

Pflegende Angehörige – eine Perspektive für die Pflege?

Unsere Gesellschaft ist im Wandel. Während es früher selbstverständlich war sich um alte und kranke Familienangehörige in der eigenen Häuslichkeit zu kümmern, ist das durch verschiedenste geformte und sich stark verändernde Lebensumstände auf den ersten Blick kaum noch möglich.

Doch ohne pflegende Angehörige wäre die aktuelle prekäre Lage in der Pflege noch viel gravierender, als sie es ohnehin schon ist. Die Angebote zur Versorgung ambulant, wie (teil-)stationär und die damit verbundenen Leistungen aus der Pflegeversicherung sind nicht hinreichend vorhanden um alle pflegebedürftigen Menschen ausreichend zu unterstützen.

Beschreibung Pflegende Angehörige

Rund 80 Prozent der Menschen mit Pflegebedarf werden zu Hause versorgt. Dazu kommt, dass die Zahl der Pflegebedürftigen bis zum Jahr 2070 deutlich ansteigen wird. Das statistische Bundesamt kommt mit unterschiedlich zugrundeliegenden Parametern zu Zahlen zwischen 5,6 Mio. bis 6,3 Millionen bis Ende 2035. Bis Ende 2025 steigt dies nochmals deutlich an auf 6,8 Mio. bis zu 7,6 Mio. und 2070 müssen wir Antworten für 6,9 Millionen bis 7,6 Millionen Menschen in unserem Land haben. Weitere Informationen sowie einen Überblick zu den Entwicklungen in den einzelnen Bundesländern finden Sie auf den Seiten des Statistischen Bundesamtes.

www.destatis.de/

[DE/Themen/Gesellschaft-Umwelt/Gesundheit/Pflege/aktuell-vorausberechnung-pflegebeduerftige.html](http://www.destatis.de/DE/Themen/Gesellschaft-Umwelt/Gesundheit/Pflege/aktuell-vorausberechnung-pflegebeduerftige.html)

Wen meinen wir, wenn wir über pflegende Angehörige sprechen?

Die sogenannten „pflegenden Angehörigen“ sind nicht mehr nur die Ehefrau, die sich aufopferungsvoll um den zu pflegenden Ehemann kümmert oder die (Schwieger-) Tochter, die Eltern und/oder Schwiegereltern pflegt.

Pflegende Angehörige sind nämlich nicht mehr unbedingt nur die Personen, die bei der täglichen Bewältigung des Alltags mit pflegebedingter Beeinflussung unterstützen und konkrete Hilfestellung geben. Auch die in unseren Gesetzesbüchern beschriebene familiäre Beziehung ist nicht mehr zwingend ausschlaggebend. Sondern es sind alle Menschen, die Menschen mit Pflegebedarf nahestehen und diese bei alltäglichen Dingen begleiten, hierzu zählt neben dem Toilettengang, das Waschen und anschließende An- und Auskleiden, aber auch

die Unterstützung beim Einkaufen, bei finanziellen Angelegenheiten, Arztbesuchen oder der sozialen Teilhabe. Aber auch die Organisation der Pflege und die emotionale Unterstützung sind wichtige Aufgaben pflegender Angehöriger.

Pflege wird meist durch enge Familienmitglieder geleistet.

Ein weiterer Begriff in diesem Kontext ist der der „Angehörigenpflege“. Oftmals umfasst dieser nur den Begriff der Pflege in der eigenen Häuslichkeit. Dem ist aber nicht nur so, denn pflegende Angehörige sind auch oftmals eine wichtige Stütze in einer (voll-)stationären Unterbringung und weiteren Wohnformen für Menschen mit Pflege- bzw. Unterstützungsbedarf. Wie oben bereits angedeutet, hat sich die Gruppe der pflegenden Angehörigen oder auch informell Pflegenden genannt, verändert. Auch Männer, wenn auch im Verhältnis in geringer Zahl, übernehmen jetzt immer mehr Aufgaben in der Pflege, oftmals in Form der Unterstützung der Ehepartnerin/Lebensgefährtin. Doch die Care Arbeit bleibt trotzdem das Thema der Frau. Verschiedenste Untersuchungen sehen hier einen Anteil von ca. 60 bis zu ca. 80 Prozent. Zudem kann festgehalten werden, dass Pflege meist durch enge Familienmitglieder geleistet wird, hierzu zählen wir auch Kinder und deren Lebenspartner*Innen.

