

## Inhalt

Gesundheitsreport 2018 Niedersachsen 17,7 Tage krank geschrieben	1
Neues aus der Landespoli- tik	3
Junge Abgeordnete neu im Landtag	4
Pflegen und gesund blei- ben	5
Terminhinweis	6

## Kontakt

Michael Erdmann  
michael.erdmann@barmer.de  
Telefon: 0800 333004 654-432  
Mobil: 0160 90456977  
www.barmer.de  
www.twitter.com/BARMER\_NIHB

### Gesundheitsreport 2018: Bremer 16,9 Tage arbeitsunfähig

## Niedersachsen 17,7 Tage krank!

Etwas mehr als die Hälfte (56,7 Prozent) der Erwerbspersonen in Niedersachsen hat im Jahr 2017 laut BARMER Gesundheitsreport 2018 mindestens einmal krankheitsbedingt eine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung vorgelegt, nur geringfügig mehr als im Bundesdurchschnitt (56,1 Prozent), aber deutlich häufiger als in Bremen mit 50,2 Prozent. „Wie unsere Auswertungen unter den BARMER-Versicherten zeigen, lag der Krankenstand in Niedersachsen mit 4,9 Prozent knapp über dem Bundesdurchschnitt von 4,8 Prozent und dem Bremer Wert von 4,6 Prozent“, so Landesgeschäftsführerin Heike Sander. Im Vergleich der Bundesländer lag Niedersachsen mit 17,7 Fehltagen auf Platz Sieben, weniger Fehltag als in Bremen mit 16,9 gab es nur in Baden-Württemberg (14,8), Bayern (15,6) und Hamburg (16,0).

### Muskel-Skelettprobleme in Niedersachsen

Durchschnittlich entfielen in Niedersachsen im Jahr 2017 auf jede Erwerbsperson 17,7 Arbeitsunfähigkeitstage, genau die gleiche Zahl wie im Vorjahreszeitraum. Absolut kamen damit über 5,5 Millionen Fehltag in Niedersachsen zusammen. Während die Zahl der Arbeitsunfähigkeitstage bei den weiblichen Erwerbspersonen pro Kopf nahezu unverändert bei 18,5 Tagen verblieb, nahm die Zahl bei den männlichen Erwerbspersonen von 17,1 leicht auf 17,0 Tage ab. Dabei blieb die Verteilung der Fehlzeiten nach Krankheitsarten weitestgehend gleich. Der auf Muskel-Skelett-Erkrankungen entfallende Anteil an den gesamten Arbeitsunfähigkeitstagen lag mit 4,5 Arbeitsunfähigkeitstagen (2016: 4,4) erneut am höchsten. Bei den psychischen Erkrankungen kamen 3,4 Fehltag zusammen (2016: 3,4). Auf Krankheiten des Atmungssystems entfielen 2,2 Tage (2016: 2,5), mit Verletzungen und Vergiftungen waren die Versicherten im Land auch 2,1 Tage arbeitsunfähig (2016: 2,5 Tage).

### Psychische Probleme in Bremen

Im Vergleich zum Vorjahr sind die Fehlzeiten in Bremen um 3,9 Prozent beziehungsweise 0,63 Tage je Person, gestiegen. Insgesamt summiert sich das zu über 240.000 Fehltag im Land Bremen. Auf jede Erwerbsperson entfielen im Jahr 2017 insgesamt 16,9 Arbeitsunfähigkeitstage, im Jahr

