

Berlin, 3. November 2016



## Schon Berufsstarter haben gesundheitliche Probleme

Ob Bluthochdruck, Rückenschmerzen oder Depressionen, Volkskrankheiten machen sich schon bei jungen Berufseinsteigern bemerkbar. Das geht aus dem aktuellen Gesundheitsreport der BARMER GEK hervor. „Unternehmen müssen sich darauf einstellen, schon junge Mitarbeiter gezielt mit gesundheitsfördernden Maßnahmen anzusprechen. Ein Betriebliches Gesundheitsmanagement muss darauf ausgerichtet sein, zu verhindern, dass sich die gesundheitlichen Beschwerden junger Mitarbeiter chronifizieren“, sagt Gabriela Leyh, Landesgeschäftsführerin der BARMER GEK Berlin/Brandenburg.

Der Gesundheitsreport der BARMER GEK hat die Diagnosen, Arzneimittelverordnungen und Krankschreibungen der Altersgruppe der 16- bis 30-Jährigen untersucht. Schon rund 36 Prozent dieser Altersgruppe leiden an Muskel-Skelett-Erkrankungen. Rückenschmerzen machen hier den größten Diagnoseanteil aus, vor allem bei Frauen. In der Altersgruppe der 26- bis 30-jährigen weiblichen Beschäftigten bekamen im Jahr 2014 rund 23 Prozent die Diagnose Rückenschmerzen. Bei den berufstätigen Männern der gleichen Altersgruppe waren es mit rund 17,5 Prozent etwas weniger. Sie sind dafür häufiger von Bluthochdruck betroffen. Die Diagnosen bewegten sich im Jahr 2014 bei den 16- bis 20-jährigen berufstätigen Männern zwar noch auf einem niedrigen Niveau von rund 2,3 Prozent. Bei den 26- bis 30-jährigen berufstätigen Männern waren es allerdings schon mehr als doppelt so viele Diagnosen, nämlich 5,5 Prozent.

„Viele Unternehmen unterschätzen die gesundheitlichen Probleme ihrer jungen Mitarbeiter, da sie im Vergleich zu älteren Mitarbeitern nur geringe Fehlzeiten ausmachen. Diagnosen wie Bluthochdruck und Rückenschmerzen, die wir schon heute bei jungen Berufstätigen feststellen, können jedoch in einigen Jahren ernsthafte Folgeerkrankungen mit langen Fehlzeiten verursachen“, sagt Leyh. Deshalb sei es wichtig, dass Unternehmen speziell ihre junge Mitarbeiter zu einem gesundheitsfördernden Verhalten motivieren. Nach einer aktuellen Firmenkundenbefragung der BARMER GEK tun dies nur 13 Prozent der Unternehmen.

**☎ PRESSESTELLE  
BERLIN/BRANDENBURG**

Axel-Springer-Straße 44  
10969 Berlin

Markus Heckmann

Tel.: 0800 33 20 60 44 40 06

Mobil: 0160 90 45 69 72

[markus.heckmann@barmer-gek.de](mailto:markus.heckmann@barmer-gek.de)

[www.barmer-gek.de/540481](http://www.barmer-gek.de/540481)





# Statement

von Gabriela Leyh,  
Landesgeschäftsführerin der BARMER GEK Berlin/Brandenburg

anlässlich der Pressekonferenz  
zur Vorstellung des BARMER GEK Gesundheitsreports 2016

Gesund und leistungsbereit?  
Die Generation Z am Anfang ihres Berufslebens

Berlin, 3. November 2016

 **PRESSESTELLE  
BERLIN/BRANDENBURG**

Axel-Springer-Straße 44  
10969 Berlin

Markus Heckmann

Tel.: 0800 33 20 60 44 40 06

Mobil: 0160 90 45 69 72

[markus.heckmann@barmer-gek.de](mailto:markus.heckmann@barmer-gek.de)

[www.barmer-gek.de/540481](http://www.barmer-gek.de/540481)





Gesund und leistungsbereit? Wie geht es jungen Menschen am Anfang ihres Berufslebens? Nachdem sich der BARMER GEK Gesundheitsreport im vergangenen Jahr dem demografischen Wandel und älteren Beschäftigten gewidmet hat, untersuchen wir in diesem Jahr, wie es um die Gesundheit junger Beschäftigter und Studierender bestellt ist. Wir beleuchten dabei die sogenannte „Generation Z“, also die 16- bis 30-Jährigen.

Auf den ersten Blick gibt es keine gesundheitlichen Auffälligkeiten bei dieser Altersgruppe. Zwar sind junge Mitarbeiter deutlich häufiger krankgeschrieben als ältere aber dafür meistens nur für wenige Tage. So waren in Berlin im Jahr 2014 die 15- bis 19-Jährigen im Durchschnitt zweimal im Jahr krankgeschrieben und damit doppelt so häufig wie die 60 bis 64-Jährigen. Allerdings dauert eine Krankschreibung bei den 15- bis 19-Jährigen meist weniger als sechs Tage. Bei den 60- bis 64-Jährigen dauert eine Krankschreibung hingegen im Durchschnitt 24 Tage. Das liegt daran, dass die Jüngeren häufiger an vergleichsweise harmlosen Infektionskrankheiten der Atemwege leiden, die in ein paar Tagen auskuriert sind. Bei den Älteren hingegen schlagen häufiger Krebserkrankungen, Muskel-Skelett-Erkrankungen oder psychische Erkrankungen zu, die eine wesentlich längere Arbeitsunfähigkeit mit sich bringen. Betrachtet man die Krankschreibungen auf das Jahr verteilt, so verursachen 15- bis 30-Jährigen nur einen geringen Teil Fehlzeiten.

Also kein Grund zur Sorge, wenn es um die Gesundheit der jungen Berufseinsteiger geht? Keineswegs. Für den Gesundheitsreport haben wir die Diagnosen, Arzneimittelverschreibungen und Arbeitsunfähigkeitsbescheinigungen analysiert und kommen zu Ergebnissen, die aufhorchen lassen. Denn es sind die bekannten Volkskrankheiten, die sich schon in jungen Jahren bemerkbar machen, sowohl bei den Beschäftigten als auch bei den Studierenden.