Zwei Gruppen von pflegenden Angehörigen gilt es besonders zu erwähnen, da neben den vielen Herausforderungen, mit denen sich pflegende Angehörige im Allgemeinen beschäfti-

gen müssen, für die Gruppen der „distance caregivers“ und der „Young Carer“ sich besondere belastende Faktoren entwickeln können.

Distance Caregivers

In einer Studie des ZQP, in der über tausend Befragte sog. „distance caregivers“ teilnahmen, wird grundsätzlich die Wichtigkeit der Unterstützung durch diese Zielgruppe belegt. Die „distance caregivers“ sind Angehörige, die nicht (mehr) im direkten Umfeld der zu pflegenden Person leben, sondern aus der räumlichen Distanz unterstützen. Diese Gruppe wird konfrontiert mit zum Teil spezifischen Herausforderungen und Belastungen. So geben beispielsweise fast zwei Drittel der Befragten an, es als Belastung zu empfinden, in Notsituationen nicht helfen zu können und aufgrund der Distanz wenig Einblick in die aktuelle Lage der zu pflegenden Person zu haben. Hinzu kommt, dass 41 Prozent der befragten Personen angeben, das Gefühl zu haben, ihre geleistete Unterstützung werde von anderen nicht richtig wahrgenommen. Zudem kommt noch, dass „distance caregivers“ unter Umständen kränkende und konfliktfördernde Erfahrungen machen mit der pflegebedürftigen Person selbst oder anderen Personen im sozialen Umfeld.

Young Carer

Die zweite besonders zu erwähnende Gruppe sind die der „jungen Pflegenden“ oder „Young Carer“. Hier sprechen wir von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen, die Verantwortung für ein Familienmitglied übernehmen, das chronisch krank oder pflegebedürftig ist. Gerade auf den jungen Menschen muss hier ein besonderes Augenmerk liegen, da die Übernahme der Pflege zu Folgen in Form von gesundheitlichen, sozialen und ökonomischen Nachteilen beitragen kann. Hier gilt es rechtzeitig die jungen Menschen zu unterstützen, Beratung und Austausch zu ermöglichen.

Anzahl der pflegenden Angehörigen

Auf den ersten Blick müssten hier doch die Zahlen der Pflegeversicherung, die verantwortliche Pflegepersonen im Rahmen der Pflegebegutachtung benennt, aussagekräftig sein. Doch das greift leider nur bedingt, da hier nur pflegende Angehörige im Sinne des SGB XI erfasst werden.

Die Zahlen sind daher höchst unterschiedlich, eine umfassende Statistik liegt nicht vor. Eine auf Basis der Daten des Sozio-ökonomischen Panels (SOEP) von 2021 Veröffentlichung geht von derzeit circa 7,1 Millionen pflegenden Angehörigen aus.

Die Pflegestatistik aus dem Jahr 2021 in Deutschland geht davon aus, dass über 4 Millionen pflegebedürftige Menschen zu Hause versorgt werden. Das würde in etwa 5 von 6 pflege-

bedürftigen Menschen entsprechen. Rund eine Million davon leistet die Pflege mit Unterstützung eines ambulanten Pflegedienstes oder als sog. Kombinationsleistung (Familie+Pflegedienst).

Neben den aktuellen Entwicklungen, die sich gerade im Bereich der älteren Bevölkerung dramatisch zuspitzen geht das Statistische Bundesamt davon aus, dass im Jahr 2021 in etwa 4 Prozent der Menschen mit Pflegebedarf Kinder unter 15 Jahren waren. Man geht davon aus, dass in fast 9 von 10 Fällen die Pflege allein von Angehörigen geleistet wurde.

