

## **Pressekonferenz:**

### **Was fehlt eigentlich den Brandenburgern?**

Vorstellung des BARMER Gesundheitsreports 2018

Potsdam, 15. August 2018

Teilnehmer:

**Gabriela Leyh**

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

**Landesvertretung**

**Berlin**

**Brandenburg**

**Heike Drechsler**

Leichtathletin, Olympiasiegerin, Weltmeisterin  
und Gesundheitsbotschafterin bei der BARMER

Axel-Springer-Straße 44  
10969 Berlin

[www.barmer.de/p006131](http://www.barmer.de/p006131)

[www.twitter.com/BARMER\\_BB](http://www.twitter.com/BARMER_BB)

Markus Heckmann

Tel.: 0800 332060 44 4006

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

Moderation:

**Markus Heckmann**

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

## **Pressemitteilung**

### **Bewegungsmangel macht Brandenburger krank**

Potsdam, 15.08.2018 – Muskel-Skelett-Erkrankungen sind die häufigste Ursache für Krankschreibungen in Brandenburg. Im vergangenen Jahr war statistisch jeder Brandenburger Beschäftigte 4,8 Tage wegen einer Muskel-Skelett-Erkrankung krankgeschrieben und somit länger, als die Beschäftigten in jedem anderen Bundesland. Das geht aus dem Gesundheitsreport der BARMER hervor, der heute in Potsdam vorgestellt wurde. „So unterschiedlich die Krankheitsursachen individuell auch sind, mehr Bewegung hilft, viele Erkrankungen zu vermeiden und Leiden zu lindern, sagt Gabriela Leyh, Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg.

### **Rückenschmerzen sorgen für hohe Fehlzeiten**

Die häufigste Diagnose unter den Muskel-Skelett-Erkrankungen war im vergangenen Jahr Rückenschmerzen mit einer durchschnittlichen Fehlzeit von 1,22 Tagen bei weiblichen und 1,44 Tagen bei männlichen Beschäftigten. Psychische Erkrankungen waren die zweithäufigste Ursache für Krankschreibungen mit durchschnittlich 3,6 Fehltagen je Beschäftigtem. Die häufigste Erkrankung aus dieser Diagnosegruppe war Depressive Episode mit 1,55 Fehltagen bei weiblichen und 0,68 Fehltagen bei männlichen Beschäftigten. Die BARMER wies darauf hin, dass es sowohl für psychische als auch für Muskel-Skelett-Erkrankungen Präventionsmöglichkeiten gibt.

### **Mehr Bewegung im Alltag verankern**

„Regelmäßige Bewegung stärkt nicht nur das Muskelsystem, sondern auch die seelische Gesundheit“, sagt Leyh. So hätten zahlreiche Studien gezeigt, dass Menschen, die regelmäßig Sport treiben, seltener depressive Phasen hätten. Man müsse aber nicht zum Leistungssportler werden, um gesund zu bleiben. „Großer gesundheitlicher Nutzen entsteht bereits, wenn Personen, die lange körperlich inaktiv waren, schon in geringem Umfang aktiv werden. Wer es schafft, fünf Mal in der Woche eine halbe Stunde spazieren zu gehen und lange Sitzphasen durch körperliche Bewegung ausgleicht, tut schon einiges für seine körperliche und seelische Gesundheit“, sagt Leyh.

**Landesvertretung**  
**Berlin**  
**Brandenburg**

Axel-Springer-Straße 44  
10969 Berlin

[www.barmer.de/p006131](http://www.barmer.de/p006131)  
[www.twitter.com/BARMER\\_BB](http://www.twitter.com/BARMER_BB)

Markus Heckmann  
Tel.: 0800 333004 998-035  
markus.heckmann@barmer.de

## **Statement**

von Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

anlässlich der Pressekonferenz

Was fehlt eigentlich den Brandenburgern?

Vorstellung des BARMER Gesundheitsreports 2018

Potsdam, 15. August 2018

**Landesvertretung**  
**Berlin**  
**Brandenburg**

Axel-Springer-Straße 44  
10969 Berlin

[www.barmer.de/p006131](http://www.barmer.de/p006131)  
[www.twitter.com/BARMER\\_BB](http://www.twitter.com/BARMER_BB)

Markus Heckmann  
Tel.: 0800 332060 44 4006  
markus.heckmann@barmer.de

## **Mehr Krankschreibungen als im Bundesdurchschnitt**

Was fehlt eigentlich den Brandenbürgern? Diese Frage haben wir uns gestellt, als wir für den Gesundheitsreports 2018 die Krankschreibungen der BARMER-Versicherten in Brandenburg ausgewertet haben. Denn die Brandenburger sind nicht nur häufiger, sondern auch länger krankgeschrieben als der durchschnittliche Bundesbürger. Jeder Brandenburger Beschäftigte war im vergangenen Jahr im Durchschnitt 21,4 Tage krankgeschrieben, der durchschnittliche Bundesbürger 17,6 Tage. Eine Krankschreibung dauerte in Brandenburg im Durchschnitt 14,5 Tage, im Bundesdurchschnitt 14,1 Tage. Wo liegen die Ursachen für die höheren Krankschreibungen in Brandenburg?

## **Mehr Muskel-Skelett-Erkrankungen als in jedem anderen Bundesland**

Bei der Suche nach den Ursachen für den hohen Krankenstand in Brandenburg fallen zunächst Erkrankungen aus der Diagnosegruppe der Muskel-Skelett-Erkrankungen auf. Gegenläufig zum Bundestrend, stiegen in Brandenburg die Fehltage wegen Muskel-Skelett-Erkrankungen. Statistisch fehlte im Jahr 2017 jeder Brandenburger Beschäftigte 4,8 Tage wegen einer Muskel-Skelett-Erkrankung, also fast eine ganze Arbeitswoche, und somit länger als die Beschäftigten in jedem anderen Bundesland. Im Bundesdurchschnitt sorgen Muskel-Skelett-Erkrankungen für 3,9 Fehltage. Meistens handelt es sich um Rückenschmerzen. Sie verursachten im Durchschnitt 1,22 Fehltage bei jeder weiblichen und 1,44 Fehltage bei jedem männlichen Beschäftigten in Brandenburg.

## **Psychische Erkrankungen häufiger Grund für Krankschreibungen**

Doch nicht nur körperliche Leiden auch psychische Probleme schlagen sich bei den Krankschreibungen des vergangenen Jahres nieder. Mit durchschnittlich 3,6 Fehltagen waren psychische Erkrankungen der zweithäufigste Grund für eine Krankschreibung in Brandenburg. Der Bundesdurchschnitt lag bei 3,4 Tagen. Aus dieser Diagnosegruppe war die Depressive Episode die häufigste Erkrankung mit durchschnittlich 1,55 Fehltagen bei jeder weiblichen und 0,68 bei jedem männlichen Beschäftigten.

