



Chronische Schmerzen im Beruf

Die gute Nachricht

Mit dem Arbeitsschutzpreis sollen auch in diesem Jahr wieder vorbildliche betriebliche, kulturelle und persönliche Lösungen rund um Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz ausgezeichnet werden, die zum Nachahmen anregen. Noch bis Ende Juni können sich Firmen und Einzelpersonen bewerben. Es handelt sich um eine Initiative des Bundesarbeitsministeriums, des Länderausschusses für Arbeitsschutz und Sicherheitstechnik und der Unfallversicherung.

[> Infos.](#)

Inhalt

Plus bei Alten- und Krankenpflege: S. 3
Pflege-Jobs liegen beim Lohn deutlich vor anderen Ausbildungsberufen. [>](#)

Mit der Chancenkarte auf Jobsuche: S. 4
Hilfe für ausländische Fachkräfte [>](#)

Wenn die Arbeit wehtut

Chronische Schmerzen schränken die Arbeitsfähigkeit ein. Doch es gibt Möglichkeiten der Prävention und Besserung, wie Dr. Michael A. Überall, Präsident der Deutschen Schmerzliga (DSL), erläutert.

Im Jahr 2022 waren beispielsweise Rückenschmerzen die Ursache für umgerechnet 96,7 Millionen Fehltag bei 34,4 Millionen sozialversicherungspflichtig Beschäftigten in Deutschland. Das geht aus Daten des „Gesundheitsatlas“ des Wissenschaftlichen Instituts der AOK aus dem vergangenen Jahr hervor.

„Hauptursache für chronische Schmerzen am Arbeitsplatz sind eine einseitige, monotone, oftmals falsche Arbeitshaltung sowie körperliche Belastung, aber zunehmend auch Stress und psychologische Belastungsfaktoren“, beschreibt Mediziner Überall die Situation gegenüber AOK Original. 30,9 Prozent der Patientinnen und Patienten, die wegen Beschwerden eine spezialisierte schmerzmedizinische Versorgung in Anspruch nehmen, sind im berufstätigen Alter. Das zeigen noch unveröffentlichte Daten aus dem PraxisRegister Schmerz der Deutschen Gesellschaft für Schmerzmedizin. Dort dokumentieren zudem 23,4 Prozent der Patientinnen und Patienten extremen Stress. Wenn sich dazu noch eine stark ausgeprägte Depression (bei 26,3 Prozent) und begleitende Angststörungen (bei 23,1 Prozent) gesellen, könne dies zu einem biopsychosozialen Teufelskreis werden, erläutert Überall. Denn Stress gilt als ein zentraler Grund für gestörten

Nachtschlaf, der wiederum das körperliche Empfinden beeinträchtigt. „Kumulativ addieren sich auf diesem Wege viele Mikroereignisse zu einem – oder mehreren – Großereignissen“, fasst der Experte zusammen.

Betroffenen Beschäftigten empfiehlt der DSL-Präsident, auf ausreichend Pausen zu achten und sich zwischendurch zu bewegen. Wichtig seien auch eine abwechslungsreiche Arbeitsplatzgestaltung und eine Stärkung der Stressresilienz. Dafür könne der Austausch mit Kolleginnen und Kollegen, aber gegebenenfalls auch eine Veränderung des beruflichen Umfeldes hilfreich sein. All diese Maßnahmen könnten auch bereits zur Prävention dienen, ebenso wie



eine Bewusstseinsklärung für die Ursachen und den Umgang mit den chronischen Schmerzen. Arbeitgeber wiederum sollten ihre Beschäftigten vor Disstress schützen. Dabei handelt es sich um negativen Stress, „aus dem sie keinen Ausweg sehen oder der ihre körperliche beziehungsweise seelische Widerstandsfähigkeit übersteigt“. Der Betriebsrat könne unterstützen, indem er über Belastungsfaktoren aufkläre, Möglichkeiten zum Ausgleich biete und sich für geeignete Präventions- und Behandlungsprogramme sowie die Betriebliche Gesundheitsförderung einsetze. [> Infos.](#)

Webtipp

Tipps für einen bewegten Arbeitsalltag
[> Infos.](#)

Eigene Arbeit

Gut drei Viertel (76 Prozent) der Menschen im Alter von 25 bis 64 Jahren haben im vergangenen Jahr ihren Lebensunterhalt aus eigener Erwerbstätigkeit bestritten. Nach Angaben des Statistischen Bundesamts waren dies 34,5 Millionen Menschen. Für acht Prozent der Personen in dieser Altersgruppe war die Unterstützung durch Angehörige, etwa Partnerin oder Partner, die Haupteinkommensquelle. Sechs Prozent finanzierten sich überwiegend durch Arbeitslosengeld I oder Bürgergeld.

Weitere fünf Prozent bezogen Renten oder Pensionen, ein Prozent Elterngeld und drei Prozent sonstige Unterstützungsleistungen, wie Sozialhilfe oder Krankengeld. Jede hundertste Person (ein Prozent) finanzierte sich überwiegend aus dem eigenen Vermögen, Kapitalerträgen oder Einkünften aus Vermietung und Verpachtung. [> Infos.](#)



Lohnplus bei Pflege

Jobs in der Alten- und Krankenpflege werden im Vergleich zu anderen Berufen, für die eine Ausbildung nötig ist, überdurchschnittlich vergütet. Wie Destatis mitteilte, erhielten vollzeitbeschäftigte Fachkräfte in der Altenpflege im April 2023 im Schnitt 3.920 Euro brutto und somit rund 200 Euro über dem allgemeinen Durchschnitt von 3.714 Euro. In der Krankenpflege betrug der Verdienst für Fachkräfte 4.067 Euro und lag damit sogar rund 350 Euro über dem Mittelwert.