Wie sich die Zahl von pflegenden Angehörigen entwickeln wird, ist derzeit nicht prognostizierbar. Gerechnet werden muss aber voraussichtlich mit einem Rückgang des Pflegepotenzials im familiären Umfeld. Anzuführende Gründe hierfür sind zum Beispiel der demografische Wandel mit gesunkenen Geburtenraten in der Babyboomer-Generation, die teilweise unabdingbare berufliche Mobilität und damit verbundene räumliche Distanz, die sich verändernden Partnerschafts- und Familienkonstellationen und die Zunahme von Ein-Personen-Haushalten.

Auswirkungen und Folgen von Pflege

Pflege wird sehr unterschiedlich empfunden. Die Übernahme von Pflege kann auch als positiv wahrgenommen werden. Angehörige können die neue Aufgabe als bereichernd ansehen. Viele Menschen erleben die Pflegesituation allerdings als belastend und überfordernd, verbunden mit Folgen für geistiges und körperliches Wohlbefinden bzw. Gesundheit. Besondere Bedeutung nehmen hier die Dauer und Intensität der Pflegesituation, die räumliche Situation und die Vereinbarkeit von Beruf und Pflege ein. Zudem müssen sich pflegende Angehörige mit dem Thema Lebensende und Tod auseinandersetzen, was wiederum als belastend empfunden werden kann.

Gesundheit und soziale Situation pflegender Angehöriger

Pflege bleibt Familiensache, zumindest noch. Auch wenn Pflege im erweiterten Familienkontext stattfindet, fördert sie Risiken für die physische und insbesondere die psychische Gesundheit pflegender Angehöriger. Dies ist vor allem bei der Unterstützung von Menschen mit kognitiven Veränderungen der Fall. Studien und Literatur belegen, dass pflegende Angehörige ein erhöhtes Risiko für psychische Erkrankungen haben, wie z.B. Stress- und Anpassungsstörungen und Depressionen, aber auch physische Erkrankungen des Bewegungsapparats oder Schmerzen, die als Folge der Pflegeübernahme anzusehen sind.

Neben psychischen und körperlichen Folgen müssen auch



Fragen der wirtschaftlichen Auswirkungen auf Familien genannt werden. Pflegende müssen ggf. die eigene berufliche Tätigkeit reduzieren, das Einkommen der Familie nimmt dadurch ab. Ergänzend kommen Auswirkungen auf die eigene zu erwartende Rente hinzu. Frauen, die in der Regel die Carearbeit übernehmen, arbeiten häufig zuvor schon in Teilzeit oder geringfügiger Beschäftigung und erreichen deshalb bereits im Vorfeld der übernommenen Pflegearbeit ein niedrigeres Rentenniveau.

Entlastungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige
International beschäftigen sich viele Studien mit der Belastungssituation von pflegenden Angehörigen. Die Ansätze sind sehr unterschiedlich und reichen von Bildungsmaßnahmen, sozialer Interaktion oder Psychotherapie bis hin zu Wissensvermittlung. Wichtig erscheint, dass es viele unterschiedliche Angebote braucht um pflegende Angehörige zu unterstützen. Hier ist Vielfalt gefragt, genauso vielfältig wie sich die Gruppe aus pflegenden Angehörigen zusammensetzt. Ergänzend zu Angeboten vor Ort bietet auch das Internet neben Wissensvermittlung viele Möglichkeiten der Beratung und des Austausches. Während der Corona Pandemie sind die Anbieter kreativ geworden und entwickelten Formate, die sich etablieren konnten und ggf. auch weitere Angehörige in ihrer Care Arbeit erreichen und damit unterstützten konnten. Besondere Erwähnung finden hier Austauschgruppen für „distance caregivers“, die deutschlandweit angeboten werden können, da sie online stattfinden oder Austauschformate und Informationsdienste für Chats, Webseiten und Social Media, auch für „Young Carer“ (z.B. <https://www.johanniter.de/juh/lv-bayern/johanniter-superhands/ueber-uns/>) eine gute Möglichkeit neben den bereits etablierten Unterstützungen. Insbesondere die Freie Wohlfahrtspflege in Bayern stützt das System der Fachstellen für pflegende Angehörige. Hier sind auch viele diakonische Träger aktiv. Das Angebot, das durch das Bayerische Staatsministerium für Gesundheit und Pflege gefördert wird (vgl. Förderrichtlinie Bayerisches Netzwerk Pflege) muss zwingend weitergeführt werden. Neben den nun auch in Bayern

eingeführten Pflegestützpunkten bietet dieses Angebot die psychosoziale Unterstützung der pflegenden Angehörigen, die bei den Pflegestützpunkten nur sehr bedingt vorgesehen ist. Der Landesverband des Diakonischen Werkes Bayern setzt sich hier insbesondere für den Erhalt und die Steigerung der Förderung durch den Freistaat ein.

