

## Presseinformation

BARMER GEK Gesundheitsreport 2016

### **GENERATION Z - Junge Menschen am Start ihres Berufslebens**

#### 1. Demografischer Wandel eine Herausforderung für Unternehmen

BARMER GEK Gesundheitsreport 2015

- Dieser Report hatte den demografischen Wandel und die älteren Beschäftigten im Blick.
- Ein Fazit war, dass Arbeitgeber in Zukunft stark gefordert sind, durch Betriebliches Gesundheitsmanagement die Gesundheit und damit die Arbeitskraft ihrer Mitarbeiter zu fördern, um so dem Fehlen von Arbeitskräften in späteren Jahren vorzubeugen.

BARMER GEK Gesundheitsreport 2016

- Junge Menschen am Start ihres Berufslebens. Dieses Thema hat der Gesundheitsreport 2016 schwerpunktmäßig untersucht.
- Wie ist es um die Gesundheit junger Beschäftigter und Studierender bestellt? Wie geht es jungen Menschen am Anfang ihres Berufslebens?
- Die sogenannte „Generation Z“, also die 16- bis 30-Jährigen, wurde genauer angeschaut.
- Fazit: Es reicht für Arbeitgeber nicht aus, sich nur um die älteren Beschäftigten zu kümmern. Es ist ebenfalls notwendig, sich mit den Bedürfnissen junger Menschen in Hinblick auf gesundheitliche Aspekte auseinanderzusetzen.

#### 2. Ergebnisse des Gesundheitsreports 2016

Der Report zeigt schon **auf den ersten Blick** bei den jüngsten Beschäftigten gesundheitliche Auffälligkeiten.

- Junge Mitarbeiter sind deutlich häufiger arbeitsunfähig als ältere, in der Regel jedoch meistens nur für wenige Tage.
- In Sachsen sind die 15- bis 19-Jährigen im Durchschnitt zweimal im Jahr krankgeschrieben, die 60 bis 64-Jährigen nur einmal. (GR 16 S. 27)

**Landesgeschäftsstelle**

**Sachsen**

Zellescher Weg 21  
01217-Dresden

[www.barmer.de/presse-sachsen](http://www.barmer.de/presse-sachsen)  
[www.twitter.com/BARMER\\_SN](https://www.twitter.com/BARMER_SN)  
[presse.sachsen@barmer.de](mailto:presse.sachsen@barmer.de)

Claudia Szymula  
Tel.: 0800 33 30 04 15-2231  
[claudia.szymula@barmer.de](mailto:claudia.szymula@barmer.de)

- Rund eine Woche bis 10 Tage dauerte eine Krankschreibung bei den Jungen, bei den 60- bis 64-Jährigen dauerte sie dagegen mit rund 22 Tagen doppelt so lange.

Mögliche Gründe dafür: Jüngere leiden häufiger noch an vergleichsweise harmlosen Infektionskrankheiten, wie Atemwegs- und Magen-Darm-Erkrankungen. Bei den Älteren hingegen sind chronische Erkrankungen für die längeren Ausfallzeiten verantwortlich.

**Auf den zweiten Blick** wird sichtbar, dass chronische Erkrankungen zunehmend schon in jungen Jahren, zwischen 16 und 30 Jahren, zum Problem werden.

- So leiden bundesweit rund 16 Prozent unter Rückenschmerzen (GR 16 S. 150), sind 4,5 Prozent aller jungen Beschäftigten adipös, rund 3 Prozent haben Bluthochdruck, ebenso leiden 3 Prozent unter psychischen Störungen (ICD10 – F-Diagnosen „Psychische und Verhaltensstörungen“) sowie fast ein Prozent unter Diabetes oder Fettstoffwechselstörungen.

Der Report bringt noch ein **weiteres interessantes Ergebnis**. Nicht alle Jugendliche der Altersgruppe zwischen 16 und 30 Jahren sind gleichhäufig krank.

- Im Vergleich zu gleichaltrigen Studierenden wurden bei jungen Beschäftigten die genannten Erkrankungen deutlich häufiger diagnostiziert.

## 2.1. Erkrankungsarten junger Menschen im Vergleich - junge Beschäftigte und Studierende

### Rückenschmerzen

- 36 Prozent der 16- bis 30-Jährigen leiden an Muskel-Skelett-Erkrankungen.
- Der größte Anteil der Diagnosen entfällt auf Rückenschmerzen (16 Prozent). Sie nehmen mit zunehmendem Alter deutlich zu.
- Bei Frauen werden Rückenschmerzen häufiger festgestellt als bei Männern.
- Junge Beschäftigte leiden häufiger darunter als Studierende.

