

Presseinformation

»Der Todestag meiner Mutter ist der unerwartet versöhnliche Schlusspunkt einer Zeit, die mich immer wieder an die Grenzen meiner Belastbarkeit gebracht hat. Er ist das Ergebnis eines stetigen Ringens mit den Windmühlen unseres Pflegesystems.«

Katarina Schickling**An deiner Seite bis zuletzt**

Wie ich für einen würdevollen Tod meiner Mutter kämpfte und was ich dabei über Pflege lernte

YES

Rund 6 Millionen Menschen sind aktuell in Deutschland pflegebedürftig, Tendenz steigend. 86 Prozent davon werden zu Hause gepflegt. Wie kann es sein, dass wir seit Jahren um die Herausforderungen unserer Altersstruktur wissen und sich dennoch so wenig verändert? Weshalb werden ausgerechnet die Pflegenden zu Hause vom bestehenden System, von Politik und Verbänden im Regen stehen gelassen? Weshalb gibt es so wenig Hilfestellung in behördlichen, medizinischen, juristischen Belangen? Und wie ginge es besser? Diesen Fragen geht die Journalistin und Autorin Katarina Schickling in ihrem neuen Buch nach, anhand ihrer eigenen Erfahrungen als pflegende Angehörige.

Nach dem plötzlichen Tod des Vaters stellt Katarina Schickling fest, dass ihre 83-jährige Mutter ihren Alltag immer weniger selbstständig bewältigen kann. Fast zwei Jahre lang kümmert sich Katarina Schickling gemeinsam mit Pflegerinnen aus Polen um ihre Mutter. Dabei stellt sie immer wieder fest, wie schlecht unsere Gesellschaft und die Politik im Bereich der häuslichen Pflege aufgestellt sind. Im Alltag und im Kontakt mit Ärzt*innen, Pflegediensten, Pflege- und Krankenkassen erlebt sie, wie mangelhaft die Versorgung für ältere Menschen ist, die besonders verletzlich sind und kaum fachgerechte Unterstützung finden, bei Fragen, die über Leben und Tod und über die Qualität des Lebens bis zum Tod entscheiden. Wie Krankenhäuser alte Menschen geradewegs in die Bettlägerigkeit treiben und wie weit Gesetz und Wirklichkeit auseinanderklaffen.

An deiner Seite bis zuletzt ist sowohl Erfahrungsbericht als auch Streitschrift. Katarina Schickling zeigt, was bei uns in Sachen Pflege schief läuft und trägt die Ergebnisse aus intensiven Recherchen sowie Gesprächen mit Expert*innen für Pflege, Geriatrie, Physiotherapie und Recht zusammen. Ihr Buch ist ein Plädoyer für einen würdevolleren Umgang mit alternden Menschen und dafür, dass mit den Themen Pflege und Tod menschlicher umgegangen wird.

Katarina Schickling: *An deiner Seite bis zuletzt. Wie ich für einen würdevollen Tod meiner Mutter kämpfte und was ich dabei über Pflege lernte*

Originalausgabe | ca. 200 Seiten | Softcover

€ 18,00 [D] | € 18,60 [A]

ISBN: 978-3-96905-461-1

auch als E-Book erhältlich

Erscheinungstermin: 20. Oktober 2026 bei YES Publishing

Presse- und Interviewanfragen bitte an: Literatur und Pressebüro Politycki & Partner | Stefanie Endres | stefanie.endres@politycki-partner.de | Tel. +49 (0)40/430 9315-16

Die Autorin

©Michael Jungbluth



Katarina Schickling, Jahrgang 1967, arbeitet seit ihrem Studium der Geschichte und Amerikanistik als Journalistin und Dokumentarfilmerin. Sie ist Autorin mehrerer Sachbücher über Ernährung, die Herkunft unserer Lebensmittel und nachhaltigen Konsum. Katarina Schickling hat zwei erwachsene Kinder und lebt in München.

