



**Presse- und Fachgespräch  
„Der selbst verschuldete Versorgungsnotstand“**

**Berlin, 26. Juni 2023**

**Die Herausforderungen in der Pflege und  
der Einfluss der Prävention**

**IMPULS**

Univ.-Prof. Dr. Adelheid Kuhlmei  
Charité – Universitätsmedizin Berlin

Vor welchen Herausforderungen  
steht die Pflege u.a.?

# Herausforderung: Expansion des Pflegebedarfs

Daten der gesetzlichen Pflegeversicherung zeigen für Deutschland, dass zwar die absolute Anzahl der Jahre ohne Pflegebedarf stetig ansteigt, jedoch im geringeren Maß als die Lebenserwartung –  
**Expansion im Anteil der Jahre mit Pflegebedarf!**

**Bis 2030 rund 6 Mio. Menschen in Deutschland pflegebedürftig!**  
**Bis 2050 könnte die Zahl weiter auf bis zu 7,25 Mio. steigen!**

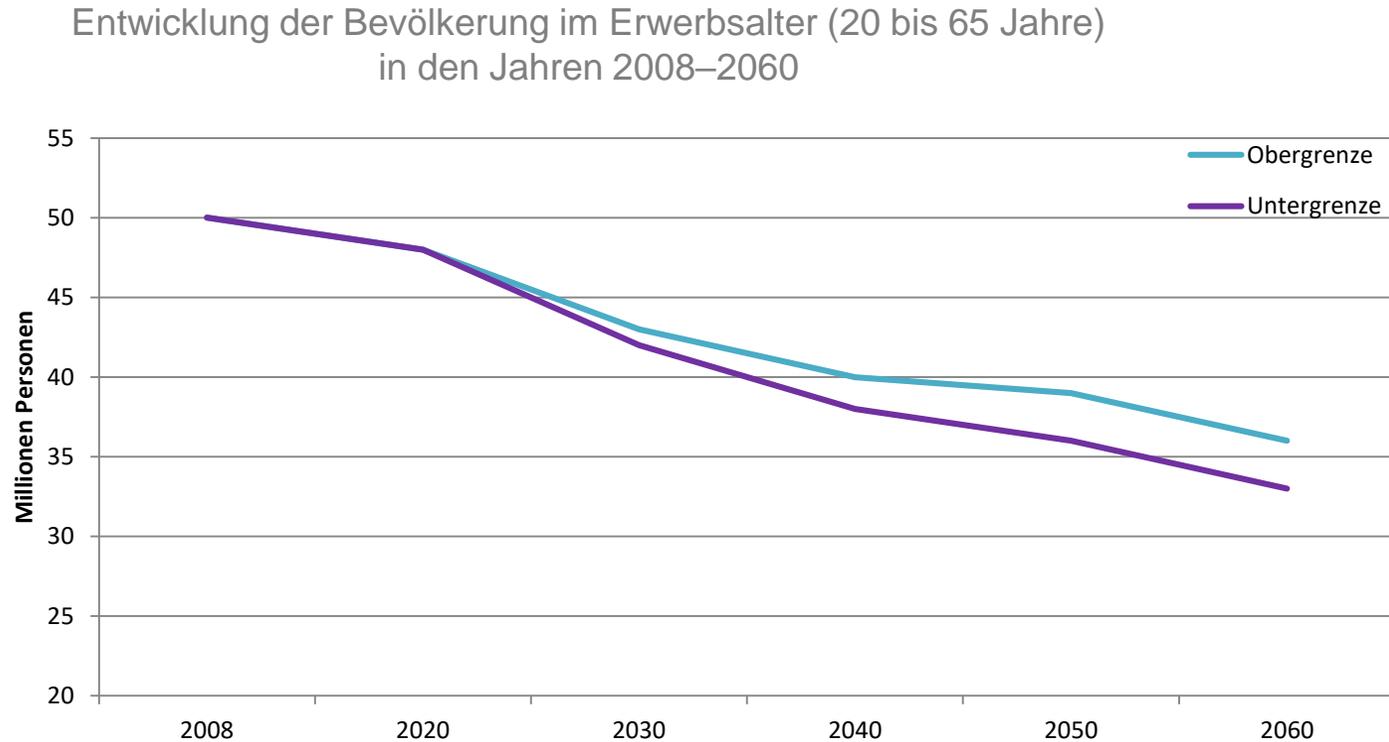
Quellen: Studien des Instituts für medizinische Soziologie und Rehabilitationswissenschaft: Anonymisierte Abrechnungsdaten von 1,8 Millionen AOK Nordost Versicherte seit 2006 → Einschluss von **70+-Jährigen**