Bewegungsmangel und Stress, beides sind Faktoren, die bekanntermaßen ebenfalls Rückenschmerzen verursachen können, scheinen bereits bei den Berufstätigen der jungen Generation angekommen zu sein.

## **Bluthochdruck**

- Bluthochdruck kommt schon bei den jungen Beschäftigten und Studierenden vor. (Report S. 140)
- Junge Berufstätige sind stärker betroffen als Studierende.
- Er tritt bei jungen Männer häufiger auf als bei Frauen gleichen Alters.
- Die Diagnoseraten bewegen sich zunächst auf niedrigem Niveau. Rund 2,3 Prozent der 16- bis 20-Jährigen berufstätigen Männer waren betroffen (Report S. 92). Jedoch geht die Diagnose-Kurve mit zunehmendem Alter steil nach oben (Report S. 140).
- Bei den 26- bis 30-jährigen berufstätigen Männern sind dann bereits mehr als doppelt so viele betroffen, nämlich 5,5 Prozent.
- Die Analyse der verordneten blutdrucksenkenden Mittel bestätigt diesen Eindruck. 3,5 Prozent der berufstätigen Männer zwischen 26 und 30 Jahren nehmen Blutdrucksenker ein.

Bluthochdruck kann ernsthafte Folgeerkrankungen nach sich ziehen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind bei Männern immer noch die Todesursache Nummer eins.

Deshalb sind die Unternehmen gefragt, im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements konkrete und zielgruppenorientierte Maßnahmen für die Risikogruppe der jungen Männer mit Bluthochdruck zu entwickeln. In vielen Fällen können bewegungsfördernde Programme und entsprechende Ernährungsangebote dabei helfen, den Blutdruck in den Griff zu bekommen.

## **Psychische Erkrankungen**

Seit einigen Jahren beobachten wir, dass psychische Erkrankungen eine zunehmende Rolle bei den Krankschreibungen einnehmen.

- Bei 25 Prozent der 16- bis 30-Jährigen (Report S. 126) wurde mindestens einmal eine psychische Erkrankung diagnostiziert.

- Vor allem „somatoforme Störungen“, also körperliche Beschwerden, die offenbar keine organische Ursache haben, sowie „Reaktionen auf schwere Belastungen und Anpassungsstörungen“ und Depressionen wurden diagnostiziert.
- Offenbar wurden Krisensituationen nicht mehr so einfach bewältigt, von Männern dabei noch eher als von Frauen.
- Ob Frauen tatsächlich anfälliger für psychische Erkrankungen sind als Männer, sei dahin gestellt. Oft holen sich Frauen im Gegensatz zu Männern schneller ärztliche Hilfe.

### *Depressionen*

- Bei den jungen Beschäftigten waren Depressionen für 6,2 Prozent aller Krankschreibungen verantwortlich. (Report S. 130)
- Depressionen werden bei beiden Geschlechtern mit steigendem Alter zunehmend häufiger dokumentiert. Auffällig ist, dass die Diagnoseraten bei älteren Studierenden diejenigen von Berufstätigen überschreiten.
- In der Altersgruppe der 16-bis 20-jährigen Frauen lagen die Studentinnen mit einer Diagnoserate von rund 4,2 Prozent noch deutlich unter den berufstätigen Frauen, von denen rund sechs Prozent betroffen waren.
- In der Altersgruppe der 26- bis 30-Jährigen liegen die Studentinnen mit einer Diagnoserate von 11,4 Prozent über den Berufstätigen mit einer Diagnoserate von rund zehn Prozent.
- Allerdings sprechen wir hier von einer relativ kleinen Gruppe, da die meisten in diesem Alter ihr Studium bereits beendet haben.

### **3. Junge Menschen haben zu Beginn ihres Erwerbslebens unterschiedliche „Startpositionen“**

- Wer nach der Schule gleich in den Beruf einsteigt, hat häufiger gesundheitliche Probleme als Altersgenossen, die nach der Schule ein Studium aufnehmen.
- Dabei machen sich die Volkskrankheiten schon in jungen Jahren bemerkbar.

- Bei Frauen sind es eher Muskel-Skelett-Erkrankungen und bei Männern eher Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

#### 4. Herausforderung für Unternehmen

Eine große Verantwortung sehen wir hier bei den Unternehmen, im Rahmen ihres betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) auch Maßnahmen für junge Beschäftigte zu entwickeln.

