

## Umfrage: Jeder vierte Deutsche fühlt sich ausgebrannt

Eingereicht von Initiative am 29. Jan 2013 - 15:58 Uhr



**Techniker Krankenkasse: Laut Forsa-Umfrage im leidet jeder vierte Erwachsene in [Deutschland](#) unter dem [Burnout-Syndrom](#).**

Hamburg/Minden (tk/sd) 29. Januar 2013. Deutschland ist gestresst. In einer aktuellen Forsa-Umfrage im Auftrag der Techniker Krankenkasse (TK) gab jeder vierte Befragte an, häufig oder ständig unter Stress und Erschöpfung zu leiden (25 Prozent). Besonders betroffen sind laut TK die 46- bis 55-Jährigen: Hier gaben sogar 36 Prozent der Befragten an, sich ausgebrannt zu fühlen. Von den 36- bis 45-Jährigen ist jeder Dritte betroffen (33 Prozent).

Die Umfrageergebnisse zeigen zudem, dass Erwerbstätige deutlich stärker unter Druck stehen als Menschen, die nicht berufstätig sind. Dreißig Prozent von ihnen fühlen sich gestresst.

### Zahlen des TK Gesundheitsreports

Auch die Daten zu Krankschreibungen und Arzneimittelverordnungen der TK bestätigen die Ergebnisse. Laut TK-Gesundheitsreport erhielt 2011 jeder Beschäftigte Antidepressiva für durchschnittlich zehn Tage verschrieben (Männer: 7,8 Tagedosen, Frauen: 13,1) - das Volumen hat sich laut TK seit 2000 nahezu verdreifacht.

Zudem war jeder Beschäftigte in [Deutschland](#) im Jahr 2011 statistisch gesehen knapp zwei Tage aufgrund einer psychischen Diagnose krankgeschrieben (Männer: 1,4 Tage, Frauen: 2,6 Tage). Seit 2000 sind die psychisch bedingten Fehlzeiten damit um 72 Prozent gestiegen.

"Allein bei den Diagnosen Depression und Belastungsstörungen verzeichnete die TK fast 5,1 Millionen Fehltag. Hochgerechnet auf die Gesamtbevölkerung heißt das, dass deshalb täglich rund 110.000 Menschen in Deutschland in den Betrieben fehlen", so Wiebke Arps, Beraterin für Betriebliches Gesundheitsmanagement bei der TK.

### Arbeitsverdichtung: Stress nicht immer vermeidbar

Zusammen mit ihren Kolleginnen und Kollegen unterstützt sie Unternehmen, gesunde Arbeitsplätze und -strukturen zu schaffen. "Die psychische Gesundheit zu fördern, wird dabei immer wichtiger. Aufgrund der Arbeitsverdichtung lässt sich Stress nicht immer vermeiden. Die Unternehmen können aber viel dafür tun, die gesundheitlichen Ressourcen der Mitarbeiter zu stärken, zum Beispiel mit sogenannten Resilienztrainings. Aber natürlich sind auch alle Beschäftigten selbst gefordert, etwas für ihre Gesundheit zu tun, zum Beispiel in dem sie für den richtigen Ausgleich sorgen", so die Präventionsexpertin.

### Hinweis für die Redaktionen

Der TK-Gesundheitsreport analysiert jährlich die Krankschreibungen und Arzneimitteldaten der 3,7 Millionen bei der TK versicherten Erwerbspersonen. Dazu zählen sozialversicherungspflichtig Beschäftigte und Empfänger von Arbeitslosengeld I. Den vollständigen Bericht, Infografiken und Pressefotos finden Sie unter [www.presse.tk.de](http://www.presse.tk.de) zum kostenlosen Download.

Für die Forsa-Umfrage im Auftrag der Techniker Krankenkasse wurden im Januar 2013 1.000 Erwachsene in Deutschland ab 18 Jahren befragt.

Quelle : [Techniker Krankenkasse](#)

Anmerkungen:

**Bundesweite Forsa-Umfrage zur Verbreitung des Burnout-Syndroms**

FOTO: [Gerd Altmann/Shapes:AllSilhouettes.com / pixelio.de](#)