

Stress im Job macht viele krank

Erstellt 04.03.09, 15:23h

Immer mehr Berufstätige sind stark gestresst. Besonders Frauen, ältere Arbeitnehmer und Menschen mit geringem Einkommen sind einer Studie zufolge stark belastet. Bei einer psychischen Überanstrengung bleibt es allerdings meist nicht.



Für viele wird der Beruf zu einer großen Last.
(Bild: Jupiter)

Psychische Erkrankungen sind immer häufiger der Grund, warum Arbeitnehmer im Job fehlen. Und immer mehr Berufstätige fühlen sich von ihrer Tätigkeit stark gestresst - mit Symptomen, die zu einer psychischen Störung führen können. Das ergibt sich aus den aktuellen Gesundheitsreports der DAK und der Barmer. Wer die typischen Anzeichen bei sich bemerkt, sollte daher mit seinen Energien besser haushalten, rät DAK-Gesundheitsökonom Martin Kordt.

Mehr als die Hälfte der Arbeitnehmer ist der DAK zufolge bereits von typischen Symptomen für eine psychische Erkrankung betroffen: Das sind zum Beispiel Schlafstörungen (53 Prozent), depressive Verstimmungen (37 Prozent), Nervosität (36 Prozent) und Konzentrationsstörungen (32 Prozent). Besonders Frauen, ältere Arbeitnehmer und Menschen mit einem geringen Einkommen sind belastet.

Starker Anstieg beim Krankenstand

Nach Muskel-Skelett-Erkrankungen seien psychische Probleme inzwischen der zweitwichtigste Grund für krankheitsbedingte Fehltag, heißt es in dem vorgestellten Report der Barmer. In den vergangenen fünf Jahren habe sich der Krankenstand bei den eigenen Krankenkassen-Mitgliedern in der Diagnosegruppe „Psychische und Verhaltensstörungen“ mehr als verdoppelt (51 Prozent). Bei der DAK ist der Anteil der Arbeitnehmer, die aufgrund psychischer Erkrankungen ausfallen, in den vergangenen zehn Jahren sogar um rund 60 Prozent gestiegen.

Für die gesetzlichen Kassen sind damit deutlich steigende Ausgaben für Krankengeld verbunden. Denn abgesehen von Krebserkrankungen dauern psychische Erkrankungen nach Angaben der Barmer mit durchschnittlich 39,1 Tagen weitaus länger als andere Krankheiten -insgesamt lag die durchschnittliche Erkrankungsdauer 2008 nur bei 13,6 Tagen. Die Erkrankungen treffen außerdem bereits junge Leute und nehmen mit steigendem Alter weiter zu: Die 20- bis 24-Jährigen sind deswegen durchschnittlich 23,7 Tage arbeitsunfähig, die 25- bis 29-Jährigen schon 29,7 Tage. In der Altersgruppe 55 bis 59 Jahre liegt der Wert bei 48,2 Tagen und bei den 60- bis 64-Jährigen sogar

bei 53,7 Tagen.

Fehlzeiten nehmen zu

Der Barmer zufolge erleiden mehr als ein Drittel der Frauen (37 Prozent) und ein Viertel der Männer (25 Prozent) innerhalb eines Jahres eine psychische Störung. Deren Anteil an Fehlzeiten stieg von 11,1 Prozent im Jahr 2003 auf 16,8 Prozent im Jahr 2008. Vorherrschend seien Langzeitfälle, bei denen der Patient mehr als sechs Wochen krankgeschrieben ist.

Als Ursache nennt der Autor des Barmer-Reports, Prof. Reiner Wieland von der Bergischen Universität Wuppertal, "Termindruck, Arbeitstempo und die gestiegene Komplexität der Arbeitsprozesse". Auch die wirtschaftliche Situation, in der viele Unternehmen um ihr Überleben kämpfen, gefährdet seiner Ansicht nach die psychische Gesundheit und das Wohlbefinden der Beschäftigten. Ausgewertet wurden 2,83 Millionen Fälle von Arbeitsunfähigkeit von 1,4 Millionen erwerbstätigen Barmer-Mitgliedern im Jahr 2008.

Den DAK-Ergebnissen liegt eine repräsentative Bevölkerungsumfrage unter rund 3000 Arbeitnehmern zugrunde. Die Studienteilnehmer wurden außerdem zu ihrem Umgang mit den Stressbelastungen befragt: Demnach versuchen jeweils 10 Prozent der Männer und der älteren Berufstätigen, diese mit Alkohol zu bewältigen. 7 Prozent der Frauen greifen eher zu Schlaf- und Beruhigungsmitteln. Die Mehrheit der Menschen setzt allerdings auf einen gesunden Ausgleich nach Feierabend: Für Frauen und ältere Beschäftigte bedeutet das insbesondere Ruhe und Entspannungstechniken (67 beziehungsweise 64 Prozent). Aktiv Sport treiben eher Jüngere und Akademiker (35 beziehungsweise 45 Prozent). (dpa)

<http://www.ksta.de/jks/artikel.jsp?id=1236168389857>

Copyright 2009 Kölner Stadt-Anzeiger. Alle Rechte vorbehalten.