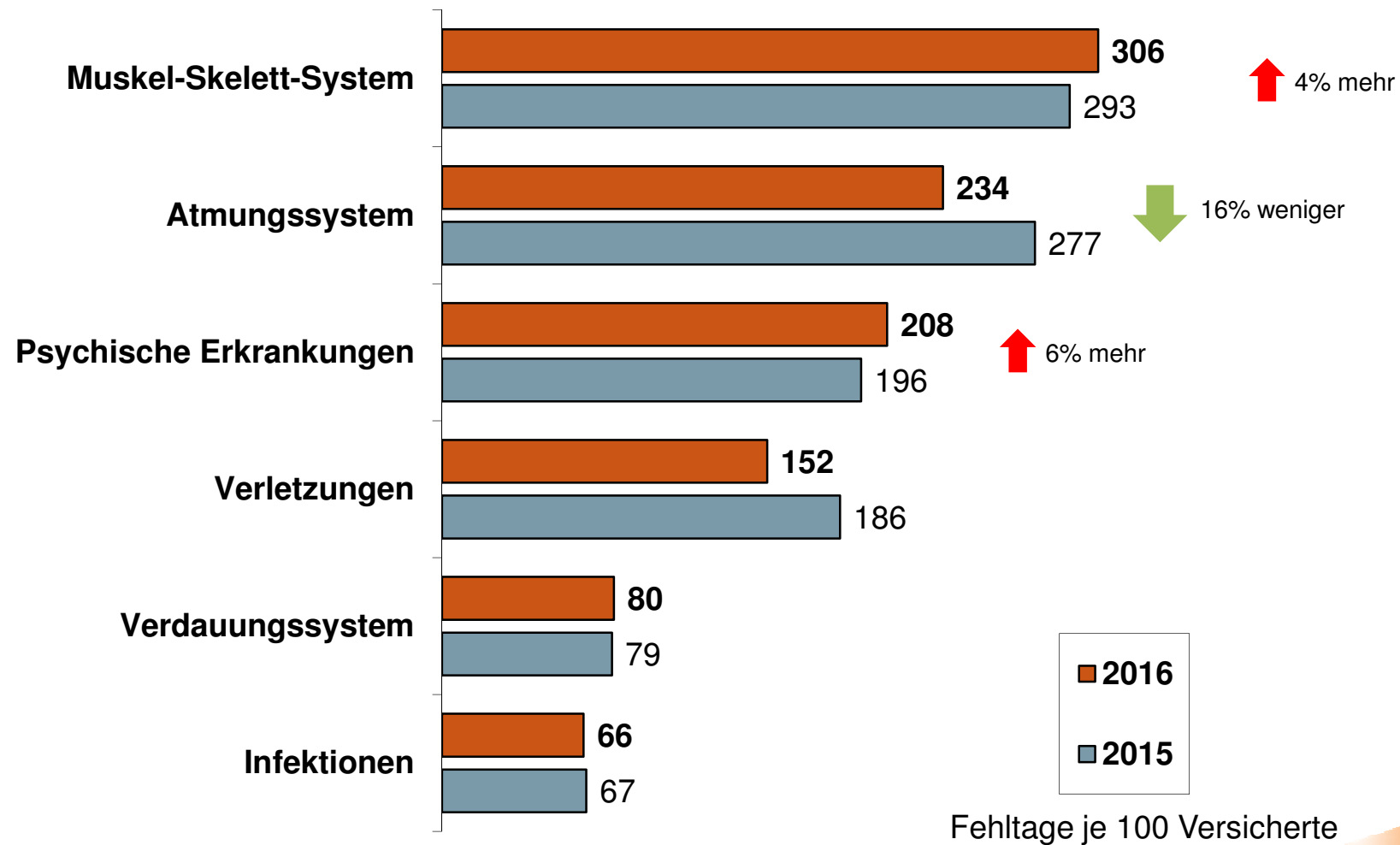
Quelle: DAK-Gesundheitsreport für Hessen 2017

Diese Erkrankungsgruppen verursachten 2016 die meisten Fehltage in der Stadt Darmstadt, Landkreis Darmstadt-Dieburg



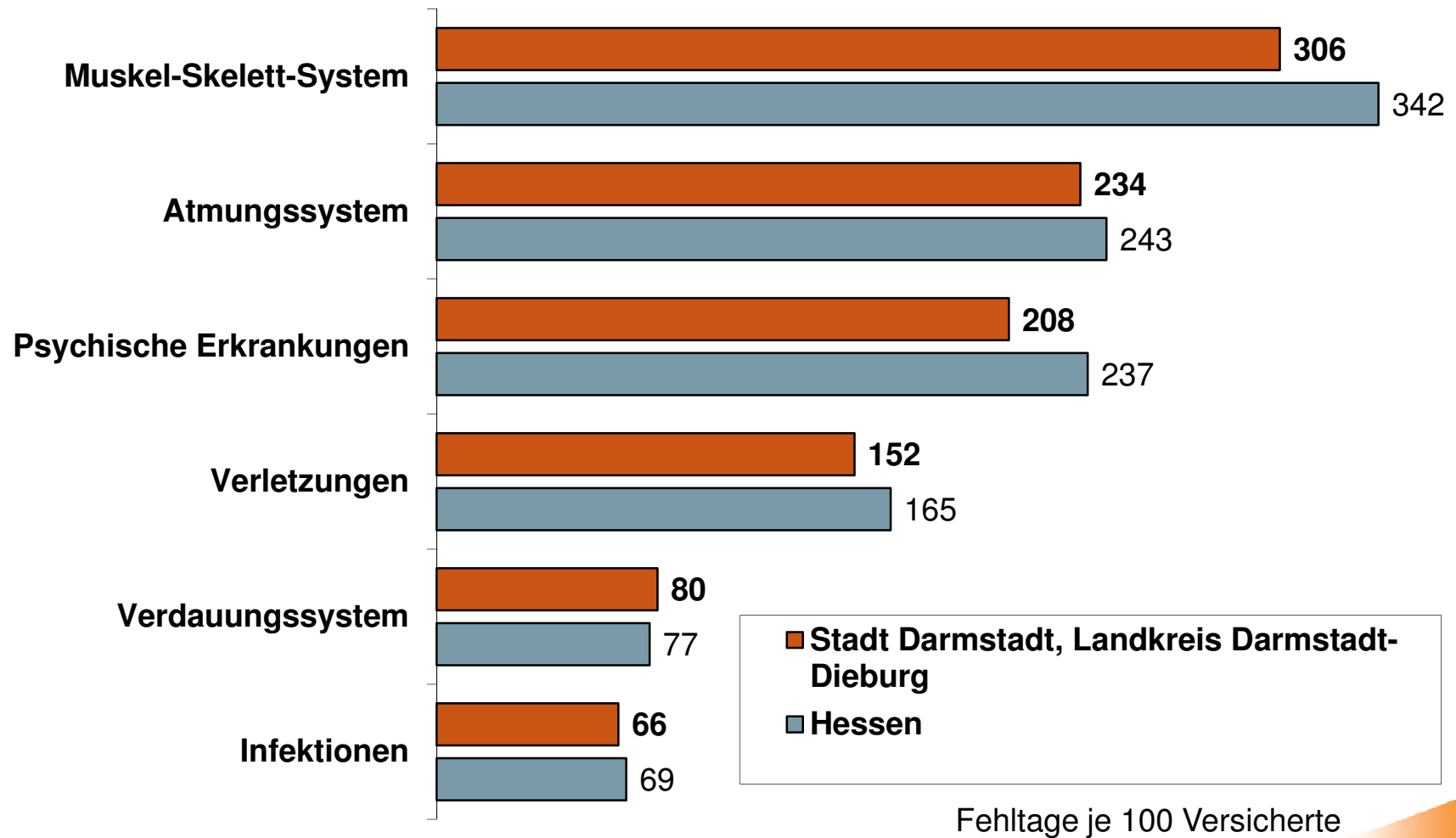
Quelle: DAK-Gesundheitsreport für Hessen 2017

