

## Pressemitteilung

# AOK Niedersachsen: 380.000 Krankschreibungen wegen Rückenschmerzen

Hannover, 14.03.2024

**Volkskrankheit Rückenschmerz:** Probleme mit Wirbelsäule und Rücken verursachen in Niedersachsen die meisten Fehlzeiten im Job. Rund 380.000 Mal standen die Diagnosen „M40“ bis „M54“ im vergangenen Jahr auf Arbeitsunfähigkeitsbescheinigungen der mehr als 1,2 Millionen erwerbstätigen Versicherten der AOK Niedersachsen. Krankschreibungen dauerten im Schnitt rund 13 Tage, bei Bandscheibenschäden 36 Tage. Die hohen Fallzahlen setzen sich auch 2024 fort.

Die Ursachen für Rückenschmerzen sind vielfältig, Risikofaktoren sind unter anderem: körperliche und psychische Belastungen, Übergewicht und Bewegungsmangel. Der Tag der Rückengesundheit am 15. März macht auch auf wirksame Vorsorgemöglichkeiten aufmerksam.

### Rückenschmerzen aktiv entgegenwirken

Die AOK Niedersachsen bietet auf ihrer Website [www.aok-niedersachsen.de](http://www.aok-niedersachsen.de) Präventionsprogramme und Gesundheitskurse rund um einen gesunden Rücken an – u.a. zur Vorbeugung von Rückenerkrankungen, Stärkung der Rückenmuskulatur und höherer Beweglichkeit bis ins hohe Alter.

Einen Schwerpunkt bildet die betriebliche Gesundheitsförderung mit dem Programm „Rückenaktiv im Job“. Weitere Informationen unter: <https://rueckenaktivimjob.aok-bgf.de/niedersachsen>

### **Über die AOK Niedersachsen**

Die AOK ist die größte Krankenversicherung in Niedersachsen (Marktanteil 39,2 Prozent). Über 3 Millionen Versicherte können sich auf den Schutz einer starken Gemeinschaft verlassen. Zwischen Nordsee und Harz ist die Gesundheitskasse an über 100 Standorten vertreten. Die AOK beschäftigt landesweit rund 6900 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Der Haushaltsetat beträgt in der Kranken- und Pflegeversicherung rund 16 Milliarden Euro.