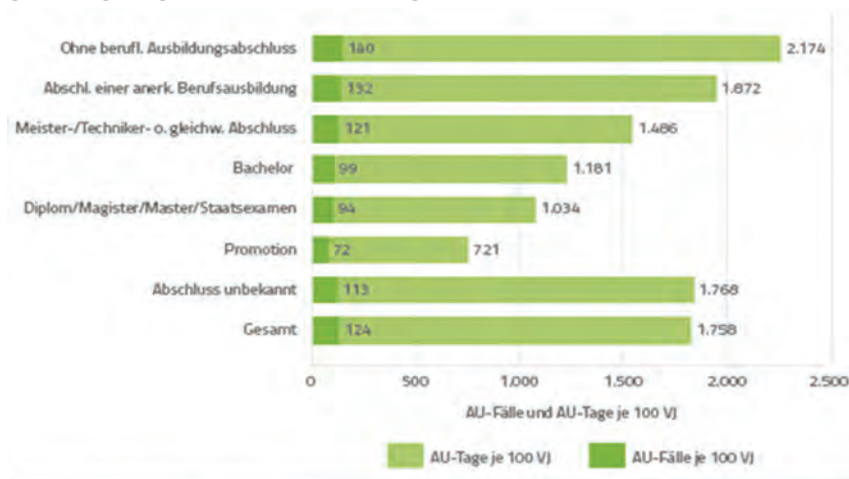
2016 waren es noch 16,3 Tage. Bei den psychischen Erkrankungen kamen 3,8 Arbeitsunfähigkeitstage zusammen (2016: 3,6). Der auf Muskel-Skelett-Erkrankungen entfallende Anteil an den gesamten Arbeitsunfähigkeitstagen stieg auf insgesamt 4,4 Fehltage an, im Vorjahr waren es lediglich 3,2 Arbeitsunfähigkeitstage. Auf Krankheiten des Atmungssystems entfielen 2,2 Tage (2016 ebenfalls 2,2), mit Verletzungen und Vergiftungen waren die Versicherten im Land Bremen 2,3 Tage arbeitsunfähig (2016: 2,0 Tage).



Heike Sander bei der Vorstellung des Gesundheitsreport 2018 in Hannover

### Mangelnde (Aus-)Bildung macht krank

Der BARMER-Gesundheitsreport 2018 zeigt auch, dass es einen Zusammenhang zwischen Ausbildungsabschlüssen und Arbeitsunfähigkeitstagen der versicherten Beschäftigten gibt. „Je höher der Ausbildungsgrad, desto geringer die Zahl der Krankschreibungen“, sagt Sander. Während Versicherte ohne beruflichen Ausbildungsabschluss statistisch betrachtet auf 21,7 Fehltage im Jahr 2017 kamen, fehlten Versicherte mit einem Diplom-Abschluss durchschnittlich 10,3 Tage, promovierte Beschäftigte waren lediglich 7,2 Tage krankheitsbedingt nicht an ihrem Arbeitsplatz. Die beobachteten Unterschiede dürften maßgeblich im Zusammenhang mit spezifischen körperlichen Belastungen stehen, denen Berufstätige mittelbar in Abhängigkeit vom Schul- beziehungsweise Ausbildungsabschluss im Erwerbsleben ausgesetzt sind. „Es ist davon auszugehen, dass Tätigkeiten, die mit stärkeren körperlichen Belastungen verbunden sind mit häufigeren Krankschreibungen und höheren Fehlzeiten assoziiert sind, eher von Berufstätigen mit geringerer Qualifikation ausgeübt werden“, betont Sander.



Quelle: BARMER-Daten 2017

### Hintergrund

Arbeitsunfähigkeiten in Abhängigkeit von tätigkeitsspezifischen Anforderungen Obwohl Statistiken zu Arbeitsunfähigkeiten bereits seit vielen Jahren von Krankenkassen veröffentlicht werden und dabei oftmals zu den ersten publizierten gesundheitsbezogenen Statistiken der Kassen gehörten, ist die Interpretation der Ergebnisse zu Arbeitsunfähigkeiten keinesfalls einfach. Wichtig erscheint der Hinweis, dass gesundheitliche Einschränkungen erst ab einer bestimmten Schwelle zu einer Arbeitsunfähigkeit mit Fernbleiben vom Arbeitsplatz führen. Ein Arbeitnehmer kann beispielsweise durchaus schon lange unter leichteren Kopfschmerzen gelitten haben, ehe er sich wegen zunehmender Beschwerden krankschreiben lässt.