Stadt Darmstadt, Landkreis Darmstadt-Dieburg: Deutlichste Veränderungen von 2015 zu 2016 im Krankheitsspektrum



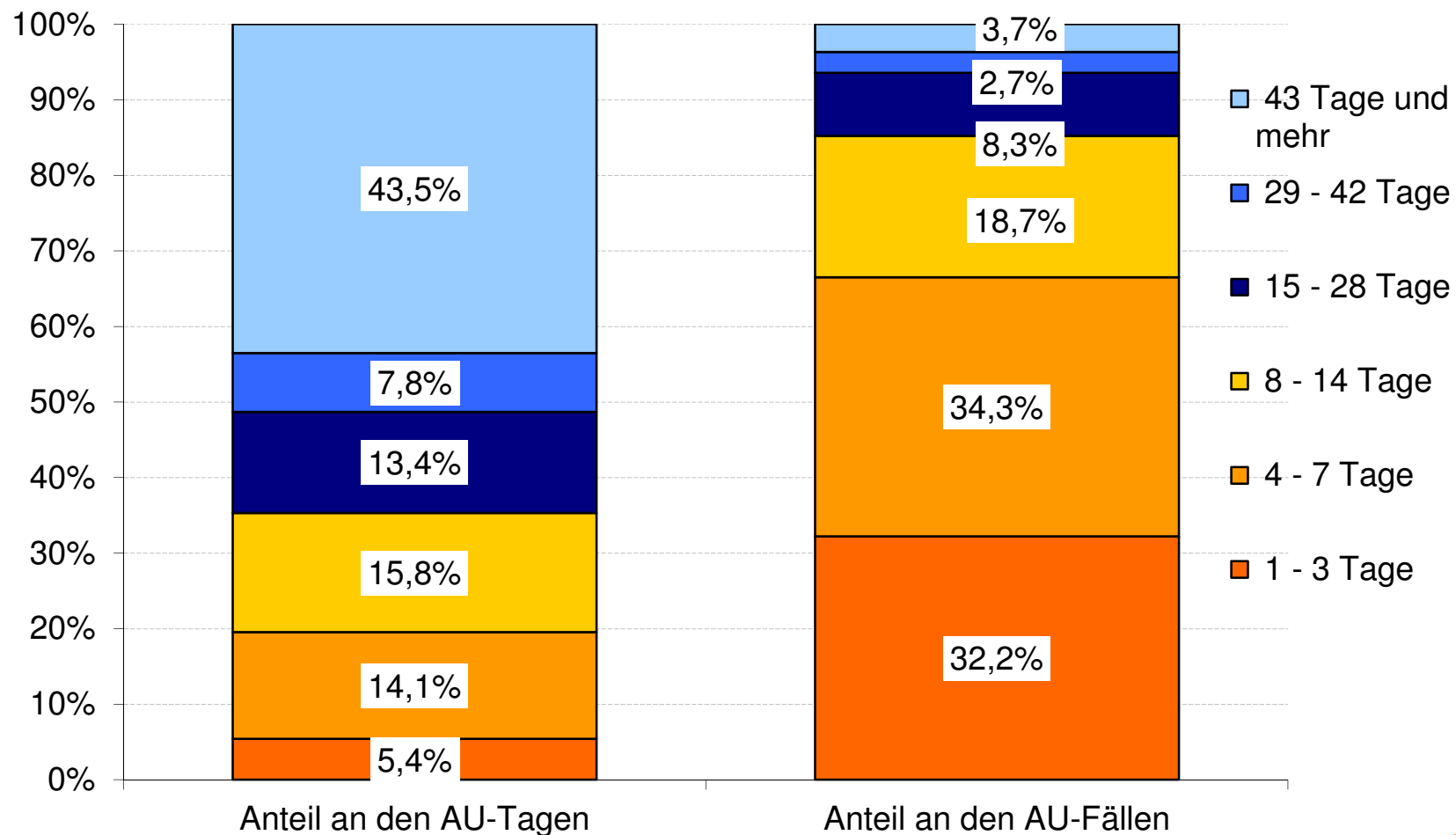
Quelle: DAK-Gesundheitsreport für Hessen 2017

Wichtigste Krankheitsarten: Vergleich Stadt Darmstadt, Landkreis Darmstadt-Dieburg mit Landesdurchschnitt



Quelle: DAK-Gesundheitsreport für Hessen 2017

Langzeiterkrankungen 2016: 3,7% der Erkrankungsfälle in der Stadt Darmstadt, Landkreis Darmstadt-Dieburg sind für 43,5% der Fehltage verantwortlich



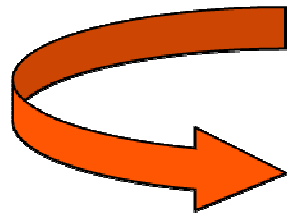
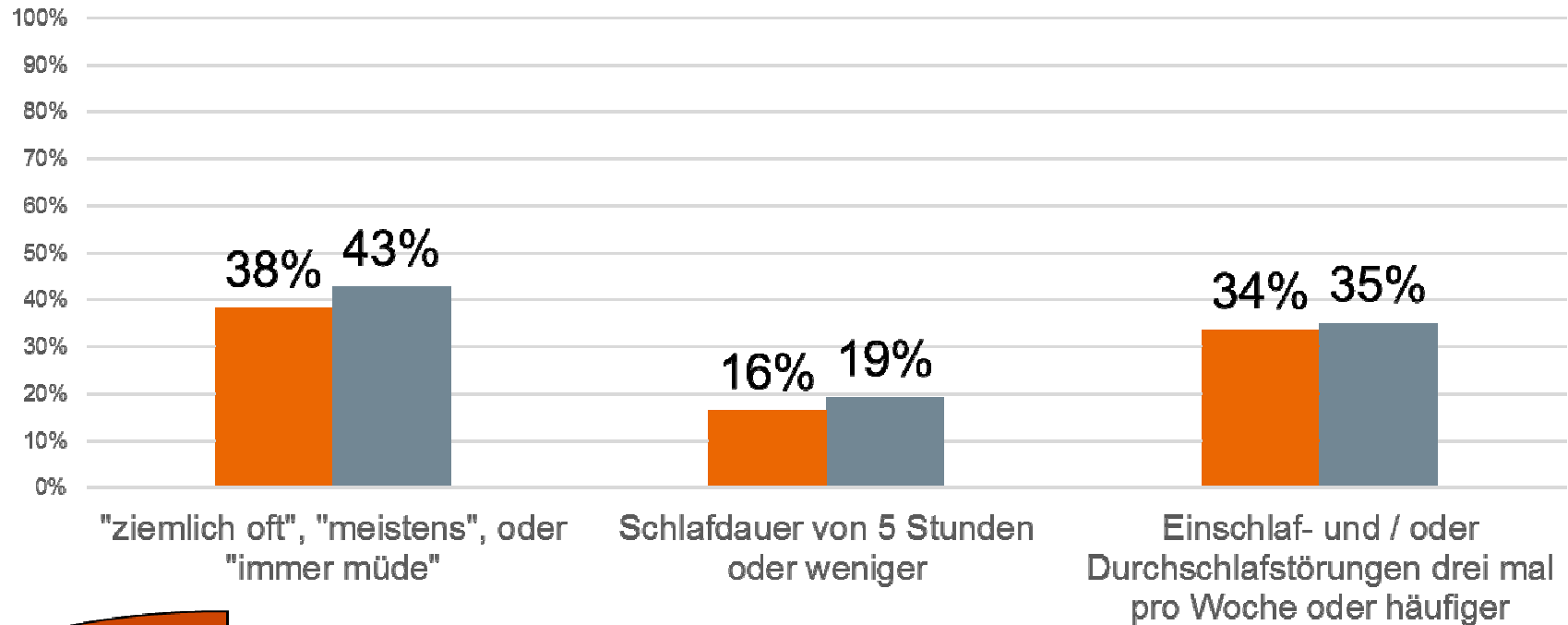
Quelle: DAK-Gesundheitsreport für Hessen 2017

