

# Wer zu Hause pflegt, tritt oft beruflich kürzer

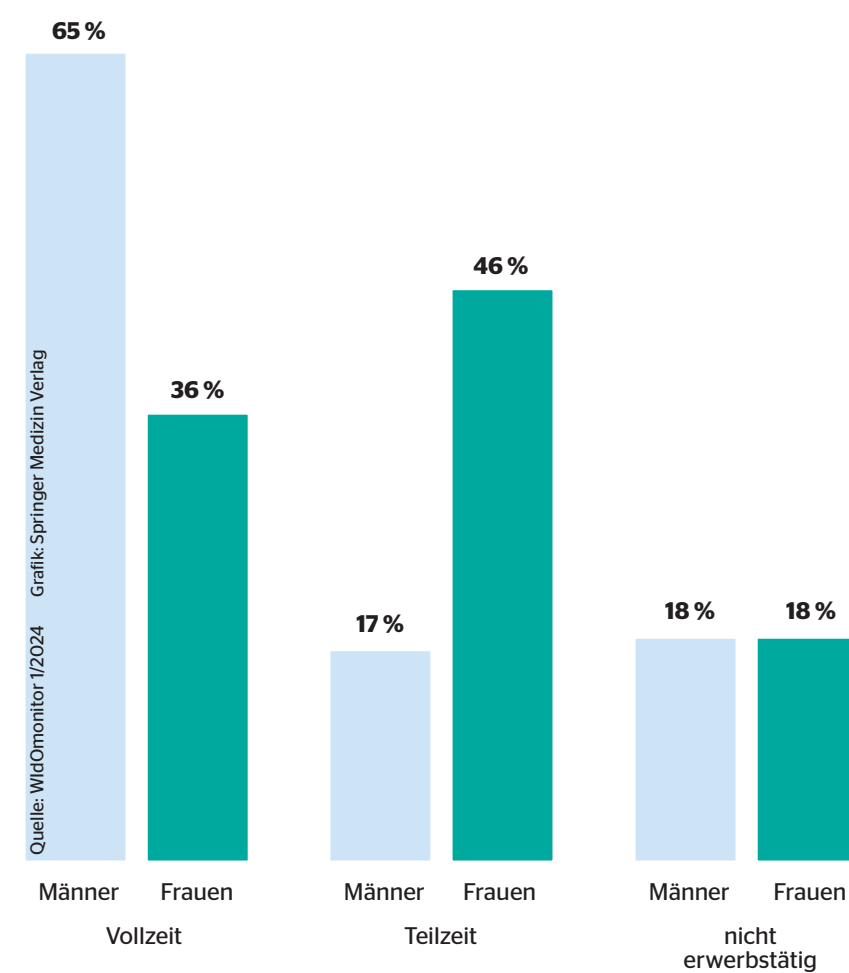
Die häusliche Pflege von Angehörigen geht häufig mit Einschränkungen in der eigenen Berufstätigkeit einher.

Nur etwa ein Drittel der Frauen arbeitet weiterhin in Vollzeit. Unter den Männern, die Pflegebedürftige versorgen, sind es rund 65 Prozent. Die Zahlen stammen aus dem aktuellen Monitor des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WiDO).

Von Susanne Werner

## Häusliche Pflegearbeit und Erwerbstätigkeit

Befragte im Alter von 18 bis 65 Jahren (2023)



Etwa fünf Millionen Menschen sind deutschlandweit auf Unterstützung und Pflege angewiesen. Vier von fünf Betroffenen, so die aktuelle Pflegestatistik, werden von ihren Angehörigen zu Hause versorgt und gepflegt. Das WiDO hat über ein Online-Panel des Forsa Instituts 2023 eine nach Pflegegraden repräsentative Umfrage erstellt. 1008 Personen, die zu Hause einen Angehörigen pflegen, waren zu den Belastungen, zur Kombination mit der Erwerbsarbeit und den beanspruchten Leistungen befragt worden. Die im aktuellen WiDO-Monitor veröffentlichten Ergebnisse machen deutlich: Die Pflege von hilfsbedürftigen Partnern, Eltern oder Kindern kann sehr belasten und wird von vielen dennoch geleistet – trotz mancher Nachteile für die eigene Gesundheit oder den Beruf.

