

ORIGINAL

Der AOK-Newsletter für Betriebs- und Personalräte

Empfehlen
Sie uns!



Ausgabe 9/April 2011



Burnout!

Wer hat das Feuer gelöscht? Der Beruf? Die Familie? Oder beide? Burnout ist keine Krankheit. Aber jeder zehnte Ausfalltag wird damit erklärt. >>

■ Die Zahl der Krankschreibungen wegen Burnout hat sich in sechs Jahren verneunfacht. Auch bestimmte Berufsgruppen sind stärker davon betroffen als andere. Und Frauen.

auf Seite 2 >>

■ Was ist drin im Medikament, das mir der Arzt verschrieben hat? Und wie kann ich feststellen, wie die neue Erkältungsarznei wirkt? Mit dem AOK-Arzneimittelnavigator.

auf Seite 3 >>

■ Gewinnen Sie mit Original regelmäßig einen 50-Euro-Schein. Beantworten Sie die Frage auf Seite 4. Vergessen Sie nicht, uns Ihre Adresse zu geben – dann kommt der Schein per Post zu Ihnen.

auf Seite 4 >>

Psychische Erkrankungen auf dem Vormarsch

Alarmierende Erkenntnis des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WiDO): Um nahezu das Neunfache sind die Krankheitstage zwischen 2004 und 2010 wegen Burnouts (Ausgebranntsein) gestiegen. Besonders betroffen: Frauen und Menschen in erzieherischen und therapeutischen Berufen.



Untersucht hat das WiDO die Krankmeldungen von mehr als zehn Millionen AOK-versicherten Arbeitnehmern und hat festgestellt: Die Diagnose Burnout wird von den Ärzten zunehmend dokumentiert.

„Zeitdruck und Stress nehmen offenbar zu. Es besteht die Gefahr, dass die Menschen von zwei Seiten gleichzeitig ausbrennen - vom

Beruf her und durch familiäre Belastungen“, sagt Helmut Schröder vom WiDO.

Burnout gehört zur Gruppe jener Faktoren, die den Gesundheitszustand beeinflussen und ist damit kei-

ne eigenständige psychische Erkrankung. Sie wird von immer mehr Ärzten aber als Zusatzinformation angegeben. Innerhalb von nur sechs Jahren haben sich die 8,1 Arbeitsunfähigkeitstage von 1000 AOK-Versicherten auf 72,3 Tage erhöht - insgesamt also verneunfacht.

Frauen, so zeigt die Detailanalyse, sind aufgrund eines Burnouts doppelt

AOK gegen Stress
Neben Burnoutprogrammen, auch im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung, bietet die AOK eine webbasierte Lösung an: www.stress-im-griff.de

so häufig krank geschrieben worden als Männer. Betroffen sind Frauen vor allem zwischen dem 40. und 60. Lebensjahr.

Auffällig auch die Berufe: Heimleiter und Sozialpädagogen führen mit 233,3 Arbeitsunfähigkeitstagen pro 1000 AOK-Versicherten die Liste an – dies entspricht 23,3 Ausfalltagen pro Fall. An zweiter Stelle stehen Telefonistinnen und Telefonisten mit 227,2 Tagen Arbeitsausfall pro 1000.

Das WiDO gesteht zu, dass der offenere Umgang mit psychischen Krankheiten zu einer Steigerung der Zahlen geführt haben mag – aber das reicht als Erklärung nicht aus.

www.wido.de



TOP

Deutsche spenden mehr. Im vergangenen Jahr haben die Deutschen rund 2,3 Milliarden Euro aus ihrer privaten Tasche an gemeinnützige Organisationen gespendet – neun Prozent mehr als im Vorjahr. Laut einer Studie hat auch die Zahl der Spender zugenommen: Auf mehr als 13 Millionen. Dies entspricht einem Bevölkerungsanteil von 21 Prozent (im Alter über zehn Jahren). Und schließlich ist die durchschnittliche Spendensumme noch gestiegen: Um einen Euro auf 27,90 Euro pro Person.

Zurück gegangen ist der Anteil der Spenden an Kirchen und kircheneigenen Organisationen: Von 32,7 auf 27,4 Prozent. Dies hat kirchliche Organisationen allerdings nicht von ihrem Spitzenplatz unter den Spendenempfängern verdrängen können.



FLOP

Deutschlands Defizit. Im Vergleich mit anderen Industriestaaten hat Deutschland große Defizite bei der Integration von Ausländern und im Bereich der sozialen Gerechtigkeit. Bei der Integrationspolitik landet Deutschland nur auf Platz 20, bei der sozialen Gerechtigkeit auf Platz 17. Allein: Zur Spitze gehört das Land bei der Umweltpolitik, so die Bertelsmann-Stiftung.

Wissen, was in der Pille ist

Jedes Jahr verordnen Ärzte über 740 Millionen Arzneimittel. Für die Patienten stellen sich dabei viele Fragen, etwa nach Wirkung und Verträglichkeit. Antworten bietet der neue Arzneimittelnavi-gator der AOK.

In Zusammenarbeit mit der Stiftung Warentest hat die Gesundheitskasse für ihre Versicherten eine bislang einzigartige Orientierungshilfe im Internet geschaffen. Mit wenigen Klicks gelangen sie über www.aok.de/gesundheitsnaviga-tor und den Bereich „Arzneimittel“ zu um-fassenden Informationen über Wirkstoffe, Ver-träglichkeit und Gegen-anzeigen, Preis und Pa-ckungsgrößen eines Me-dikaments. Für diesen Zweck bekommen AOK-Versicherte Zugang zur Warentest-Datenbank „Medikamente im Test“. Darin sind mehr als 9.000 Arzneimittel für

185 Anwendungsgebiete bewertet. Die Suche führt über drei verschie-dene Wege zum Ziel:

Medikamentenname: Einfach den Namen des Arzneimittels eingeben, wie er auf der Packung oder im Re-zept steht.