Gerade bei der Pflege von Menschen mit einer dementiellen Erkrankung sind positive Erfahrungen in einem Pflegesetting festzustellen. Es ist davon auszugehen, dass sich vor allem die soziale Unterstützung und das damit verbundene Verständnis positiv auf die Belastung auswirkt und diese damit abnimmt. Ebenfalls wirken sich eine für das Thema Pflege offene Arbeitswelt positiv auf die informell Pflegenden aus.

Weitere Herausforderungen in der Pflege

Neben der Pflege in der Familie und anderen sozialen, informellen Versorgungsnetzwerken muss sich die Gesellschaft mit weiteren Themen auseinandersetzen. Die Herausforderungen sollen an dieser Stelle aber nur kurz benannt sein. Die Zahl der Pflegebedürftigen die alleine lebt, auf keine familiären Bezüge zurückgreifen kann und auch das soziale Netz nicht ausreichend gepflegt ist, nimmt zu. Das bedeutet, dass hier das Unterstützungssystem „informelle Pflege“ nicht greift, sondern diese Menschen auf die professionelle Pflege angewiesen sind. Der Bedarf steigt, damit verbunden sind die oftmals nicht ausreichenden finanziellen Mittel. Zudem haben wir noch keine ausreichenden Antworten auf den Pflegebedarf von Menschen mit einer Behinderung in höherem Lebensalter. Des Weiteren wird die Anzahl an Menschen, die pflegedürftig werden und Deutsch nicht als Muttersprache sprechen, steigen. Erste Ansätze sind hier deutschlandweit zu finden, es gilt jedoch dringend das Angebot auszubauen.

Konsequenzen für Gesellschaft und Gesetzgebung

Um in unserer Gesellschaft den Herausforderungen in der Pflege entgegenzutreten, sind eine Reihe von Maßnahmen notwendig.

- **Die professionelle Pflege braucht mehr Personal.** Sonst kann sie die heute noch vorhandenen und zukünftigen pflegenden Angehörigen nicht ausreichend unterstützen. Das wichtigste in diesem Zusammenhang ist, die Pflegebereitschaft und Pflegefähigkeit durch pflegende Angehörige zu stärken und möglichst lange zu einer Aufrechterhaltung beizutragen. Das gelingt nur durch mehr Personal. Pflege ist

ein attraktiver Beruf, der leider nicht immer so wertschätzend wahrgenommen wird, wie er es verdient. Hier braucht es gesellschaftliche, wie gesetzliche Weichenstellungen um mehr Menschen für Pflege zu begeistern oder sie wieder zurück in die Pflege zu holen.

- **Wir müssen gemeinsam in unterschiedlichen Arbeitsbereichen der Freien Wohlfahrtspflege wirken, um Menschen frühzeitig mit präventiven Maßnahmen zum Schutz vor Pflegebedürftigkeit zu unterstützen.** Nur wenn die Zahl der Pflegebedürftigen sich nicht so schnell und so immens erhöht, kann Pflege in unserer Gesellschaft noch gelingen. So braucht es neben frühen Ansätzen der Prävention auch Angebote vor der Pflege um dem Eintritt der Pflegebedürftigkeit möglichst lange vorzubeugen. Hier sind Ansätze wie die Pflegelotsen und Quartiersprojekte zu nennen, die jetzt über eine neue Förderrichtlinie des StMGPs (vgl. GutePfleGFör) auch gefördert werden können. Hier sieht das bayerische Staatsministerium für Gesundheit und Pflege in einem ersten Schritt die Kommunen in der Pflicht, die Freie Wohlfahrt kann aber an diesen Ansätzen partizipieren.
- **Vorhandene Angebote der Beratung, Entlastung und Unterstützung von pflegenden Angehörigen müssen transparent sein.** Diese müssen leicht zu finden und niederschwellig verfügbar sein. Erste Ansätze dazu sollen nicht unerwähnt bleiben, wie die Angebotslandkarte der Fachstelle für Demenz und Pflege in Bayern oder der Pflegefinder der Staatsregierung. Letzterer befindet sich noch im Aufbau bzw. in der Weiterentwicklung
- **Pflegende Angehörige müssen finanziell entlastet werden.** Hierzu hat der Bund in den vergangenen Jahren einiges auf den Weg gebracht. Erste Ansätze sind das Pflegeunterstützungsgeld, das eine kurzfristig auftretende Pflegesituation finanziell ausgleichen soll und die Angehörigen entlastet. Seit dem 1. Januar 2024 besteht hier ein Anspruch auf 10 Tage im Jahr, vergleichbar mit den Krankheitstagen bei einem erkrankten Kind. Darüber hinaus ist 2008 das Pflegezeitgesetz in Kraft getreten, das Mitarbeitenden die Möglichkeit gibt, sich für die Pflege eines pflegebedürftigen Angehörigen freustellen zu lassen. Das ist vollständig mög-