- Der Krankenstand in der Stadt Darmstadt, Landkreis Darmstadt-Dieburg im Jahr 2016

- Hessen schläft schlecht – ein unterschätztes Problem

- Angebote der DAK-Gesundheit

Tagesmüdigkeit und Schlafprobleme sind in Hessen weit verbreitet



■ Hessen ■ Bund

Mit Schlafstörungen beschäftigte sich bereits der DAK-Gesundheitsreport 2010. Jetzt ist es Zeit für ein Update!

Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. N (Hessen / Bund) =201 / 5.207

Fragestellungen

1. Was sind Schlafstörungen und welche gibt es?
2. Wie verbreitet sind Insomnien?
3. Wie werden Schlafstörungen behandelt?
4. Welche Rolle spielen Schlafstörungen im Arbeitsunfähigkeitsgeschehen?
5. Werden Schlafstörungen unterschätzt?
6. Was tun Beschäftigte vor dem Zu-Bett-Gehen?

Leistsymptom: Nicht erholsamer Schlaf

- Es gibt sehr viele unterschiedliche Formen von Schlafstörungen. Gemeinsam ist ihnen das Leitsymptom

• **Nicht erholsamer Schlaf**

- Im Fokus der Analyse standen andauernde Ein- und Durchschlafstörungen - die sogenannten **Insomnien**.
- Weiter Formen von Schlafstörungen sind zum Beispiel:
 - Ein gestörter Tag-Nacht- Rhythmus z.B. durch Schichtarbeit
 - Schlafwandeln/ Albträume
 - Schlafbezogene Bewegungsstörungen wie z.B. das Syndrom der unruhigen Beine
 - Schlafbezogene Atmungsstörungen wie z.B. Schlafapnoe (nächtliche Atemaussetzer)

Quelle: eigene Darstellung nach der Internationalen Klassifikation der Schlafstörungen (ICSD-3)

Insomnien stehen im Fokus

Diagnostische Kriterien, die für eine Insomnie erfüllt sein müssen
Nur wenn alle Kriterien gleichzeitig erfüllt sind, liegt eine Insomnie, also eine besonders schwere Form der Ein- und Durchschlafstörung vor.