## **Unterschiedlich viele Krankschreibungen in den Landkreisen**

Sowohl bei Muskel-Skelett- als auch bei Psychischen Erkrankungen gibt es innerhalb Brandenburgs deutliche regionale Unterschiede. Muskel-Skelett-Erkrankungen machen vor allem den Bewohnern in Märkisch Oderland zu schaffen mit 5,5 Fehltagen je Beschäftigtem, Bewohnern der Prignitz mit 5,3 und der Uckermark mit 5,2 Fehltagen. Die geringsten Fehlzeiten wegen

Muskel-Skelett-Erkrankungen verursachten die Potsdamer mit vier Fehltagen je Beschäftigtem. Psychische Erkrankungen waren am häufigsten in Oberhavel mit 4,3 Fehltagen je Beschäftigtem verbreitet, sowie in Havelland mit 4,1 und Dahme-Spreewald mit 4 Fehltagen. Elbe-Elster weist den geringsten Krankenstand wegen psychischer Erkrankungen auf mit drei Fehltagen je Beschäftigtem auf.

### **Den Brandenburgern fehlt es an Bewegung**

Was fehlt nun eigentlich den Brandenburgern? Wenn wir uns die Ergebnisse des Gesundheitsreports betrachten, scheint es ihnen vor allem an körperlicher Aktivität zu fehlen. Rückenschmerzen kommen oft von körperlicher Unterforderung und sollten als erstes Warnzeichen des Körpers ernstgenommen werden. Denn viel Sitzen und mangelnde Bewegung steigert langfristig auch das Risiko für andere Erkrankungen wie zum Beispiel für Bluthochdruck, Übergewicht und Diabetes. Unser Gesundheitsreport liefert also guten Grund, sich mehr zu bewegen. Regelmäßige Bewegung stärkt nicht nur das Muskelsystem, sondern auch die seelische Gesundheit. Viele Studien haben nachgewiesen, dass Menschen, die regelmäßig Sport treiben, deutlich seltener psychische Probleme haben. Aber man muss nicht zum Spitzensportler werden, um gesund zu bleiben. Großer gesundheitlicher Nutzen entsteht bereits, wenn Menschen, die lange Zeit inaktiv waren, schon in geringem Umfang aktiv werden. Wer es schafft, fünf Mal in der Woche eine halbe Stunde spazieren zu gehen und lange Sitzphasen durch körperliche Bewegung ausgleicht, tut schon einiges für seine körperliche und seelische Gesundheit.

### **Gesundheitliche Prävention kann so einfach sein**

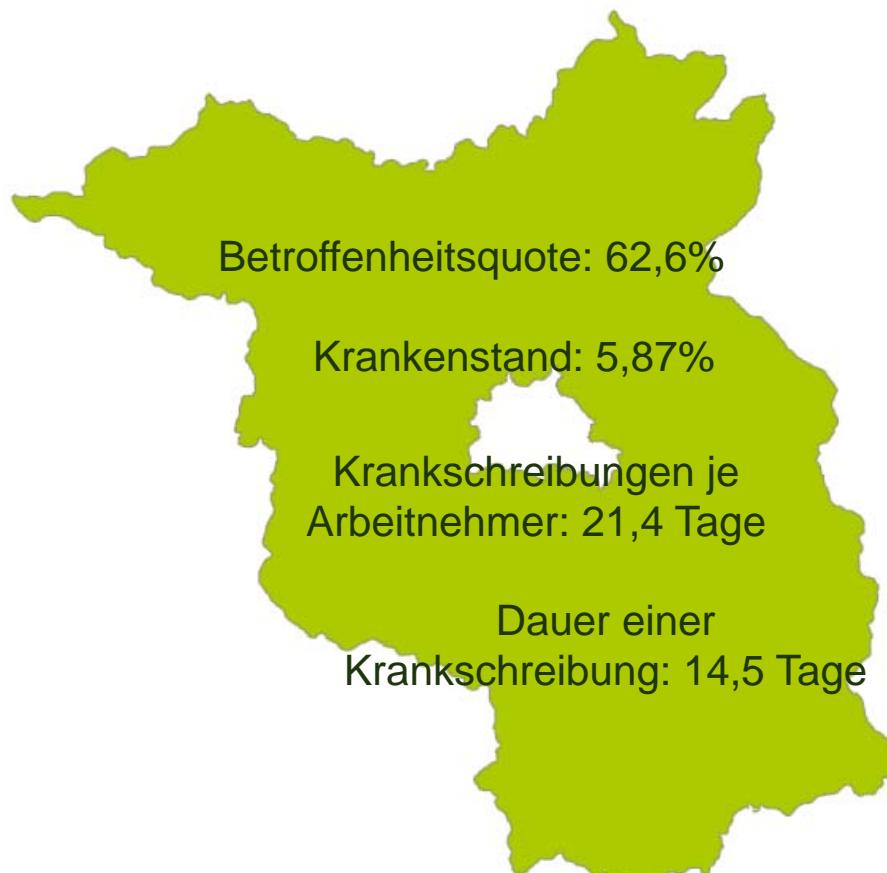
Wenn es um gesundheitliche Prävention geht, fällt mir der aktuelle Slogan des Landesmarketings Brandenburg ein, Es kann so einfach sein. Gerade Brandenburg lädt mit seinen mehr als 3.000 Badesseen, 7.000 Kilometer ausgebauten Fahrradwegen und 3.000 Sportvereinen zu mehr Bewegung ein. Woran es den Brandenburgern nicht fehlt, sind also die Möglichkeiten, sich zu bewegen. Vielmehr scheitern gute Vorsätze meist am inneren Schweinehund. Gesundheitskurse, Apps und Ratgeberbücher können dabei helfen, sich selbst zu motivieren. Auch Unternehmen können einen Teil dazu beitragen, dass es den Beschäftigten gesundheitlich gut geht. Die BARMER steht Unternehmern mit maßgeschneiderten Präventionsangeboten zur Verfügung.