lich, zeitlich aber auf bis zu sechs Monate begrenzt. Vgl. dazu das Familienpflegezeitgesetz, das nur eine teilweise Freistellung vorsieht.

Der Gesetzgeber sieht auch Leistungen der Deutschen Rentenversicherung vor. Diese erkennen die Pflegezeit als Beitragszeit an und rechnen sie für die sogenannte Wartezeit an. Dabei handelt es sich um die Mindestversicherungszeit für Leistungen aus der Rentenversicherung (Rentenanspruch).

Diese Ansätze sind zu begrüßen, es muss aber dringend nachgebessert werden um das System niedrigschwelliger und bürokratieärmer zu gestalten. Zudem müssen die finanziellen Anreize Pflege zu übernehmen deutlich erhöht werden, da nicht immer davon ausgegangen werden kann, dass Pflege von Familienangehörigen auch gewollt wird, gerade im Hinblick auf finanzielle Einbußen oder Angst den Arbeitsplatz zu verlieren.

Zusammenfassend lässt sich festhalten, durch die hohe Lebenserwartung steigt die Zahl der Pflegebedürftigen, aber es sind durch den demographischen Wandel immer weniger Menschen da, die diese Care Arbeit übernehmen könnten.

Da die Pflege oftmals von Ehe- und Lebenspartner oder Kindern erbracht, die Pflegebedürftigkeit unter Umständen durch gesünderen Lebenswandel später eintritt, sind auch Pflegenden deutlich älter – mit den damit verbundenen körperlichen Herausforderungen. Immer mehr Familien fragen sich, inwieweit sie die Pflege aus wirtschaftlichen Gründen noch übernehmen können oder ob sich eine häusliche Pflege überhaupt mit ihrem bisherigen Leben vereinbaren lässt?

Darüber hinaus haben wir noch keine Antworten auf die eintretende Pflegebedürftigkeit bei Menschen mit einer Behinderung. Aber auch Fragen der Betreuung, Pflege und Unterstützung von Menschen mit Migrationshintergrund sind unbeantwortet.



*Gudrun Reiß
Referentin ambulante Altenhilfe
und gemeinwesenorientierte Altenarbeit
90408 Nürnberg
Tel: (0911) 9354-434
Email: reiss@diakonie-bayern.de*

Herausgeber: Evangelische Aktionsgemeinschaft für Familienfragen in Bayern e. V. (eaf bayern)
Vorstandsmitglieder: Sandra Schuhmann, Andrea Heußner, Susanne Menzke, Vera Lohel
Geschäftsführerin und Redaktion: Birgit Schönknecht
Geschäftsstelle im Diakonischen Werk Bayern, Pirkheimerstraße 6, 90408 Nürnberg, Telefon (0911) 93 54 - 270
Internet: www.eaf-bayern.de, info@eaf-bayern.de
Mit Namen gekennzeichnete Beiträge geben ausschließlich die Meinung der Verfasser wieder.
Layout: www.claudibaumann.de
FPI 3 Juli/August/September 2024, 35 Jahrgang