



AOK Rheinland/Hamburg  
Die Gesundheitskasse

Pressekontakt

Kirsten Simon  
Kasernenstr. 61  
40213 Düsseldorf  
Telefon: 0211 819-20036  
E-Mail: [presse@rh.aok.de](mailto:presse@rh.aok.de)  
Internet: [www.aok.de/rh](http://www.aok.de/rh)

## PRESSE | INFORMATION

### Fehltage wegen Depressionen erreichen in der Corona-Krise einen Höchststand

**Die AOK Rheinland/Hamburg hat die Krankschreibungen ihrer Versicherten für das erste Halbjahr 2020 ausgewertet. Fazit: Eine schwere Zeit für psychisch schwache Menschen**

**Düsseldorf, 27.08.2020** – In den ersten Monaten der Corona-Pandemie hat die psychische Belastung vieler Menschen einen Höchststand erreicht. Nie zuvor waren Arbeitnehmer zwischen Rhein und Ruhr so lange wegen depressiver Störungen krankgeschrieben wie im ersten Halbjahr des Jahres 2020. Dies hat das Institut für Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) der AOK Rheinland/Hamburg ermittelt, das Daten der AOK-Versicherten aus großen Teilen Nordrhein-Westfalens ausgewertet hat. „Die Einschränkungen und Unsicherheiten während der Pandemie stellen gerade für psychisch instabile Menschen eine besondere Herausforderung dar“, sagt Rolf Buchwitz, stellvertretender Vorstandsvorsitzender der AOK Rheinland/Hamburg.

Die Zahl der Fehltage wegen psychischer Probleme steigt seit Jahren. Zwischen 2004 und 2019 hat sie sich an Rhein und Ruhr mehr als verdoppelt, wie das BGF-Institut herausgefunden hat. Nun scheint die Corona-Pandemie diesen Trend noch zu beschleunigen. Im Vergleich zum ersten Halbjahr des Jahres 2019 hat es in der ersten Hälfte des Jahres 2020 rund neun Prozent mehr Ausfalltage wegen Depressionen und anderer psychischer Beeinträchtigungen gegeben. Das heißt: Würde man die Werte auf alle ganzjährig Versicherten der AOK Rheinland/Hamburg übertragen, wäre jeder Versicherte zwischen Januar und Juni 2019 rund 3,8 Tage wegen psychischer Beschwerden krankgeschrieben gewesen, zwischen Januar und Juni 2020 dagegen 0,3 Tage länger, nämlich rund 4,1 Tage.

Gerade zu Beginn der Corona-Pandemie haben Ausgangsbeschränkungen, Kontaktsperren und die Schließung zahlreicher Einrichtungen die sozialen Kontakte über viele Wochen auf ein Mindestmaß reduziert. Tägliche Routinen wie der Weg zur Arbeit oder Pau-

*Die AOK Rheinland/Hamburg ist mit drei Millionen Versicherten die achtgrößte Krankenkasse in Deutschland. Für die persönliche Beratung der Versicherten im Rheinland und in Hamburg bietet sie das dichteste Geschäftsstellennetz in der gesetzlichen Krankenversicherung. Das AOK-Clarimedis ServiceCenter ist telefonisch 24 Stunden täglich an 365 Tagen im Jahr erreichbar (0800 0 326 326).*

*Über die Online-Geschäftsstelle ([rh.meine.aok.de](http://rh.meine.aok.de)) haben Versicherte die Möglichkeit, wichtige persönliche Anliegen unkompliziert von unterwegs oder von zu Hause zu erledigen.*

sen im Kollegenkreis fielen plötzlich weg. „Dafür kamen zum Teil sehr belastende Herausforderungen wie fehlende Kinderbetreuung, die Versorgung hilfebedürftiger Angehöriger und Ängste um den Arbeitsplatz hinzu. Gerade bei Menschen mit einer Neigung zu Depressionen können sich solche Veränderungen im Leben zusätzlich negativ auf ihre psychische Verfassung auswirken“, sagt Rolf Buchwitz.

Auch die Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde (DGPPN) warnt. Der persönliche Kontakt, Mimik, Gestik und Berührung seien oft entscheidend für Wohlbefinden und Gesundheit. Isolations- und Quarantänemaßnahmen wirkten sich dagegen negativ auf die Gesundheit, vor allem auf die psychische Gesundheit aus. Bei gesunden wie auch psychisch bereits vorerkrankten Menschen könnten sie zu Depressivität, Ängstlichkeit, Schlafstörungen, Stress und Wut führen. Eine soziale Isolation stelle insbesondere für Menschen mit psychischen Erkrankungen eine große Belastung dar, so die DGPPN.

Depressionen gehören weltweit zu den häufigsten Formen psychischer Störungen und gelten als Hauptursache für Suizide und Frühverrentungen. Experten gehen davon aus, dass deutschlandweit etwa 5,3 Millionen Menschen unter ihnen leiden. Psychische Probleme insgesamt verursachen nach den Rückenschmerzen oder anderen Erkrankungen an Skelett und Muskeln die meisten Fehltage im Job.

Die AOK Rheinland/Hamburg und das BGF-Institut beraten Arbeitgeber im Umgang mit psychisch gefährdeten Beschäftigten. Das Angebot reicht von Seminaren zur Sensibilisierung von Führungskräften – auch online – bis zu Gesundheitstagen. Zudem unterstützt die Gesundheitskasse einen Online-Selbsttest zum Thema Depression unter [moodgym.de](https://moodgym.de), gibt Tipps zur Vorbeugung und berät bei der Suche nach Ärzten und Psychotherapeuten. Das Online-Coaching-Programm Familiencoach Depression hilft Angehörigen von psychisch erkrankten Menschen bei der Bewältigung des oft schwierigen Alltags (<https://depression.aok.de/>).