# **Was fehlt eigentlich den Brandenburgern?**

**Vorstellung des BARMER Gesundheitsreports 2018  
Potsdam, 15. August 2018**

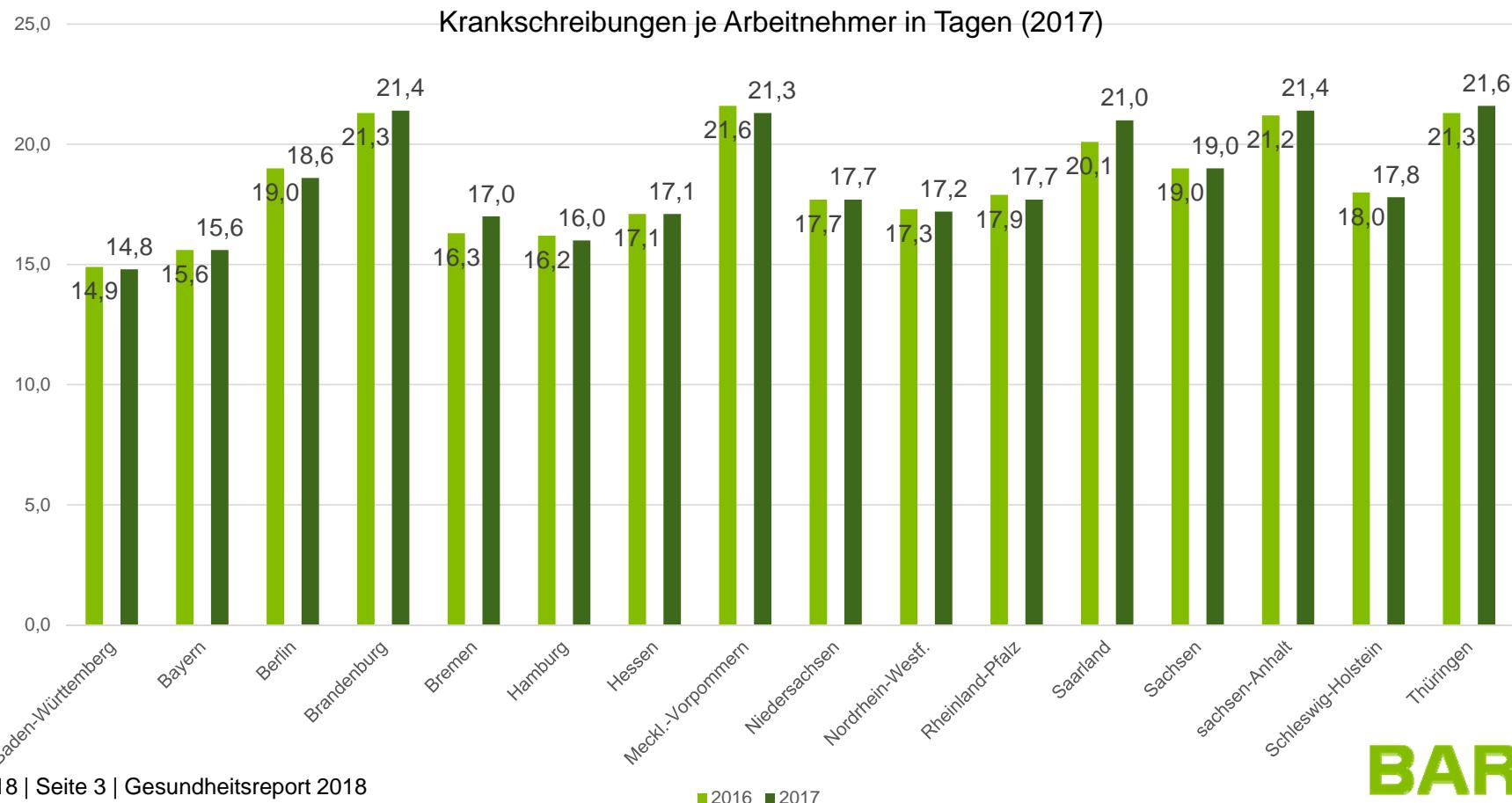
# Krankschreibungen im Bundes- und Ländervergleich

