

Fördert mit wertvollen Tipps die Teilhabe Betroffener

Neu: Website zu Migräne am Arbeitsplatz



Mit einer neuen Website will die MigräneLiga Betroffene, die im Arbeitsleben stehen, mit praktischen Tipps unterstützen. Auch Arbeitgebende finden wichtige Hinweise.

Mit unserer neuen Website **www.migraene-am-arbeitsplatz.de** bieten wir diesen Menschen wertvolle Tipps und Hilfen. Wir informieren aber auch Arbeitgeber, die ihre Beschäftigten mit Migräne unterstützen. Die Inhalte der Website hat die Arbeitsgruppe „Migräne am Arbeitsplatz“ der MigräneLiga erarbeitet, die von Katrin Böhnke koordiniert wird (siehe **migräne magazin 98**).

Ziel: die Teilhabe am Arbeitsleben ermöglichen

Unser Ziel ist es, für alle Betroffenen eine Teilhabe am Arbeitsleben zu ermöglichen. Dazu liefern die wissenschaftliche Medizin, die Psychologie und die Physiotherapie wichtige Bausteine. Aber auch verschiedene Elemente des Sozialrechts bieten wertvolle Hilfe. Diese haben wir auf der Website zusammengetragen. Zusätzlich sind Artikel integriert, die wir zu diesem Thema bereits im **migräne magazin** veröffentlicht haben.

Von Krankschreibung bis Schwerbehinderung

Sie erfahren beispielsweise:

- Wichtiges rund um die Krankschreibung, etwa zur Lohnfortzahlung und zur stufenweisen Wiedereingliederung.
- Sie lesen, wie man eine Reha oder einen Behindertenausweis beantragt oder welche Nachteilsausgleiche eine Schwerbehinderung ermöglicht.
- Wie lässt sich ein Arbeitsplatz migränefreundlich gestalten?
- Wo finden Betroffene Hilfe, etwa im Rahmen des betrieblichen Eingliederungs-Managements, bei Sozialverbänden oder dem Integrationsamt.

- Sie finden Berichte von Betroffenen, die erzählen, wie sie mit ihrer Migräne im Arbeitsleben zurecht kommen – und was sie oder der Arbeitgeber dafür getan haben.
- Soll ich meinen Chef überhaupt über meine Migräne informieren? Darüber können Sie sich mit Hilfe von Pro- und Contra-Argumenten Gedanken machen. Außerdem erhalten Sie Tipps zum Thema „Wie sag ich’s?“.

Was kann der Betrieb anbieten? Tipps für Arbeitgeber

Auch für Arbeitgebende bietet die neue Website viele wertvolle Informationen: Als erstes erfahren diese wichtige Grundlagen über die Krankheit und Auslöser von Attacken, die ihnen vielleicht gar nicht bekannt waren. Augenzwinkernd werden sie darüber informiert, warum sie Migräne-Betroffene bevorzugt einstellen sollten – denn diese haben außergewöhnliche Stärken!

Zu den Möglichkeiten, einen Arbeitsplatz migränefreundlich zu gestalten, kommen Tipps für das Betriebliche Gesundheits-Management und finanzielle Unterstützungen zur Teilhabe. Außerdem gibt es hier Hinweise, wie sich die Ausfallkosten durch Krankheit oder Leistungsabfall deutlich reduzieren lassen, etwa durch einen Beschäftigungssicherungs-Zuschuss für migränebetroffene Mitarbeiter. Schauen Sie auf **www.migraene-am-arbeitsplatz.de** vorbei und stöbern Sie in unseren vielfältigen Informationen! Sollte Ihnen etwas fehlen, schreiben Sie uns an: **ag-migraene-am-arbeitsplatz@migraeneliga.de**.

**Veronika Bäcker,
Anja Rech**

Migräne ist die häufigste neurologische Erkrankung in Deutschland. Sie betrifft etwa 18 Millionen Menschen. Die meisten davon sind erwerbstätig – in dieser Lebensphase ist die Krankheit am stärksten ausgeprägt – und erfahren im Berufsleben dadurch Einschränkungen. So fallen aufgrund von Migräne in Deutschland jedes Jahr rund 547 Millionen Stunden bezahlter Arbeit aus – ein jährlicher volkswirtschaftlicher Verlust in Höhe von etwa 48,8 Milliarden Euro. Das entspricht etwa 1,4 Prozent der deutschen Wirtschaftsleistung 2019.

Wir bedanken uns ...

... bei unseren Kooperations-Partnerinnen und -Partnern:

- Colette André, Geschäftsführerin der Patienten-Organisation migraine action Schweiz (<https://migraineaction.ch>). Sie hat in der Arbeitsgruppe mitgearbeitet und freundlicherweise Inhalte zur Verfügung gestellt.
- PD Dr. Charly Gaul vom Kopfschmerzzentrum Frankfurt sowie Dr. Axel Heinze, Leitender Oberarzt der Schmerzklinik Kiel, für die fachliche Beratung
- Anja Rech, Chefredakteurin des **migräne magazins**.

Darüber hinaus bedanken wir uns für die Projektförderung durch den BKK-Dachverband, der die Erstellung der Website ermöglichte.