Geht ein Arbeitnehmer trotz einer Erkrankung und erheblicher Beschwerden weiterhin regelmäßig zur Arbeit, spricht man von Präsentismus. Auch diese Erkrankungen werden in Daten zu Arbeitsunfähigkeiten nicht abgebildet. Unterschiedliche Tätigkeiten stellen unterschiedliche mentale und körperliche Anforderungen. Während beispielsweise eine leichtere Fußverletzung bei ausschließlicher Büro­tätigkeit am Schreibtisch weitgehend ohne Fehlzeiten verheilen kann, kann eine identische Verletzung bei körperlich belastenden Tätigkeiten, beispielsweise bei Briefträgern, zu unzweifelhaft begründeten mehrwöchigen Arbeitsausfällen führen.



„Wir wissen: Je höher der Ausbildungsgrad, desto geringer die Zahl der Krankschreibungen.“

Heike Sander, Landesgeschäftsführerin der BARMER in Niedersachsen und Bremen



## Neues aus der Landespolitik: Im Gespräch mit Minister Lies (SPD)



Yannick Stawicki ist neuer Ansprechpartner Politik der BARMER in Niedersachsen:



Heike Sander im Gespräch mit Olaf Lies, Niedersächsischer Minister für Umwelt, Energie, Bauen und Klimaschutz. Themen des Gespräches waren u.a. die demenzgerechte Kommune, altersgerechtes Bauen im Quartier sowie die Fördermöglichkeiten seitens der Pflegekasse im Rahmen der Wohnraumanpassung.

## Austausch mit MdL Toepffer (CDU)



Am 1. August hat Yannick Stawicki die Nachfolge von Leif Weinel als Politikreferent in der BARMER Landesvertretung Niedersachsen und Bremen angetreten. Stawicki ist gebürtiger Niedersachse, 27 Jahre alt und studierter Politikwissenschaftler mit einem Masterabschluss der Leibniz Universität Hannover. Bereits im Jahr 2015 und zu Beginn dieses Jahres absolvierte er im Rahmen seines Studiums insgesamt zwei Praktika bei Landesgeschäftsführerin Heike Sander. Ab Oktober wird Yannick Stawicki neben Niedersachsen auch das Land Bremen als Politikreferent betreuen. Den neuen Politikreferent der BARMER in Niedersachsen, erreichen Sie unter:

[Yannick.Stawicki@barmer.de](mailto:Yannick.Stawicki@barmer.de)

Tel. 0800 333004 654-430



Landesgeschäftsführerin Heike Sander (li) im Gespräch mit Fraktionsvorsitzendem im Niedersächsischen Landtag Dirk Toepffer (CDU). Im gemeinsamen Austausch formulierte Heike Sander die drei aktuellsten Wünsche der BARMER an die Politik im Land:  
Stärkere Zusammenlegung von Krankenhäusern und deren Fachabteilungen (Beispiel Clausthal-Zellerfeld),  
Mehr digitale Modelle im Gesundheitswesen,  
Sektorenübergreifende Versorgung.

## Weitergedacht! Gesundheit in der digitalen Welt

Neben der großen Herausforderung, den demografischen Wandel in allen Lebensbereichen aktiv zu gestalten, dringt zunehmend die Digitalisierung des beruflichen und privaten Alltags in unser Bewusstsein. Am 26. April 2018 führten die LV Niedersachsen/Bremen, die HGS Göttingen und die RGS Hannover eine gemeinsame Veranstaltung mit dem Regionalen Demografie Netzwerk in Hannover durch. Mehr als 100 Teilnehmende aus den Bereichen Wirtschaft, Gesundheit und Dienstleistung folgten der Einladung in das innovative Ignition Center der KPMG AG in Hannover. Staatssekretär Dr. Lindner vom Wirtschaftsministerium hielt die Eröffnungsrede und es folgten interessante Vorträge von KPMG AG, BARMER.i und Deutsche Telekom AG zu den Themen Digitalisierung als Zukunftssicherung der Unternehmen und die Auswirkung am Arbeitsplatz. Abschließend stellte eine Preisträgerin des diesjährigen BARMER Digital Health Wettbewerbs das Unternehmen Selfapy und das Projekt der Online Psychotherapie vor. Landesgeschäftsführerin Heike Sander und Hauptgeschäftsführer Oliver Hinberg freuten sich über die erfolgreiche Kooperation.