Einschlaf- und/oder
Durchschlafstörungen
dreimal pro Woche oder häufiger

UND

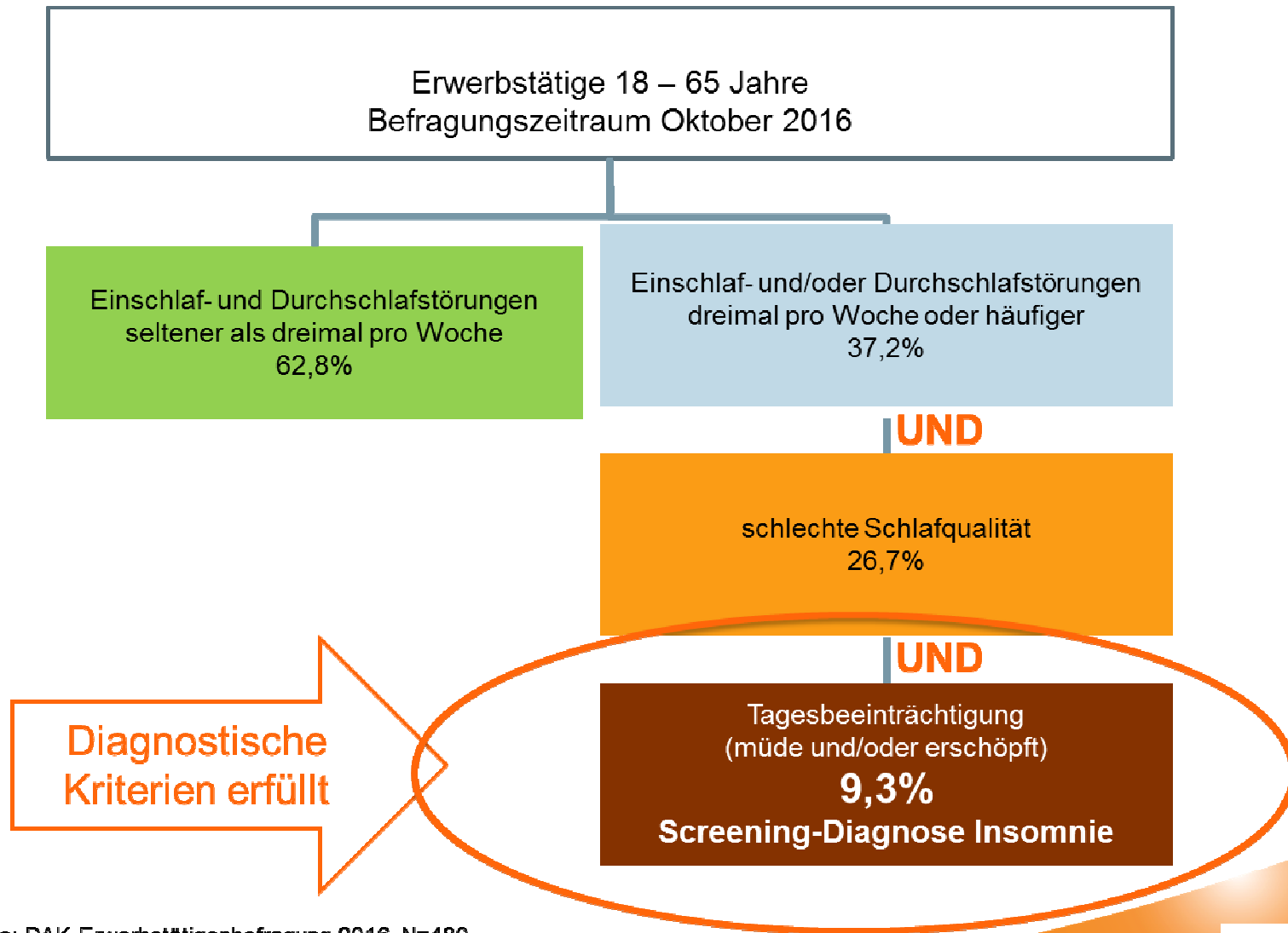
schlechte Schlafqualität

UND

**Tagesbeeinträchtigung
(müde und/oder erschöpft)**

Quelle: Robert Koch-Institut/Schlack et al. 2013

Insomnien: Etwa jeder zehnte Erwerbstätige (18-65 Jahre) in Hessen ist betroffen



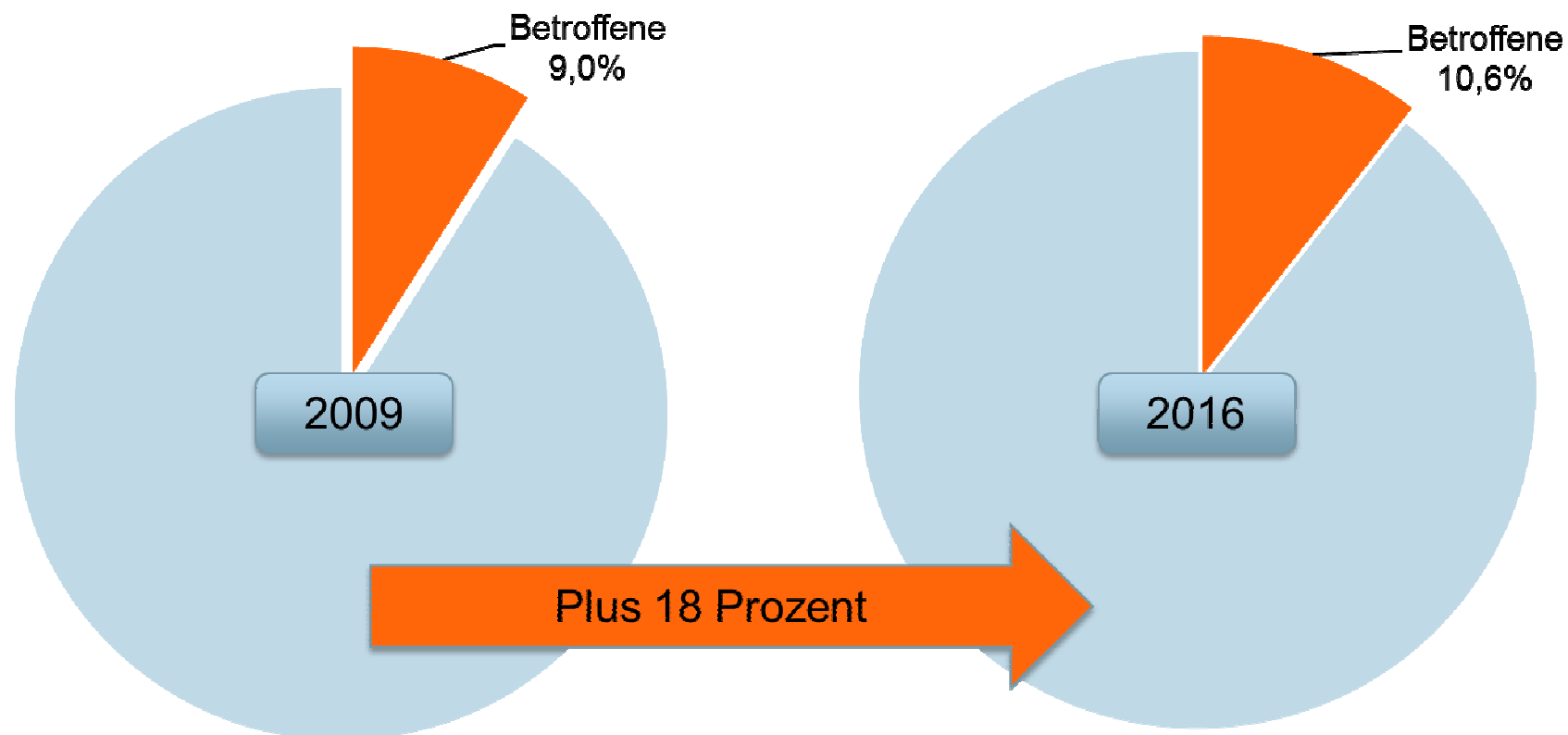
Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. N=480
Zusammengefasst (Hessen, Rheinland-Pfalz, Saarland)

Arbeitsbedingte Risikofaktoren für Insomnien

- In der Befragung wurden verschiedene Merkmale der Arbeitsbedingungen und Beschäftigungssituation abgefragt, die eine Rolle für das Vorliegen von Schlafstörungen spielen könnten.
- Insbesondere Lage und Umfang der Arbeitszeit könnten den Erholungswert der Freizeit beeinträchtigen und damit auch die Bedingungen für guten Schlaf.
- Schichtarbeit, wechselnde Arbeitszeiten und Nachtschichtarbeit erweisen sich als mögliche Risikofaktoren für eine Insomnie
- Beschäftigte mit 5 und mehr Nachtschichten im Monat leiden besonders häufig unter Insomnie
- Weitere Risikofaktoren sind Überstunden, fehlende Pausen oder ein hohes Maß an Erreichbarkeit.

Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. N=5.207

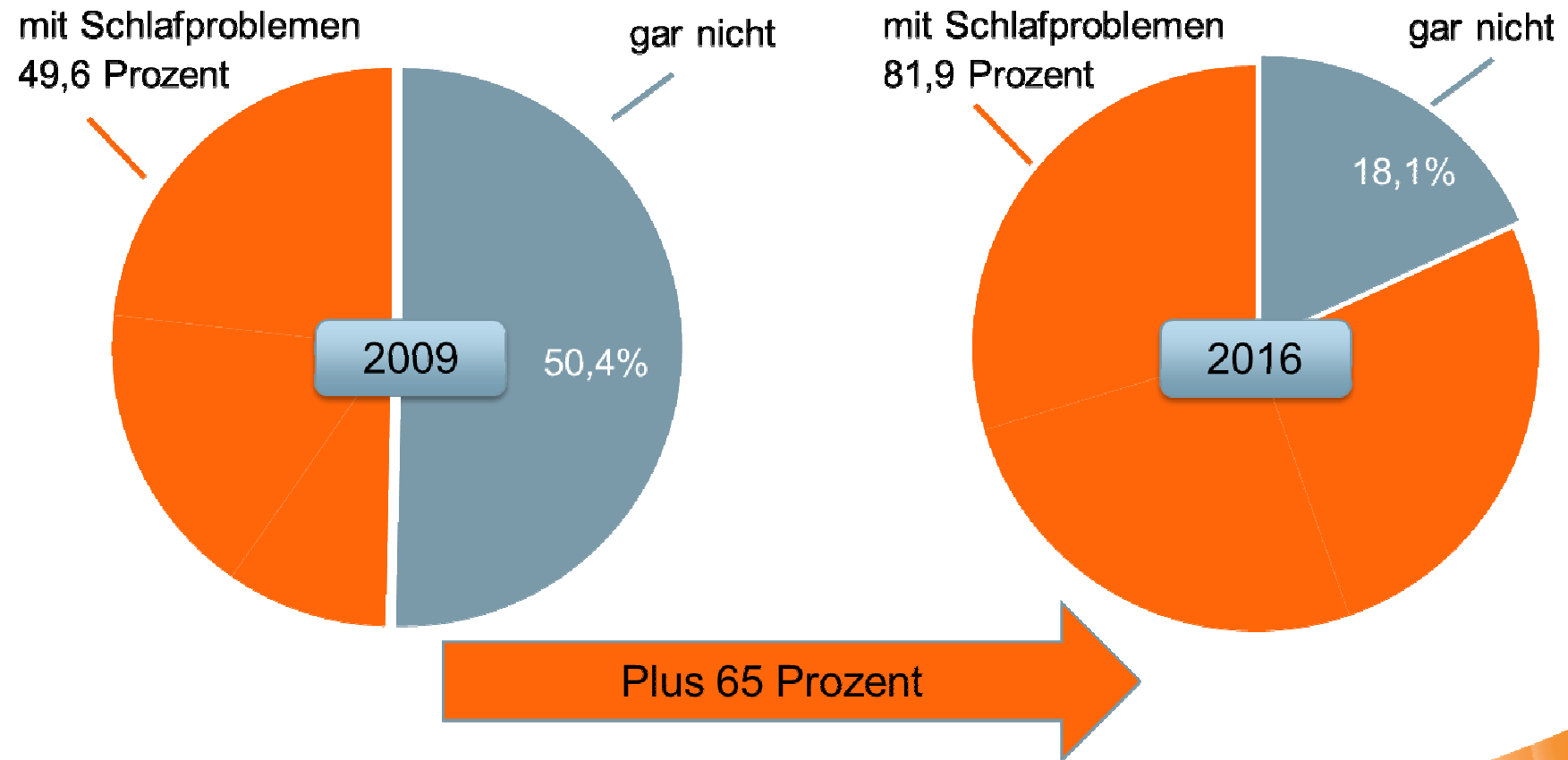
Insomnien in Hessen haben um 18 Prozent zugenommen



Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016 (N=480) und 2009 (N=500), Altersgruppe 35 - 65 Jahre
Zusammengefasst (Hessen, Rheinland-Pfalz, Saarland)

Schlafprobleme in Hessen haben deutlich zugenommen

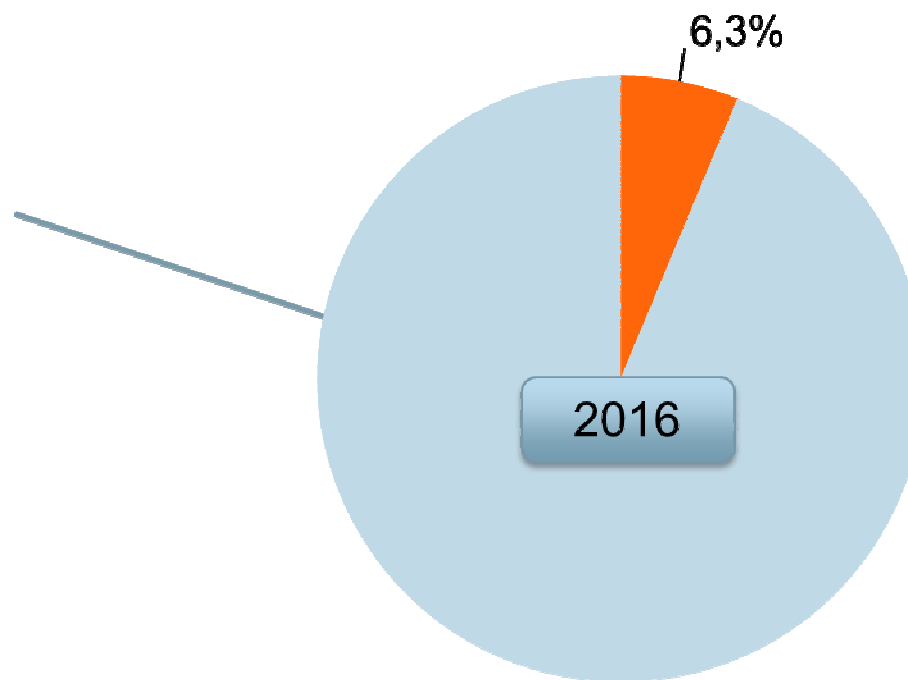
Häufigkeit von Einschlaf-/Durchschlafproblemen in den letzten 4 Wochen



Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016 (N=141) und 2009 (N=200). Altersgruppe 35-65 Jahre
Vergleich 2009/2016

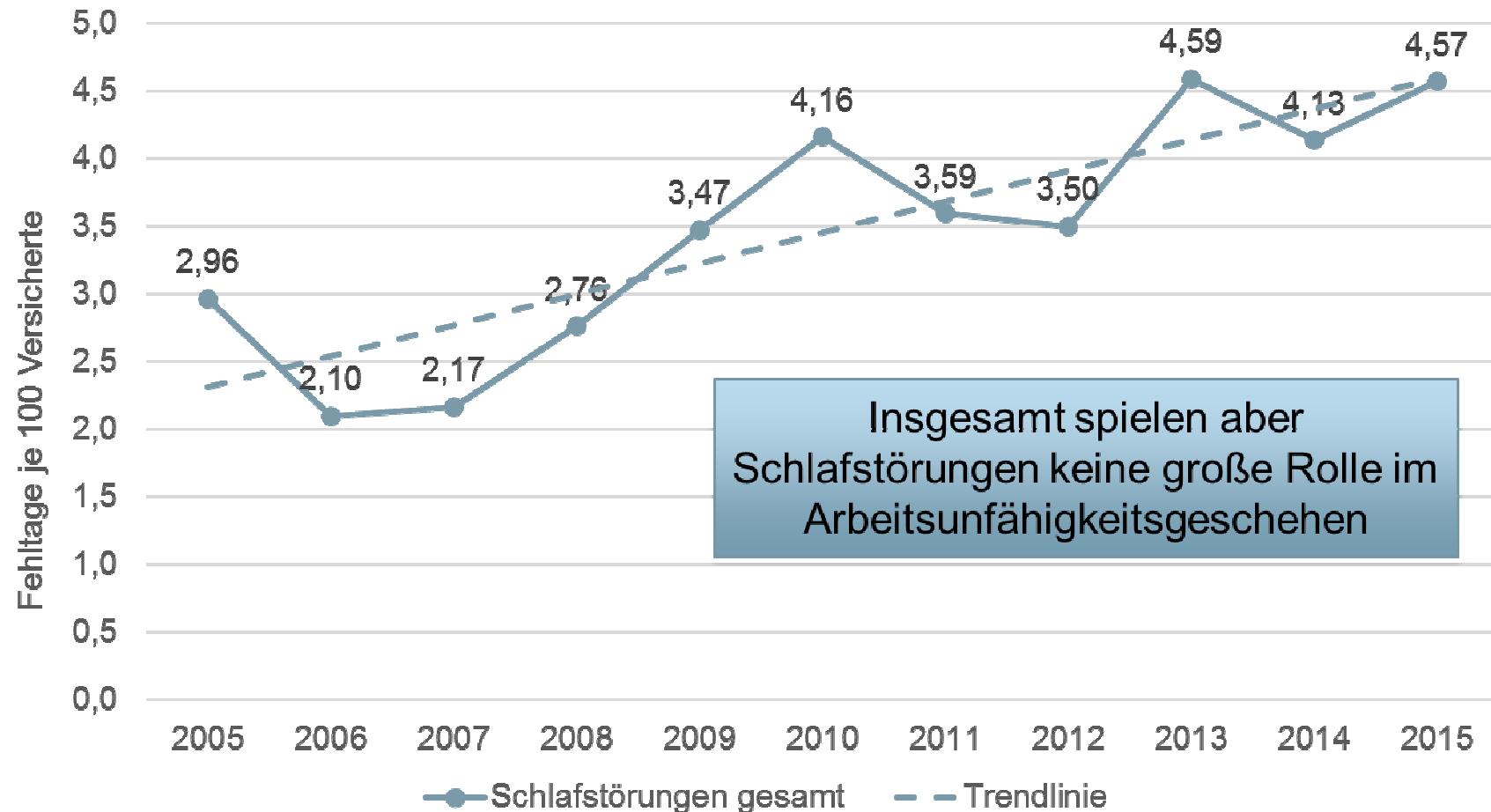
Hessen: 6,3 Prozent wegen Schlafproblemen in ärztlicher Behandlung

