

Häusliche Pflege als Zukunftsmodell

Warum sie für Staat und Menschen profitabel ist –
und wie wir sie stärken können

Warum häusliche Pflege sowohl bevorzugt als auch kostengünstig ist

Die überwältigende Mehrheit der Menschen in Deutschland möchte im Alter oder bei Pflegebedürftigkeit in den eigenen vier Wänden bleiben. Und genau das ist heute Realität: **Über 80 % der rund 5 Millionen** Pflegebedürftigen werden in der Häuslichkeit betreut, mehr als die Hälfte ausschließlich durch Angehörige (Kuhlmeyer & Budnick, 2023; Hielscher et al., 2017). Damit ist die häusliche Pflege der bevorzugte Versorgungsweg – weil er den Wünschen der Betroffenen entspricht und familiäre Bindungen stärkt (Büscher et al., 2023).

Darüber hinaus ist sie auch der kostengünstigste Versorgungsweg. Während die **stationäre Pflege durchschnittlich 19.000 € pro Jahr und Person** kostet, liegen die Ausgaben der Pflegeversicherung für die **ambulante Versorgung** nur bei **rund 8.000 € (2019)** (Loboiko, 2023; Bundesamt für Gesundheit 2021). Auch die Sozialhilfeausgaben verdeutlichen den Unterschied: Kommunen zahlen jährlich (2020) **3,3 Milliarden € für stationäre Pflege**, aber nur **1 Milliarde € für häusliche Arrangements** (Statistisches Bundesamt 2020; Schwinger et al., 2023). Hinzu kommt: Investitionskosten für Pflegeheime, die eigentlich von den Ländern getragen werden müssten, summierten sich 2018 auf **4,1 Milliarden €**, die letztlich Bewohner:innen und Familien tragen mussten (Loboiko, 2023).

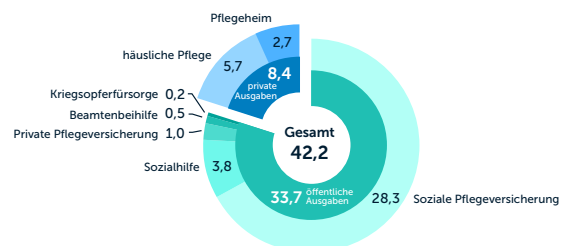
Fazit: Jeder Monat längerer häuslicher Pflege spart dem System erhebliche Kosten – für Pflegekassen, Kommunen und die Betroffenen selbst.

Pflegebedürftige nach Versorgungsart 2023
in %, insgesamt 5,7 Millionen



Rundungsbedingte Abweichung möglich.
Quelle: Statistisches Bundesamt (Destatis)

So wird die Pflege finanziert
Finanzierung der Pflege-Leistungsausgaben in Deutschland im Jahr 2016, in Milliarden



Rundungsbedingte Abweichung möglich.
Ausgaben inklusive Pflegegeld, exklusive Unterkunft und Verpflegung
Quelle: BARMER-Pflegereport 2018

Definition Pflegende Angehörige

“Person, die eine Pflegebedürftige oder einen Pflegebedürftigen nicht erwerbsmäßig in ihrer oder seiner häuslichen Umgebung pflegt”
(BMG 2023)

Häusliche Pflege als Zukunftsmodell: Warum sie für Staat und Menschen profitabel ist – und wie wir sie stärken können

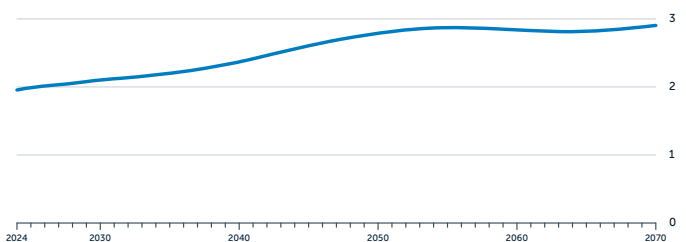
Blick in die Zukunft: Steigende Pflegebedarfe treffen auf Personalmangel

Die Herausforderungen werden sich in den kommenden Jahren verschärfen:

- Heute gibt es rund **5 Millionen Pflegebedürftige**, bis 2050 werden es fast **7 Millionen** sein (Destatis, 2021).
- 2049 werden in der stationären Pflege voraussichtlich **zwischen 280.000 und 690.000 Pflegefachkräfte fehlen** (Destatis, 2025).
- Das familiäre Pflegepotential sinkt, weil Familien kleiner werden, mehr Frauen berufstätig sind und regionale Mobilität zunimmt (Jacobs et al., 2020; Waldenberger et al., 2022).
- Zudem zeigt der Pflege-Report 2023, dass schlechte Arbeitsbedingungen in der Pflegebranche die **Gewinnung neuer Fachkräfte erschweren** (Schwinger et al., 2023).