Bereits 36 Prozent, also mehr als ein Drittel der 16- bis 30-Jährigen leiden nach Betrachtung der uns vorliegenden Diagnosen an **Muskel-Skelett-Erkrankungen**. Der größte Anteil der Diagnosen, rund 16 Prozent, entfällt auf Rückenschmerzen. Sie nehmen mit zunehmendem Alter deutlich zu. Bei Frauen werden Rückenschmerzen deutlich häufiger festgestellt als bei



Männern. Schon 23 Prozent der weiblichen Beschäftigten zwischen 26 und 30 Jahren haben Rückenschmerzen. Bei den Männern der gleichen Altersgruppe sind es etwas weniger, rund 17,5 Prozent. Bewegungsmangel aber auch Stress, der bekanntermaßen ebenfalls Rückenschmerzen verursachen kann, scheinen also auch zumindest bei den Berufstätigen der jungen Generation ein Problem zu sein. Studierende leiden etwas seltener an Rückenschmerzen, bei den weiblichen Studierenden im Alter von 26 bis 30 sind es rund 16 Prozent, bei ihren männlichen Kommilitonen der gleichen Altersgruppe rund elf Prozent.

Sorgen bereitet uns das Thema **Bluthochdruck**, der tatsächlich auch schon bei den jungen Beschäftigten und Studierenden vorkommt. Junge Menschen, die bereits einen Beruf ausüben, sind von Bluthochdruck häufiger betroffen als Studierende. Zwar bewegen sich die Diagnoseraten zunächst auf niedrigem Niveau, rund 2,3 Prozent bei den 16- bis 20-Jährigen berufstätigen Männern. Die Diagnose-Kurve geht jedoch steil nach oben. Bei den 26- bis 30-Jährigen berufstätigen Männern sind es dann schon mehr als doppelt so viele Diagnosen, nämlich 5,5 Prozent. Die Analyse der verordneten Blutdruck senkenden Mittel bestätigt diesen Eindruck. 3,5 Prozent der berufstätigen Männer zwischen 26 und 30 Jahren nehmen Blutdrucksenker ein, Tendenz steigend. Bluthochdruck hat ernsthafte Folgeerkrankungen, und Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind bei Männern immer noch die Todesursache Nummer eins. Deshalb sind 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 helfen, Blutdruck in Griff zu bekommen.

Seit einigen Jahren beobachten wir, dass **psychische Erkrankungen** eine zunehmende Rolle bei den Krankschreibungen einnehmen. Zwar sind Krankschreibungen wegen psychischer Störungen verhältnismäßig selten, die Dauer der einzelnen Krankschreibung ist jedoch oft sehr lange. Nach Auswertung der Diagnosen im Jahr 2014, kommen wir zu dem Ergebnis, dass bei 25 Prozent, also einem Viertel, der 16- bis 30-Jährigen mindestens einmal im Jahr eine psychische Erkrankung diagnostiziert wurde. Vor allem „somatoforme Störungen“, also körperliche Beschwerden, die offenbar keine organische Ursache haben, und „Reaktionen auf schweren Belastungen und



Anpassungsstörungen“, vereinfacht gesagt, Krisensituationen, werden bei Frauen häufiger diagnostiziert als bei Männern. Ob Frauen tatsächlich anfälliger für psychische Erkrankungen sind als Männer, sei dahin gestellt. Oft holen sich Frauen im Gegensatz zu Männer schneller ärztliche Hilfe.

Auffällig ist, dass **Depressionen** bei Studierenden in zunehmendem Alter deutlich stärker zunehmen als bei Berufstätigen. 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 mit einer Diagnoserate von rund sechs Prozent. In der Altersgruppe der 26- bis 30-Jährigen liegen die Studentinnen mit einer Diagnoserate von 11,4 Prozent dann 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.

Was sagen uns nun die Analysen? Es ist offensichtlich, dass junge Menschen bereits zu Beginn ihres Berufslebens deutlich unterschiedliche „Startpositionen“ haben. 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 dies eher Muskel-Skelett-Erkrankungen und bei Männer eher Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Eine große Verantwortung sehen wir hier bei den Unternehmen, im Rahmen ihres **Betrieblichen Gesundheitsmanagements** (BGM) speziell auch Maßnahmen für junge Beschäftigte zu entwickeln. In unserem jährlichen Firmenkundemonitor haben wir dieses Jahr Firmen deshalb explizit nach BGM-Angeboten für junge Mitarbeiter befragt. So gut wie jedes Unternehmen, nämlich 98 Prozent der 245 befragten Firmen, beschäftigt Mitarbeiter zwischen 15 und 29 Jahren. Im Durchschnitt macht diese Altersgruppe 14 Prozent der Belegschaft eines Unternehmens in Deutschland aus. Obwohl 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 also 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. Oft ist der Ausbildungsstart mit dem Umzug in eine neue Stadt verbunden. Die gewohnte Umgebung und Bezugspersonen aus Schulzeiten fehlen. Unternehmen müssen ein Verständnis über die Bedürfnisse und Ansprüche junger Mitarbeiter entwickeln. Die BARMER GEK steht Unternehmen mit speziellen Angeboten für junge Mitarbeiter als verlässlicher Partner zur Seite.

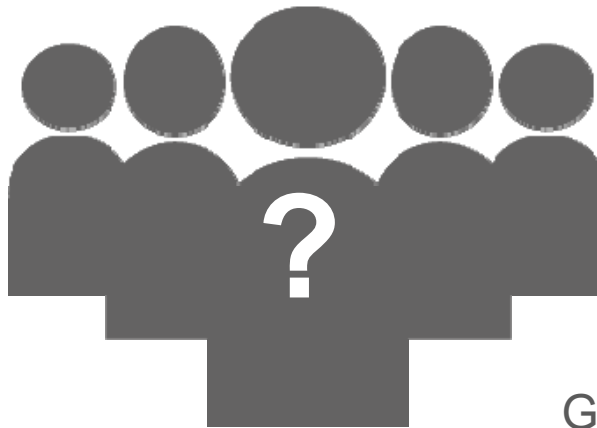
BARMER GEK GESUNDHEITSREPORT 2016.

# **Gesund und leistungsbereit? Die „Generation Z“ am Anfang ihres Berufslebens.**



## ➤ Berufseinstieg und Gesundheit

Wie ist es um die Gesundheit  
junger Berufseinsteiger bestellt?



