

## Bericht zu Pflegebedürftigkeit und Einschränkungen in der funktionalen Gesundheit

**Fast 13 % der Frauen und rund 8 % der Männer leisten Pflege für An- und Zugehörige. Ein Drittel der Pflegenden gibt an, sich stark oder sehr stark belastet zu fühlen. Das sind neue Ergebnisse aus dem RKI-Panel 2024, die RKI-Forschende in einem Bericht zur Pflegebedürftigkeit veröffentlicht haben. Für den Bericht wurden aktuelle Erkenntnisse zur Pflegebedürftigkeit und zu Einschränkungen in der funktionalen Gesundheit zusammengestellt, der Bericht ist über [www.rki.de/pflegerbericht](http://www.rki.de/pflegerbericht) abrufbar.**

Das Fazit der Forschenden: „Dem (weiteren) Anstieg der Zahl der Pflegebedürftigen sollte durch evidenzbasierte Maßnahmen der Prävention und Gesundheitsförderung begegnet werden. Dazu gehören auf Basis von Forschungsergebnissen formulierte Maßnahmen der Primärprävention. In den höheren Altersgruppen braucht es zudem Maßnahmen der Sekundär- und Tertiärprävention, die zum längeren Erhalt der selbstständigen Lebensführung beitragen, eine bessere Risikoerkennung bei drohender Pflegebedürftigkeit sowie eine deutlich stärkere Entlastung pflegender An- und Zugehöriger.“

Pflege wird überwiegend von An- und Zugehörigen erbracht. Der demografische Wandel wird, geschätzt auf Basis der derzeitigen Bevölkerungszusammensetzung, zu einem substanziellen Anstieg (geschätzt 30 %) der Pflegebedürftigen führen, während gleichzeitig die Ressourcen in der professionellen Pflege unter Druck geraten.

Im Jahr 2023 erhielten 6,8 % der Menschen in Deutschland Leistungen aus der Pflegeversicherung (5,9 % ambulant und 1,0 % stationär). Der Anteil der Pflegebedürftigen ist seit 1999 kontinuierlich gestiegen, was fast ausschließlich den ambulanten Bereich betrifft.

Bei der Entwicklung von Pflegebedürftigkeit kommt es maßgeblich auf die sozialen Rahmenbedingungen an. Soziale Unterstützung (erfahren von 37,3 % der Erwachsenen) kann sich positiv auf die Gesundheit auswirken.

Vorboten für Pflegebedürftigkeit sind nicht nur Krankheiten, sondern auch funktionale Einschränkungen. Letztere sind in Deutschland weit verbreitet, insbesondere unter Älteren. So berichteten 38 % der Erwachsenen über Einschränkungen bei alltäglichen Tätigkeiten in den letzten 6 Monaten, 16 % der Erwachsenen Gedächtnisverschlechterungen. Bei den ab 65-Jährigen leiden 65 % unter Multimorbidität, 23 % gaben an, im letzten Jahr mindestens einmal gestürzt zu sein.

Frauen sowie Menschen aus sozioökonomisch benachteiligten Gruppen und mit Migrationsgeschichte sind signifikant häufiger von gesundheitlichen und funktionalen Einschränkungen betroffen. Physische und psychosoziale Belastungen in Alltag und Beruf, von denen sozial benachteiligte Bevölkerungsgruppen besonders betroffen sind, erhöhen die Risiken für eine Vielzahl chronischer Erkrankungen und frühe Pflegebedürftigkeit.

Ansatzpunkt für Prävention sind verhaltensbezogene Risikofaktoren für chronische Erkrankungen, die ihrerseits zu Auftreten und Voranschreiten von Pflegebedürftigkeit führen können. Etwa drei Viertel der Älteren bewegen sich nicht ausreichend, essen weniger als die empfohlene Menge an

Obst und Gemüse, bzw. sind übergewichtig. Der Bericht konstatiert: „Hier ist viel Raum für Ausbau vor allem gesundheitspolitischer und struktureller Maßnahmen“.

Für das [RKI-Panel](#) werden Menschen aus Deutschland über eine Befragungsplattform wiederholt zu verschiedenen Themen rund um ihre Gesundheit befragt. Damit können innerhalb kurzer Zeit Antworten auf aktuelle Fragestellungen rund um das Thema Gesundheit gefunden werden. Rund 40.000 Bürgerinnen und Bürger ab 16 Jahren aus ganz Deutschland sind für die regelmäßigen Befragungen der Studienreihe registriert. Die Studienreihe startete Anfang 2024. Zur Pflege wurden mehr als 27.000 Personen befragt, rund 10 % von ihnen gaben an, Pflege zu leisten (13 % der Frauen und 8 % der Männer).