**Pflegearbeit gleicht zeitlich einem Vollzeit-Job:** Mit durchschnittlich 49 Stunden pro Woche nehmen die pflegenden Tätigkeiten mindestens so viel Zeit ein wie ein regulärer Vollzeit-Job. Damit ist der zeitliche Aufwand im Vergleich zur Vorgängerbefragung von 2019 nochmals gestiegen. Damals hatten die Befragten angegeben, 43 Wochenstunden mit Körperpflege, Ernährung, Betreuung, Bereitstellen von Medikamenten sowie Hilfen in der Nacht beschäftigt zu sein.

Der Einsatz für den zu Pflegenden hat jedoch Folgen für die eigene Berufstätigkeit. Weniger als die Hälfte (45,4 Prozent) der befragten Hauptpflegepersonen im erwerbsfähigen Alter arbeiten in Vollzeit, weitere 36,6 Prozent in Teilzeit und 17,8 Prozent sind nicht mehr erwerbstätig. Die Übernahme von Pflegetätigkeiten ist bei gut 52 Prozent der Teilzeitarbeitenden und bei 28 Prozent der Erwerbstätigen der zentrale Grund für die reduzierte oder ganz aufgegebene Erwerbsarbeit. „Es liegt auf der Hand, dass sich die zeitlichen Belastungen auf die Erwerbsarbeit auswirken, eine Work-Life-Care-Balance ist für viele schwer zu erreichen“, sagt Dr. Antje Schwinger, Leiterin des Forschungsbereichs Pflege im WiDO.

Die AOK-Vorstandsvorsitzende Dr. Carola Reimann warnt indessen

vor den mittelfristigen gesellschaftlichen Folgen, die mit der reduzierten Erwerbstätigkeit von pflegenden Angehörigen einhergeht. Schließlich treffe das Vereinbarkeitsproblem überwiegend Frauen, da sie mit 67 Prozent am häufigsten die Hauptpflegepersonen im erwerbstätigen Alter sind. „Wir befeuern so gleichzeitig weitere Schwierigkeiten der Pflege in der Zukunft“, sagt die AOK-Chefin. Wenn die pflegenden Angehörigen – überwiegend Frauen – die Arbeitszeit reduzieren oder ganz aufhören zu arbeiten, bereite dies „Tür und Tor für Altersarmut in der nächsten Generation der zu Pflegenden.“ Zudem fehlten diese Arbeitskräfte bereits jetzt in dem „ohnehin schon engen Arbeitsmarkt“ und eben auch in der bezahlten, beruflichen Pflege.

**Pflegende von Demenzkranken sind hoch belastet:** Jeder vierte Befragte fühlt sich durch die Pflegesituation hoch belastet und gibt an, diese „eigentlich gar nicht mehr“ oder „nur unter Schwierigkeiten“ bewältigen zu können. Das Maß der Belastung war in der Studie über die sogenannte „Häusliche-Pflege-Skala“ (HPS) abgefragt worden. Darüber lassen sich mithilfe von wenigen Fragen der Grad der körperlichen Erschöpfung, die Lebenszufriedenheit sowie psychische Herausforderungen bewerten. 2023 wie auch bereits 2019 fühlten sich knapp 26 Prozent der befragten Pflegepersonen hoch belastet. Am stärksten betroffen sind Haushalte, in denen Menschen mit Demenzerkrankung oder ab einem Pflegegrad 3 betreut werden.