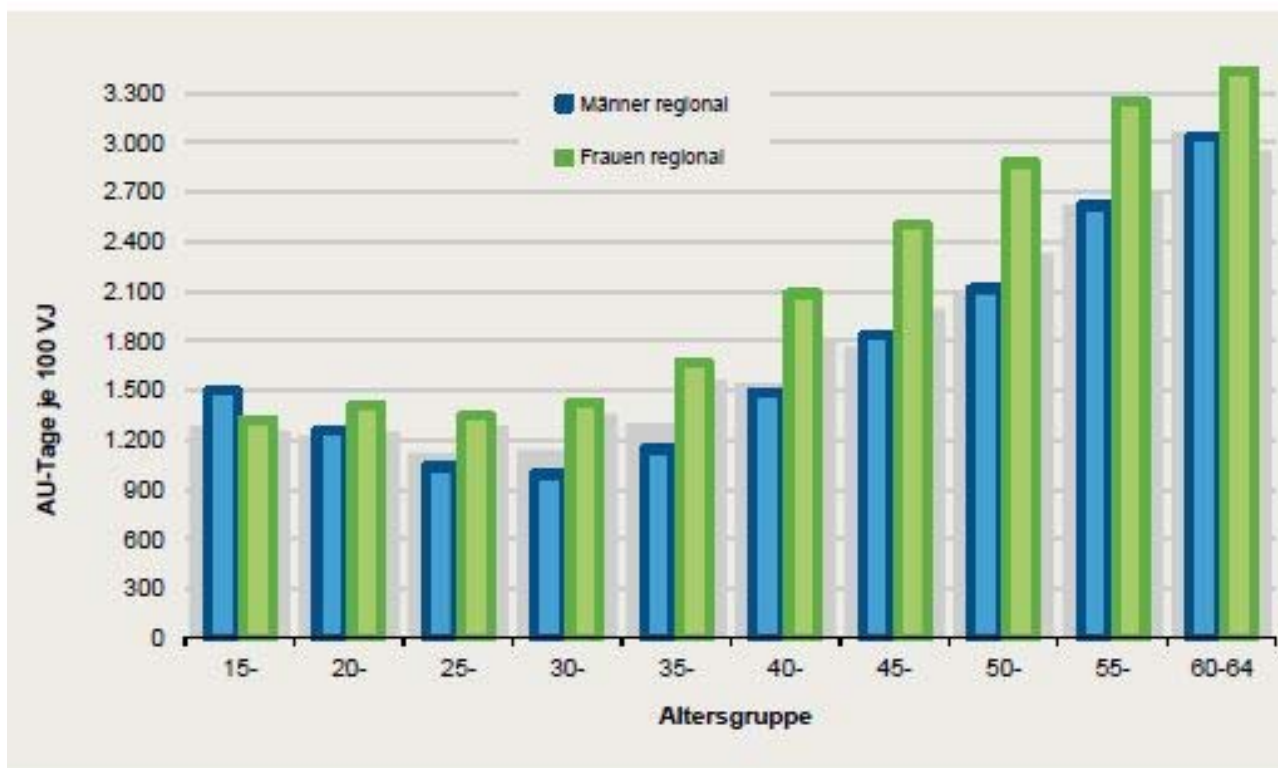
Welche Erkenntnisse lassen  
sich daraus für das Betriebliche  
Gesundheitsmanagement ziehen?

Gibt es Unterschiede  
zwischen Auszubildenden  
und Studierenden?



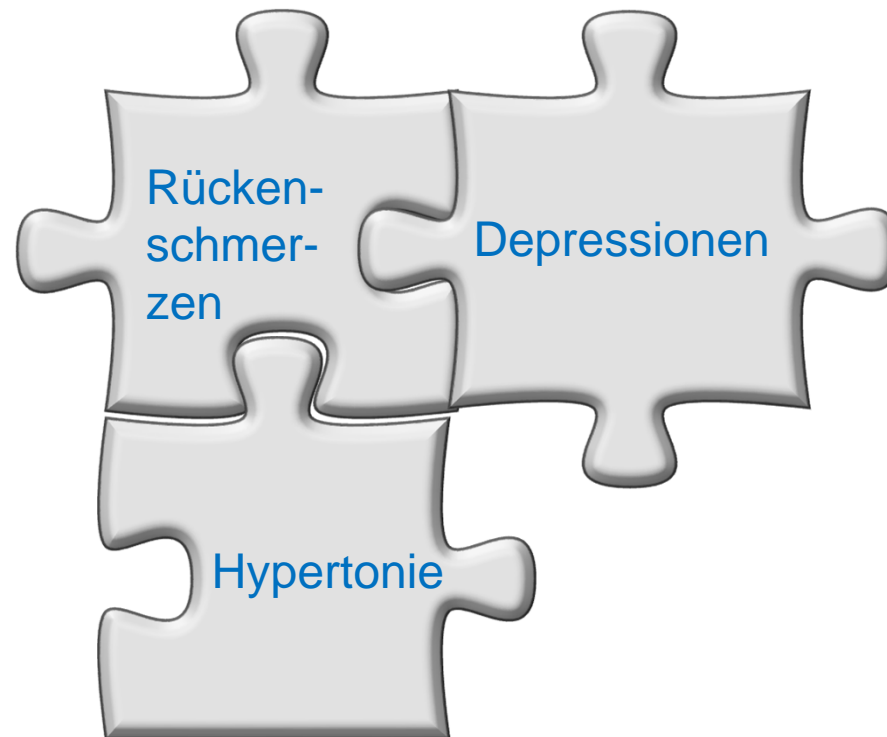
## ➤ Fehlzeiten nach Alter und Geschlecht

Arbeitsunfähigkeitstage je 100 VJ nach Geschlecht und Alter 2015 (hier: Berlin)



Auf den ersten Blick keine Auffälligkeiten: Junge Arbeitnehmer fehlen krankheitsbedingt seltener als ältere....

