



06.09.2011 - 09:00 Uhr

Rückenschmerzen verursachen 10 Mio. Ausfalltage / Die Rheumaliga Schweiz publiziert Zahlen und Fakten im "Rückenreport Schweiz 2011"

Zürich (ots) -

Rückenschmerzen schaden der Schweiz empfindlich: Jährlich sind 1,4 Millionen Personen infolge Rückenschmerzen tage- und wochenlang arbeitsunfähig - in Beruf, Schule, Studium oder Haushalt. Die Rheumaliga Schweiz beziffert den Schaden auf 10 Millionen Ausfalltage pro Jahr und will dem weit verbreiteten Problem mit öffentlichen Gesundheitstagen in zehn Schweizer Städten entgegenwirken.

Aktionswoche gegen Rückenschmerzen

Die Gesundheitstage der Aktionswoche "Rückengesundheit" vom 12. bis 16. September bieten medizinische Fachvorträge, Gelegenheiten zur persönlichen Beratung und eine interaktive Ausstellung zu Themen wie Ergonomie im Büro, Verhalten in Haus und Garten, Rückengymnastik, Entspannung und Alltagshilfen der Rheumaliga Schweiz. Die Aktionswoche steht unter dem Patronat von Bundesrat Didier Burkhalter sowie der kantonalen Gesundheitsdirektoren der jeweiligen Veranstaltungsorte.

Fit im Kopf, aber sonst eher faul

Wie nötig Beratung und Motivation beim Thema Rückenschmerzen sind, verdeutlichen die weiteren Ergebnisse des Rückenreports: Herr und Frau Schweizer zeigen sich gut informiert über die Ursachen von Rückenschmerzen (Muskelverspannungen, Überbelastung, falsche Bewegung), aber sind zu wenig aktiv in der präventiven Ursachenbekämpfung. Vier von fünf Personen betätigen sich sportlich, doch die grosse Mehrheit durchschnittlich nur maximal 30 Minuten pro Tag. Jede fünfte Person gibt an, gar nie Sport zu treiben. Auch beim Thema Alltagsbewegung (gehen, spazieren, Treppen steigen usw.) geben die Resultate zu denken. Besorgniserregende 40 Prozent kommen auf keine 60 Bewegungsminuten pro Tag. "Für die Rückengesundheit", sagt Valérie Krafft, Geschäftsführerin der Rheumaliga Schweiz, "ist das ein zu geringes Bewegungspensum."

Unterschätzte Risiken

Herr und Frau Schweizer ergreifen zwar tendenziell die richtigen Massnahmen gegen Rückenschmerzen, indem sie auf einen Mix aus Entspannung, Haltungsverbesserung, Bewegung und gegebenenfalls Medikamenten setzen. Doch der Rückenreport fördert eine bedenkliche Wissenslücke zu Tage: Die Bevölkerung weiss viel zu wenig darüber Bescheid, dass Lähmungserscheinungen, Missempfindungen, Fieber oder Gewichtsverlust im Zusammenhang mit Rückenschmerzen ernsthafte Warnsignale darstellen, die eine sofortige ärztliche Abklärung erfordern, sollen irreversible Nervenschädigungen vermieden werden.

Das Fazit des Rückenreports

80 Prozent der Bevölkerung leiden einmal pro Jahr bis mehrfach pro Woche unter Rückenschmerzen. Rückenbeschwerden sind in der Schweiz in allen Bevölkerungsschichten vertreten, unabhängig von Alter, Geschlecht oder Beruf. Herr und Frau Schweizer ergreifen mehrheitlich die richtigen Massnahmen gegen Rückenschmerzen, doch der allgemeine Bewegungsmangel sowie körperliche Überlastung sind und bleiben die hauptsächlichen Ursachen für Rückenschmerzen.

Der "Rückenreport Schweiz 2011" ist eine repräsentative Bevölkerungsbefragung im Auftrag der Rheumaliga Schweiz. GfK Switzerland AG hat die Daten erhoben und das Projekt über ein Teilsponsorship mitfinanziert.

Weiterführende Information:

Programm Aktionswoche Rückengesundheit 2011:

http://www.rheumaliga.ch/ch/Aktionswoche_Rheuma

Medienmitteilung "Rückenreport Schweiz 2011" und Bildmaterial:

<http://www.rheumaliga.ch/ch/Medienmitteilungen>

Bericht "Rückenreport Schweiz 2011":

http://www.presseportal.de/go2/Ruckenreport-2011_Rheumaliga.pdf

Online-Dossier Rückenschmerzen:

<http://www.rheumaliga.ch/ch/Rueckenschmerzen>

Über die Rheumaliga Schweiz

Die Rheumaliga Schweiz ist die Dachorganisation von 20 kantonalen bzw. regionalen Rheumaligen und sechs nationalen Patientenorganisationen. Sie engagiert sich für Betroffene und wendet sich an Interessierte, Ärzte und Health Professionals mit Information, Beratung, Kursen, Weiterbildung und Alltagshilfen. Die Rheumaliga Schweiz wurde 1958 gegründet und trägt das ZEWO-Gütesiegel für gemeinnützige Organisationen.

Rheuma und Rückenschmerzen

Rheumatismus (Rheuma) ist eine Sammelbezeichnung für über 200 verschiedene Erkrankungen des Bewegungsapparates. Zu den am meisten verbreiteten Formen zählen Arthrose (Gelenkabnutzung), Arthritis (Gelenkentzündung), Weichteilrheuma, Osteoporose und Rückenschmerzen. Rheuma ist die Volkskrankheit Nummer eins: 1,5 Millionen Einwohner der Schweiz sind von Rheuma betroffen. 300'000 Personen mit schwerem chronischem Rheuma bilden die grösste Behindertengruppe der Schweiz.

Über die GfK Switzerland AG

GfK Switzerland AG (Hergiswil NW) ist laut Branchenstatistik des vsms das grösste Marktforschungsinstitut der Schweiz und bietet Marktforschungsdienstleistungen in allen Bereichen. GfK Switzerland AG gehört seit 1999 zur internationalen tätigen GfK-Gruppe mit Hauptsitz in Nürnberg. Mit Unternehmen in über 100 Ländern gehört die GfK zu den grössten Marktforschungsinstituten der Welt.

Kontakt:

Dr. Andrea Gerfin, Kommunikation & Verlag
Rheumaliga Schweiz
Tel.: +41/44/487'40'00
Mobile: +41/78/665'09'09
E-Mail: a.gerfin@rheumaliga.ch
Internet: www.rheumaliga.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100000404/100703358> abgerufen werden.