# Herausforderung: 13 Millionen Babyboomer altern

- 2025 – Babyboomer im Mittel zwischen 60 und 70 Jahre alt.
- **Starke Nachfrage an Pflege zwischen 2035 und 2045**
- 2035 – Babyboomer zwischen 70 und 80 Jahre alt. Ab diesem Zeitraum werden voraussichtlich große Herausforderungen für Gesundheits- und Sozialversorgungssysteme entstehen.
- 2045 – Babyboomer zwischen 80 und 90 Jahre. Mittlere Sterblichkeit erreicht. Definitiv große Herausforderungen für Gesundheits- und Sozialsysteme
- 2055 – Überlebende Babyboomer zwischen 90 und 100 Jahre.
- ~ 2065 – Tod der letzten Überlebenden der Babyboomer Generation

# Herausforderung: Erwerbsbevölkerung in Deutschland nimmt ab!

Mangel an Pflege- und Gesundheitsberufen – trotz stetigem Anstieg der Gesamtzahl auf 2021: 1,67 Mio. (Bundesagentur für Arbeit 2022)



- Fachkräftemangel verschärft sich in allen Branchen.
- Die Fachkräftelücke in der formellen Pflege größer als in jedem anderen Bereich.
- Versorgungsengpass wird sich bis zum Jahr 2035 auf 288.000 Stellen für die Kranken- und Gesundheitspflege bzw. auf 103.700 für die Altenpflege maximieren.

Quelle: Kompetenzzentrum Fachkräftesicherung (KoFa) 2021

Wo liegen Lösungsansätze für die  
Sicherstellung der Pflege in der  
Zukunft?

# Sicherstellung der Pflege u.a. durch:

## 1. Konsequente Akademisierung

2021 → Akademisierungsquote durch primärqualifizierende Studiengänge liegt bei 0,81% (Quelle: BIBB- Pflegepanel 2022)

## 2. Umverteilung von Aufgaben und moderne Arbeitsteilung

Um dem Fachkräftemangel zu begegnen, müssen sich die Gesundheitsberufe verändern, bereit sein, Aufgaben umzuverteilen und interprofessionell zusammen zu arbeiten.

## 3. Digitalisierung

Digital Health muss dabei als Teammitglied verstanden werden!