## Neue Serie: 2. Folge mit Laura Rebuschat, CDU Junge Abgeordnete neu im Landtag



Laura Rebuschat, MdL, im Gespräch mit Politikreferent Yannick Stawicki

An dieser Stelle stellen wir regelmäßig neue Gesichter aus der niedersächsischen Politik im lockeren Interview vor. Diesmal mit der 28-jährigen Laura Rebuschat:

### **Warum bist Du zur Wahl angetreten und was möchtest Du im Landtag erreichen?**

Bereits ab dem Alter von acht Jahren hat sich mein politisches Interesse entwickelt und ich wollte die erste Bundeskanzlerin werden. Ich gestalte grundsätzlich lieber mit, als mit den Folgen leben zu müssen. Deshalb ist mir auch die Frage der Generationengerechtigkeit besonders wichtig, gerade vor dem Hintergrund des demographischen Wandels. Die Gesundheitspolitik wird dadurch für junge Leute immer bedeutender. Ich hatte zwar vor meiner Kandidatur nicht das aktive Ziel Abgeordnete zu werden, aber die Gestaltungsmöglichkeiten sind in der ersten Reihe einfach am Größten.

### **Wenn der Magen drückt:**

Die sogenannten Protonenpumpenhemmer (PPI) unterdrücken die Bildung von Magensäure. „Die Medikamente sind zur Behandlung und Prävention von Magengeschwüren, Zwölffingerdarmgeschwüren oder Sodbrennen zugelassen und werden in Niedersachsen 16,4 Prozent aller Versicherten verordnet, knapp über dem deutschen Durchschnitt von 16 Prozent“, berichtet BARMER Landesgeschäftsführerin Heike Sander aus dem Arzneimittelreport 2018 ihrer Kasse. „In Bremen waren es nur 14,2 Prozent, der geringste Wert in ganz Deutschland. Die Bremerinnen und Bremer haben also weniger Probleme mit dem Magen“, so Sander.

„Experten beklagen, dass die Mittel nicht nur zu oft, sondern mitunter auch ohne klare Indikation eingesetzt werden. Ärzte sollten daher mit noch größerer Sorgfalt die Verordnung bei ihren Patienten überprüfen“, fordert Sander. Dabei sei auch zu berücksichtigen, dass sich Hinweise darauf mehrten, wonach die längerfristige Einnahme von PPIs in seltenen Fällen zu Komplikationen führen könne. Dazu gehören schwerer Magnesiummangel mit vielschichtigen und unspezifischen, aber zum Teil schwerwiegenden Symptomen wie Herzrhythmusstörungen oder Krampfanfällen. Längerfristiger Magnesiummangel sei von klinischer Relevanz, da er zu Osteoporose und zusätzlich zu einem Mangel an Calcium führen könne.





### **Wie hältst Du dich als junger Mensch gesund und fit und hast Du persönliche Tipps für ein gesundes Leben?**

Für mich ist Ernährung ein wichtiger Bestandteil der Lebensweise. Ein bewusster Umgang mit Essen ist wichtig, genau wie sich Zeit dafür zu nehmen und nicht immer nur schnell zwischendurch zu essen. Ich koche gerne, da ich so die Produkte vorher sehen kann und das Kochen an sich eine gute Ablenkung für mich ist.