**Leistungen der Pflegeversicherung nicht genutzt:** Die Befragung zeigt auch, dass viele pflegende Angehörige die Angebote der Pflegeversicherung zwar kennen, diese aber dennoch nicht nutzen. So haben fast zwei Drittel der Hauptpflegepersonen (61,7 Prozent) keinen Pflegedienst beauftragt. „Der Hauptgrund für die Nicht-Inanspruchnahme von Unterstützungsleistungen ist laut Umfrage, dass die zu pflegende Person nicht von Fremden versorgt werden möchte“, sagt Dr. Antje Schwinger. Auch kurzfristige Vertretungen, wie sie die Verhinderungs-

pflege beispielsweise während einer Auszeit oder eines Urlaubs bietet, nimmt nur etwa ein Drittel der Befragten (33,8 Prozent) wahr. Immerhin profitiert nahezu jeder zweite Befragte (48,5 Prozent) vom sogenannten Entlastungsbetrag, mit dem für alltagsnahe Hilfen bis zu 125 Euro pro Monat ausgezahlt werden können. Jedoch werden selbst Angebote, die nicht mit einem Außenkontakt verbunden sind und vor allem die eigene häusliche Pflege erleichtern könnten, der Umfrage zufolge selten wahrgenommen. So haben etwa nur 13 Prozent der Befragten die Möglichkeit genutzt, in einer akuten Pflegesituation der Arbeit fernzubleiben und bis zu zehn Tage lang Lohnersatzleistungen zu beziehen. Allerdings kennt nur etwa die Hälfte (55 Prozent) der befragten erwerbstätigen Hauptpflegepersonen diesen Leistungsanspruch.

**Ambulante Pflege gehört auf die Reformagenda:** Schwinger betont, dass nur eine Minderheit der Befragten darauf verweise, dass Angebote vor Ort fehlten und daher nicht genutzt werden könnten. Auch Kostengründe spielten lediglich für rund jeden Fünften eine Rolle. Auffallend sei, dass die Angebote der Pflegeversicherung dann stark nachgefragt werden, wenn es um die Pflege von Menschen mit einer demenziellen Erkrankung oder mit einem höheren Pflegegrad gehe oder die psychische Belastung hoch sei. „Die Situation in der ambulanten Pflege ist weiterhin nicht zufriedenstellend – allerdings nicht insgesamt, sondern in Bezug auf Haushalte mit spezifischen Bedarfskonstellationen. Fragen nach Bedarfsgerechtigkeit, Zielgenauigkeit und Entlastungswirkungen von ambulanten Pflegeleistungen müssen auf der Reformagenda priorisiert werden“, betont Schwinger.

AOK-Vorständin Reimann fordert „für die Zukunft neue Angebote für eine wirklich funktionierende Work-Life-Care-Balance“. Denkbar sei, insbesondere Hauspflegegemeinschaften sowie Netze der Nachbarschaftshilfe zu stärken. Jene Haushalte, die sich Entlastung wünschen, so Reimann, sollten diese auch schnell, zielgerichtet und ohne bürokratische Hürden bekommen.

# Hochbelastete pflegende Angehörige sollten sensibel begleitet werden

Viele pflegende Angehörige fühlen sich belastet und nehmen dennoch selten die bestehenden Leistungen der Pflegeversicherung in Anspruch. Wie sich das ändern ließe und wie Ärztinnen und Ärzte unterstützen könnten, erklärt Antje Schwinger vom WiDO.

**Etwa 80 Prozent der fünf Millionen Pflegebedürftigen in Deutschland werden zu Hause versorgt. Viele der pflegenden Angehörige haben die eigene Berufstätigkeit reduziert oder geben ihre Arbeit ganz auf. Frau Schwinger, was wissen wir noch über den größten Pflegedienst in Deutschland?**

Die häusliche Pflege ist nach wie vor weiblich. Etwa zwei Drittel der von uns befragten pflegenden Angehörigen sind Frauen. Dies trifft insbesondere für intergenerative Pflege zu – also, wenn die Eltern, Schwiegereltern oder Kinder versorgt werden müssen. Männer übernehmen zunehmend die Pflegerolle, wenn es um die Partnerin, den Partner geht. Jeder zweite Befragte lebt mit dem Pflegebedürftigen im gleichen Haushalt und etwa drei Viertel von ihnen sind im erwerbsfähigen Alter.

Die von uns ausgewerteten Daten stammen aus einem bevölkerungsrepräsentativen Online-Panel von Forsa. Bildungsabschluss und Einkommen lagen in der rekrutierten Stichprobe an pflegenden Angehörigen etwas über dem Erwarteten. Es gibt auch über 80-Jährige, die nahe Verwandte pflegen, und unter 18-Jährige. Kinder und Jugendliche werden jedoch in solchen Befragungen nicht erfasst.