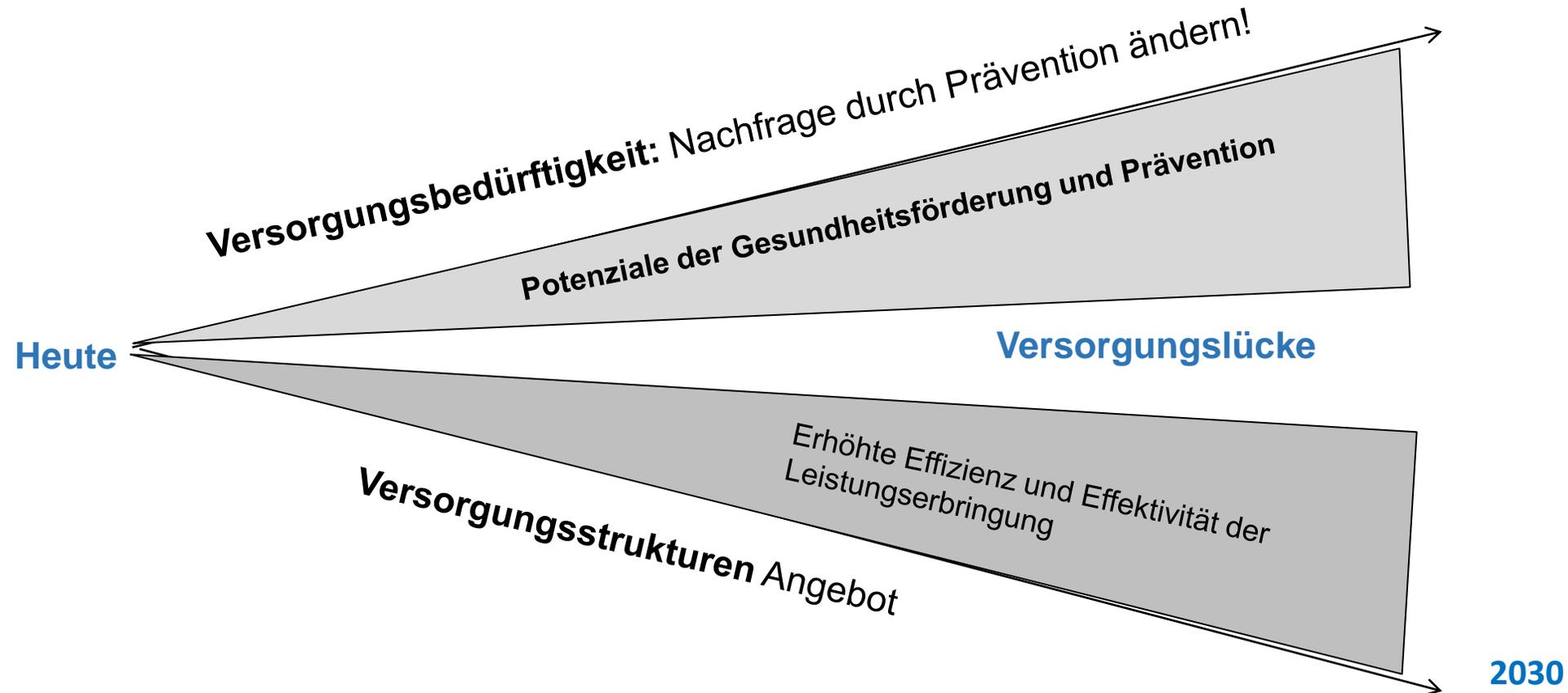
## 4. Schutz pflegender Angehöriger

Einrichtungen, die in Kooperation mit den privat Pflegenden arbeiten: Öffnung und Vernetzung, Information, Schulung, Kultursensibilität, Sicherheitskonzepte.

Das reicht nicht!

Der Einfluss der Prävention auf die  
Zukunftssicherung der Pflege!

# Zukunft Pflege : Mix aus innovativer Pflege-Leistungserbringung und Prävention von Pflegebedürftigkeit



# Risikofaktoren für den Eintritt in die Pflegebedürftigkeit und Verminderung des Eintritts

Cave: Von allen Personen mit Erstdiagnose Demenz kommen 97,5% in einen Pflegegrad

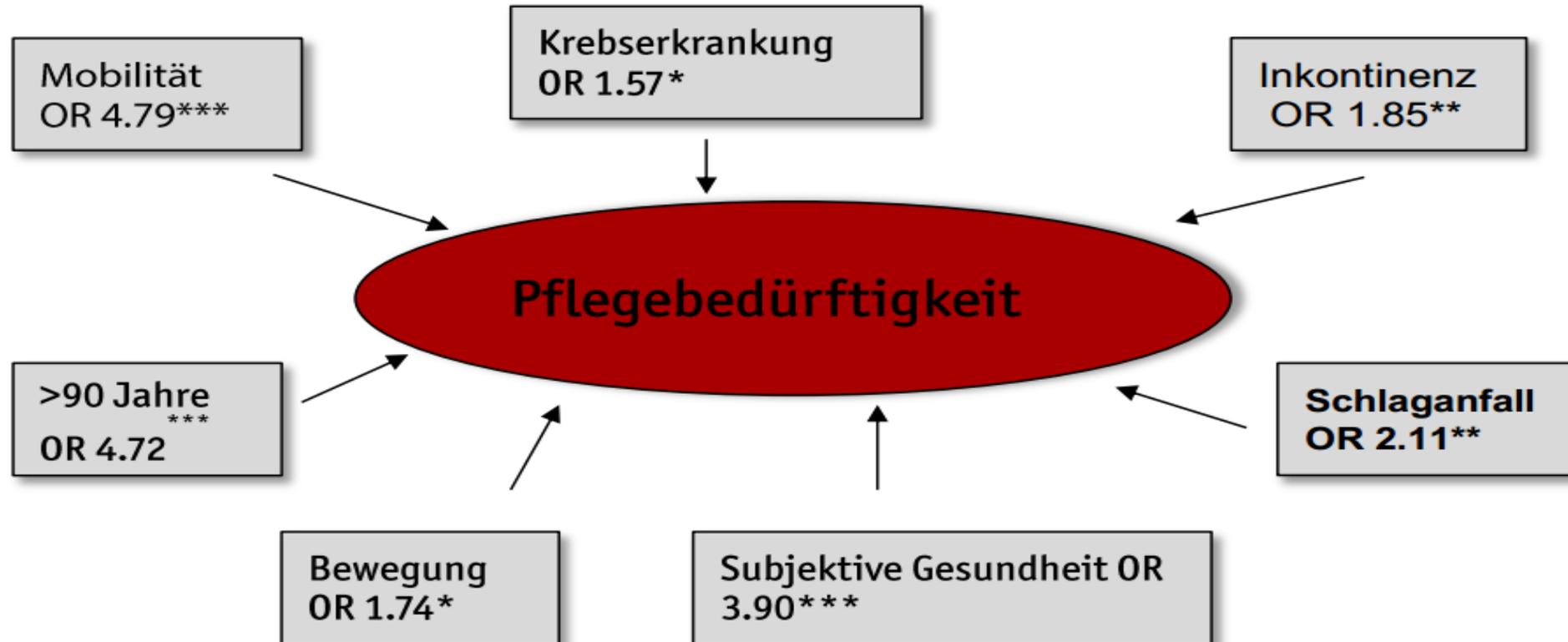


Abb. 4: pflegeassoziierte Faktoren (eigene Darstellung)