Brandenburger sind häufiger und länger krankgeschrieben als der Bundesschnitt



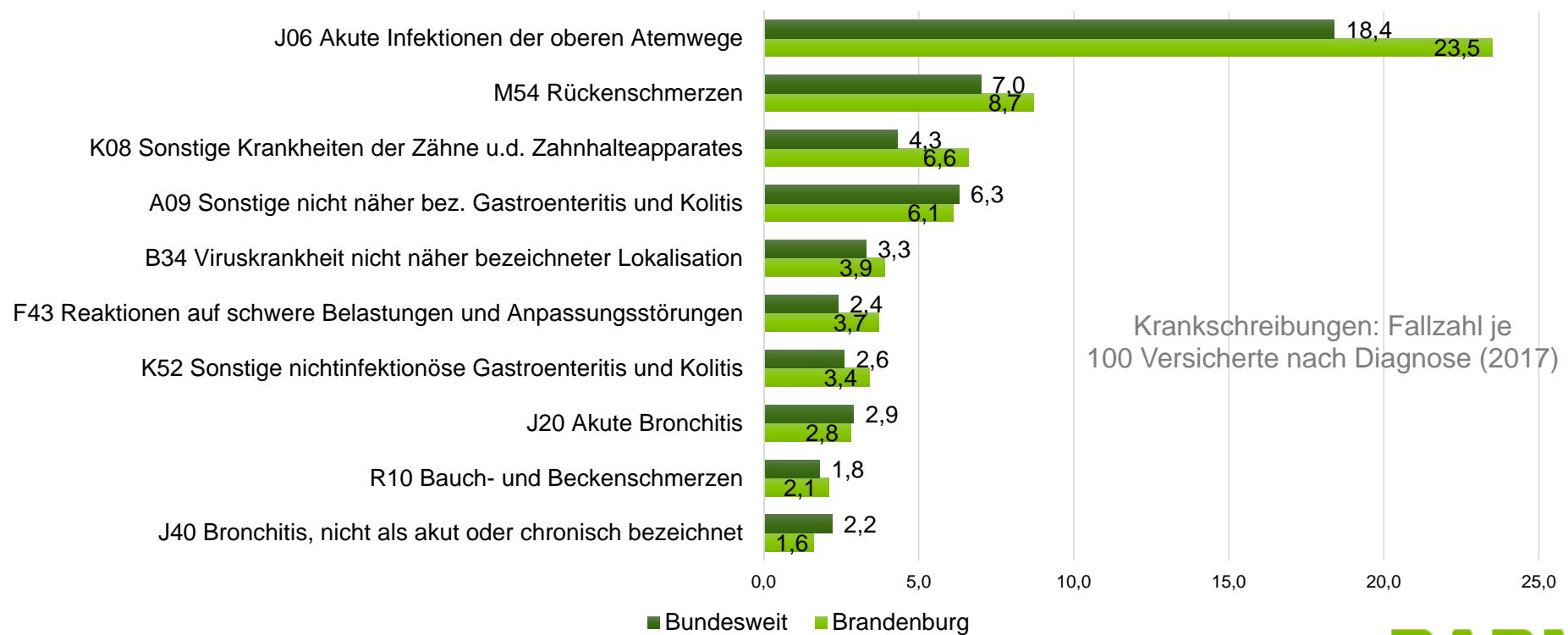
# Krankschreibungen im Ländervergleich

Nur die Bewohner Thüringens sind länger krankgeschrieben



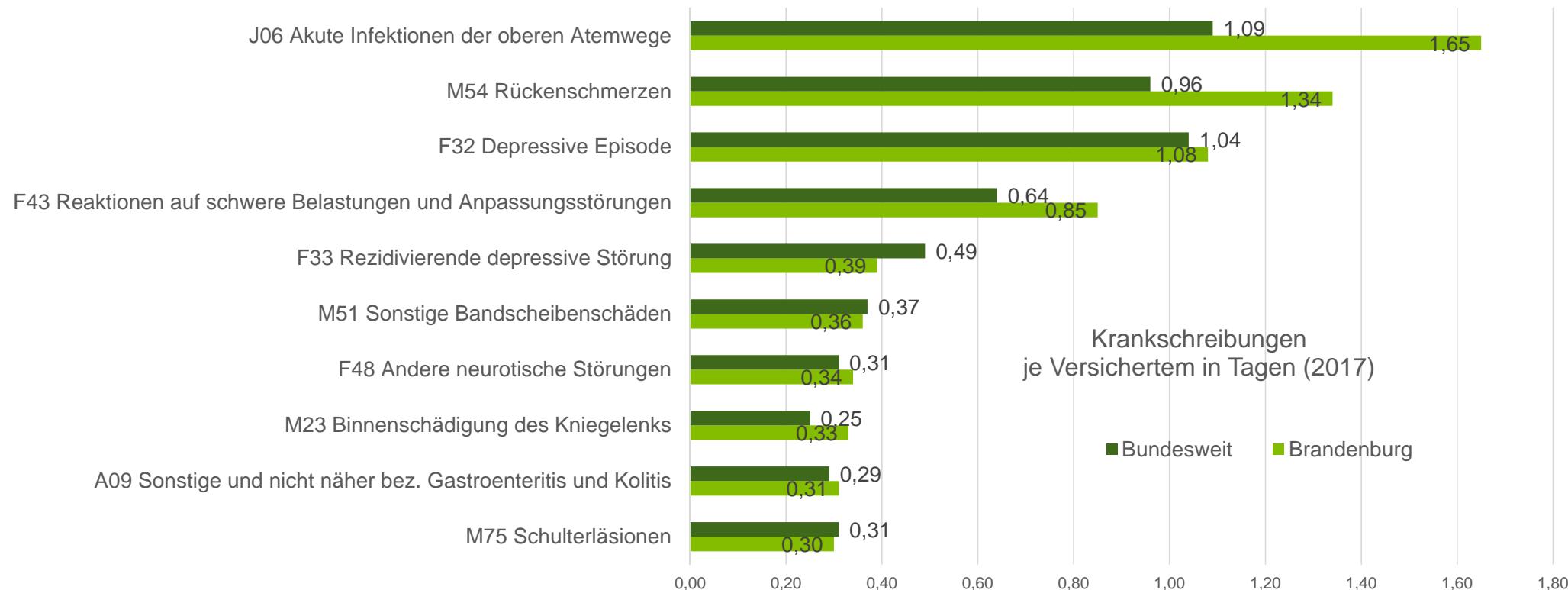
# Die Top 10 Diagnosen

Erkältungen und Rückenschmerzen häufigster Grund für Krankschreibungen



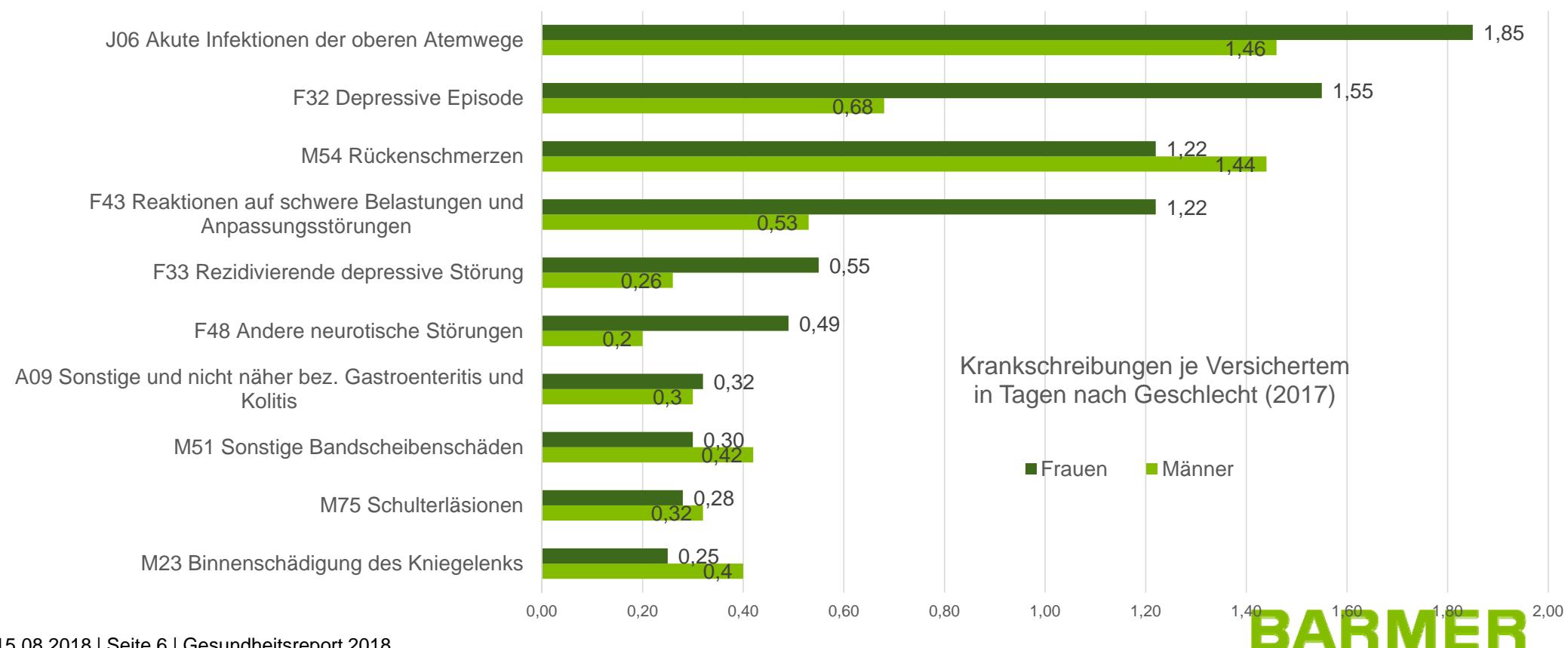
# Die Top 10 Diagnosen

Muskel-Skelett-Erkrankungen und psychische Erkrankungen sorgen für die längsten Krankschreibungen