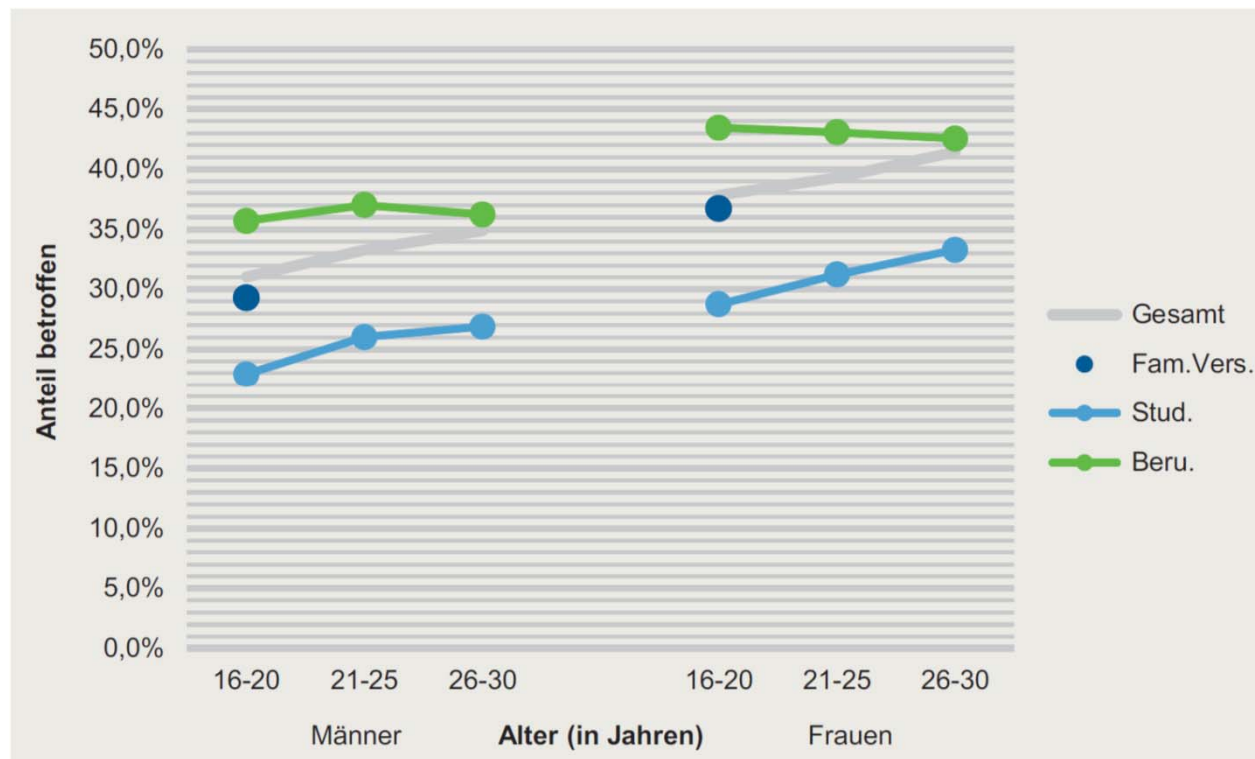
## ➤ Dauer von Krankschreibungen



...dennoch kein Grund zur Entwarnung. Denn: Volkskrankheiten machen sich schon in frühen Jahren bemerkbar, bei Berufstätigen wie bei Studierenden.

## ➤ Muskel-Skelett-Erkrankungen

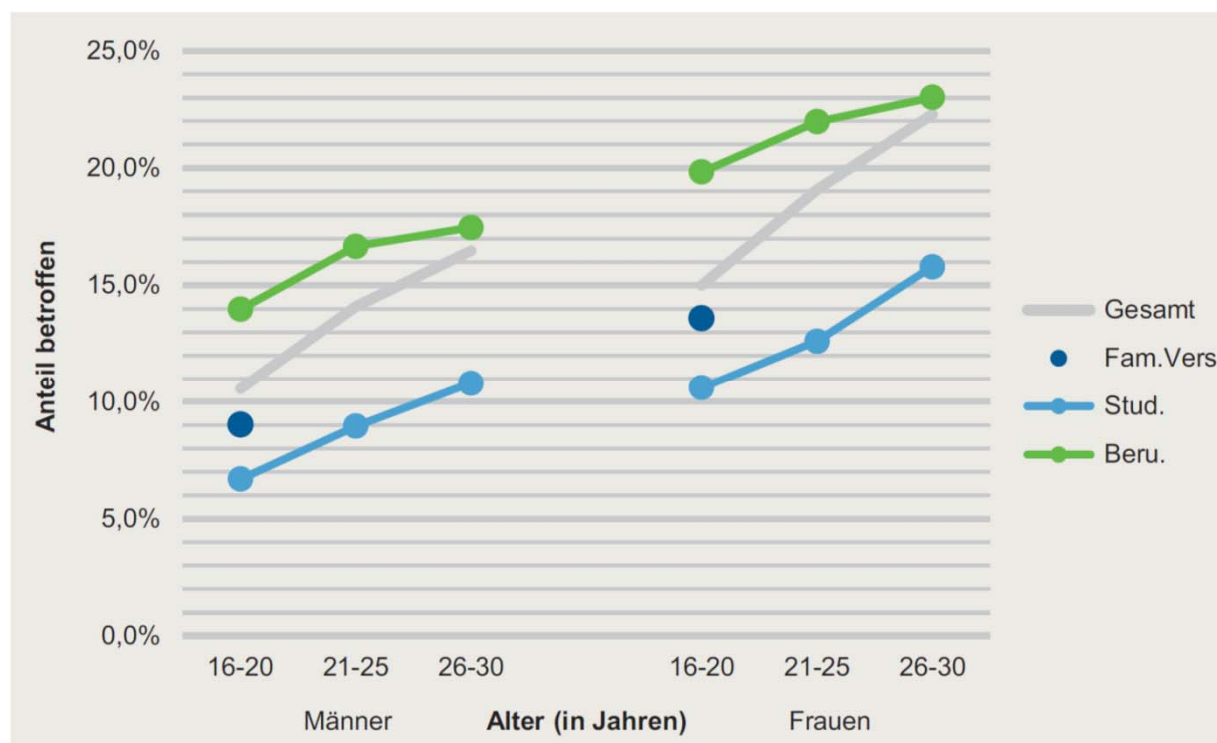
Diagnosen: Krankheiten des Muskel-Skelett-Systems im Jahr 2014



Mehr als ein Drittel aller jungen Erwachsenen (36%) ist von Krankheiten der Wirbelsäule und des Rückens betroffen.

