



## **Pressemitteilung**

### **Deutsche unterschätzen Risiken von Rückenschmerzen**

**Tag der Rückengesundheit am 15.03.2017: STADA Gesundheitsreport zeigt, wie viele Deutsche unter Rückenschmerzen leiden und wie wenig sie dagegen unternehmen**

**Bad Vilbel, 08. März 2017 – Der „Tag der Rückengesundheit“ findet am 15. März bereits zum 16. Mal statt. Unter dem diesjährigen Motto „Balance halten – Rücken stärken“ gibt es bundesweite Aktionen und Informationsveranstaltungen.**

**Die hohe Relevanz des Themas Rückengesundheit wird auch im STADA Gesundheitsreport 2016 deutlich. Dieser zeigt, dass 62 Prozent der Deutschen durch Rückenschmerzen im täglichen Leben beeinträchtigt sind. Trotzdem machen nur wenige Bundesbürger etwas dagegen.**

Jeder dritte Deutsche hat mehrmals pro Monat Rückenschmerzen, knapp die Hälfte mehrmals im Jahr. Lediglich sieben Prozent sind frei von jeglichen Rückenbeschwerden. Besonders häufig leidet die Altersgruppe der 50- bis 59-Jährigen. Außerdem auffällig: 41 Prozent der Frauen klagen mehrmals pro Monat über „Rücken“, bei den Männern sind es nur 29 Prozent. Das ergibt der STADA Gesundheitsreport 2016 – eine repräsentative Studie des Marktforschungsunternehmens Kantar Health im Auftrag der STADA Arzneimittel AG unter 2.000 Deutschen.

Die häufigen Rückenschmerzen prägen den Alltag der Betroffenen: 35 Prozent leiden unter den Schmerzen, 30 Prozent können aufgrund der Schmerzen nur schlecht schlafen und jeder Fünfte muss auf bestimmte Freizeitaktivitäten verzichten.

#### **Nur wenige beugen den Schmerzen vor**

Obwohl die Menschen wissen, dass ein schmerzender Rücken das tägliche Leben beeinträchtigen könnte, machen nur 23 Prozent der Republik vorbeugend Rückenübungen. Dabei lassen sich einfache Übungen sogar am Arbeitsplatz durchführen – und zwar mit positiven Auswirkungen auf den Bewegungsapparat. „Viele Arten von Rückenschmerzen

Vorstand: Dr. Matthias Wiedenfels (Vorsitzender) / Helmut Kraft  
Aufsichtsratsvorsitzender: Carl Ferdinand Oetker



wären mit Prävention zu verhindern. Dass sich so viele Menschen vorbeugend nicht zu Bewegung und sportlichen Aktivitäten aufrufen können, ist schwer nachzuvollziehen. Vermutlich unterschätzen sie, solange sie gesund sind, immer noch die Auswirkungen, die Rückenschmerzen auch langfristig auf Körper und Geist haben können“, sagt Dr. med. Johannes Wimmer im STADA Gesundheitsreport 2016.

### **Mit Rückenschmerzen zum Arzt? Lieber nicht**

Sind die Schmerzen bereits da, geht es um die Behandlung. Hierzu gehen nur 17 Prozent der Deutschen regelmäßig zum Arzt. Die meisten Betroffenen setzen bei der Behandlung ihr Vertrauen lieber in alt bewährte Hausmittel. Mit Wärme in Form von Pflastern, Salben oder Körnerkissen bekämpfen 35 Prozent ihre Rückenschmerzen, knapp ein Viertel der Deutschen setzt auf rezeptfreie Medikamente. Ein Drittel der Republik macht allerdings gar nichts und hofft, dass sich die Schmerzen von selbst bessern. Das trifft besonders auf die 18- bis 29-Jährigen zu. Sie haben keine Lust, ihre Zeit in Wartezimmern zu verbringen oder glauben nicht an die gängigen Therapieformen.

### **Verspannungen und zu wenig Bewegung begünstigen Rückenschmerzen**

Aber woher kommen die Rückenbeschwerden? Als Hauptursache geben 41 Prozent der Deutschen verspannte Muskeln an, 35 Prozent sehen die Schuld beim Bewegungsmangel und 30 Prozent führen die Schmerzen auf zu große körperliche Belastung zurück. Diagnostizierte Erkrankungen wie ein Bandscheibenvorfall oder altersbedingte Beschwerden treffen auf etwa ein Fünftel der Bevölkerung zu.



### **„Alles Gute“ – Eine Initiative von STADA**

Die im Herbst 2014 gegründete „Alles Gute“-Initiative von STADA unterstützt Menschen dabei, im Alltag fit und gesund zu bleiben beziehungsweise zu werden. STADA will ein Bewusstsein dafür schaffen, dass Menschen verantwortungsvoll mit dem höchsten Gut „Gesundheit“ umgehen müssen, um den täglichen Aufgaben gewachsen zu sein. Schließlich hat die Gesundheit auch großen Einfluss auf das allgemeine Wohlbefinden. Im Zentrum der Initiative steht der jährliche STADA Gesundheitsreport. 2014 behandelte der Report die Wünsche, Einstellungen und Verhaltensweisen der Deutschen in Gesundheitsthemen, 2015 wurde das Gesundheitswissen der Deutschen untersucht. Der Gesundheitsreport 2016 trägt den Titel „Sprechstunde Gesundheit: Was sich Körper und Geist zu sagen haben.“ Dabei wird die Initiative von hochkarätigen Experten aus Medizin, Wissenschaft, Sport und Lifestyle-Bereichen unterstützt. Aktuelle Informationen zur Initiative und laufenden Projekten sind unter [www.stada.de/initiative](http://www.stada.de/initiative) zu finden.

### **Über die STADA Arzneimittel AG**

Die STADA Arzneimittel AG ist ein börsennotiertes Unternehmen mit Sitz im hessischen Bad Vilbel. STADA setzt konsequent auf eine Mehrsäulenstrategie aus Generika und Markenprodukten (OTC) bei zunehmend internationaler Marktausrichtung. Der Konzern ist Deutschlands einziger unabhängiger Generika-Hersteller. STADA ist weltweit mit rund 50 Vertriebsgesellschaften in mehr als 30 Ländern vertreten. Markenprodukte wie Grippostad und Ladival zählen in Deutschland zu den meistverkauften ihrer Produktkategorie. Im Geschäftsjahr 2015 erzielte STADA einen Konzernumsatz von 2.115,1 Millionen Euro, ein bereinigtes Ergebnis vor Zinsen, Steuern und Abschreibungen (EBITDA) von 389,4 Millionen Euro und einen bereinigten Konzerngewinn von 165,8 Millionen Euro. Zum 31. Dezember 2015 beschäftigte STADA weltweit 10.532 Mitarbeiter.

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an:

STADA Arzneimittel AG  
Angela Horbach  
Stadastraße 2-18  
61118 Bad Vilbel  
Tel.: +49(0) 6101 603-165  
Fax: +49(0) 6101 603-215  
E-Mail: [press@stada.de](mailto:press@stada.de)

komm.passion GmbH  
Sina Acker  
Himmelgeister-Straße 103-105  
40225 Düsseldorf  
Tel.: +49(0) 211 600 46-121  
Fax: +49(0) 211 600 46-200  
E-Mail: [stada@komm-passion.de](mailto:stada@komm-passion.de)

Vorstand: Dr. Matthias Wiedenfels (Vorsitzender) / Helmut Kraft  
Aufsichtsratsvorsitzender: Carl Ferdinand Oetker