

Adam online Newsletter

Ausgabe Juni 2010



Unsere Themen für Sie:

- ❖ **Psychisch** bedingte Krankmeldungen nehmen zu
- ❖ Diagnose: **Burnout!?**
- ❖ **Männerreihe** bei "SWR" und "3sat"
- ❖ "Auch Männer haben **ihre Tage**"
- ❖ Das **Micha-Prinzip**

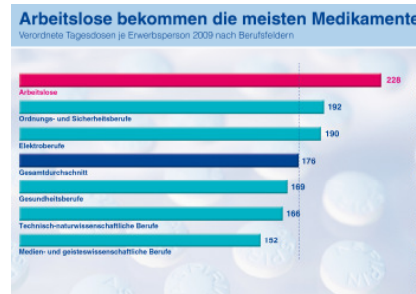
Psychisch bedingte

Krankmeldungen nehmen zu

Psychisch bedingte Krankmeldungen im Berufsleben nehmen drastisch zu - auch bei Arbeitslosen. Zu diesem Ergebnis ist der diesjährige Gesundheitsreport der Techniker Krankenkasse (TK) gekommen, der im vergangenen Monat in Berlin vorgestellt wurde.

Laut der Studie hat die Zahl der psychisch bedingten Krankschreibungen in den letzten zehn Jahren um fast 40 Prozent zugenommen. Im vergangenen Jahr waren 1,6 der durchschnittlich zwölf Fehltage eines Erwerbstätigen psychisch begründet. Arbeitslose sind

laut TK-Untersuchung heute mit durchschnittlich 20,3 Tagen mehr als fünf Tage länger arbeitsunfähig als noch vor zehn Jahren. Dazu sagte Dr. Thomas



Ein Ergebnis der TK-Studie: Arbeitslose bekommen die meisten Medikamente.

Grobe vom Institut für Sozialmedizin, Epidemiologie und Gesundheitssystemforschung in Hannover (ISEG): "Arbeitslose sind von nahezu allen Diagnosen häufiger betroffen als jede andere Gruppe. Besonders groß ist die Schere jedoch bei den psychischen Störungen." Das zeige sich etwa an der erheblich erhöhten Verabreichung von Antidepressiva innerhalb dieser Gesellschaftsgruppe.

Zu den Ergebnissen des Gesundheitsreportes sagte Professor Dr. Norbert Klusen, Vorsitzender des TK-Vorstandes: "Die Arbeitswelt hat

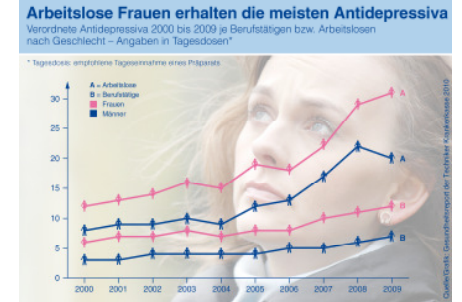
sich in diesen zehn Jahren deutlich gewandelt. Immer mehr Beschäftigungsverhältnisse sind befristet, dank moderner Kommunikationsmittel sind wir mittlerweile rund um die Uhr und nahezu überall erreichbar. Das geht an den Menschen nicht spurlos vorbei." || SE

Weitere Infos zur Studie unter:
<http://www.tk-online.de/tk/pressemitteilungen/gesundheits-und-service/223190>

Lesenswert

"Glücklich ist, wer das, was er liebt, auch wagt, mit Mut zu beschützen."

Ovid



Weiteres Ergebnis der TK-Studie: Arbeitslose Frauen bekommen die meisten Antidepressiva verabreicht, aber auch arbeitslose Männer liegen hier weit über dem Schnitt Berufstätiger.

"Gott beruft nicht nur die Fähigen, sondern befähigt auch die Berufenen."

Christlicher Spruch

Diagnose: Burnout!?

Immer mehr Menschen leiden unter dem "Burnout-Syndrom". Dennoch oder vielleicht gerade deswegen ist dieses Krankheitsbild im Berufsleben umstritten.

Vielen scheint dabei aber gar nicht klar zu sein, was überhaupt ein "Burnout" ist und welche weitreichenden Probleme er birgt. Zahlreiche Betroffene wiederum quälen sich durch ihren Arbeitstag, ohne zu bemerken, wie ausgebrannt sie innerlich eigentlich sind.

Sind Sie burnoutgefährdet? Wissen Sie nicht, wie es um Sie steht? Im Internet können Sie nun einen Schnelltest machen, der Sie über Ihre Lage aufklärt.

*Schauen Sie doch kurz vorbei:
<http://www.burnouttest.net>*



Fernsehtipp:

Männerreihe bei "SWR" und "3sat"

Die Fernsehsender "SWR" und "3sat" widmen sich in diesem Monat verschiedenen Männerthemen. In der Wochensendung "Tele-Akademie" sollen heikle Fragen bezüglich der gesellschaftlichen Rolle des modernen Mannes beleuchtet werden. Zu Wort kommen bekannte Persönlichkeiten aus Wissenschaft und Gesellschaft.