Zahlen & Fakten aus dem Buch

- 2024 waren in Deutschland **6 Millionen Menschen pflegebedürftig**. Bis 2055 wird diese Zahl laut Prognosen nochmal **um 1,8 Millionen Menschen steigen**.
- Mehr als drei Viertel dieser Pflegebedürftigen sind Senioren. **86 % dieser Menschen werden in den eigenen vier Wänden gepflegt**, von Angehörigen oder von Pflegekräften (häufig aus Osteuropa).
- Trotz Anspruch auf einen Hausbesuch gab es allein zwischen 2013–2023 einen **Rückgang um 25 Prozent bei der Zahl der Hausbesuche** von Ärzt*innen (Quelle: Deutsche Stiftung Patientenschutz).
- Der Krankenhaus-Report 2025 des wissenschaftlichen Instituts der AOK schätzt, dass **rund 1,4 Millionen Krankenhaus-Aufenthalte jährlich vermieden werden könnten, wenn pflegebedürftige Menschen ambulant besser versorgt würden**.
- Eine Krankenhaus-Einweisung von Bewohnerinnen und Bewohnern von Pflegeheimen wäre nach einer Untersuchung der Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg **in bis zu 67 Prozent der Fälle nicht nötig** gewesen.
- In Untersuchungen zum Aktivitätsverhalten von Menschen über 65 im Krankenhaus zeigte sich, dass die Teilnehmenden 80 bis 90 Prozent am Tag inaktiv sind (liegen oder sitzen). Gesunde Menschen **verlieren nach drei Tagen Immobilität zehn Prozent ihrer Beinmuskulmasse**, ungefähr 1.000 Gramm nach drei Tagen. **Jeder Tag im Krankenhaus reduziert die Wahrscheinlichkeit, dass man sich weiterhin selbst versorgen kann**. Zudem erhöht Immobilität signifikant die Wahrscheinlichkeit, nach der Krankenhausentlassung in den nächsten zwei Jahren zu sterben.
- **66 Prozent der Deutschen wünschen sich ihren Tod zu Hause**. Tatsächlich ist das laut einer Studie in Nordrhein-Westfalen nur 17 Prozent der über 80-Jährigen vergönnt. **Etwa die Hälfte von ihnen stirbt im Krankenhaus**, Tendenz steigend.
- Die Pflegeversicherung steuert auf eine dramatische Finanzierungslücke zu, Fachleute reden von gut **12 Milliarden Euro bis 2029**.

Fragen an Katarina Schickling

Sie beschreiben in Ihrem Buch anhand der Pflegeerfahrungen mit Ihrer Mutter, wie schwierig der Alltag u.a. durch Beantragungsdschungel, fehlende ambulante Versorgung, falsche Hilfsmittel, mangelnde Barrierefreiheit oder in der Praxis nicht umsetzbare gesetzliche Vorgaben waren. Was hätten Sie gerne vorher gewusst?

Mir war nicht klar, wie schlecht wir für die Versorgung alter Menschen zu Hause aufgestellt sind und wie sehr man darum kämpfen muss, dass Betroffene nicht geradewegs in die Bettlägerigkeit hineingepflegt werden. Wäre mir klar gewesen, wie wenig Rehabilitation in der Praxis gefördert

wird, hätte ich von Anfang an noch viel energischer darum gerungen, dass meine Mutter möglichst selbstständig bleiben kann.

Über Pflege wird immer wieder auch öffentlich diskutiert, aktuell auch im Zuge der anstehenden Pflegereform der Bundesregierung. Was fehlt Ihnen an der medialen Darstellung?

Ich bin überrascht, wie stiefmütterlich das Thema „häusliche Pflege“ behandelt wird, verglichen mit der Diskussion um Pflegeheime – dabei geht es hier um die überwältigende Mehrheit der zu Pflegenden.

Für die Pflegereform liegt ein Entwurf vor, den der Bundestag im Herbst 2026 beraten wird. Wie bewerten Sie das Paket?

In Wahrheit ist das ja gar keine Reform sondern nur ein Konzept, das Kosten sparen soll. Viel wichtiger wäre es, kreativer darüber nachzudenken, wie wir Pflegebedürftigkeit hinauszögern und den betroffenen Familien in ihrem Alltag effektiver helfen.

Als positives Beispiel, wie es besser laufen könnte, wird von Ihnen und Expert*innen in Ihrem Buch u.a. Dänemark genannt. Welche zentralen Punkte könnten wir uns von anderen Ländern abschauen?

Ein ganz wichtiger Baustein ist eine niederschwellige, engmaschige ambulante Betreuung – damit möglichst viele Pflegefälle gut zu Hause versorgt sind.

Im Buch betonen Sie Ihre privilegierte Position – zum einen, dass Ihre Mutter bzw. Sie finanziell gut aufgestellt waren und sich so personelle Unterstützung oder Hilfsmittel leisten konnten, zum anderen auch, dass Sie als Selbstständige sich die Zeit auch mal freier einteilen konnten sowie Ihre Möglichkeiten zur Recherche: was Sie wo beantragen, welche Leistungen Ihrer Mutter zustehen. Ist gute Pflege auch eine Klassen-Frage?

Leider ja, und das an vielen Stellen. Das fängt mit den finanziellen Möglichkeiten an. Doch oft geht es auch darum, wie man an Informationen kommt oder inwieweit man – ohnehin schon belastet durch die Ausnahmesituation Pflege – überhaupt in der Lage ist, eine optimale Versorgung seiner Angehörigen durchzusetzen.

Sie sind Jahrgang 1967, das Thema eigene Pflege ist hoffentlich noch ein paar Jahre entfernt. Gibt es Maßnahmen oder Überlegungen, die Sie aus der Erfahrung mit Ihrer Mutter heraus bereits für sich selbst angestoßen haben?

Kommunikation ist der Schlüssel. Ich versuche, mit meinen Kindern möglichst viel zu besprechen, um ihnen den Blindflug zu ersparen, in dem ich mich mit meiner Mutter zunächst befunden habe.