



Team
Arbeitsplatz
Sitz

TAS - Team Arbeitsplatz Sitz

FAKTEN

TAS - Team Arbeitsplatz Sitz Fakten Gesundheitsförderung Österreich

Rückenschmerzen als häufigste chronische Krankheit. Zwischen 50 und 70 Prozent unseres Alltags verbringen wir statistisch gesehen in sitzender Position. Viele Menschen können gar nicht anders, weil sie einen sitzenden Beruf ausüben. Zu wenig körperliche Aktivität und das abendliche Couchprogramm tun ihr Übriges. Rückenschmerzen zählen laut der "Österreichischen Gesundheitsbefragung 2014" der Statistik Austria zu den häufigsten chronischen Krankheiten. Rund 80 Prozent der Bevölkerung leiden unter Rückenschmerzen und mehr als 1,5 Mio. Österreicher über 16 Jahren leiden an chronischen Schmerzen. Rückenleiden sind der häufigste Grund für Arztbesuche. Nahezu die Hälfte aller Krankenstands-Tage in der EU sind auf Erkrankungen des Bewegungsapparates zurückzuführen. Tendenz steigend.

Rund 8,6 Mio. Krankenstandstage Arbeitsunfähigkeit pro Jahr sind in Österreich auf Erkrankungen des Bewegungsapparates zurückzuführen und es entstehen dadurch Kosten von rund 2,4 Mrd. pro Jahr. Die durchschnittliche Ausfallzeit eines Arbeitnehmers beträgt pro Jahr 15,6 Krankheitstage und kosten den Betrieb über € 7.000,- jährlich. Die Volkswirtschaftlichen Kosten aus Erkrankungen des Bewegungsapparates in Österreich betragen rund € 4 bis 6 Milliarden.

Sitzen schadet Gesundheit und Wirtschaft. "Langsitzer" gibt es nicht nur in Österreich, sie sind ein globales Problem: Bewegungsmangel gilt weltweit als Auslöser für ein gesteigertes Herzerkrankungs-Risiko, Diabetes und einige Krebsarten. Fünf Millionen Tote pro Jahr sollen auf körperliche Inaktivität zurückzuführen sein. Erstmals wurden auch die globalen wirtschaftlichen Folgen von Bewegungsarmut gemessen: 67,5 Milliarden US-Dollar (59 Milliarden Euro) pro Jahr gehen demnach durch die damit verursachten Gesundheitsausgaben und den Produktivitätsverlust verloren.

TAS und die Wissenschaftler plädieren eindringlich für mehr Bewegung: "Unsere Nachricht ist eine positive: Es ist möglich, diese Risiken zu reduzieren – oder sogar zu eliminieren – wenn wir nur aktiv genug sind.