**Auffallend ist, dass die Pflegehaushalte viele Angebote gar nicht nutzen. Warum ist das so?**

Jeder zweite Haushalt, in dem gepflegt wird, nimmt außer dem Pflegegeld keine einzige Pflegeleistung im eigentlichen Sinn in Anspruch. Es kommt also kein Pflegedienst ins Haus, auch die Angebote der Tagespflege oder Urlaubspflege werden nicht genutzt. Dies wird am häufigsten damit begründet, dass es keinen Bedarf gebe und der Angehörige „nicht von Fremden“ gepflegt werden soll oder will.

Die Akzeptanz, dass eine professionelle Kraft ins Haus kommt und die Mutter, den Vater, den Partner, die Partnerin versorgt, ist in der aktuellen Generation offensichtlich nicht sehr ausgeprägt.



Antje Schwinger ist Leiterin des Forschungsbereichs Pflege im WiDO. © ANDREA KATHEDER, FOTOGRAFIE

**Es gibt die Idee, bei der Pflege in Zukunft mehr auf bürgerschaftliche Netzwerke, auf Nachbarschaftshilfen zu setzen. Wie kann das funktionieren?**

Die demografischen Herausforderungen werden uns gar keine andere Wahl lassen. Gemeinschaften, in denen sich Menschen zusammenfinden und gegenseitig im Alltag unterstützen, könnten die Brücken in das professionelle Hilfesystem sein. Ein Ansatz ist, die Kommunen in ihre Rolle als Sozialraumgestalter zu stärken und gleichzeitig auch besser mit den Aktivitäten der Pflegekassen vor Ort zu verzahnen. Das liegt ja auf der Hand.

**Was kann im Gesundheitswesen dafür getan werden?**

Die niedergelassenen Ärztinnen und Ärzte sind eine wesentliche Anlaufstelle für pflegende Angehörige, die mit den Herausforderungen der Situation nicht mehr klar kommen. Nach unseren Zahlen ist das in jedem vierten Haushalt mit Pflegebedürftigen der Fall. Natürlich wird es in den Gesprächen um konkrete Themen wie Krückenprobleme, unspezifische Belastungssymptome oder Burn-out gehen. Hier ist es wichtig, dass die Ärztinnen und Ärzte für die Nöte und Sorgen der Angehörigen sensibilisiert sind.

**Die Berliner Charité hat jüngst eine Studie veröffentlicht, dass sich viele Ärzte kaum in der Pflege auskennen.**

Die Ärztinnen und Ärzte müssen nicht jedes Angebot in der Pflege kennen. Die Anlaufstellen vor Ort sind vorhanden. Jeder hat Anspruch auf eine Pflegeberatung, sogar in der eigenen Häuslichkeit, wenn dies angebracht ist. Auch die Altenhilfe bietet Beratungen. Außerdem etablieren sich mehr und mehr Angebote der Selbsthilfe. Aber die Ärztinnen und Ärzte sollten diese Dinge kennen und auf die Angebote verweisen, das wäre hilfreich. Eine gute Ressource ist auch die DEGAM-Leitlinie „Pflegende Angehörige“. Hier werden zum Beispiel kurze Fragen aufgezeigt, um die Überlastungssituation frühzeitig zu erkennen. (wer)

## Die Praxis-Serie

**Lesen Sie am 6. Juni:**

Mit dem bundesweiten Hitzeaktionstag am 5. Juni soll auf die gesundheitlichen Risiken aufmerksam gemacht werden, die mit der Zunahme lang anhaltender Hitzeperioden verbunden sind. Die AOK unterstützt den Aktionstag, der von der BÄK und KLUG initiiert worden ist.

**Kontakt:** Haben Sie Fragen an die AOK oder Themenwünsche für diese Seite? Dann schreiben Sie uns per E-Mail an: [prodialog@bv.aok.de](mailto:prodialog@bv.aok.de).