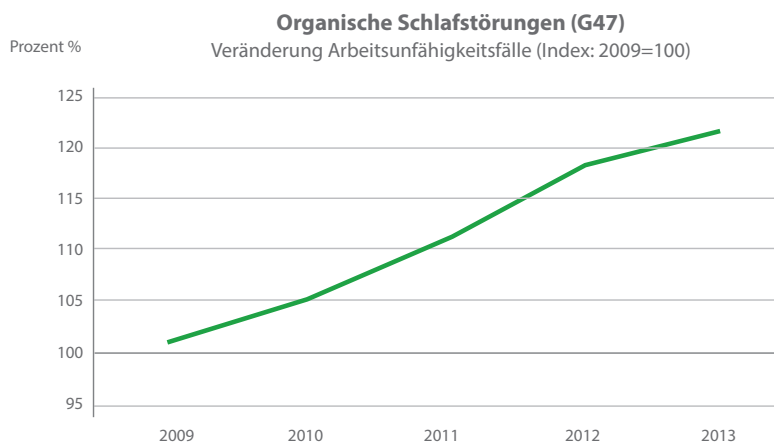


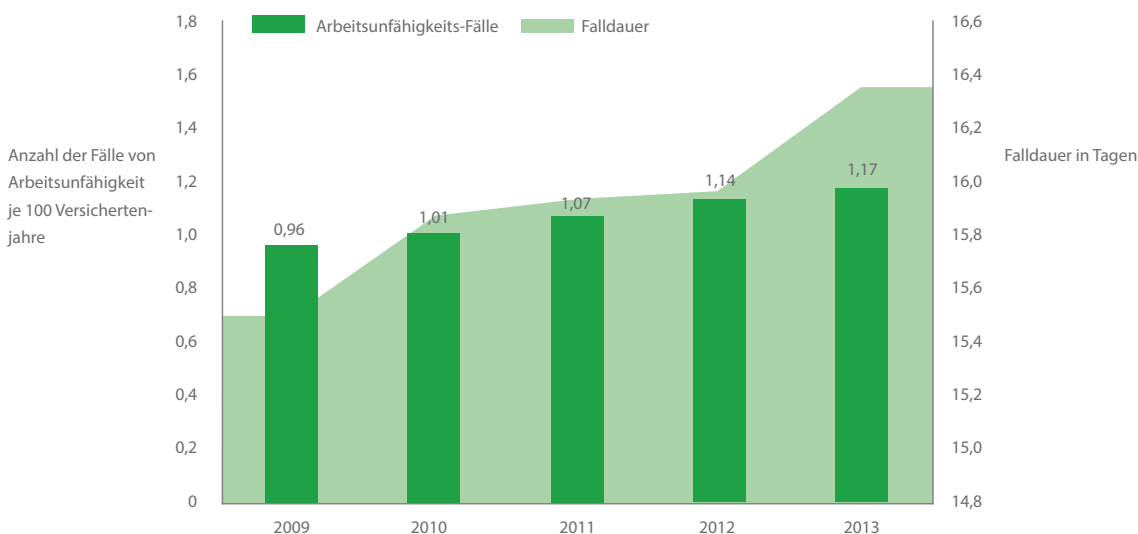
Schlafstörungen nehmen zu.

Schlafstörungen verursachen viele Ausfalltage

Die Fallhäufigkeit von Schlafstörungen stieg in den letzten fünf Jahren bei den AOK-versicherten Beschäftigten im Rheinland kontinuierlich um etwa 22 Prozent an. Unter den Schlafstörungen werden alle Ein- und Durchschlafstörungen verortet, die aufgrund von Stress, Lebensstil (Kaffeekonsum, Alkohol, unregelmäßiger Schlaf-Wachrhythmus), Umweltfaktoren (Licht, Lärm) und Erkrankungen (Atmungsstörungen, Schmerzen u.w.) auftreten. In der Gruppe der Krankheiten des Nervensystems verursachen Schlafstörungen die meisten Ausfalltage und sind die zweithäufigste Diagnose nach Migräne.



Die durchschnittliche Falldauer von Schlafstörungen liegt bei etwa 15 Tagen. In den letzten fünf Jahren ist sie im Durchschnitt um etwa einen Tag gestiegen:



Kontakt

Institut für Betriebliche Gesundheitsförderung BGF GmbH • Köln und Hamburg

Neumarkt 35-37 • 50667 Köln • Tel. 02 21/2 71 80-0 • Fax 02 21/2 71 80-201 • www.bgf-institut.de

Auskunft im Team Gesundheitsberichterstattung: Petra.Meisel@bgf-institut.de