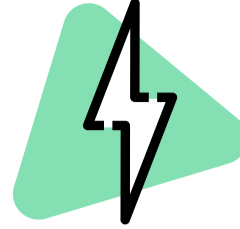


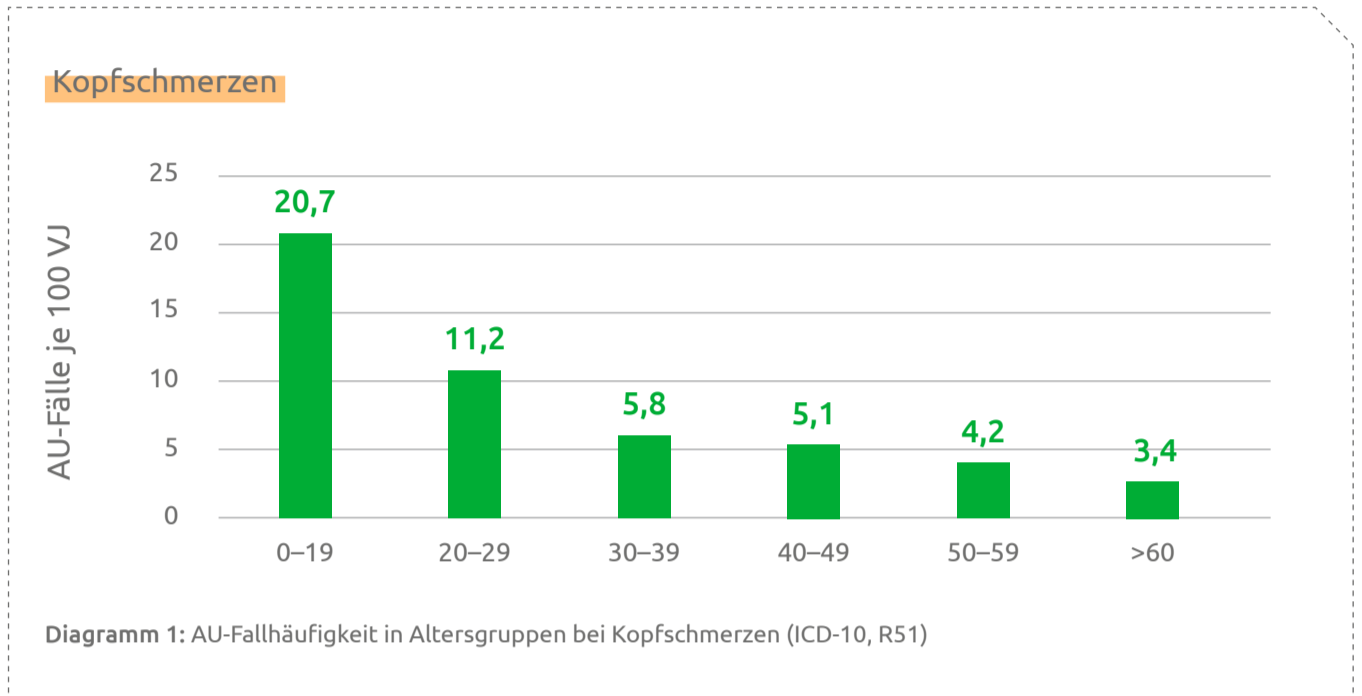
Arbeitsunfähigkeit durch Kopfschmerzen



Grafik des Monats August 2023

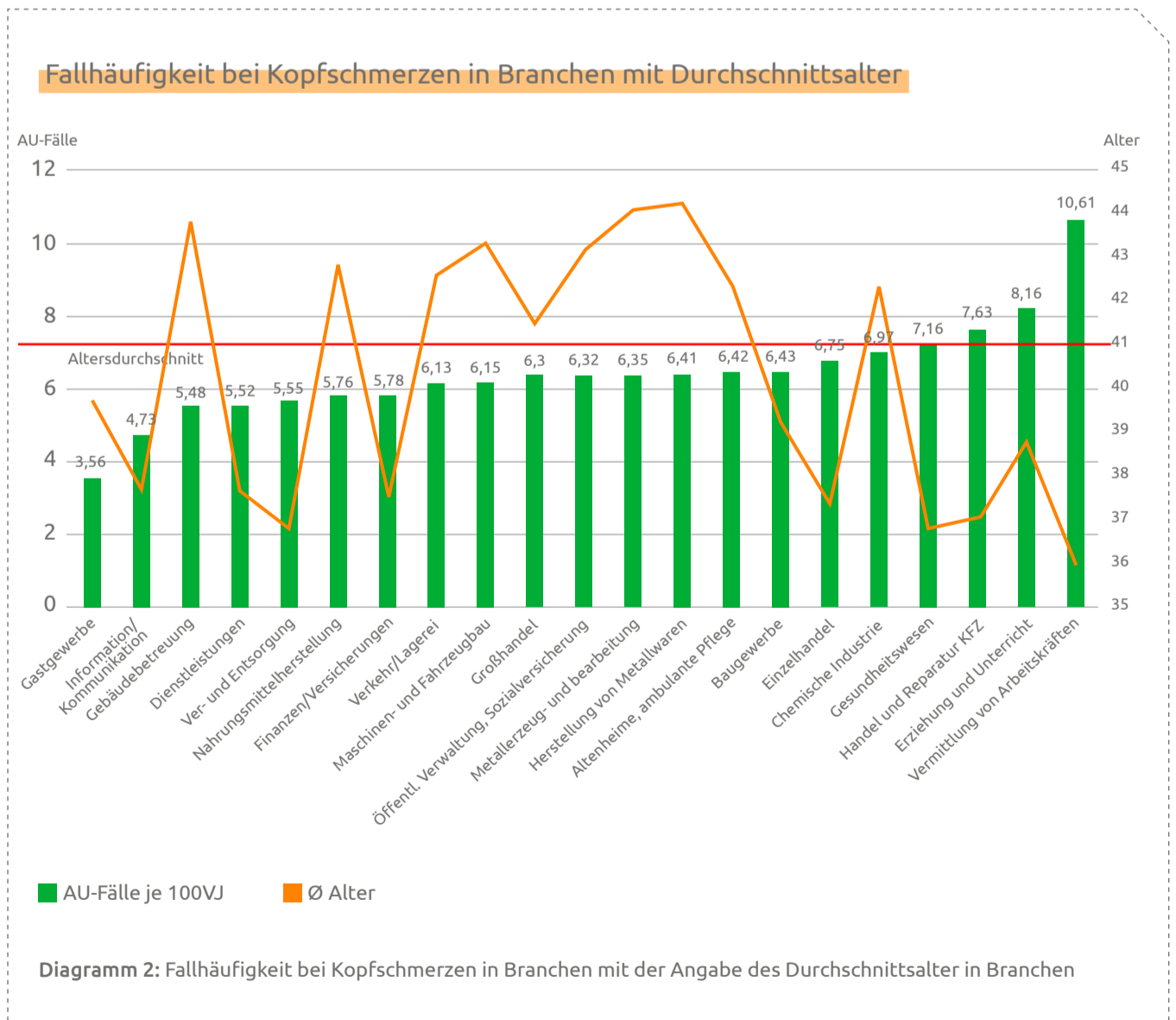
Am 5. September ist Kopfschmerztag. Dieser Tag soll auf ein Leiden aufmerksam machen, von dem in Deutschland sehr viele Menschen betroffen sind. Die Zahlen sprechen für sich: Knapp 40 Prozent der erwachsenen Deutschen leiden mehrmals im Monat unter Kopfschmerzen. Noch stärker sind junge Erwachsene betroffen: rund drei Viertel der 18- bis 29-Jährigen klagen mindestens einmal im Monat unter Kopfschmerzen.

Eine Folge von Kopfschmerzen kann Arbeitsunfähigkeit sein, die in den meisten Fällen über etwa fünf Tagen dauert und ungefähr sechs Prozent aller Beschäftigten betrifft. Besonders auffällig ist, dass jüngere Beschäftigte viel häufiger infolge von Kopfschmerzen ausfallen.



Auslöser für Kopfschmerzen können u.a. Arbeitsbedingungen und das individuelle Arbeitsverhalten sein. So geben Betroffene häufig als Ursache Stress, lange Bildschirmzeiten und Lärm an. Des Weiteren können Nacken- oder Rückenverspannungen durch langes monotones Sitzen