## ➤ Diagnose Rückenschmerzen

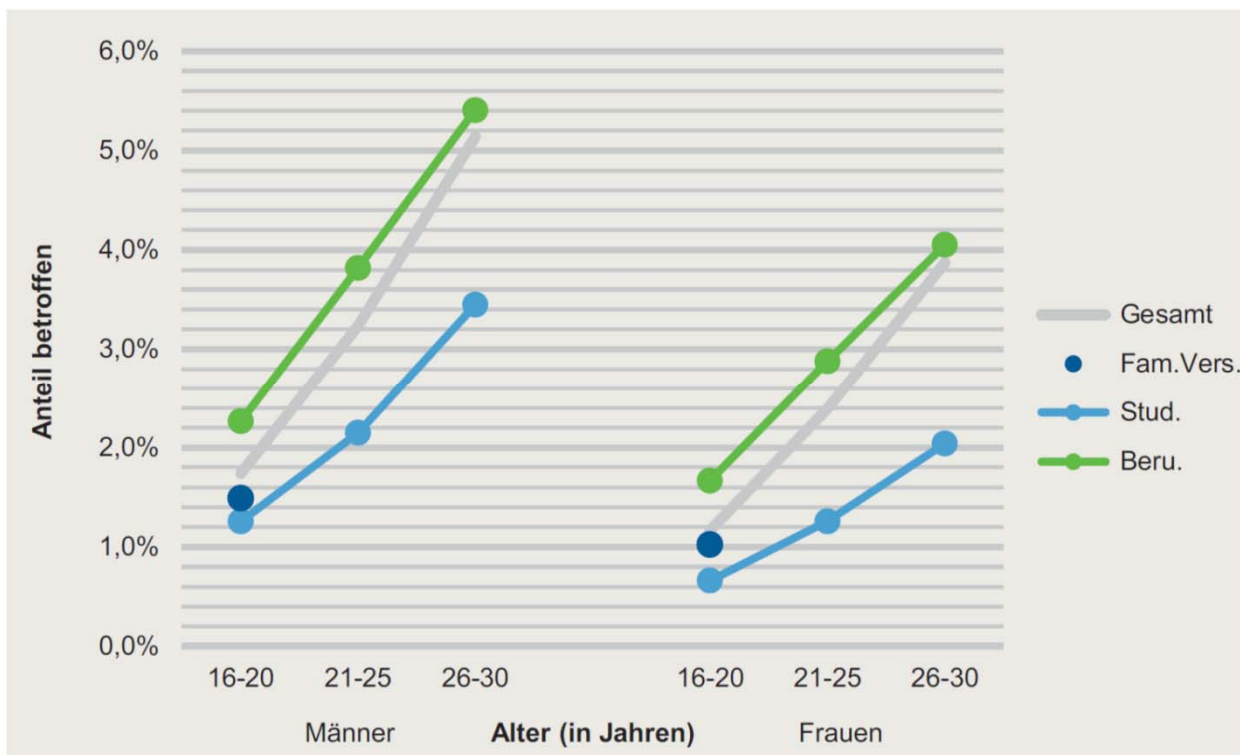
Diagnose: Rückenschmerzen im Jahr 2014



16% aller Muskel-Skelett-Erkrankungen betreffen die Diagnose Rückenschmerzen; Auszubildenden häufiger betroffen als Studierende.

## ➤ Kardiovaskuläre Erkrankungen

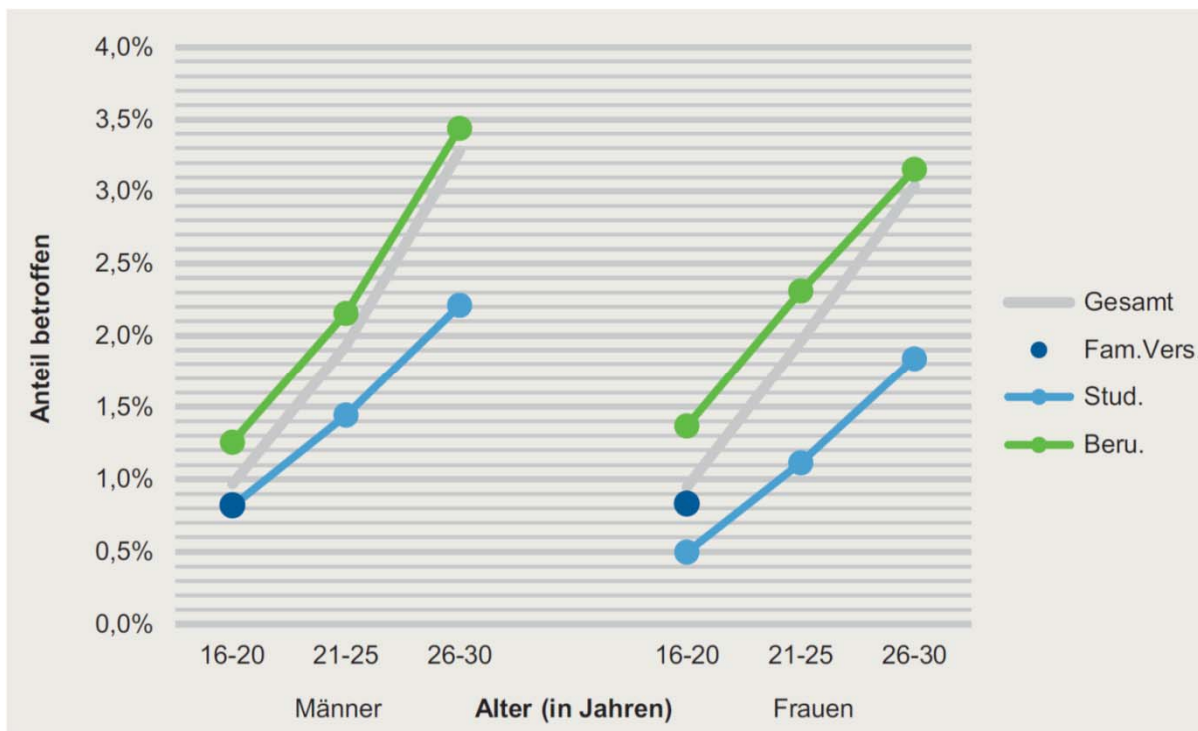
Diagnose: Hypertonie im Jahr 2014



Bluthochdruck: Deutlicher Unterschied zwischen Auszubildenden und Studierenden sowie zwischen Männern und Frauen.

## ➤ Kardiovaskuläre Erkrankungen

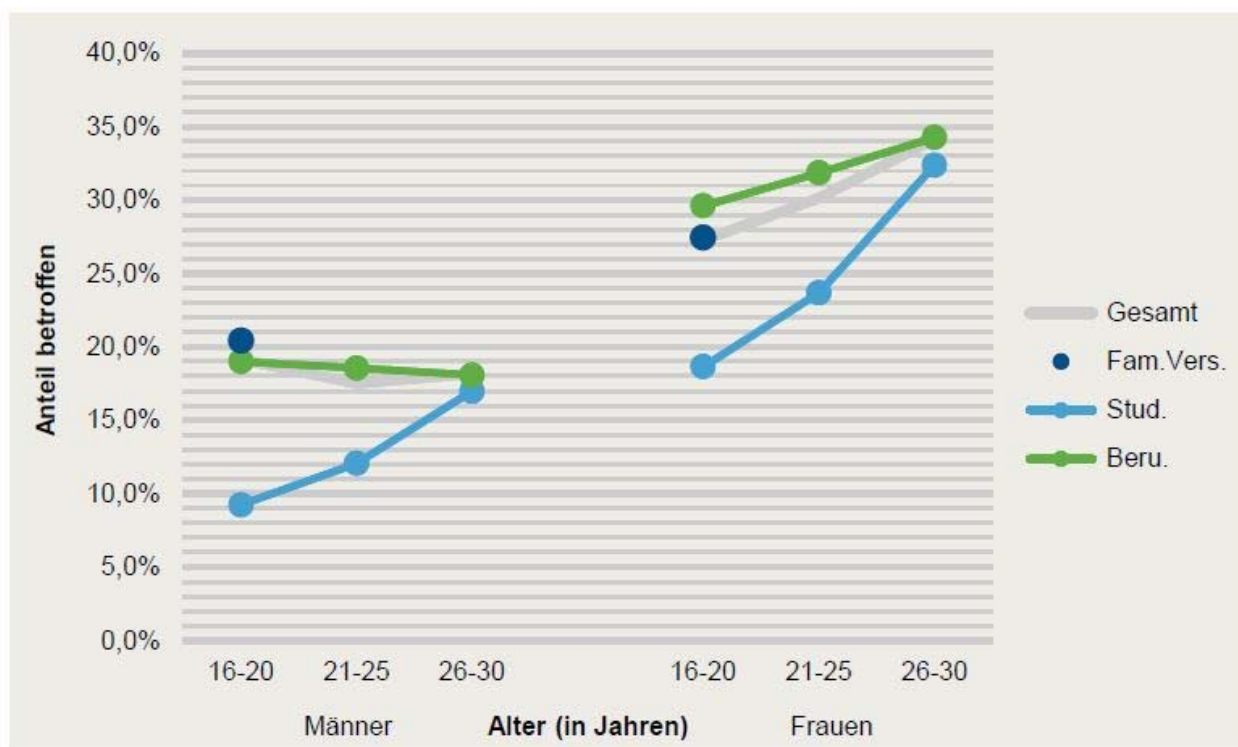
Verordnungsraten: Blutdruck senkende Mittel im Jahr 2014