Um in Bewegung zu bleiben brauche ich eine alltagstaugliche Sportart, also beispielsweise Joggen oder auch einen Crosstrainer. Eine Mannschaftssportart kommt für mich momentan nicht infrage. Für mich ist die Balance zwischen gesunder Ernährung und Bewegung im Alltag für junge Menschen ausschlaggebend, also zum Beispiel mein Fußweg vom Bahnhof zum Landtag und die Treppe statt dem Aufzug.

### **Wie kann es Deiner Meinung nach gelingen, junge Menschen für gesundheitliche Prävention zu gewinnen und zu begeistern und was muss sich dafür an den Lebensumständen junger Menschen dafür ändern?**

Für junge Leute ist unabhängig vom Thema der Kanal oder das Medium wichtig, genau wie die Wahl der passenden Begrifflichkeiten. Der heutige Zeitgeist hilft dabei, junge Menschen über soziale Netzwerke für bewusste Ernährung zu gewinnen. Heute haben Teenager und generell junge Leute mehr finanzielle Möglichkeiten, wodurch auch ein bewussteres Ausgabeverhalten zu beobachten ist.

Dies ist natürlich noch abhängig vom Milieu, da beispielsweise in unteren Einkommensschichten tendenziell mehr Übergewichtigkeit vorkommt. Deshalb ist das gemeinsame Kochen besonders für Kinder und Jugendliche so wichtig und sollte zum Beispiel durch ein eigenes Schulfach gefördert werden.

*Vielen Dank für das angenehme Gespräch!*

## **Rund Fachtagung am 16.04.: Pflegen und gesund bleiben – geht das?**

Pflege kann krank machen: Überlastung, Erschöpfung, sozialer Rückzug – pflegende Angehörige riskieren ihre Gesundheit. Die BARMER ermittelte, dass rund 38 Prozent der pflegenden Angehörigen unter einer klinisch relevanten Depression leiden. Auch Angst- oder Schlafstörungen kommen gehäuft vor. Insgesamt leidet etwa die Hälfte aller Pflegepersonen an psychischen Problemen – deutlich mehr als nicht-pflegende Menschen. Nach wie vor übernehmen deutlich mehr Frauen als Männer Arbeiten in der Häuslichen Pflege (BARMER Pflegereport 2017). Studien verzeichnen jedoch einen Anstieg des Anteils pflegender Männer von 17 % im Jahr 1991 auf 27 % im Jahr 2002. In den letzten 15 Jahren hat sich der Anteil der an der Pflege beteiligten Männer an allen Pflegenden bei 37-39 % stabilisiert. Dabei pflegen Männer eher ihre Ehefrauen, Frauen dagegen alle Familienmitglieder, die pflegebedürftig werden. Die meisten Frauen beginnen mit der Übernahme von Pflege Tätigkeit ab dem 40. Lebensjahr, Männer vermehrt erst im Alter von 55 Jahren. Angehörige zu pflegen ist eine Dienstleistung mit extremen Anforderungen, die mit einer Reihe von Risiken einhergeht. So gehen viele pflegende Angehörige ein hohes Armutrisiko ein, wenn sie ihre Arbeit aufgeben, um zu pflegen. Obwohl diese Tätigkeit gesamtgesellschaftlich einen sehr hohen Stellenwert hat, wird sie nicht genügend wertgeschätzt. Die Tagung mit über 100 Teilnehmenden konnte Wege aufzeigen, wie Angehörige besser auf sich achten können, um unbeschadet diese Zeit intensiver Belastung zu überstehen. Sie wurde von der AG Gender und Depression des Bündnisses gegen Depression in der Region Hannover in Kooperation mit der BARMER Landesvertretung veranstaltet.



Junges Gesicht für die CDU im niedersächsischen Landtag, Laura Rebuschat (28)



Heike Sander (l.) im Austausch mit der niedersächsischen Sozialministerin Dr. Carola Reimann bei der Fachtagung „Angehörige pflegen“

# Gesundheitsförderung in Kitas

Terminhinweis für den 18. September

Bewegung und Wahrnehmung sind die Schlüsselkompetenzen für eine positive körperliche und psycho-soziale Entwicklung von Mädchen und Jungen in den ersten Lebensjahren.