"Sind Sie oder waren Sie wegen Schlafproblemen schon einmal in ärztlicher Behandlung?"



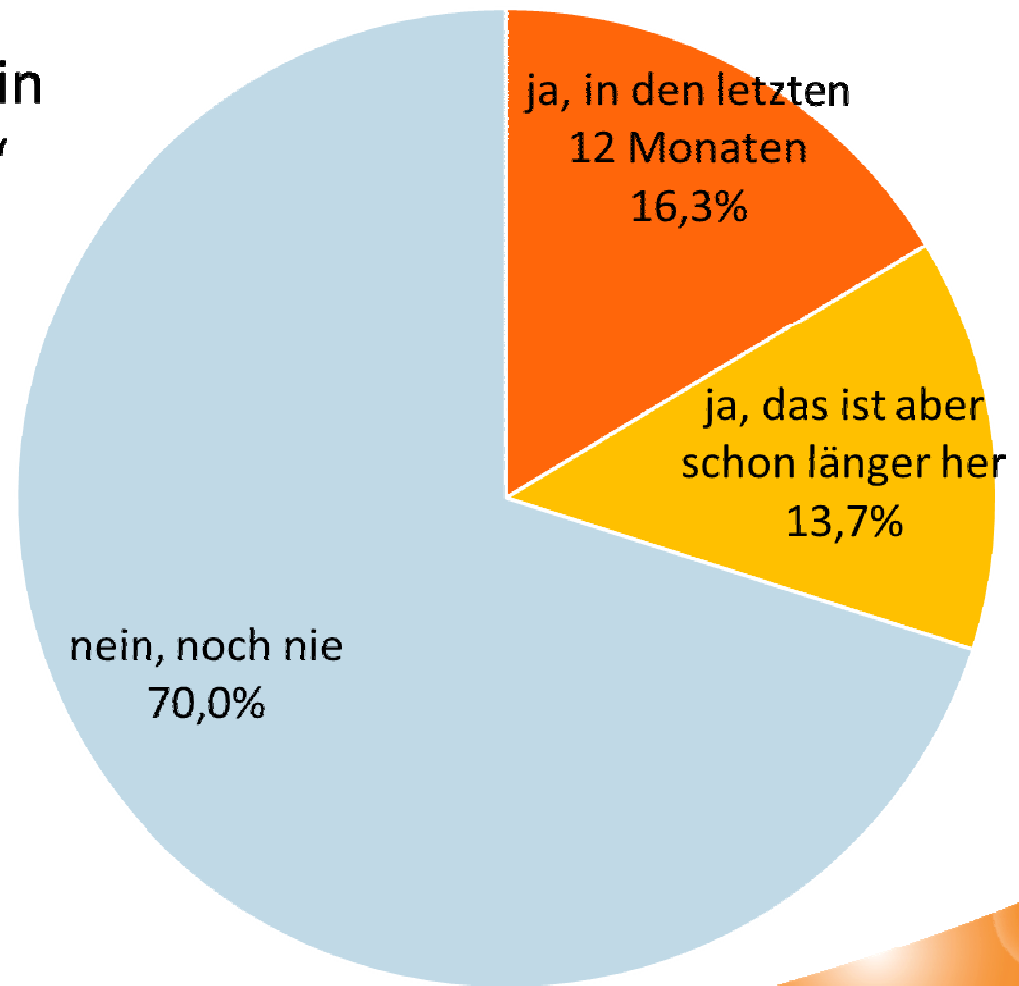
Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016 (N=201)

10-Jahres-Vergleich: Fehltage wegen Schlafstörungen in Hessen nehmen zu



Mehrheit der Betroffenen mit Insomnie lässt sich nicht ärztlich behandeln (Bund)

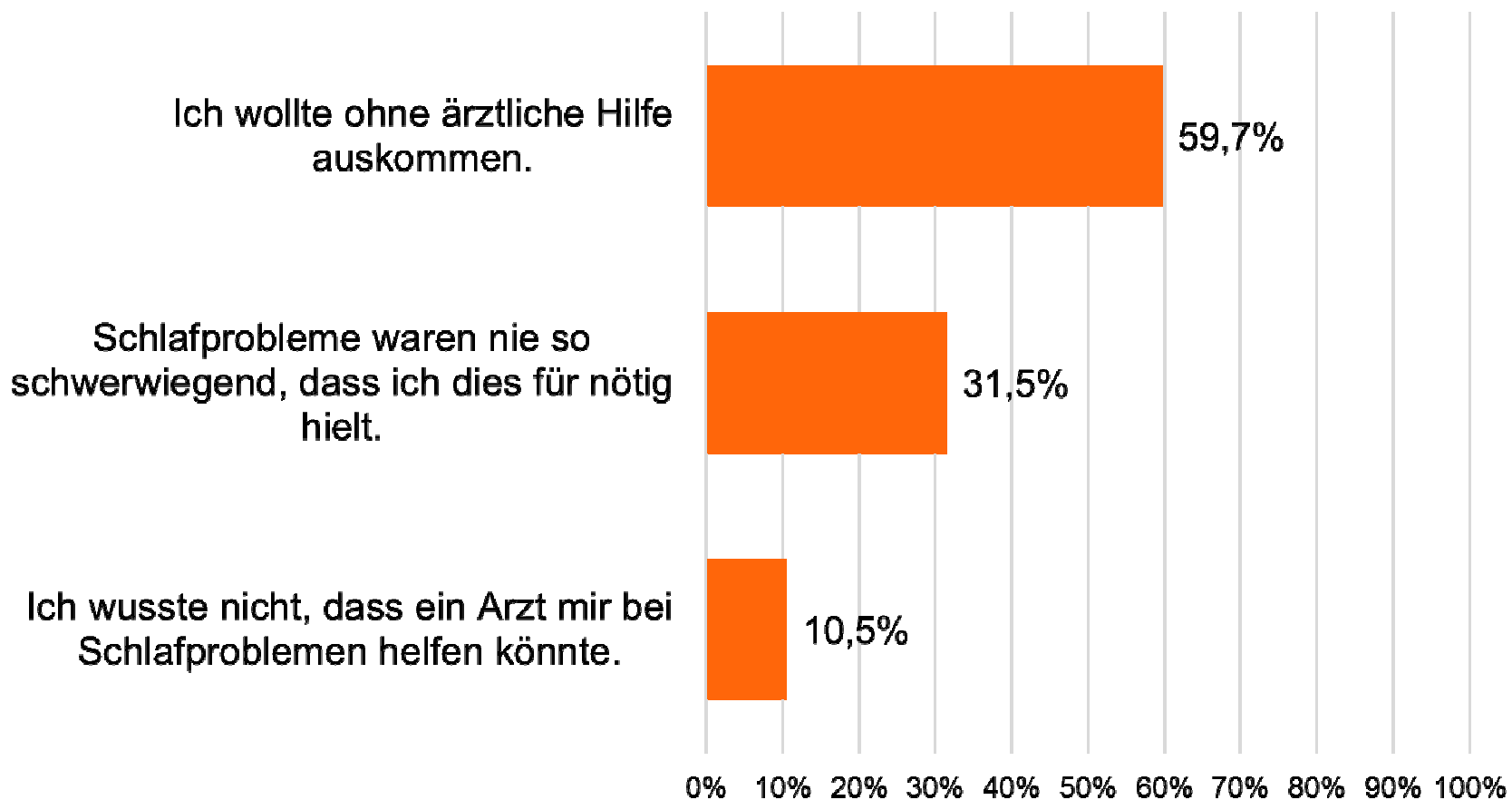
„Sind oder waren Sie wegen Schlafproblemen in ärztlicher Behandlung?“



Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016.N=432

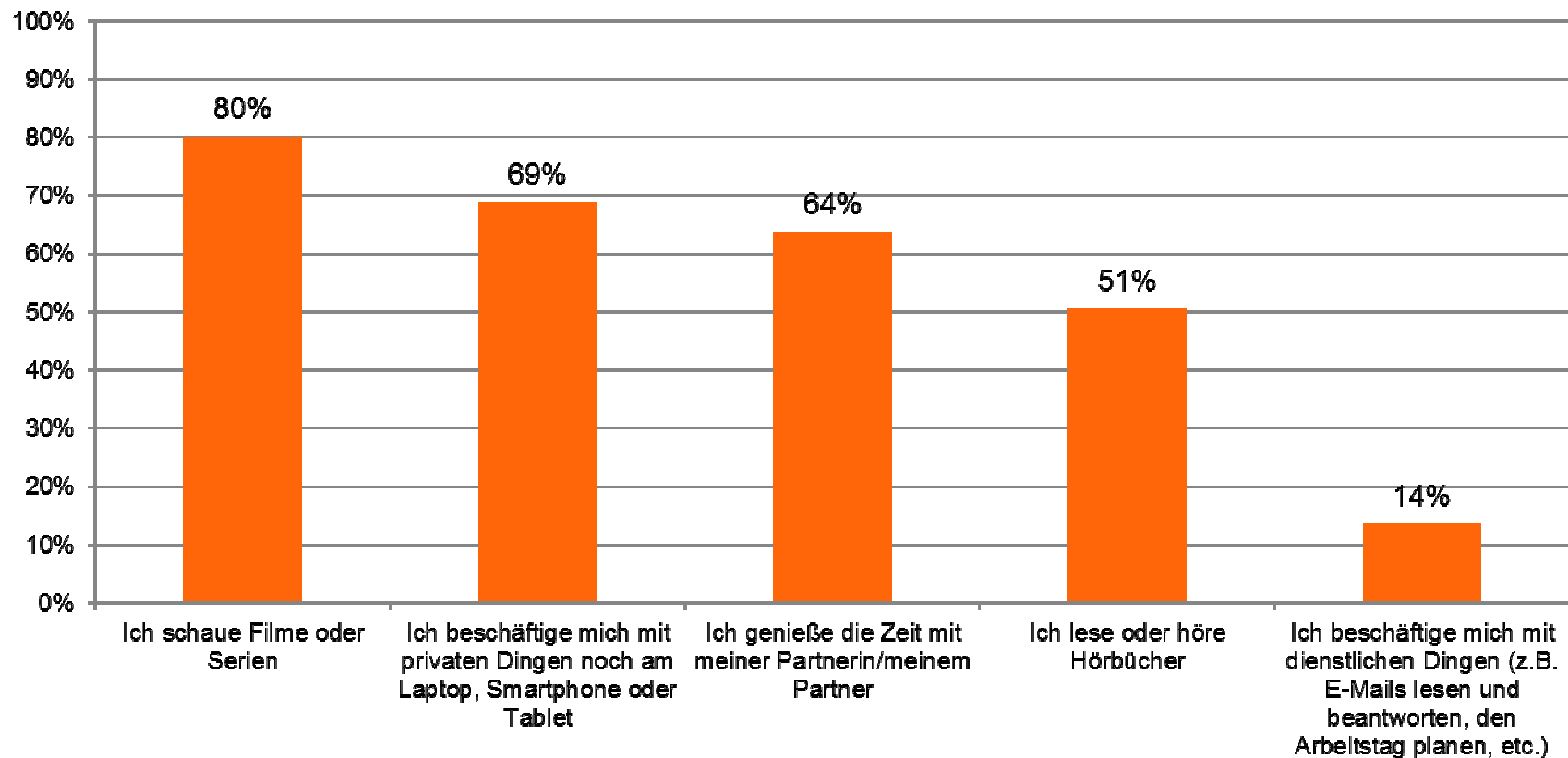
Warum gehen Betroffene nicht zum Arzt? (Bund)

„Warum waren Sie noch nie wegen Schlafstörungen in ärztlicher Behandlung?“



Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. Basis sind alle Insomnierer, die noch nie wegen Schlafstörungen beim Arzt waren. N=337

Was machen Erwerbstätige in Hessen vor dem Einschlafen?



Quelle: DAK-Erwerbstätigenbefragung 2016. N=201

Fazit: Hessen schläft schlecht – ein unterschätztes Problem

- Der Krankenstand in der Stadt Darmstadt, Landkreis Darmstadt-Dieburg liegt 2016 bei 3,8 Prozent.
- Die Verbreitung von Insomnien hat seit 2010 deutlich zugenommen (+18 Prozent). Auch die Fehltage aufgrund von Schlafstörungen nahmen zu (+54 Prozent).
- Nach wie vor gehen viele Betroffene nicht zum Arzt, weil sie Schlafstörungen nicht als Krankheit sehen oder sich selbst helfen wollen.
- Trotz ihrer weiten Verbreitung spiegeln sich Schlafstörungen fast nicht im Arbeitsunfähigkeitsgeschehen wider.
- Mögliche Risikofaktoren sind: Erreichbarkeit für dienstliche Belange außerhalb der Arbeitszeit und im Urlaub per E-Mail, Handy oder Festnetz, Schichtarbeit, Nachtschichten, eher niedriges Tätigkeitsniveau und im Hinblick auf die berufliche Stellung eher Arbeiter.
- Jeder kann selbst – durch einfache Maßnahmen der Schlafhygiene – viel für sich verbessern.
- Zur Prävention von Schlafstörungen sollten Arbeitsbedingungen so angepasst werden, dass Risikofaktoren vermindert werden.