Jungen Berufstätigen werden merklich häufiger Blutdruck senkende Arzneimittel verordnet.

## ➤ Psychische Erkrankungen allgemein

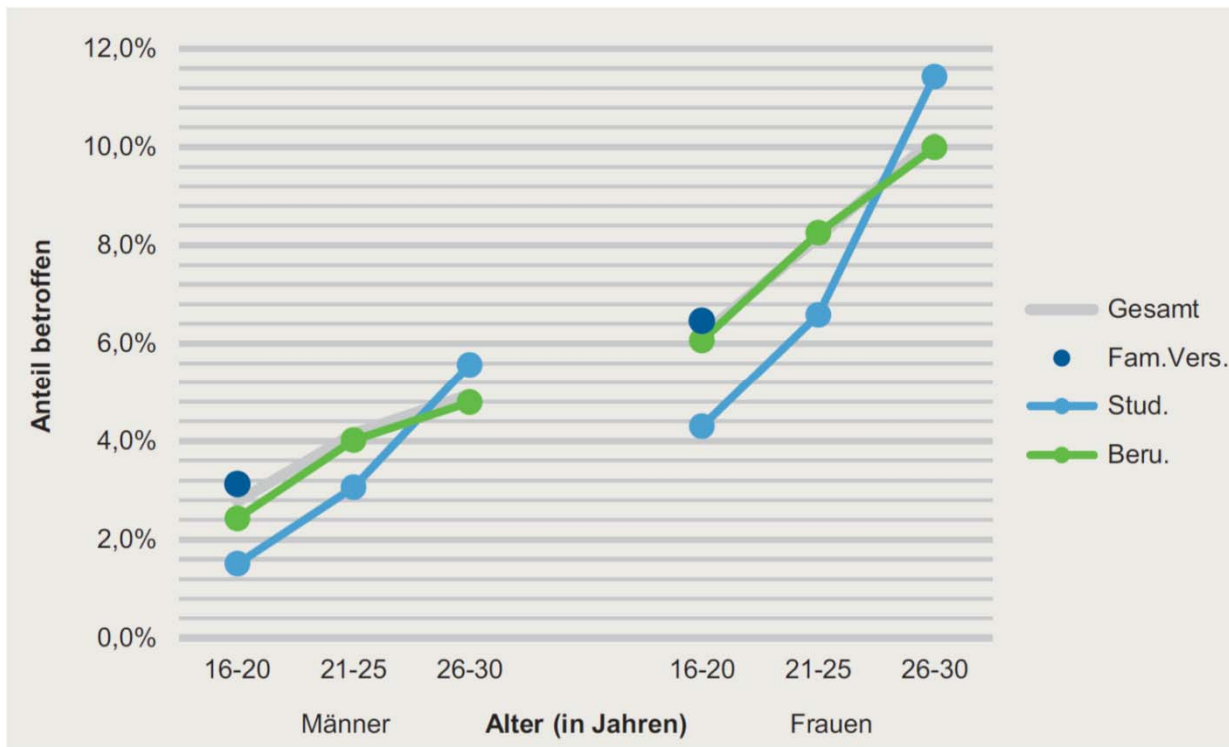
Diagnosen: psychische Störungen, Verhaltensstörungen im Jahr 2014



Bei rund einem Viertel der jungen Menschen im erwerbsfähigen Alter wurde 2014 eine psychische Erkrankung diagnostiziert.