Programminweise:

- 30.05.2010: "Was vom Manne übrig blieb ..." mit Prof. Dr. Hollstein
- 06.06.2010: "Der vaterlose Mann?" mit Prof. Dr. Franz
- 13.06.2010: "Der neue Mann?" mit Prof. Dr. Hurrelmann
- 20.06.2010: "Hoffnungen für den neuen Mann?" mit Prof. Dr. Dinges

Die Sendungen werden jeweils sonntags um 8:00 Uhr beim "SWR" ausgestrahlt. Wiederholungen laufen jeweils eine Woche später ab 6:45 Uhr auf "3sat".

|| AO

Weitere Infos online unter:

<http://www.tele-akademie.de/index.php>

"Auch Männer haben ihre Tage"

In der aktuellen Ausgabe der "Adam online" widmet sich Dr. Dirk Pröpper einem wichtigen, aber leider selten besprochenen Männerthema: der vielfachen Wirkung von Testosteron auf das Leben des Mannes:

Auf der Homepage des "Deutschen Grünen Kreuzes" (DGK) finden Sie zu dieser Frage einen interessanten weiterführenden Beitrag. Das DGK will auf diese Weise Männer dazu anregen,

ihre individuelle gesundheitliche Vorsorge zu fördern. Das ist auch das erklärte Ziel der Rubrik "Männergesundheit" in "Adam online", die wir in den letzten Ausgaben eingeführt haben. || AO

Den DGK-Artikel finden Sie hier:
<http://dgk.de/gesundheit/maennergesundheit/hormonmangel-bei-maennern.html>

Hier gehts zum "Adam online"- Artikel:
[http://www.adam-online-magazin.de/Artikelansicht.41.0.html?&tx_ttnews\[tt_news\]=122&cHash=60bd9f8125f9d8e2a56bf0d9bb636d43](http://www.adam-online-magazin.de/Artikelansicht.41.0.html?&tx_ttnews[tt_news]=122&cHash=60bd9f8125f9d8e2a56bf0d9bb636d43)

Das Micha-Prinzip

Vor knapp 3000 Jahren. Israel ist sozial und kultisch verkommen. Gierige Machthaber, kriminelle Geschäftsleute und heuchlerische Geistliche beuten die Armen aus. Das Land stürzt ins Bodenlose. Nur ein Mann stemmt sich gegen das System. Er opfert sich auf, mahnt, fleht, bittet - und verliert! Sein Einsatz bleibt erfolglos, er wird sogar öffentlich für seinen Einsatz verspottet. "Ich liege am Boden", sagt der Prophet Micha, "doch ich stehe wieder auf." Er will an seiner Niederlage nicht verzweifeln. Selbst im Augenblick des Schmerzes blickt er hoffnungsvoll in die Zukunft - im Vertrauen auf die Güte seines Gottes.

Wie Micha hat auch Norbert Lurz eine schmerzhaftige Niederlage erlitten, als er eine sicher geglaubte Bürgermeisterwahl verloren hatte. Und ebenso wie Micha ließ er sich davon nicht zurückwerfen. Sein Motto lautet: Niederlagen können immer auch Siege sein - wenn man sie aus einer anderen Perspektive betrachtet.

In vielen beeindruckenden Lebensgeschichten lässt er den Leser an diesem „Micha-Prinzip“ teilhaben. So etwa bei dem einäugigen Wiley Post, der trotz seiner Behinderung als erster Mensch die Welt im Alleinflug umrundete; oder bei den tapferen

Leonidas und seinen Dreihundert, die zwar in der Schlacht fielen, aber ihre griechischen Landsleute vor der persischen Knechtschaft bewahrten. Niederlagen tun weh, aber sie sind nicht das Ende.

Fazit: Das Plädoyer von Lurz ist spannend, authentisch und ermutigend. Ein Buchtipps unseres Redakteurs Serge Enns.

Das Micha-Prinzip. Wie aus Niederlagen Siege werden können
Norbert Lurz, Brunnen- Verlag Basel, Basel 2009, 10,95 Euro, ISBN 978-3765514456

- Denn die Lippen der fremden Frau sind süß wie Honigseim,



und ihre Kehle ist glatter als Öl.

Sprüche 5,3

... mehr Comics auf <http://www.kreativ-agentur-zilly.de>

Falls wir Sie aus dem Newsletter-Verteiler löschen sollen, schicken Sie uns bitte eine E-Mail an: vertrieb@adam-online.de

Über Anregungen für zukünftige Newsletter freuen wir uns! Schicken Sie uns eine E-Mail an: newsletter@adam-online.de

Unsere Kontaktdaten

Redaktion Adam online
Am Alten Friedhof 12
D-35394 Gießen
Tel. 06 41 / 9 43 35 41
Fax 06 41 / 9 43 35 42
info@adam-online.de
www.adam-online.de

Ihr Adam online – Team