



Stress und Burnout – größte Gesundheitsgefahr im 21. Jahrhundert

Rund 40 Prozent der Deutschen leiden darunter, nicht mehr abschalten zu können. Unter Stress läuft das Gehirn permanent auf Hochtouren. Stress und Burnout werden mittlerweile als größte Gesundheitsgefahr des 21. Jahrhunderts betrachtet. Mit den Folgen von Dauerstress für den einzelnen, aber auch mit den volkswirtschaftlichen Folgen beschäftigte sich ein gut besuchtes Forum im Gutenberg-Kas-

ino der Schwäbischen Post. „Ein intelligenter und offensiver Umgang mit dem Phänomen Stress ist im 21. Jahrhundert ein entscheidender Erfolgsfaktor sowohl für Firmen als auch für Privatpersonen“, betonte Referent Ralf Tscherpel. Dabei geht es weniger um Arbeitszeiten und permanente Erreichbarkeit, sondern um schlechte Organisation und mangelnde Kommunikation. (Foto: opo)