- Der Krankenstand in der Stadt Darmstadt, Landkreis Darmstadt-Dieburg im Jahr 2016
 - Hessen schläft schlecht – ein unterschätztes Problem
- Angebote der DAK-Gesundheit

Neues DAK-Angebot: Dauerhafte Hotline bei Schlafproblemen

Schnelle und unkomplizierte Hilfe für Betroffene



DAK Schlaf-Hotline

040-325 325 805 (Ortstarif)

rund um die Uhr erreichbar

- Fachärzte und Medizinexperten beraten rund um das Thema Schlaf und Schlafstörungen.
- Die Beratung ersetzt zwar nicht den Gang zum Arzt, hilft aber schnell und individuell.
- Auch Fragen zu Schlafmitteln und Nebenwirkungen können abgeklärt werden.
- Die Hotline bietet eine Zweitmeinung bei bereits empfohlenen Behandlungsmöglichkeiten.
- Ärzte beraten in 22 Sprachen.
- Der Service ist rund um die Uhr erreichbar, an 365 Tagen im Jahr.

Präventionsangebote der DAK-Gesundheit

Im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements für Arbeitgeber:

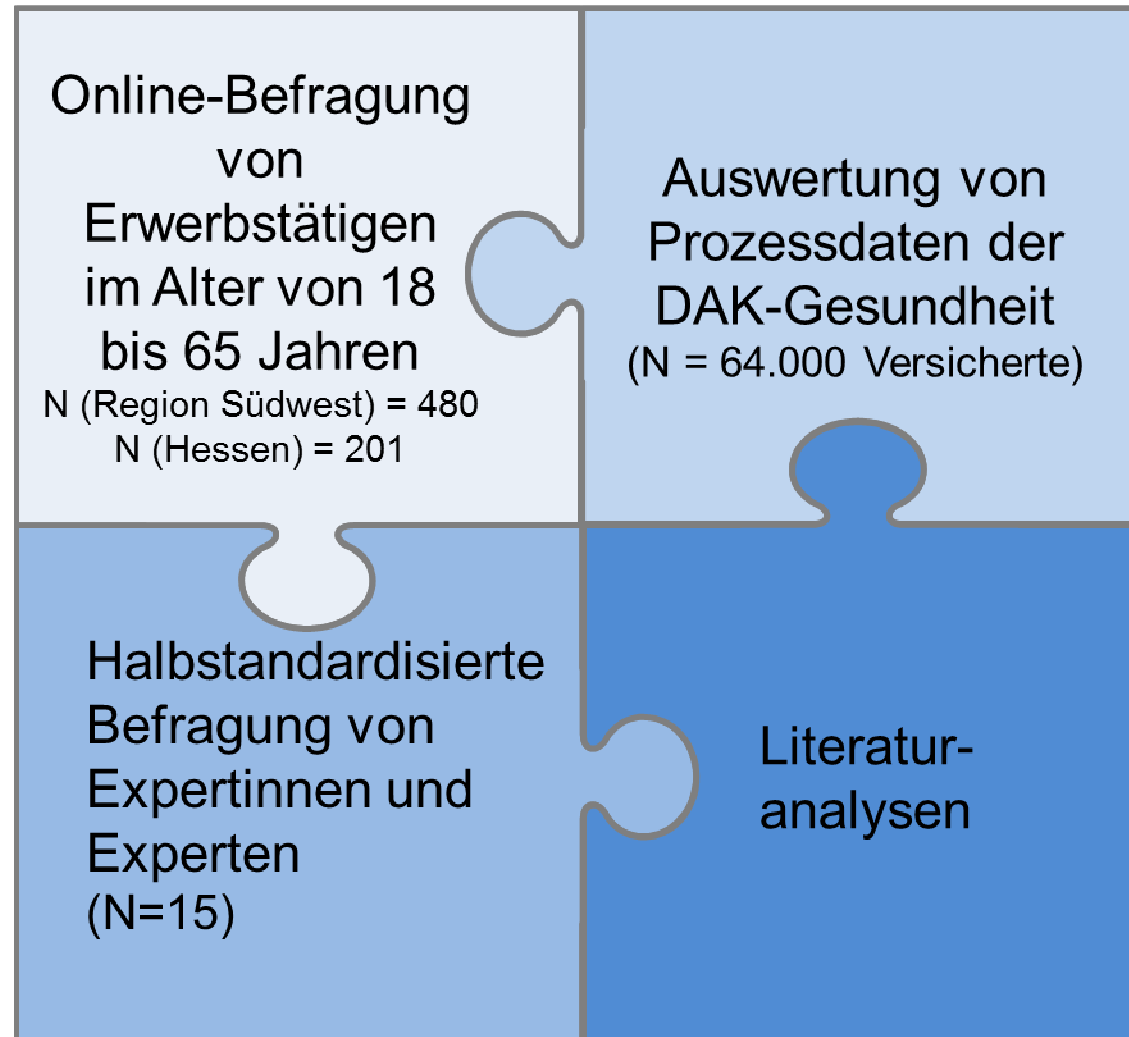
Die Ergebnisse des Reports zeigen, dass Schlafprobleme und Schlafstörungen weit verbreitet sind. Das kann auch Einfluss auf den Job haben. Krankenkassen und Unternehmen sollten deshalb ihre Angebote, beispielsweise beim Betrieblichen Gesundheitsmanagement, zunehmend auch darauf ausrichten. Die DAK-Gesundheit arbeitet deshalb eng mit Unternehmen zusammen und entwickelt maßgeschneiderte Angebote für die Mitarbeiter. www.dak.de/bgm

Herzlichen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!

iGES

DAK
Gesundheit

Datenquellen



Branchen: Was steckt dahinter?

Branche	... das sind zum Beispiel
Banken, Versicherungen	Zentralbanken und Kreditinstitute, Versicherungen, Pensionskassen und Pensionsfonds, ...
Bildung, Kultur, Medien	Verlegen von Büchern und Zeitschriften, Hörfunkveranstalter, Fernsehveranstalter, Markt- und Meinungsforschung, Schulen, Universitäten, Bibliotheken, Archive, Museen, ...
Gesundheitswesen	Krankenhäuser, Arzt- und Zahnarztpraxen, Veterinärwesen, Pflegeheime, Altenheime, ...
Handel	Großhandel, Einzelhandel, Handel mit Kraftwagen, Instandhaltung und Reparatur von Kraftwagen, ...
Öffentliche Verwaltung	Auswärtige Angelegenheiten, Verteidigung, Rechtspflege, öffentliche Sicherheit und Ordnung, Sozialversicherung, Allgemeine öffentliche Verwaltung, ...
Rechtsberatung u. a. Unternehmensdienstleistungen	Rechtsberatung, Wirtschaftsprüfung und Steuerberatung; Buchführung, TÜV, Übersetzen und Dolmetschen, Private Wach- und Sicherheitsdienste, Detekteien, ...
Sonstige Dienstleistungen	Hotels, Gasthöfe und Pensionen, Campingplätze, Restaurants, Gaststätten, Imbissstuben, Vermietung von Kraftwagen, Call Center, ...
Sonstiges verarbeitendes Gewerbe	Weberei, Herstellung von Schuhen, Herstellung von Glas und Glaswaren, Gießereien, Stahl- und Leichtmetallbau, Herstellung von Geräten der Unterhaltungselektronik, Herstellung von Möbeln, ...
Verkehr, Lagerei und Kurierdienste	Personenbeförderung, Güterbeförderung, Lagerei, Post-, Kurier- und Expressdienste, ...

Quelle: Klassifikation der Wirtschaftszweige; Statistisches Bundesamt

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