Konsequenz: Weder stationäre Einrichtungen noch ambulante Dienste können den künftigen Bedarf alleine auffangen. Ohne die häusliche Pflege durch Angehörige würde das System kollabieren.

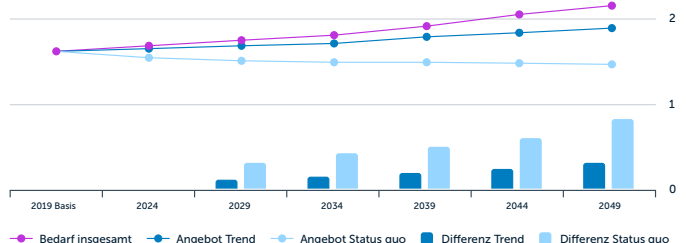
Vorausberechnung Pflegebedürftige
vollstationär und ambulante Dienste, in Millionen



Bis 2027 zunehmende Pflegequoten.

Quelle: Statistisches Bundesamt (Destatis), 2025

Engpassbetrachtung des vorausgerechneten Bedarfs und Angebots von Pflegekräften
in Millionen



Datenbasis 2019: Mikrozensus 2019

Quelle: Statistisches Bundesamt (Destatis), 2025

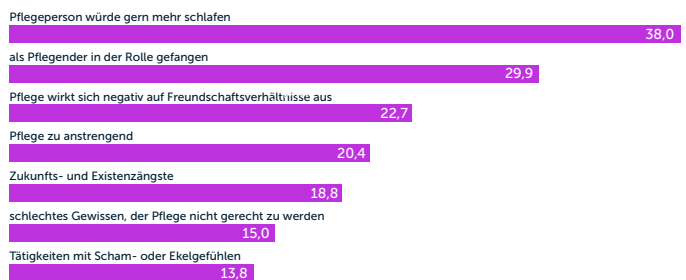
Pflegende Angehörige: Systemrelevant, aber überlastet

Pflegende Angehörige übernehmen aktuell rund 3,8 Milliarden Stunden Pflegearbeit pro Jahr – mehr, als das gesamte professionelle System leisten könnte (Jacobs et al., 2021). Doch sie sind stark belastet:

- **75 %** der Hauptpflegepersonen fühlen sich stark beansprucht (Rothgang & Müller, 2019; Büscher et al., 2021).
- Der **Pflege-Report 2020** zeigt deutlich, dass pflegende Angehörige **überdurchschnittlich häufig psychisch belastet** sind. Viele klagen über **Schlafmangel, Stress und depressive Symptome** (Jacobs et al., 2020).

Das belastet pflegende Angehörige

Anteil der Hauptpflegepersonen, die dieser Beschreibung zustimmen, in Prozent



Quelle: BARMER-Pflegereport 2018



Häusliche Pflege als Zukunftsmodell: Warum sie für Staat und Menschen profitabel ist – und wie wir sie stärken können

- Pflegende Angehörige haben deutlich mehr Krankheitstage und leiden häufiger unter Rückenleiden (55 %) und psychischen Störungen (49 %) als Nicht-Pflegende (Jacobs et al., 2021).
- **Fast jede:r Vierte** beendet die Erwerbstätigkeit wegen Pflege (BMFSFJ, 2021; Büscher et al., 2023).

Hinzu kommt, dass viele pflegebedürftige Menschen **professionelle Leistungen bewusst nicht nutzen**:

- **32 %** lehnen Kurzzeitpflege ab – vor allem, weil die pflegebedürftige Person „nicht von Fremden gepflegt werden möchten“ (Jacobs et al., 2020, S. 86).

Ein weiteres Problem ist die **niedrige Nutzung vorhandener Entlastungsleistungen**: Rund **70 % der Pflegegeldempfänger – das entspricht 38,9 % aller Pflegebedürftigen – nehmen keine weiteren ambulanten Unterstützungs- oder Entlastungsangebote in Anspruch**. Im Gegensatz dazu nutzen **68,6 % der Pflegehaushalte mit ambulantem Pflegedienst** zusätzliche Angebote (Jacobs et al., 2020, S. 148ff.).

Neuere Forschung zeigt zudem, dass pflegende Angehörige nicht nur körperlich, sondern vor allem **emotional und interaktiv** stark gefordert sind. Intimpflege bedeutet das Überschreiten von Schamgrenzen, die Begleitung von Demenzkranken führt zu Beziehungsverlust und Hilflosigkeit. Schuldgefühle – besonders bei Töchtern – und die gesellschaftlich geringe Anerkennung von Care-Arbeit verschärfen die Belastung (Kumbruck, 2025).