##### *Ergebnisse des BARMER Firmenkundenmonitors – Befragung von Unternehmen*

In unserem Firmenkundenmonitor haben wir 245 Unternehmen explizit nach BGM-Angeboten für junge Mitarbeiter befragt. (Report S. 154)

- So gut wie jedes Unternehmen, nämlich 98 Prozent der befragten Firmen, beschäftigt Mitarbeiter zwischen 15 und 29 Jahren.
- Im Bundesdurchschnitt macht diese Altersgruppe 14 Prozent der Belegschaft eines Betriebes aus.
- Obwohl die Unternehmen ein großes Interesse daran haben sollten, gerade die jungen Mitarbeiter fit zu halten, bieten nur 13 Prozent der befragten Unternehmen BGM-Maßnahmen speziell für diese Altersgruppe an.
- Hier besteht großer Nachholbedarf.
- Gerade Auszubildende befinden sich in einer besonderen Lebenssituation. Der Einstieg ins Berufsleben, Prüfungsstress und Unsicherheit in Bezug auf die berufliche Perspektive können zu einer besonderen Belastung werden. Auch im Privaten ändert sich bei Auszubildenden oft vieles. Zum Teil ist der Ausbildungsstart mit dem Umzug in eine neue Stadt verbunden, die gewohnte Umgebung und Bezugspersonen aus Schulzeiten fehlen.

#### **Fazit**

- Nur wenige Unternehmen bieten aktuell spezielle Angebote für diese Zielgruppe.
- Neben den allgemein relevanten Themen wie Bewegung und Ernährung werden die Jüngeren insbesondere durch Maßnahmen zur Stärkung der psychischen Gesundheit angesprochen (z.B.

Stressbewältigung, Zeitmanagement und mentale Stärke).

- Einige dieser befragten Unternehmen haben durchaus die Möglichkeit erkannt, dass entsprechende Angebote einen Einfluss auf die Entscheidung von jungen Bewerbern für oder gegen ihr Unternehmen haben kann.
- Im Zuge des demografischen Wandels kann man davon ausgehen, dass diesem Aspekt zukünftig noch mehr Aufmerksamkeit entgegengebracht wird.

Die Unternehmen müssen ein Verständnis für die Bedürfnisse und Ansprüche junger Mitarbeiter entwickeln. Die BARMER steht hier als Partner zur Seite. Arbeitgeber werden zukünftig nicht umhin kommen, sich mit dem Lebensgefühl der jungen Arbeitnehmergeneration auseinander zu setzen. Was erwarten die jungen Menschen von ihrem Arbeitsplatz? An was ist die Leistungsbereitschaft gekoppelt? Wie sollten Bürowelten gestaltet sein? Und welche Rolle spielt für die jungen Menschen das Privatleben? Dies sind nur einige der wichtigen Fragestellungen, mit denen Unternehmen sich beschäftigen müssen, um sich auf die so genannte Generation Z einstellen zu können.

## 5. BARMER Firmenangebot Gesundheit

Als starker Gesundheitspartner für Unternehmen setzt die BARMER wichtige Impulse für Prävention und betriebliche Gesundheitsförderung.

### Firmenfitness

- Leicht umsetzbare Maßnahmen, die die Belegschaft begeistern und für den Gesundheitsgedanken sensibilisieren.
- Ermöglicht einen motivierenden Zugang und kann darüber hinaus dauerhaft als praktisches Element des Betrieblichen Gesundheitsmanagements genutzt werden.
- Dazu gehören beispielsweise Aktionen wie der klassische Gesundheitstag, die Aktive Mini-Pause oder verschiedene Check-ups und Screening-Untersuchungen.

### Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) der BARMER

„Betriebliches Gesundheitsmanagement“ steht für ganzheitliche Maßnahmen, um die Gesundheit nachhaltig zu fördern und zu sichern. Die gezielte Gesundheitsförderung von Beschäftigten erfordert ein bedarfsgerechtes Angebot, kooperatives Führungsverhalten und messbare

Erfolge. Deshalb muss die Implementierung von BGM systematisch erfolgen.