## ➤ Depressionen

Diagnose: Depressionen im Jahr 2014

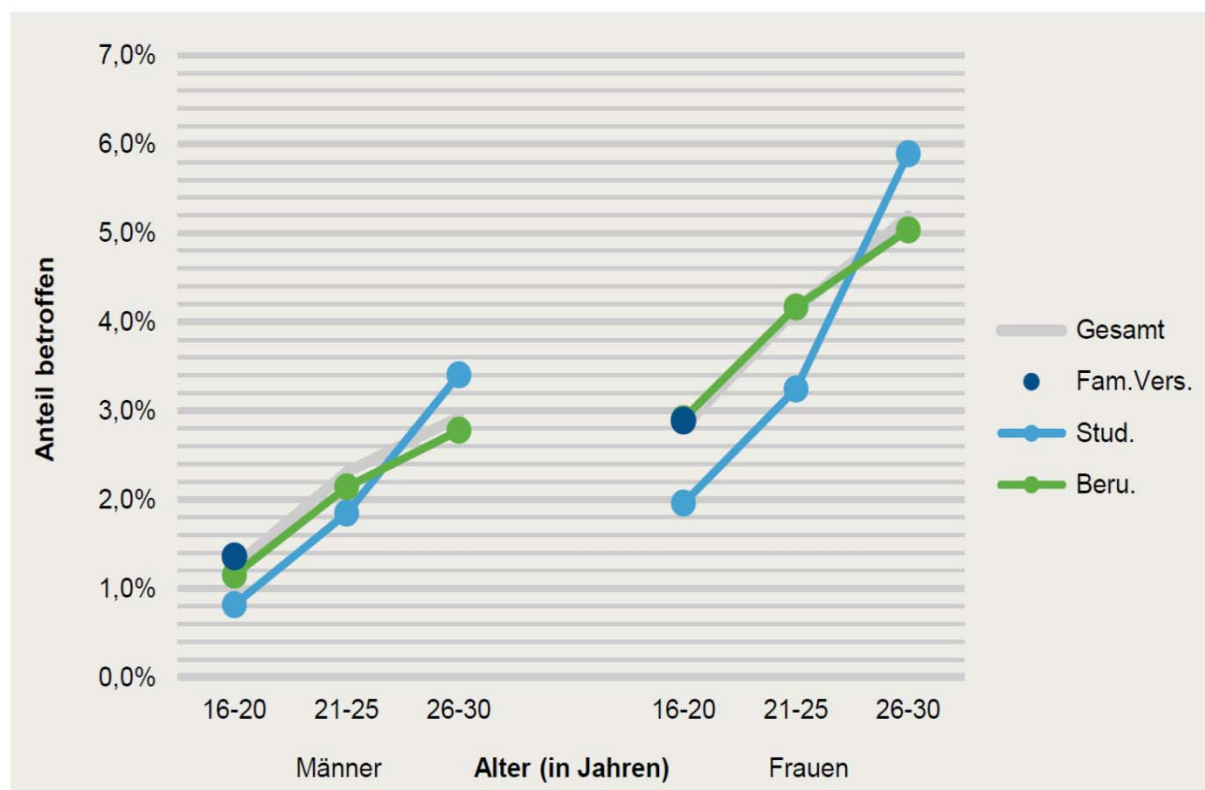


Depressionen nehmen bei Männern und Frauen mit steigendem Alter zu. Diagnoseraten älterer Studierender überschreiten diejenige von Berufstätigen.



## ➤ Verordnungen von Antidepressiva

Verordnungsraten: Antidepressiva im Jahr 2014



Entsprechend der Diagnoseraten verhalten sich die Verordnungen von Antidepressiva.

## ➤ Zusammenfassung

- Bereits zu Beginn des Berufslebens bestehen deutlich unterschiedliche „Startpositionen“ für Studierende und junge Berufstätige.
- Die Volkskrankheiten Rückenschmerzen, Bluthochdruck und Depression machen sich schon in jungen Jahren bemerkbar. Beschäftigte sind hiervon deutlich häufiger betroffen als Studierende.
- Arbeitgeber sollten gesundheitsfördernde Maßnahmen frühzeitig für junge Beschäftigte anbieten, damit sich gesundheitliche Leiden nicht chronifizieren.
- Insbesondere junge Männer müssen frühzeitig für Herz-Kreislauferkrankungen sensibilisiert werden.

## ➤ Was tun Unternehmen?

Inwieweit setzen sich Unternehmen mit den Bedürfnissen junger Mitarbeiter auseinander?

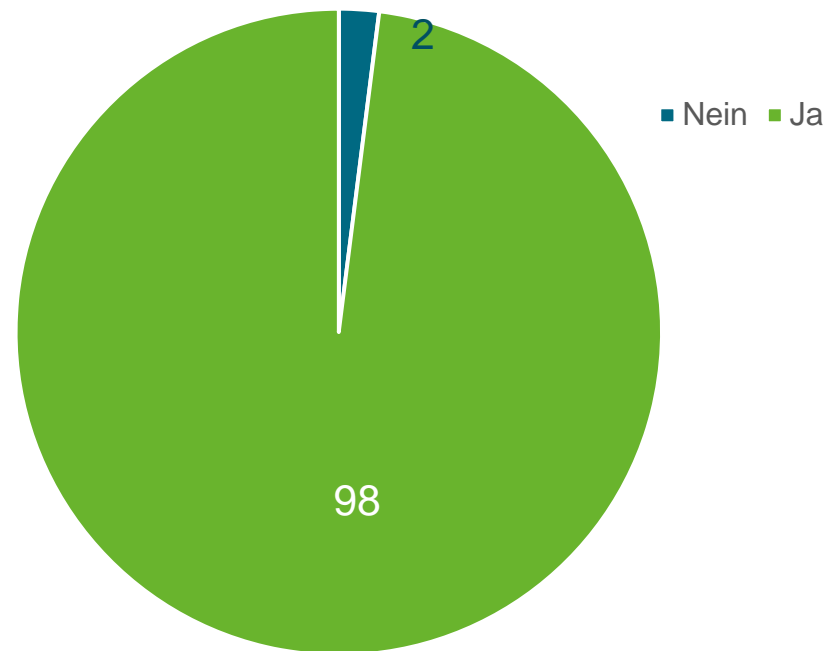


Welchen Anteil nehmen die 15-29-Jährigen in der Belegschaft Deutscher Unternehmen ein?

Welche BGM-Maßnahmen bieten Unternehmen speziell für junge Mitarbeiter an?

## ➤ Ergebnisse des BARMER GEK Firmenkundenmonitors Gesundheit

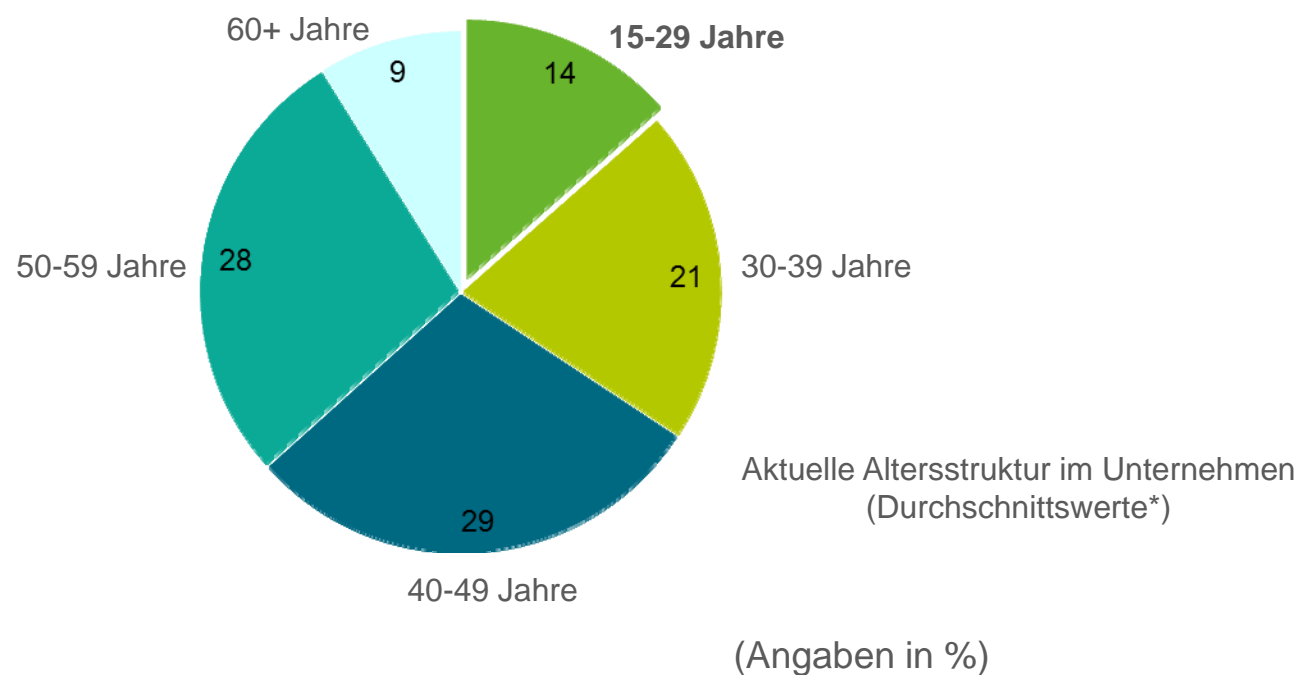
Sind in Ihrem Betrieb aktuell Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Altersgruppe 15 bis 29 Jahre beschäftigt?