am Arbeitsplatz Kopfschmerzen verursachen, ebenso eine mangelnde ergonomische Arbeitsplatzgestaltung, allgemeiner Bewegungsmangel, verbrauchte Luft oder die Nichteinhaltung von Pausen. Auch seelische Faktoren werden häufig im Zusammenhang mit Kopfschmerzen gesehen. So können eine hohe Arbeitsbelastung und Zeitdruck, aber auch ungelöste Konflikte am Arbeitsplatz oder Stress durch prekäre Arbeitsverhältnisse die Beschwerden verschlimmern.

Eine direkte Korrelation zwischen Branchenzugehörigkeit mit spezifischen Belastungen und Arbeitsunfähigkeit durch Kopfschmerzen kann nicht hergestellt werden. Jedoch fällt auf, dass in Branchen mit einem jungen Altersdurchschnitt – Erziehung und Unterricht sowie Vermittlung von Arbeitskräften, s. Diagramm 2 – mehr Menschen von Kopfschmerzen betroffen sind, insofern besteht ein schwacher negativer Zusammenhang zwischen Alter und Fallhäufigkeit.



Die Beraterinnen und Berater des BGF-Instituts unterstützen Sie dabei, körperliche und psychische Belastungen Ihrer Beschäftigten zu reduzieren und die Gesundheit und Arbeitsfähigkeit in Ihrem Unternehmen nachhaltig zu stärken. Sprechen Sie uns gerne an.