Klärt Betroffene wie Arbeitgeber auf MigräneLiga kommt in die Firma

Gerade am Arbeitsplatz ist es für Migräne-Betroffene wichtig, Rückendeckung vom Arbeitgeber zu haben. Immer mehr Unternehmen machen sich auf den Weg, Bewusstsein für das Thema zu schaffen und gemeinsam nach Lösungen für einen gesundheitsförderlichen Arbeitsplatz zu suchen. Die MigräneLiga unterstützt dies gerne mit Vorträgen zum Thema Migräne am Arbeitsplatz. Das Thema war auch Schwerpunkt bei der Podiumsdiskussion auf dem Migräne-Symposium in Berlin. Für die Arbeitgeberseite saß Thomas Wiesmann, Leiter der betriebsärztlichen Dienststelle Siemens Berlin in der Runde. Die Firma erhielt 2022 den Corporate Health Award. Wiesmann beschrieb bei der Veranstaltung, wie in der Firma mit Migräne am Arbeitsplatz umgegangen wird. Er stellte zunächst fest, dass die Mitarbeitenden „Migräne“ häufig nur beiläufig erwähnen, wenn sie aufgrund von anderen

Gesundheitsproblemen ein Gespräch mit dem Betriebsmediziner führt. Das bedeute, dass die Thematik oft nicht bei den Betriebsmedizinern ankomme, meinte er.


Chefs reagieren oft unsicher

Wenn das Thema Migräne jedoch zur Sprache kommt, erlebe er häufig Unsicherheit bei Führungskräften im Umgang mit der Erkrankung. Die Aufgabe der Betriebsärzte sieht er in der Aufklärungsarbeit. Möglich sei unter anderem ein „präventives BEM-Verfahren“ (BEM: Betriebliches Eingliederungs-Management). Dabei werde eine Runde aus Schwerbehinderten-Vertretung, Betriebssozialarbeit, Betriebsarzt, Betriebsrat sowie dem Vorgesetzten einberufen, um gemeinsam die Arbeitsverhältnisse vorausschauend zu optimieren.


**Veronika Bäcker/AK
Migräne am Arbeitsplatz**

Hier einige Stimmen von Unternehmen:

„Arbeitsschutz und Gesundheit sind wichtige Strategieziele des weltweit aktiven Konzerns Siemens AG. Er engagiert sich in vielfältiger Weise für die Gesundheit seiner Beschäftigten. So werden Menschen mit Schwerbehinderung bei gleicher Qualifikation im Rahmen einer Inklusions-Vereinbarung bevorzugt eingestellt. Daher kann es sinnvoll sein, bereits im Bewerbungsverfahren auf eine bestehende Schwerbehinderung hinzuweisen.“

Thomas Wiesmann, Siemens AG 

„Wir sind fest davon überzeugt, dass gute Zusammenarbeit nur möglich ist, wenn wir Verständnis füreinander aufbringen. Mit Unterstützung der MigräneLiga konnten wir unseren Migränikerinnen und Migränikern, aber auch Nicht-Betroffenen zeigen, was Migräne (am Arbeitsplatz) bedeutet, welche Faktoren eine Rolle spielen und wie wir im Miteinander noch umsichtiger sein können.“

Delia West, K12 Agentur für Kommunikation und Innovation GmbH 

„The Coatinc Company als ältestes Familienunternehmen Deutschlands bietet ihren Mitarbeitenden auch Beratung in Gesundheitsfragen. Ich bin selbst als Migränikerin Mitglied der MigräneLiga und wollte Betroffene in der Belegschaft mit aktuellem Wissen über die Krankheit und Behandlungs-Möglichkeiten unterstützen. Wir sind Veronika Bäcker dankbar für ihren anschaulichen Online-Vortrag am 15. Januar.“

**Susanne Kolb, Coatinc
Würzburg GmbH**



Was wir umsetzen werden oder bereits tun Hilfreiche Anregungen unserer Mitglieder

Auf der Mitgliederversammlung am 8. September 2023 in Berlin hat der Vorstand die Anwesenden aufgefordert, auf einer Pinnwand die Arbeit der MigräneLiga zu beurteilen und Wünsche zu äußern. Wir haben uns über die zahlreichen Beiträge sehr gefreut und fühlten uns bestärkt in unserer Arbeit, denn wir erhielten viel Lob. Herzlichen Dank dafür! Sehr hilfreich fanden wir die zahlreichen Anregungen für unsere zukünftige Arbeit. Wir haben uns im Vorstand alle Vorschläge angesehen. Vor allem ging es darum, Migräne im Sinne der Betroffenen in der Öffentlichkeit darzustellen und ihnen Unterstützung anzubieten. Aufgrund finanzieller und personeller Begrenzungen können wir jedoch nicht alle Vorschläge zeitnah umsetzen, sondern

werden diese im Rahmen unserer Möglichkeiten peu à peu realisieren.

Im Folgenden stellen wir Ihnen einige Vorschläge und unsere Hinweise dazu vor:

- **Ein Forum auf unserer Webseite einrichten?** Es gibt schon das umfangreiche Forum „headbook“ der Schmerzklinik Kiel, mit dem wir zusammenarbeiten.
- **Mehr Details beim Bericht der Mitgliederverwaltung bei der Mitgliederversammlung?** Es wurde angeregt, hier Altersstruktur, Entwicklung der Mitgliederzahlen und Aufschlüsselung – Kündigungen oder Todesfälle – zu veröffentlichen. Gute Idee! Unsere Mitarbeiterin bereitet eine entsprechende Liste vor.



Kommentare auf der Mitgliederversammlung in Berlin

- **Nicht nur über Migräne, sondern auch über andere Kopfschmerzarten informieren?** Es gibt im **migräne magazin** und auf der Webseite **www.migraeneliga.de** immer wieder Artikel und Vorträge über andere Kopfschmerzarten.
- **Soziale Betreuung anbieten?** Diese Aufgabe ist für uns nicht leistbar.