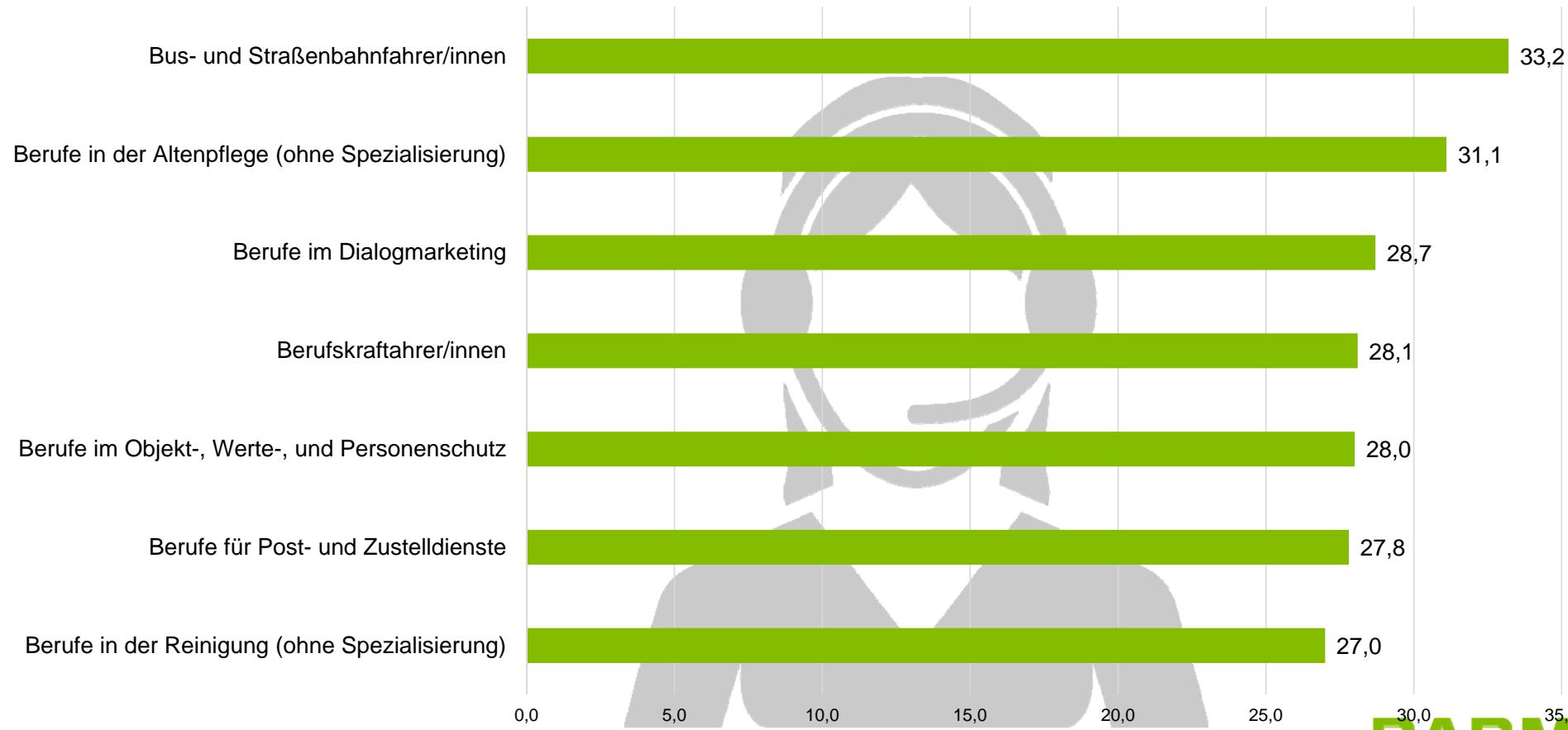
# Diagnosen nach Geschlecht

Frauen sind länger wegen psychischen Erkrankungen krankgeschrieben, Männer wegen Muskel-Skelett-Erkrankungen



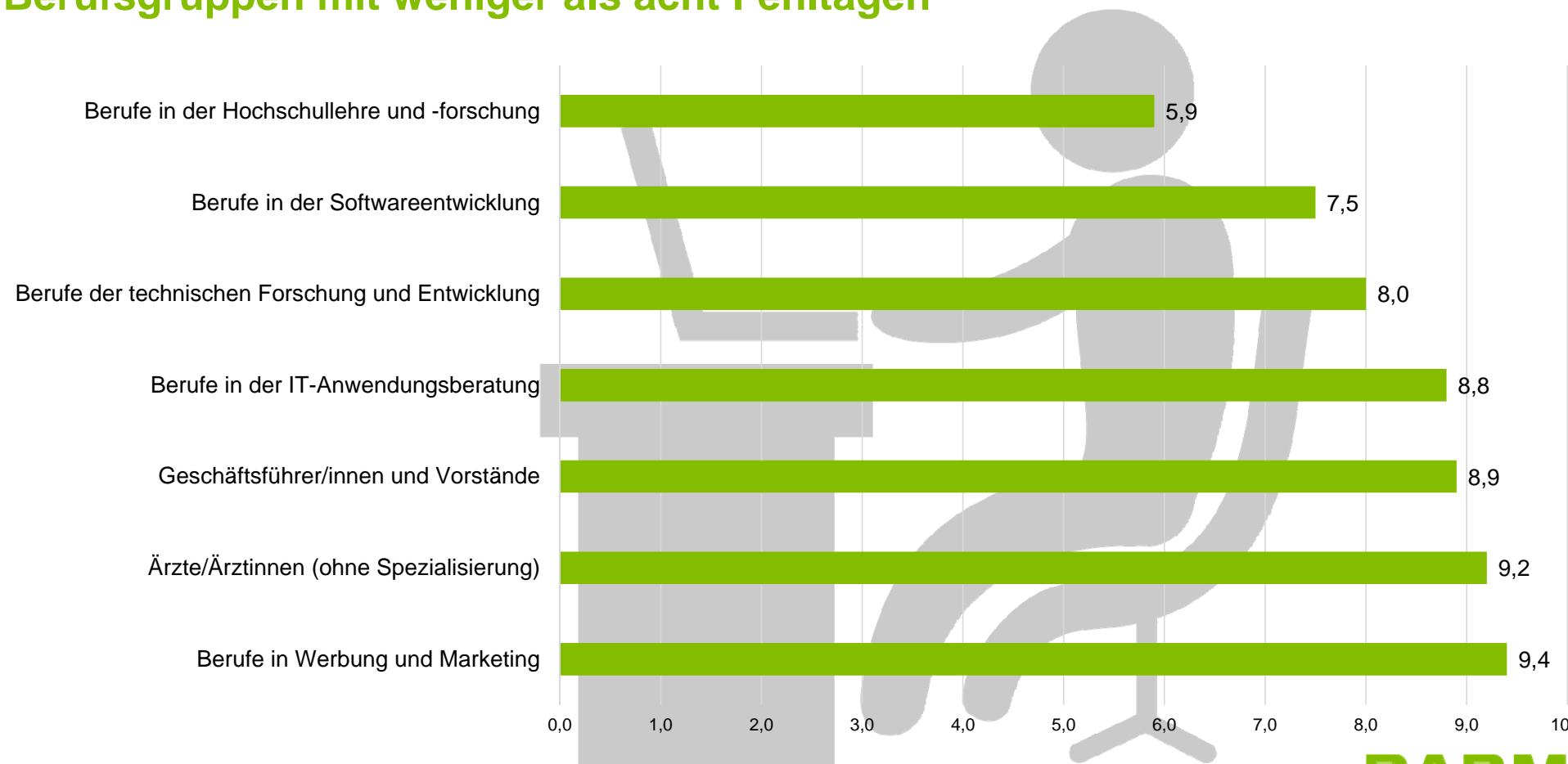
# Berufsgruppen mit den höchsten Fehlzeiten