Viele pflegende Angehörige empfinden diese Aufgabe aber auch als Bereicherung (Jacobs et al. 2024).

Fazit: Die Stabilität der häuslichen Pflege hängt direkt von der Stabilität der Angehörigen ab. Werden Ressourcen wie Netzwerke, Selbstsorge oder Fachwissen nicht gestärkt, droht Überlastung – mit hohen Folgekosten.

Wege zur Stärkung der häuslichen Pflege

Qualifizierung und Schulung

Präventive Schulungen zu Pflegeabläufen, Krankheitsbildern und Leistungsansprüchen reduzieren Stress (BMFSFJ, 2021; Hielscher et al., 2017). Besonders wirksam sind Einführungsprogramme in den ersten Wochen nach Eintritt eines Pflegefalls. Dazu gehört auch die Stärkung der **Interaktionskompetenz**, etwa durch Beratung, Coaching und Supervision, um Nähe, Distanz und emotionale Belastungen besser steuern zu können (Kumbruck, 2025).

Psychische Entlastung

Beratung, Selbsthilfegruppen und niedrigschwellige digitale Begleitung stärken die Resilienz (Hudelmayer et al., 2023). Maßnahmen zur Burnout-Prävention verlängern die Pflegebereitschaft deutlich (Jacobs et al., 2021). Wichtig ist auch die Förderung von **Selbstsorge** – etwa durch Erholungszeiten, Achtsamkeit und den Erhalt eigener Erwerbsarbeit als Ressource (Kumbruck, 2025).



Häusliche Pflege als Zukunftsmodell: Warum sie für Staat und Menschen profitabel ist – und wie wir sie stärken können

Organisatorische Unterstützung

Tages- und Kurzzeitpflege entlasten Angehörige messbar (GKV-Spitzenverband, 2021). **Digitale Tools und Assistenzsysteme** können Alltagslasten verringern und Bürokratie abbauen (Behrens & Scharfenorth, 2022; Sulzer, 2022; Kricheldorf, 2022). Damit diese Angebote wirken, müssen sie allerdings bekannter und finanzierbarer werden.

Bessere Information und Akzeptanzförderung

Transparente, einfach zugängliche Informationen zu Leistungen verhindern Fehlnutzung und Überlastung. Rund **70 % der Pflegegeldbeziehenden** nutzen keine weiteren Entlastungsangebote – meist aus Unkenntnis (Destatis, 2021; Eggert et al., 2018). Pflegekassen berichten, dass **Informationsdefizite eine Hauptursache** für nicht abgerufene Leistungen sind (GKV-Spitzenverband, 2021).

Darüber hinaus muss die **Akzeptanz externer Hilfe** gestärkt werden. Viele Pflegebedürftige empfinden es als Eingriff in ihre Intimsphäre, wenn Fremde die Pflege übernehmen (Jacobs et al., 2020). Hier können Aufklärung, **schrittweise Einführung externer Hilfe** und **vertrauensbildende Maßnahmen** helfen, diese Hemmschwellen abzubauen.

Gesellschaftliche Anerkennung

Ein **Wertewandel** ist notwendig: Pflegearbeit muss sichtbarer und höher bewertet werden – politisch, gesellschaftlich und wirtschaftlich. Nur wenn Care-Arbeit mehr Anerkennung erfährt, bleibt die häusliche Pflege langfristig tragfähig (Kumbruck, 2025; Büscher et al., 2021).

Schlussfolgerung

Die häusliche Pflege ist nicht nur menschlich wünschenswert, sondern auch ökonomisch unverzichtbar. Sie spart erhebliche Kosten, entspricht den Wünschen der Menschen und stabilisiert das Pflegesystem.

Damit sie gelingt, braucht es vor allem eins: **stabile, informierte und entlastete Angehörige**. Ihre Unterstützung ist die Grundvoraussetzung, damit Pflege auch in Zukunft zuhause stattfinden kann – zum Wohl der Pflegebedürftigen, ihrer Familien und der Gesellschaft.



Quellenverzeichnis (APA 7)

Ausgaben und Einnahmen der Sozialhilfe nach dem SGB XII. (n.d.). Statistisches Bundesamt. <https://www.destatis.de/DE/Themen/Gesellschaft-Umwelt/Soziales/Sozialhilfe/Tabellen/ausgaben-einnahmen-t01-bruttoausgaben-insg-hilfearten-ilj-zv.html>

Behrens, Y., & Scharfenorth, K. (2022). *Digitale Unterstützung in der häuslichen Demenzzpflege – Guter Rat für Betroffene.* [Institution/Verlag].