Doch nicht alle Ausbildungsberufe, in denen Fachkräftemangel herrscht, wurden überdurchschnittlich entlohnt. Fachkräfte für Sanitär-, Heizung- und Klimatechnik verdienten mit 3.412 Euro rund 300 Euro unter dem Durchschnitt. Bei Berufskraftfahrern waren es sogar rund 630 und bei Fachkräften in der Landwirtschaft rund 1.100 Euro unter dem Mittelwert. [> Info.](#)

§ Rechtskolumne

Leidensgerecht

Wenn Beschäftigte ihre Tätigkeit aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr erfüllen können, obliegt es dem Arbeitgeber, einen leidensgerechten Arbeitsplatz anzubieten, sofern dieser existiert,



so das Landesarbeitsgericht Köln. Geklagt hatte ein Bankangestellter,

der nach langer Krankheit im April 2022 zurückkehren wollte. Da er sich nicht mehr dazu in der Lage sah, seine mit starkem Leistungsdruck verbundene Tätigkeit als Vermögensspezialist aufzunehmen, schlug er zwei alternative Einsatzgebiete vor. Das Unternehmen lehnte ab: Eine der beiden Stellen sei aufgrund des ebenfalls hohen Stresselevels nicht geeignet, die andere Position existiere nicht mehr. Erst im Juli 2022 wurde der Kläger mit seiner Zustimmung im Bereich Firmenkunden eingesetzt. Für die dreimonatige Zwischenzeit klagte er auf Vergütung. Das Landesarbeitsgericht wies die Klage zurück: Es lasse sich keine Verpflichtung des Arbeitgebers herleiten, die „Arbeitspflicht nach den Wünschen oder Belangen des Arbeitnehmers neu zu bestimmen.“

4 Sa 1/23

Mit der Chancenkarte auf Jobsuche in Deutschland

Die Bundesregierung hat vergangenes Jahr neue Möglichkeiten für qualifizierte Arbeitskräfte geschaffen, um nach Deutschland einzureisen. Mit der Chancenkarte tritt zum 1. Juni nun ein zentrales Element des mehrteiligen Gesetzespakets in Kraft.

Das Ziel ist die Sicherung der Fachkräftebasis. In einer Vielzahl von Branchen und Regionen ist der Mangel an Personal schon jetzt ein echtes Problem.

Mit der Chancenkarte erhalten Menschen aus Nicht-EU-Staaten einen rechtmäßigen Aufenthaltstitel, der ihnen die Suche nach einer geeigneten Arbeitsstelle erlaubt. Personen dürfen ein Jahr lang in Deutschland bleiben. Während des Aufenthalts bestehen Möglichkeiten zur Probearbeit oder einer Nebenbeschäftigung im Umfang von 20 Stunden in der Woche.

Die Karte kann auf zwei Wegen erlangt werden: Drittstaatsangehörige, die eine volle Gleichwertigkeit der ausländischen Qualifikation nachweisen und daher als Fachkräfte gelten, erhalten die Chancenkarte ohne weitere besondere Voraussetzungen. Alle anderen müssen einen ausländischen Hochschulabschluss, einen mindestens zweijährigen Berufsabschluss nach den Regeln des Herkunftslandes oder einen von einer deutschen Auslandshandelskammer erteilten Berufsabschluss nachweisen. Zudem sind entweder einfache Deutsch-

(Niveau A1) oder Englischkenntnisse (Niveau B2) erforderlich. Außerdem muss der Lebensunterhalt gesichert sein.

Wenn diese Voraussetzungen vorliegen, können für mehrere andere Kriterien Punkte gesammelt werden. Für die Chancenkarte müssen mindestens sechs Punkte erreicht werden.

Vier Punkte gibt es für die Teilanerkennung eines ausländischen Berufsabschlusses oder für die Erlaubnis, einen reglementierten Beruf auszuüben. Drei Punkte werden für fünf Jahre Berufserfahrung im gelernten Beruf sowie eine vorherige zweijährige Ausbildung vergeben. Alternativ gibt es drei Punkte für gute Deutschkenntnisse (B2). Zwei Punkte sind erhältlich für

Apps & Links

- **Fragen und Antworten zur Chancenkarte**
- **Parkinson kann eine Berufskrankheit sein**



eine zweijährige Berufserfahrung mit vorausgegangener Ausbildung. Auch wer nicht älter als 35 Jahre ist oder wer ausreichende Deutschkenntnisse (B1) vorweist, bekommt zwei Punkte. Einen Punkt gibt es, wenn Bewerberinnen und Bewerber nicht älter als 40 sind, sie schon mal länger in Deutschland waren sowie für sehr gute Englischkenntnisse (C1), hinreichende Deutschkenntnisse (A2) oder eine Ausbildung in Engpassberufen. Einen Punkt gibt es auch, wenn Personen gemeinsam mit Ehepartner oder -partnerin die Karte beantragen. > **Infos.**

Impressum

Herausgeber: AOK-Bundesverband GbR; Redaktion und Grafik: KomPart Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG 10178 Berlin, Rosenthaler Straße 31, www.kompart.de; Verantwortlich: Frank Schmidt; Redaktion: Thorsten Severin, Stefanie Roloff; Design: Robinson Zuñiga; Fotos: S.1: AOK, S.2: AOK, S.3: iStock.com/rikkhan/AOK, AOK, AOK, S.4: iStock.com/FatCamera; Informationen zum Datenschutz finden Sie hier: www.aok-original.de/datenschutz.html