(Angaben in %)

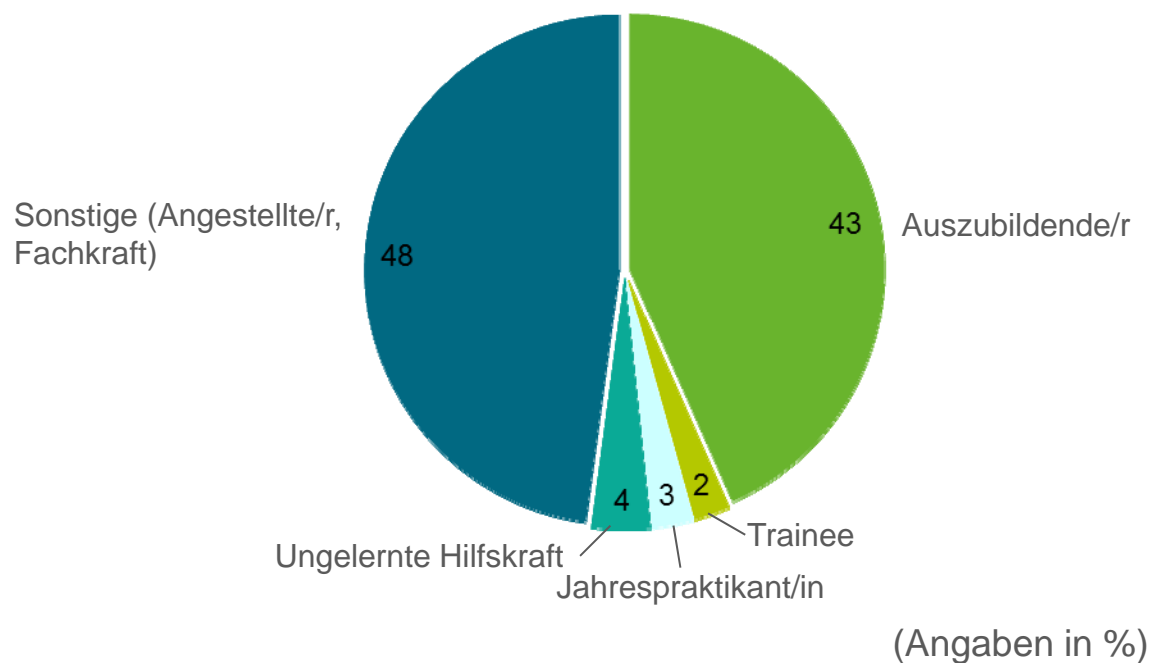
## ➤ Ergebnisse des BARMER GEK Firmenkundenmonitors Gesundheit

Wie verteilen sich die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter  
Ihres Betriebes auf folgende Altersgruppen?



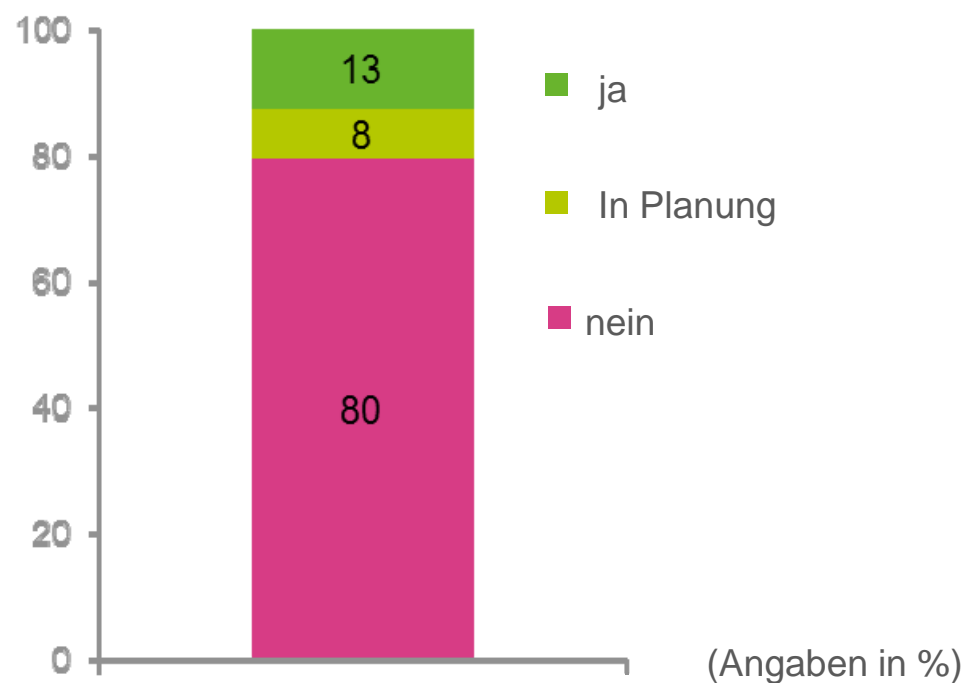
## ➤ Ergebnisse des BARMER GEK Firmenkundenmonitors Gesundheit

Und in welchem Beschäftigungsverhältnis befinden sich die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter speziell in der Altersgruppe 15 bis 29 Jahre Ihres Betriebes?



## ➤ Ergebnisse des BARMER GEK Firmenkundenmonitors Gesundheit

Bietet Ihr Unternehmen speziell für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Altersgruppe 15 bis 29 Jahre zugeschnittene Angebote der betrieblichen Gesundheitsförderung an?



## ➤ Fazit

- Obwohl sich schon bei der Gruppe der jungen Beschäftigten zwischen 15 und 29 Jahren gesundheitliche Probleme bemerkbar machen, bieten nur 13 Prozent der Unternehmen entsprechende Maßnahmen zur Betrieblichen Gesundheitsförderung an.
- Ein Unternehmen muss die Bedürfnisse seiner Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen kennen und verstehen, um Arbeitsbedingungen und gesundheitsfördernde Maßnahmen entsprechend anpassen zu können.
- Wir benötigen genauere Erkenntnisse über die Erwartungen und Einstellungen der jungen Menschen im erwerbsfähigen Alter gegenüber ihrer Arbeitswelt und ihrer Gesundheit.