Büscher, A., Peters, L., Stelzig, S., Lübken, A., & Yalymova, I. (2023). *Zu Hause pflegen – zwischen Wunsch und Wirklichkeit: Die VdK-Pflegestudie. Abschlussbericht.* Frankfurt am Main: Sozialverband VdK Hessen-Thüringen e. V.

DEAS 2020: Deutsches Zentrum für Altersfragen (2020). <https://www.dza.de/forschung/fdz/deutscher-alterssurvey/deas-angebot/deas-2020>

Eggert, S., Sulmann, D., & Teubner, C. (2018). *Einstellung der Bevölkerung zu digitaler Unterstützung in der Pflege: ZQP-Analyse.* Berlin: Zentrum für Qualität in der Pflege.

GKV-Spitzenverband (2021). *Pflegeleistungen im Überblick. Analyse zur Inanspruchnahme von Leistungen der Pflegeversicherung.* Berlin: GKV.

Hielscher, V., Kirchen-Peters, S., & Nock, L. (2017). *Pflege in den eigenen vier Wänden: Zeitaufwand und Kosten. Pflegebedürftige und ihre Angehörigen geben Auskunft (Study Nr. 363).* Düsseldorf: Hans-Böckler-Stiftung.

Hudelmayer, A., zur Kammer, K., & Schütz, J. (2023). *Eine App für die informelle Pflege: Nutzungserfahrungen und -hindernisse aus Sicht von pflegenden Angehörigen.* Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie, 56(7), 623–629. <https://doi.org/10.1007/s00391-023-02249-1>

Jacobs, K., Kuhlmei, A., Greß, S., Klauber, J., & Schwinger, A. (Hrsg.) (2020). *Pflege-Report 2020: Neuausrichtung von Versorgung und Finanzierung.* Berlin: Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-662-61362-7>

Jacobs, K., Kuhlmei, A., Greß, S., Klauber, J., & Schwinger, A. (2021). *Pflege-Report 2021: Sicherstellung der Pflege: Bedarfslagen und Angebotsstrukturen.* Berlin: Springer Nature.

Kudo, H. (2022). *Pflegekräftemangel – zusammenführende Kommentierung.* In: Waldenberger, F., Naegele, G., Kudo, H., Matsuda, T. (eds) *Alterung und Pflege als kommunale Aufgabe. Dortmunder Beiträge zur Sozialforschung.* Springer VS, Wiesbaden. https://doi.org/10.1007/978-3-658-36844-9_14

Kumbruck, C. (2025). *Psychische Belastungen und Beanspruchungen von pflegenden Angehörigen und die Herausforderung Interaktionsarbeit.* Zeitschrift für Arbeitswissenschaft, 79(1), 1–13.

Pflege - Deutschlandergebnisse (2019). Statistisches Bundesamt (Destatis). https://www.destatis.de/DE/Themen/Gesellschaft-Umwelt/Gesundheit/Pflege/Publikationen/_publikationen-innen-pflegestatistik-deutschland-ergebnisse.html

Pflegestatistik - Pflege im Rahmen der Pflegeversicherung - Deutschlandergebnisse - 2021 (Letzte Ausgabe - berichtsweise eingestellt). (2021). Statistisches Bundesamt (Destatis). <https://www.destatis.de/DE/Themen/Gesellschaft-Umwelt/Gesundheit/Pflege/Publikationen/Downloads-Pflege/pflege-deutschlandergebnisse-5224001219005.html>

Rothgang, H., & Müller, R. (2019). *Pflegereport 2019. Ambulantisierung der Pflege.* Zugriff am 31.12.2020.

Rothgang, H., Müller, R., Unger, R., & Kalwitzki, T. (2021). *Pflege-Prognose 2021. Personalbedarf in der stationären Langzeitpflege bis 2035.* Bremen: Universität Bremen, Institut für Public Health und Pflegeforschung.

Schwinger, A., Kuhlmei, A., Greß, S., Klauber, J., & Jacobs, K. (2023). *Pflege-Report 2023: Versorgungsqualität von Langzeitgepflegten.* Berlin: Springer Nature. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-41625-6>

Sozialverband VdK Hessen-Thüringen e. V. (2021). *Pflegende Angehörige besser unterstützen! Studie 2020/21.* Frankfurt am Main: VdK Hessen-Thüringen.

Sulzer, M. (2022). *Zukunftsregion Digitale Gesundheit (ZDG): Testung digitaler Versorgungsangebote im Pflegealltag. Organisation der informellen Versorgung (Stand: 30. Januar 2022).* [Institution/Verlag].

Waldenberger, F., Naegele, G., Kudo, H., & Matsuda, T. (Hrsg.) (2022). *Alterung und Pflege als kommunale Aufgabe: Deutsche und japanische Ansätze und Erfahrungen.* Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-36844-9>