Bus- und Straßenbahnfahrer haben die längsten Fehlzeiten



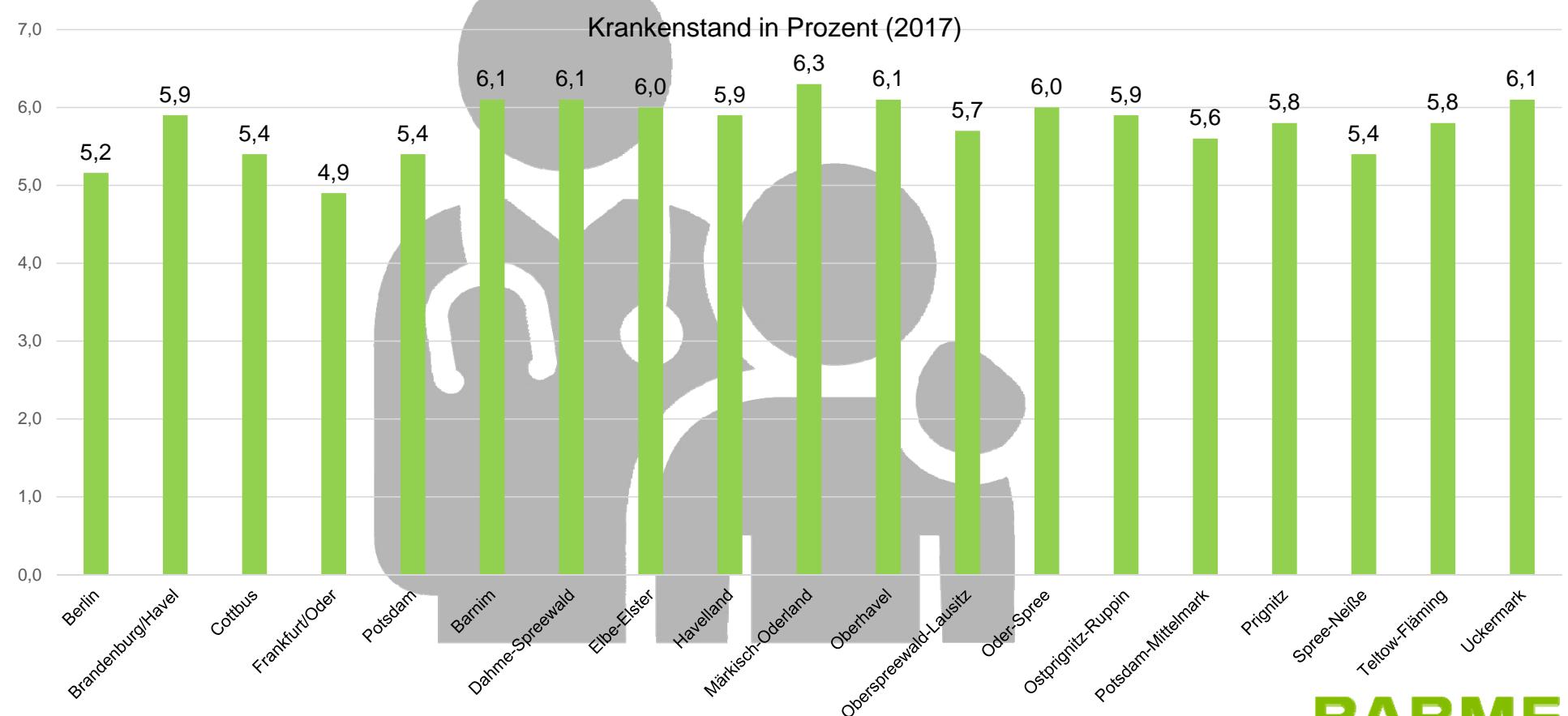
# Berufsgruppen mit den geringsten Fehlzeiten

