

Fernpendeln belastet die Psyche

Die Fehltage aufgrund psychischer Erkrankungen liegen bei Arbeitnehmern, die mindestens 500 Kilometer zum Arbeitsplatz pendeln, um 15 Prozent höher als bei denjenigen, die maximal zehn Kilometer Wegstrecke zurücklegen müssen. „Lange Fahrstrecken zum Arbeitsort belasten die Psyche. Wird die Distanz zum Arbeitsort durch einen Wohnortwechsel verkürzt, kann die relative Wahrscheinlichkeit von Fehltagen aufgrund einer psychischen Erkrankung um bis zu 84 Prozent reduziert werden“, so Udo Hoffmann, Beauftragter des Vorstandes der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland – Die Gesundheitskasse. Dies konnte mit Hilfe einer Analyse der Arbeitsunfähigkeiten der AOK-versicherten Beschäftigten in den letzten fünf Jahren ermittelt werden.

Rheinland-Pfalz: Bei knapp 59 Prozent der mehr als 450 Tausend erwerbstätigen AOK-Mitglieder des Jahres 2017 liegen Wohn- und Arbeitsort bis zu zehn Kilometer auseinander. Dahingegen müssen 4 Prozent von ihnen Distanzen von mehr als 50 Kilometern zum Arbeitsort überbrücken. Ihr Anteil ist in den letzten fünf Jahren bundesweit von 9,8 auf 10,6 Prozent gestiegen. Am deutlichsten sind die Pendelstrecken bei den 30 bis 39-Jährigen (durchschnittliche Distanz 26,5 Kilometer). Tendenziell nehmen Männer einen längeren Arbeitsweg in Kauf als Frauen (Distanz 26,2 zu 20,4 Kilometer).

AOK-versicherte Beschäftigte, die maximal zehn Kilometer Wegstrecke zum Arbeitsplatz zurücklegen, wiesen 2017 durchschnittlich 11,6 Arbeitsunfähigkeitsfälle je 100 Mitglieder aufgrund psychischer Erkrankungen auf. Bei einer Wegstrecke von mindestens 50 Kilometern sind es bereits 12,8 und bei mehr als 500 Kilometern zur Arbeit waren es 12,6 Fälle. Nicht nur die Anzahl der Krankschreibungen, auch die durchschnittlichen Fehlzeiten aufgrund psychischer Erkrankungen steigen dabei von 2,8 auf 3,1 Fehltage pro AOK-Mitglied. Treiber ist dabei die Diagnose „Reaktionen auf schwere Belastungen und Anpassungsstörungen“ (ICD F43). Hierunter fallen depressive Verstimmungen, Ängste, Sorgen und das Gefühl, mit den alltäglichen Gegebenheiten nicht zurechtzukommen.

In den letzten Jahren kann unter allen Beschäftigten ein kontinuierlicher Anstieg von Ausfallzeiten aufgrund psychischer Erkrankungen beobachtet werden. Angesichts von großen Studien in Deutschland, die keine Zunahme von psychischen Störungen - gleichwohl eine verstärkte Diagnostik selbiger - in Deutschland verzeichnen, sind die Gründe einer Verlagerung in Richtung psychischer Erkrankungen nicht abschließend geklärt. „Ein Faktor sind sicherlich die veränderten Anforderungen an die Beschäftigten, von denen viel Flexibilität verlangt wird. Mobilität und ständige Erreichbarkeit beispielsweise bieten viele Chancen, aber eben auch Risiken“, sagt Hoffmann.

Antworten und Unterstützung kann das AOK-Programm „Lebe Balance“ bieten. Ein Team von Experten aus Wissenschaft und Forschung hat dieses für die AOK entwickelt. „Lebe Balance hilft dabei, die Herausforderungen des Lebens noch besser zu meistern und dabei auch das innere Gleichgewicht zu fördern“, erklärt Hoffmann weiter.

Ziel des AOK-Präventionsangebotes ist es, die psychische Gesundheit und persönliche Widerstandsfähigkeit zu fördern. Lebe Balance zeigt den Menschen, wie sie im beruflichen und privaten Umfeld besser mit Stresssituationen umgehen können. Speziell geschulte Kursleiter geben ihnen hierfür praktische Hilfestellung und Werkzeuge an die Hand.

Link zur Anmeldung: www.aok-kurse.de.

Allgemeiner Krankenstand bleibt stabil

Insgesamt ist der Krankenstand im Jahr 2017 wie im Vorjahr mit 5,8 Prozent konstant geblieben. Damit hat jeder AOK-versicherte Beschäftigte im Durchschnitt 21 Tage aufgrund einer ärztlichen Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung im Betrieb gefehlt. Die Fehltage aufgrund psychischer Erkrankungen sind in den letzten zehn Jahren konstant angestiegen (63,5 Prozent). Psychische Erkrankungen führen außerdem zu langen Ausfallzeiten. Sie dauern oft mehr als doppelt so lange wie der Durchschnitt mit 11,2 Tagen je Fall im Jahr 2017.

[4.324 Zeichen mit Leerzeichen]