# (Verhältnis)Prävention von Pflegebedürftigkeit

## Beispiel: Ruhestand nach einem langen Erwerbsleben beschleunigt den geistigen Abbau

- Laut Leibniz-Institut für Wirtschaftsforschung (RWI 2023) entspricht der **Effekt des Ruhestands auf das Gedächtnisvermögen etwa der altersbedingten Verschlechterung, die sich zwischen dem 60. und 70. Lebensjahr einstellt.**
- **Oder anders ausgedrückt: der normale kognitive Abbau, den Menschen innerhalb von zehn Jahren erfahren, verdoppelt sich durch die Verrentung noch einmal.**
- Flexibles Renteneintrittsalter könnte positive Gesundheitsfolgen haben
- Zudem Ruhestand möglichst aktiv gestalten – Menschen sollten gesellschaftlich stärker eingebunden bleiben

Quelle: RWI- Studie wertete die geistige Leistungsfähigkeit von knapp 100.000 Personen aus/ rwi-essen.de>Publikationen

# (Verhältnis)Prävention von Pflegebedürftigkeit

## Beispiel: Prevalence of loneliness

Der deutsche Alterssurvey (2017): 75-84-Jährige 7,5% (Prävalenz bleibt gleich, Zahl der Einsamen nimmt zu)

**Meta-Studien** haben nachgewiesen, dass Soziale Isolierung mit einem erhöhten Gesundheitsrisiko einhergeht und unter anderem Schlaganfälle und koronare Herzkrankheiten begünstigen kann.

Soziale Isolierung stellt dabei ein höheres Sterberisiko als Übergewicht und Bluthochdruck dar.

Hauptmechanismen für den Effekt von Einsamkeit auf die Gesundheit: das allgemeine Gesundheitsverhalten (weniger Bewegung, schlechte Ernährung, Rauchen, Alkoholkonsum), gestörten Schlaf, biologische Dysregulation, sowie eine schlechte soziale Wahrnehmung.

Einsame ältere Menschen einen höheren systolischen Blutdruck sowie eine schlechtere Schlafqualität.

*Quellen: Ong, Anthony D./Uchino, Bert N./Wethington, Elaine (2015): Loneliness and health in older adults: A mini-review and synthesis. Department of human development and sociology, cornell university, Ithaca, NY.; Cacioppo, John T. et al. (2002): Loneliness and Health: Potential Mechanisms. In: Psychosomatic Medicine 64:407-417.; Luo, Ye/ Hawkley, Louise C./ Waite, Linda J./ Cacioppo, John T. (2012): Loneliness, health, and mortality in old age A national longitudinal study. In: Social Science & Medicine 74 (2012) 907 – 912).; Quelle: Holt-Lunstad, Julianne & Smith, Timothy B. (2016). Loneliness and social isolation as risk factor for CVD: Implications for evidence-based patient care and scientific inquiry. In: Heart July 2016 Vol 102 No 3.*

# (Verhaltens)Prävention von Pflegebedürftigkeit

## Beispiel: Körperliche Aktivität und kognitive Effekte

Hamer und Chida (2009) untersuchten in einer Metaanalyse, inwieweit körperliche Aktivität die Entwicklung neurodegenerativer Störungen beeinflusst: (n=163.797 davon erkrankten 3.219). Das Risiko, an einer Demenz zu erkranken war bei den körperlich Aktiven um 28 % geringer, an Alzheimer zu erkranken sogar um 45 %.

# (Verhaltens)Prävention von Pflegebedürftigkeit

## Beispiel: gezielte Ernährung auch im höheren Alter

Untersucht wurde an 60 Probanden zwischen 65 und 85 Jahren, welchen Einfluss eine protein- und omega-3-reiche Ernährung in Kombination mit regelmäßiger körperlicher Aktivität auf die Muskelleistung und das Entzündungsalter hatte (DifE 2023):

Ergebnis: insbesondere bei den Männern verbesserte sich die Muskelleistung und reduzierten sich die Entzündungswerte innerhalb der achtwöchigen Intervention

# (Quartär)Prävention von Pflegebedürftigkeit

**Beispiel: Versorgung sicherer machen, Risiken einer Polypharmazie vermeiden**

**Daten aus der Schweiz zeigen, im Pflegeheim nehmen die Bewohner im Durchschnitt 12,8  
Medikamente pro Tag**

Verordnungsdaten der AOK zeigen, dass der Anteil der Patient:innen mit fünf oder mehr Wirkstoffen in der Altersgruppe ab 65 Jahre bei 42% liegt, ab 85 Jahre bei 50%

Quellen: Pflege-Report 2021

*Danke für Ihr Interesse!*