## Berufsgruppen mit weniger als acht Fehltagen



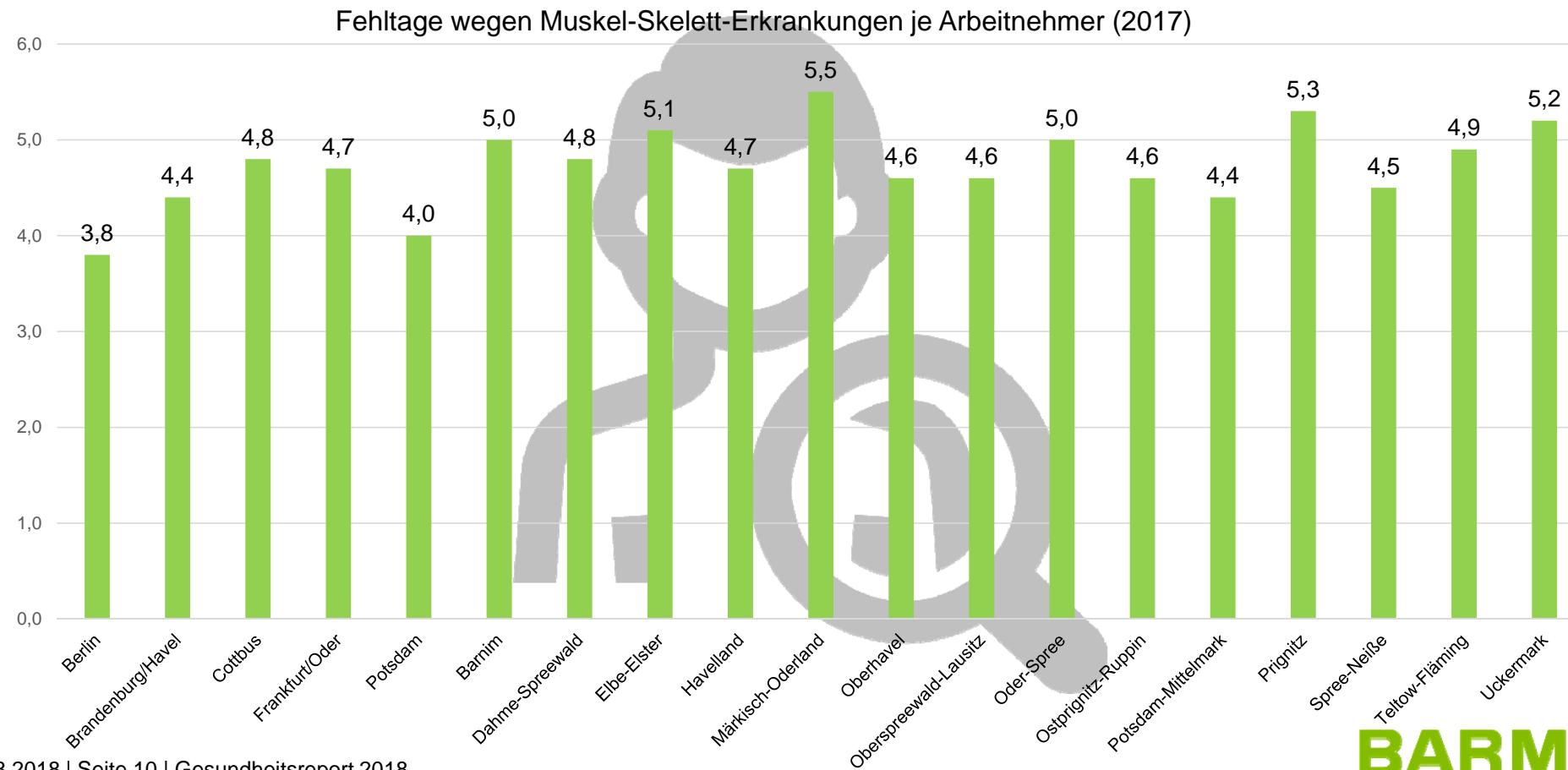
# Regionale Unterschiede in Brandenburg

Die gesündesten Brandenburger lebten im Jahr 2017 in Frankfurt/Oder



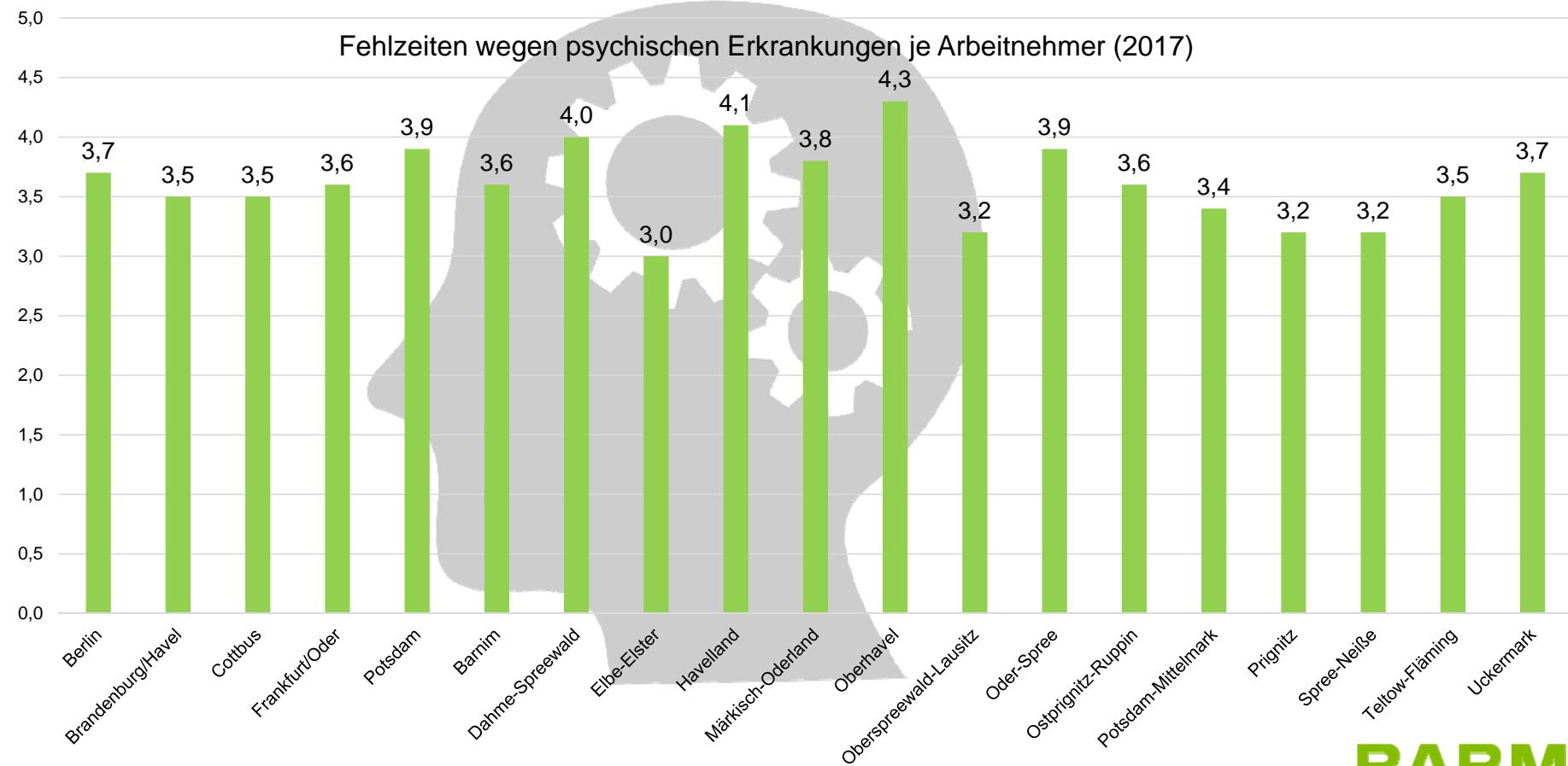
# Regionale Unterschiede in Brandenburg

## Muskel-Skelett-Erkrankungen in Märkisch-Oderland am häufigsten



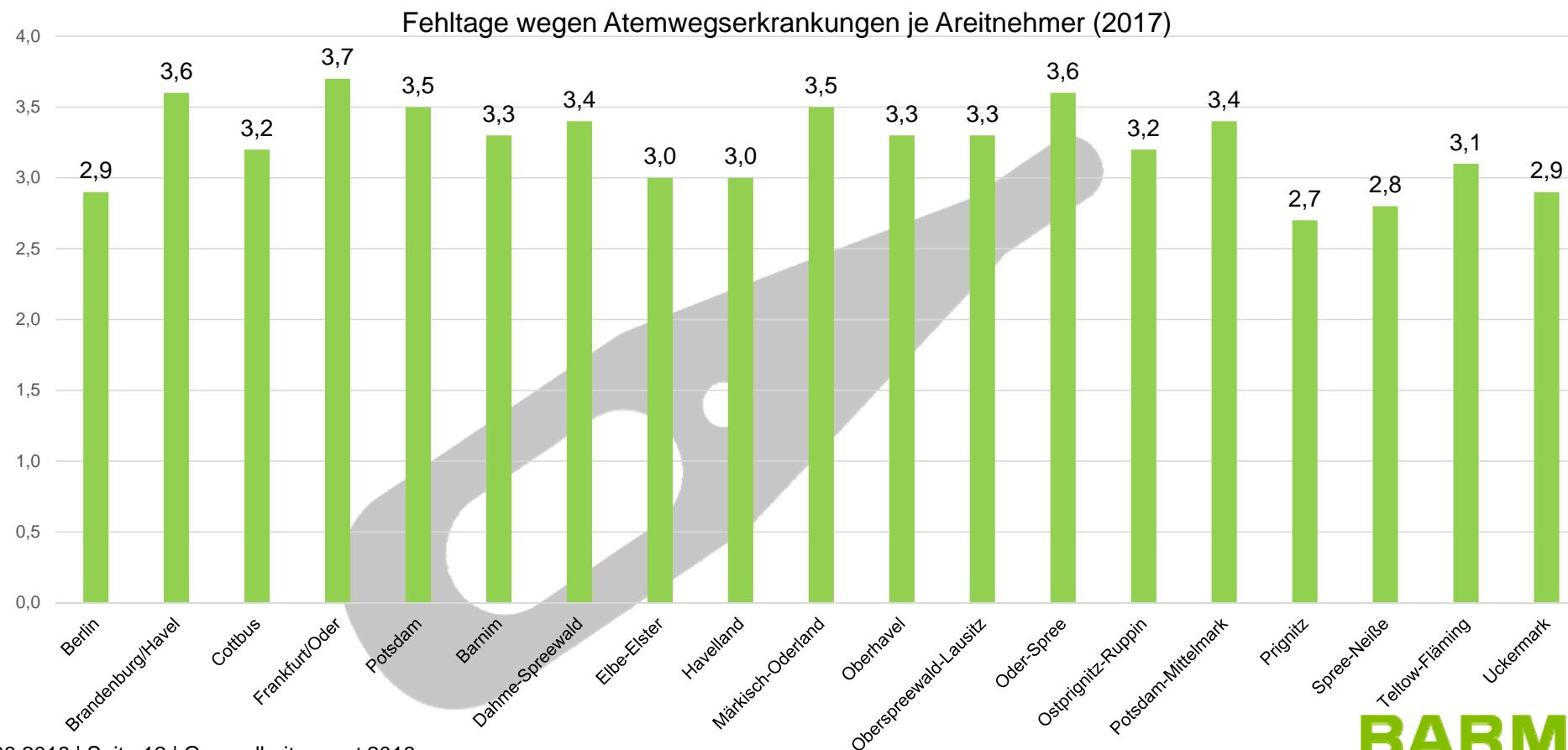
# Regionale Unterschiede in Brandenburg

Psychische Belastungen führen zu hohen Fehlzeiten in Oberhavel



