

Jeder Vierte in Baden-Württemberg hat Rückenschmerzen Frauen sind häufiger betroffen als Männer

Stuttgart, 6. April 2018 – Jedem Vierten in Baden-Württemberg schmerzt der Rücken, das geht aus dem aktuellen Arztreport der BARMER hervor. Frauen sind demnach deutlich häufiger betroffen. Während mehr als 28 Prozent der Baden-Württembergerinnen das Kreuz mit dem Kreuz haben, ist das nur bei 22,6 Prozent der hiesigen Männer der Fall. „Damit Rückenschmerzen nicht chronisch werden, sollten mögliche Ursachen frühzeitig beseitigt werden. So verschwinden akute Rückenschmerzen bei 90 von 100 Betroffenen durch regelmäßigen Sport“, sagt Winfried Plötze, Landesgeschäftsführer der BARMER Baden-Württemberg. Die BARMER bietet deshalb einen Online-Kurs Rückengesundheit an. Mit Hilfe von über 50 videogestützten Übungen wird vermittelt, wie sich der Rücken stärken lässt und Verspannungen gelöst werden können. Mehr unter www.barmer.de/g100035

Auch die Jugend hat Rücken

Dass Rückenschmerzen erst in der zweiten Lebenshälfte auftreten, ist ein Irrtum. Aus den Daten der BARMER geht hervor, dass bundesweit rund 15,5 Prozent der jungen Frauen und etwa 11,3 Prozent der Männer im Alter von 15 bis unter 25 Jahren betroffen sind. In den meisten Fällen sind hier weniger Abnutzungserscheinungen, sondern vielmehr Bewegungsmangel oder auch psychische Belastungen die Ursache. „Wenn Rückenschmerzen nicht spezifisch sind, dann prüfen Ärzte gemäß der nationalen Richtlinie, ob neben körperlichen Ursachen auch psychische oder soziale Einflüsse eine Rolle spielen“, so Plötze. Wenn Rückenschmerzen psychisch bedingt sind, dann können Techniken helfen, die Körper und Seele ansprechen, etwa Muskelentspannung nach Jacobson und Hatha-Joga.

Diagnose Rückenschmerzen in Baden-Württemberg n. Jahren u. Geschlecht

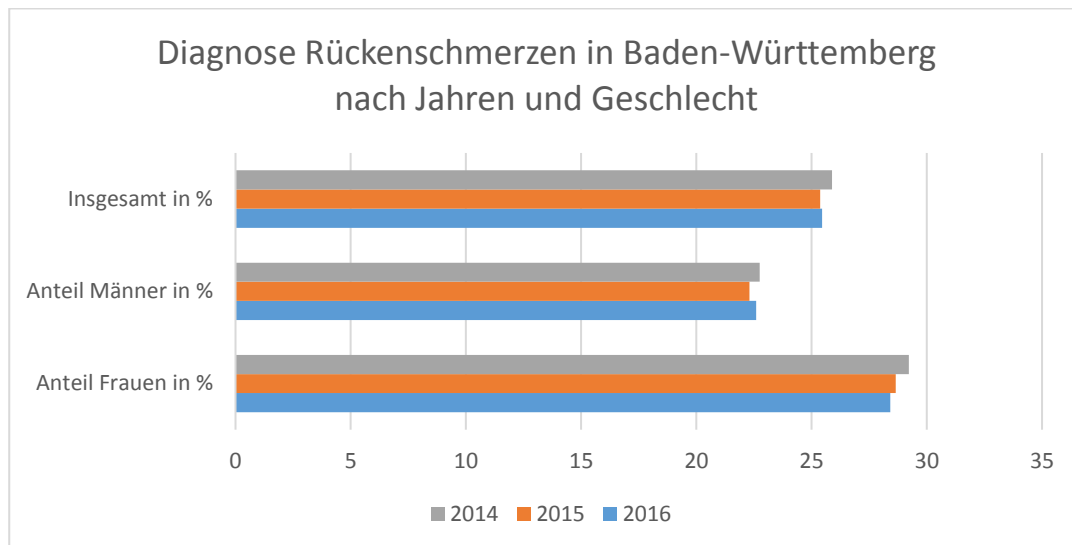
Jahr	Anteil Frauen in %	Anteil Männer in %	Insgesamt in %
2016	28,41	22,60	25,45
2015	28,65	22,30	25,37
2014	29,22	22,75	25,89

Landesvertretung
Baden-Württemberg

Torstraße 15
70173 Stuttgart

www.barmer.de/presse-p006122
www.twitter.com/BARMER_BW

Marion Busacker
Tel.: 0800 33 30 04 35 11 30
marion.busacker@barmer.de



Diagnose Rückenschmerzen in Deutschland nach Alter und Geschlecht

Altersgruppe	Anteil Frauen in %	Anteil Männer in %
15 bis unter 25 Jahre	15,49	11,29
25 bis unter 40 Jahre	24,75	19,23
40 bis unter 65 Jahre	36,13	28,93
65 bis unter 80 Jahre	41,19	32,65
ab 80 Jahre	39,24	33,91
altersübergreifend	28,76	22,06

