

Krank im Job – Burnout und die Folgen

Category: Privatkunden, Schaden, Übergreifend

19. September 2016



Burnout entwickelt sich immer mehr zur Volkskrankheit Nr. 1 in Deutschland. Unsere Psyche und unser Körper sind der stetig steigenden Belastung durch das moderne Arbeitsleben immer häufiger nicht mehr gewachsen. Überstunden, ständige Erreichbarkeit und übersteigerte Erwartungen an unsere Arbeitsleistungen führen dazu, dass heute beispielsweise knapp 40% aller Berufsunfähigen Ihren Job aufgrund von Burnout und anderen Nervenkrankheiten an den Nagel hängen müssen ([vgl. Statistik des GDV](#)).

Wussten Sie schon? – Burnout in Zahlen

- Jeder dritte Berufstätige arbeitet bis zum Rande der Belastbarkeit und fühlt sich stark erschöpft oder gar ausgebrannt.
- Burnout ist u.a. gekennzeichnet durch Energiemangel, ständige Kopfschmerzen, Reizbarkeit und Niedergeschlagenheit. Dabei leidet jeder dritte Burnout-Betroffene an Schlafstörungen.
- Bis zu 13 Millionen Arbeitnehmer in Deutschland sind nach Schätzungen von Gesundheitsexperten und Krankenkassen von Burnout betroffen.

- 18 Monate dauert es durchschnittlich, bis ein Mensch wegen Burnout so handlungsunfähig ist, dass sein Zustand am Arbeitsplatz erkannt wird.
- Experten schätzen die Produktionsausfallkosten und verlorene Bruttowertschöpfung in Deutschland auf rund 71 Milliarden Euro.

Dabei sind wir dem Krankheitsbild Burnout nicht schutzlos ausgeliefert. Es gibt zahlreiche Strategien, um dem Erschöpfungszustand entgegenzuwirken. Besserer Lebenswandel, gesündere Ernährung und eine Umstellung der eigenen Arbeitsweise können dazu führen, dass die Krankheit nicht ausbricht.

Alle, die mehr über das Thema Burnout wissen und sich einen Selbsttest unterziehen möchten, können [hier das kostenlose E-Book herunterladen](#), welches das Autorenteam rund um den namhaften Burnout-Spezialisten Prof. Dr. Burisch in Zusammenarbeit mit der Hannoverschen Leben herausgegeben hat.

Berufsunfähigkeitsversicherung kann helfen

Nicht immer kann ein Burnout frühzeitig erkannt und behandelt werden. Um sich vor den finanziellen Folgen einer Burnout-Erkrankung zu schützen, gibt es verschiedene Möglichkeiten, welche wir gerne im Rahmen eines [Beratungsgesprächs](#) mit Ihnen erörtern. Bitte beachten Sie, dass diese Absicherungen aber meist nur möglich sind, wenn noch keinerlei Symptome zu Tage getreten sind. Daher ist frühes Handeln besonders wichtig! Lesen Sie dazu gerne auch unseren [Blogartikel zum Thema](#). Kommen Sie bei Fragen jederzeit gerne auf uns zu: [Zur Kontaktaufnahme](#)

©Bild: jayfish / Fotolia