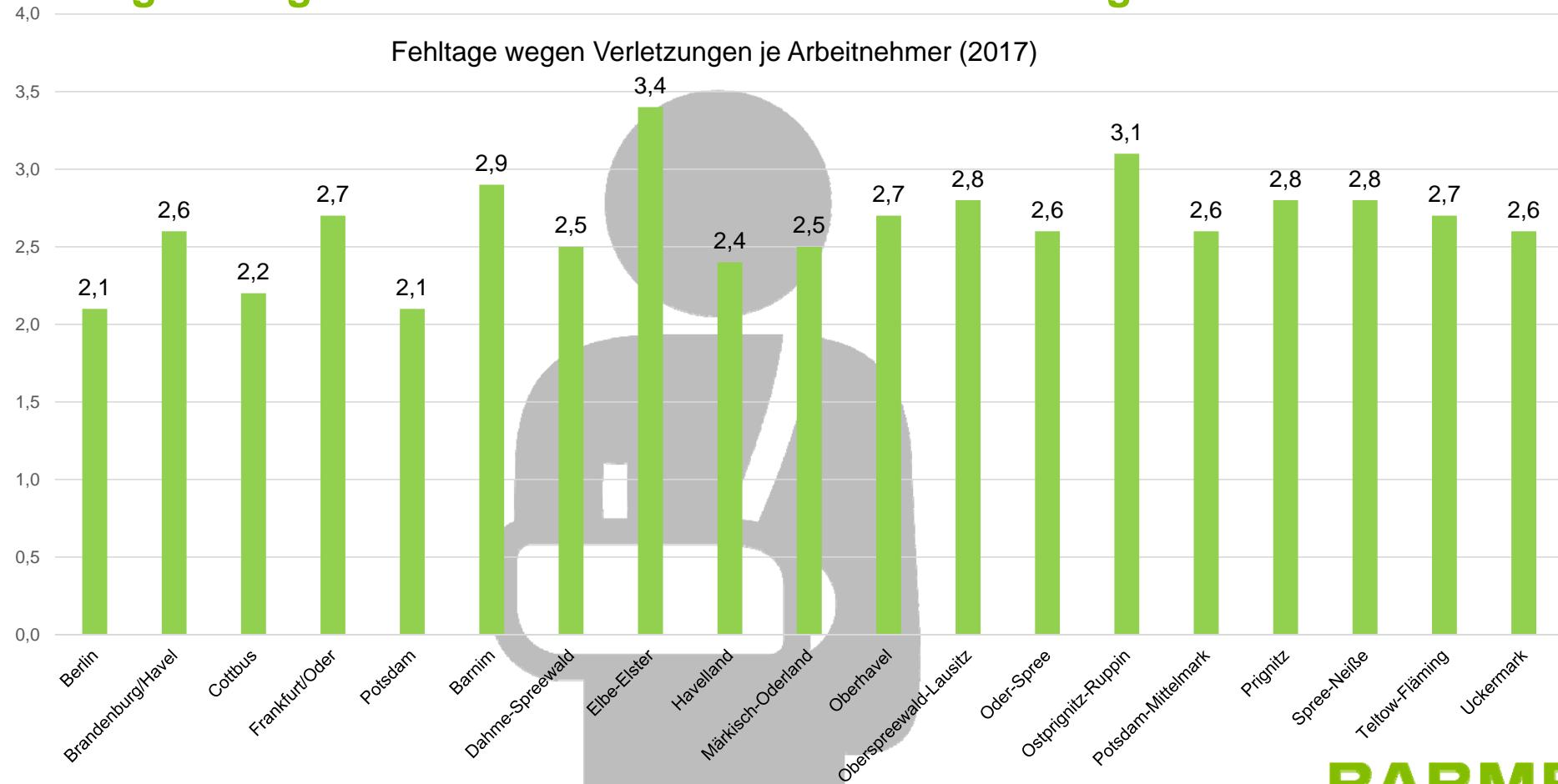
# Regionale Unterschiede in Brandenburg

Husten, Schnupfen, Heiserkeit am stärksten in Frankfurt/Oder verbreitet



# Regionale Unterschiede in Brandenburg

Verletzungen sorgen in Elbe-Elster für die meisten Fehltage



# Fazit

## Prävention - Es kann so einfach sein

Rund 3.000 Seen laden zum Baden und Spazieren ein



Die Volkshochschule bietet an 40 Standorten Kurse an

Es gibt 7.000 Kilometer ausgebauten Fahrradwege

**BARMER**

**Vielen Dank**