Aufbauend auf eine Analysephase bietet die BARMER Vorträge und Workshops zu gesundheitsrelevanten Themenfeldern an:

- Ausbildung und Gesundheit
- Demografie und Gesundheit
- Führung und Gesundheit
- Psychische Gesundheit
- Work-Life-Balance
- Vereinbarkeit von Pflegesituation und Beruf

Weitere Angebote zur Förderung eines gesundheitsgerechten Verhaltens sind:

- Reduktion arbeitsbedingter körperlicher Belastungen
- Gesundheitsgerechte Verpflegung am Arbeitsplatz
- Förderung von Kompetenzen zur Stressbewältigung/Resilienz
- Umgang mit Genuss- und Suchtmitteln

### **Betriebliches Eingliederungsmanagements**

Sollte es zu längeren gesundheitlichen Ausfällen bei Mitarbeitern kommen, unterstützt die BARMER Unternehmen außerdem bei der Umsetzung des Betrieblichen Eingliederungsmanagements.

### **Betriebliches Gesundheitsmanagement für junge Beschäftigte**

#### *AZUBIAKTIV*

- Eintägiger Workshop, unterstützt die Auszubildenden dabei, Handlungskompetenzen zu erwerben, die ihnen helfen, ihre Gesundheit zu erhalten.
- Förderung der Gesundheitskompetenz (wie z.B. der Umgang mit Stress oder Selbstorganisation).
- Austauschplattform für Auszubildende untereinander und ggf. Bildung von Lerntandems.

#### *TALENTAKTIV*

- Eintägiger Workshop: richtet sich an High-Potentials, die sich mit vielfältigen Ansprüchen konfrontiert sehen, also an junge Mitarbeiter, die stark motiviert und engagiert sind. Sie sind einem hohen Erwartungsdruck ausgesetzt.
- Der Workshop unterstützt die High-Potentials als (künftige)

Leistungsträger eines Unternehmens, von Anfang an auf ihre Gesundheit zu achten und Stressbewältigungsstrategien kennenzulernen und anzuwenden.

- Sie lernen mit ihren eigenen Erwartungen und dem Leistungsdruck von außen besser umzugehen.
- Darüber hinaus sensibilisiert der Workshop für das Spannungsfeld Karriere und Lebensqualität. Er ermutigt die High-Potentials, ihren eigenen Weg zu finden.

#### *PIMP YOUR FOOD*

- Wendet sich an Auszubildende mit dem Ziel ihre Gesundheitskompetenz zu stärken und sie von Beginn an für eine gesunde Arbeits- und Lebensweise zu sensibilisieren.
- Eintägiger Ernährungsworkshop: Die Auszubildenden erhalten Informationen rund um eine gesunde Ernährung im Ausbildungsalltag - von der Gestaltung von Mahlzeiten über ein Einkaufstraining bis hin zur Lagerung von Lebensmittel.
- Der Workshop kann auch ein Kochtraining beinhalten.

#### *MOVEGUIDE*

- Gesundheitsprogramm für Auszubildende.
- Auszubildende werden in ihrem Unternehmen zu Multiplikatoren und Coaches in Sachen Gesundheit.
- Auszubildende erhalten die Möglichkeit, eigene Gesundheitsideen für ihr Unternehmen zu entwickeln und durchzuführen.
- Durch Moveguide beschäftigen sich die Auszubildenden intensiv sowohl auf theoretischer als auch auf praktischer Ebene mit dem Thema Betriebliches Gesundheitsmanagement.
- Die Azubi-Teams mit den erfolgreichsten Ideen werden von der BARMER prämiert.

#### **Datengrundlage** (Report S. 86, 212)

Betrachtet wurden jüngere Menschen, die familienversichert und damit in der Regel noch Schüler waren, die als Studierende gemeldet waren oder die, ggf. auch als Auszubildende, bereits einer Berufstätigkeit nachgingen.

Betrachtet wurden Diagnosen aus der allgemeinen ambulanten und stationären Versorgung, die zu entsprechenden Versicherten innerhalb eines



Jahres erfasst und an die Krankenkasse gemeldet wurden.

Für die Auswertungen wurden sowohl Informationen zu Diagnosen aus der ambulanten ärztlichen und psychotherapeutischen Versorgung als auch zu Diagnosen von Krankenhausbehandlungen versichertenbezogen zusammengestellt und ausgewertet.

Die hier dargestellten Ergebnisse basieren auf Daten aus dem Jahr 2014.

Basis der aktuellen Auswertungen bilden die bundesweit erfassten und pseudonymisierten Daten von rund 3,59 Millionen Erwerbspersonen, die 2015 bei der BARMER GEK versichert waren.

Daten sind direkt alters- und geschlechtsstandardisierte Ergebnisse.