Pharmazentralnummer: Jedes Medikament in Deutschland trägt eine Art Personalausweis mit sich, eine Ziffernkombination, die allein ihm zugeordnet ist. In der Regel ist sie mit der Abkürzung PZN unter

dem Strichcode auf der Packung zu finden. Gibt man diese Zahlenreihe im entsprechenden Suchfeld ein, gelangt man ohne Umwege zu den gewünschten Informationen.

Anwendungsgebiete: Verschiede-ne Körperregionen lassen sich anhand einer Zeichnung anklicken, zum Beispiel Haut und Haare oder Magen und Darm. Als nächstes werden typische Symptome von Erkrankungen dieser Bereiche ge-nannt, zum Beispiel Juckreiz oder Übelkeit. Anhand dieser kann man sich zur gewünschten Information weiter kli-cken.

Da für viele Medika-mente eine Zuzahlung notwendig ist, liefert die AOK auch hierzu alle wichtigen Informa-tionen: So kann man bei jedem Medikament sehen, ob man zuzah-len muss.

Mehr dazu hier.



§ VOR GERICHTEN... ...und auf hoher See

Zwei Freiwilligenversicherungen – Zwei Urteile:

Die Krankenkasse muss einen Sozialhilfeempfänger darüber informieren, dass er sich freiwillig krankenver-sichern kann – auch wenn die dreimonatige Frist dafür bereits abgelaufen ist. So ein Urteil des rheinland-pfälzischen Landessozialgerichts vom März dieses



Jahres. Die Bundesagentur für Arbeit aber muss eine freiwillig Arbeitslosenver-sicherte (die sich zuvor selbständig gemacht hat-te) nicht auf eine Dreimo-natsfrist hinweisen. So das Bundessozialgericht in Kassel (BSG). Die Klägerin

war mit ihren freiwilligen Beiträgen zur Arbeitslosen-versicherung fünf Monate in Rückstand geraten und von der Bundesagentur daraufhin herausgeworfen worden. Zu Recht, sagte das BSG, denn sie habe mit ih-rem Eintritt in die Versicherung ein Merkblatt erhalten, in dem die Dreimonatsklausel enthalten war. Es nutzte der Klägerin auch nichts, dass sie die Beiträge nach fünf Monaten nachbezahlt hatte: Das Gericht blieb hart.

Aktenzeichen Krankenversicherung: L 5 KR 108/10
Aktenzeichen Arbeitslosenversicherung: B 12 AL 2/09 R

IT-SICHER?

Die „Sicherheitskultur“ kleiner und mittlerer Unternehmen (KMU) hat in den letzten Jahren einen eindeutigen Aufschwung genommen. Ein neuer Online-Ratgeber zum Thema „IT-Sicherheit“ zeigt Unternehmen jetzt auf, wie es um die eigene IT-Sicherheit bestellt ist. Mit Hilfe des Ratgebers können Unternehmen anhand 12 kurzer Fragen testen, wie gut sie die Grundanforderungen an die Basissicherheit, die organisatorischen sowie die rechtlichen Anforderungen der IT-Sicherheit erfüllen. Der Ratgeber ermöglicht, online eine kostenlose Einstiegsberatung zum professionellen IT-Sicherheitsmanagement und individuelle Handlungsanleitungen zur Verbesserung ihrer Sicherheitsstruktur zu erhalten. **HIER**



LINKS

Interessante Links zum Lesen....

- Die jüngsten Original-Newsletter verpasst? Hier geht's zum Archiv
<http://www.aok-original.de/archiv.html>
- Fit werden mit Lauf 10
http://www.aok.de/bayern/nachrichten/index_174131.php

UMWELT-BEWUSST?

Der bundesweite Wettbewerb „Büro & Umwelt“ sucht auch im Jahr 2011 wieder die umweltfreundlichsten Büros Deutschlands. Im Mittelpunkt des Wettbewerbs steht der schonende Umgang mit Ressourcen im Büroalltag sowie die Beachtung von Umweltaspekten bei der Beschaffung von Büroprodukten. Der Wettbewerb richtet sich in erster Linie an Unternehmen aller Größenordnungen. Darüber hinaus können sich aber auch Verwaltungen, Kommunen und andere Einrichtungen am Wettbewerb beteiligen. Bewerbungsschluss wird der 31. Mai 2011 sein. **Mehr dazu hier.**

Aus der AOK
Die AOK Bayern investiert 2011 in die Selbsthilfeförderung 2,7 Millionen Euro. Die Fördergelder kommen fast 2.000 lokalen Selbsthilfegruppen, rund 50 Selbsthilfeverbänden und -organisationen sowie 26 Selbsthilfekontaktstellen zugute. Während die AOK sich seit Jahren in der Selbsthilfe engagiert, beteiligen sich die privaten Krankenversicherer nicht daran.

MEHR



FRAGE - ANTWORT

Wie hoch war die Spendensumme der Deutschen im Jahr 2010?

Gewinnen* Sie einen **50-Euro-Schein!**
Zugestellt per Post.

Einsendeschluss:

5. Mai 2011

Antwort (mit Adresse) an:

aok-original@kompart.de

Gewinner des letzten Preisrätsels:

Gert Pilz

91757 Treuchtlingen



Newsletter abonnieren:
einfach hier klicken



Newsletter abbestellen:
einfach hier klicken

*Die Gewinne sind gesponsort und stammen nicht aus Beitragseinnahmen