Durch Bewegungen begreifen, erobern und erweitern Kinder ihre Welt. Sie erproben ihren eigenen Körper, entwickeln motorische Kompetenzen, kommunizieren mit anderen Kindern und erwerben Selbstkontrolle und Selbstachtung. Bewegung ist nicht nur unerlässlich für die körperliche, sondern auch für die kognitive Entwicklung. Sie fördert die Lernfähigkeit, die Lernbereitschaft und das psychosoziale Wohlbefinden.

Es ist demnach von Bedeutung, Bewegungsanreize und -anlässe zu schaffen und in den Kita-Alltag zu integrieren. Doch was genau brauchen unsere Mädchen oder Jungen an Körper- und Bewegungserfahrungen, um ein positives Selbstwertgefühl zu entwickeln? Gibt es geschlechtsspezifische Unterschiede? Welche Lern- und Erfahrungssituationen im Kontext von Bewegung sollten Erzieher\*innen in den Blick nehmen?

Ziel der Veranstaltung ist es, diesen und ähnlichen Fragen auf den Grund zu gehen. Dafür werden die Themenbereiche mit Expert\*innen in Vorträgen und Workshops von verschiedenen Seiten beleuchtet und mit praktischen Anregungen angereichert um Antworten zu finden.

Auszug aus dem Programm:

10:00 Uhr | Beginn in der Akademie des Sport, Hannover

*Grußwort*

Ulrike Westphal, Niedersächsisches Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung, Leiterin der Abteilung Frauen und Gleichstellung, Hannover

*Talk zum Thema*

Heike Sander, Landesgeschäftsführerin der BARMER, Niedersachsen / Bremen, Hannover

Thomas Altgeld, Geschäftsführung, Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V., Hannover

Reinhard Rawe, Vorstandsvorsitzender des LandesSportBund

Niedersachsen e. V., Hannover

*Vorstellung „Ich kann kochen!“*

Gemeinsam mit der Sarah Wiener Stiftung hat sich die BARMER es sich zur Aufgabe gemacht, Kinder frühestmöglich für eine vielseitige Ernährung zu begeistern. „Ich kann kochen!“ vermittelt Kindern praxisnah und alltagstauglich, wie viel Spaß es macht, sich selbst eine frische Mahlzeit zuzubereiten.

Mehr unter [www.gesundheit-nds.de](http://www.gesundheit-nds.de)

## Unser Service

- Presseinfos, Grafiken und Reporte zur Versorgungsforschung gibt's im Presseportal: [www.barmer.de/presse](http://www.barmer.de/presse)
- Das BARMER online-Magazin: [www.barmer-magazin.de](http://www.barmer-magazin.de)
- Folgen Sie uns auf Twitter für tagesaktuelle Gesundheitsnews: [www.twitter.com/BARMER\\_Presse](https://www.twitter.com/BARMER_Presse)



MGAS  
Niedersachsen e.V.

LandesSportBund  
Niedersachsen e.V.

BARMER

**Gesundheitsförderung  
in der Kita!**

Bewegen – Entwickeln – Gestalten

Gesundheit weiter gedacht

kogeki  
Kompetenzzentrum  
für Gesundheitliche Förderung in Kitas

18. September 2018  
Akademie des Sports, Hannover

## Impressum

### BARMER

Verantwortlich

Athanasios Drougias

Abt. Unternehmenskommunikation

### Redaktion

Michael Erdmann

Landespressesprecher Niedersachsen und Bremen

[michael.erdmann@barmer.de](mailto:michael.erdmann@barmer.de)

Tel. 0800 333004 654-432

### Bildnachweis

BARMER, Landesvereinigung für Gesundheit