

Pressemitteilung

Fehlzeiten wegen Rückenschmerzen in Westfalen-Lippe weiter im Aufwärtstrend

Rückenbeschwerden verursachten über 3,5 Millionen Ausfalltage

Dortmund, 01.03.2024

Die Fehlzeiten wegen Rückenbeschwerden sind in Westfalen-Lippe weiter im Aufwärtstrend. Über die Jahre ist ein kontinuierlicher Anstieg festzustellen. Im vergangenen Jahr wurde ein neuer Höchstwert erreicht. Das geht aus einer aktuellen Auswertung der AOK NordWest anlässlich des bundesweiten Tages der Rückengesundheit unter dem Motto ‚Dein Kompass zur Rückengesundheit‘ am 15. März hervor. Danach verursachten Rückenschmerzen 2023 allein bei den Versicherten der AOK NordWest insgesamt 3.528.490 Fehltag. Das sind 4,5 Prozent mehr als im Vorjahr (3.377.181 Tage) und sogar 20,0 Prozent mehr als 2021 mit 2.939.531 Ausfalltagen. „Rückenschmerzen sind weit verbreitet und gehören zu den bedeutenden Volkskrankheiten. In Westfalen-Lippe sind mehr als ein Drittel der Bevölkerung deswegen in ärztlicher Behandlung. Um Beschwerden vorzubeugen, hilft nachweislich regelmäßige körperliche Aktivität“, sagt AOK-Vorstandschef Tom Ackermann. Hier will die AOK den Menschen mit ihrer Kampagne ‚Schon 21 Minuten Bewegung am Tag helfen‘ Impulse für einen aktiven Alltag geben.

Mehr als ein Drittel der Bevölkerung in ärztlicher Behandlung

Mehr als 2,8 Millionen Menschen in Westfalen-Lippe befinden sich aktuell wegen Rückenschmerzen in ärztlicher Behandlung, das entspricht 34,2 Prozent und damit mehr als einem Drittel der Bevölkerung.

Krankheitshäufigkeit steigt im Alter an – Frauen stärker betroffen

Bereits Kinder und Jugendliche sind wegen Rückenschmerzen in ärztlicher Behandlung. Die Krankheitshäufigkeit steigt mit zunehmendem Alter deutlich an. Frauen sind in fast allen Altersgruppen stärker betroffen als Männer. Im Alter ab 60 Jahren ist sogar mehr als jede zweite Frau wegen Rückenschmerzen in ärztlicher Behandlung, bei den Männern wird dieser Wert erst ab dem 75. Lebensjahr erreicht. Jedoch sind auch jüngere Erwachsene im erwerbstätigen Alter in Westfalen-Lippe davon betroffen. Zwischen 30 und 34 Jahren werden bereits bei 29,9 Prozent der Frauen und 27,4 Prozent der Männer Rückenschmerzen diagnostiziert. „Rückenschmerzen gehören damit zu den größten Gesundheitsproblemen. Sie sind in erheblichem Umfang für medizinische und soziale Leistungen verantwortlich und verursachen enorme gesamtwirtschaftliche Kosten“, sagt Ackermann.

forsa-Umfrage: Westfalen-Lippe steckt in einem Bewegungsdilemma

Eine repräsentative forsa-Umfrage im Auftrag der AOK hat ergeben, dass Westfalen-Lippe in einem Bewegungsdilemma steckt. „Mehr als der Hälfte der Bevölkerung ist bewusst, dass sie sich zu wenig bewegt. Doch bei der Umsetzung ist noch viel Luft nach oben“, sagt AOK-Chef Ackermann. Zeitknappheit (54 Prozent), fehlende Lust und wenig Motivation (45 Prozent) hindern viele daran, ihren Alltag bewegter zu gestalten.

AOK-Kampagne mit Lösungen für einen aktiven Alltag

Unter dem Motto ‚Wer sich mehr bewegt, lebt länger – schon 21 Minuten Bewegung am Tag helfen‘ steht daher die Kampagne, die sich an den Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation WHO orientiert. „Wir wollen so mehr Aufmerksamkeit zum Thema Bewegungsmangel schaffen und bieten Tipps für einen aktiven Alltag an“, so Ackermann. Weitere Infos gibt es im Internet unter www.aok.de/21minuten mit einem Absprung zu den individuellen Angeboten der AOK NordWest wie das AOK-Gesundheitsprogramm mit Onlinekursen, Bewegungskursen vor Ort in Präsenz oder eine individuelle Bewegungsberatung. Auch digitale Gesundheitsanwendungen (DIGAs) wie Apps gegen Rückenschmerz helfen beim Selbstmanagement.