Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung

Herausgeber: Pro Senectute Schweiz

Band: 62 (1984)

Heft: 3

Artikel: Wie schützen wir uns vor Haushaltunfällen? : jährlich 150000 Unfälle im Haushalt

Autor: Oliel, Sonja

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-721178

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 16.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Wie schützen wir uns vor Haushaltunfällen?

Jährlich 150 000 Unfälle im Haushalt

Hohe Lebenserwartung = höhere Unfallzahlen

Erstmals in der Geschichte der Menschheit lebt eine grosse Anzahl von Menschen in einem Alter, von dem frühere Generationen nur träumen konnten. Die mittlere Lebenserwartung in den technisch hochentwickelten Ländern hat stark zugenommen. Sie betrug im Jahre 1000 etwa 22 Lebensjahre, um 1700 etwa 35, 1860 etwa 49 und 1960 etwa 70 Lebensjahre. Aufgrund von Statistiken und entsprechenden Schätzungen wird sie im Jahre 2000 etwa 80 Jahre betragen.

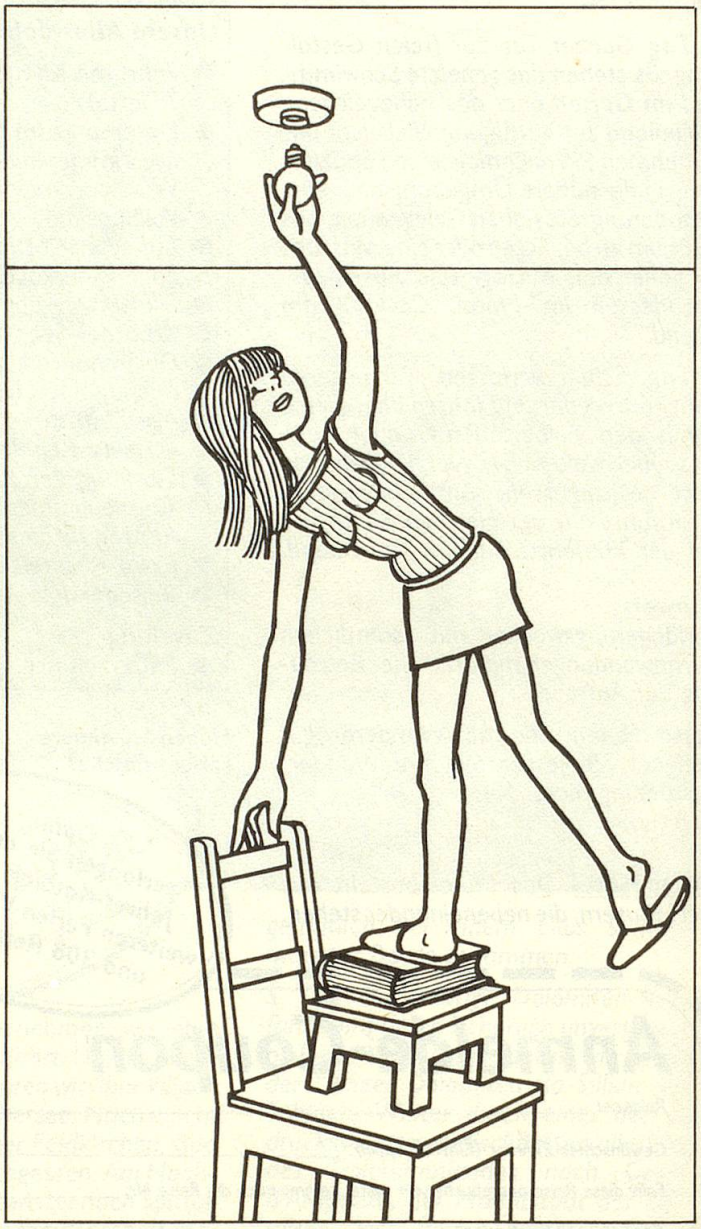
Für diese Entwicklung gibt es verschiedene Ursachen:

- Die Lebens- und Arbeitsbedingungen haben sich generell verbessert.
- Die Medizin machte grosse Fortschritte in der Gesundheitsvorsorge, der Diagnosestellung und der Therapie.
- Die soziale Sicherheit ist für den alten Menschen – dank AHV und privater Altersvorsorge – zu einer Tatsache geworden, das Leben dadurch lebenswerter.

Eine Grosszahl der alten Menschen lebt aber auch mit ganz neuen Problemen. Auch wenn gesund, unterliegen sie dem natürlichen Alterungsprozess. Sie spüren dies auf verschiedene Arten, das Gedächtnis ist nicht mehr, was es einmal war, Schlafstörungen machen zu schaffen. Betagte ermüden rascher, die Fähigkeiten der Sinnesorgane nehmen ab, die Knochen werden poröser und der ganze Mensch wird kleiner. Jeder dieser Fakten und noch ungezählte andere können zu Unfällen führen. Ich werde es anhand von Beispielen erläutern.

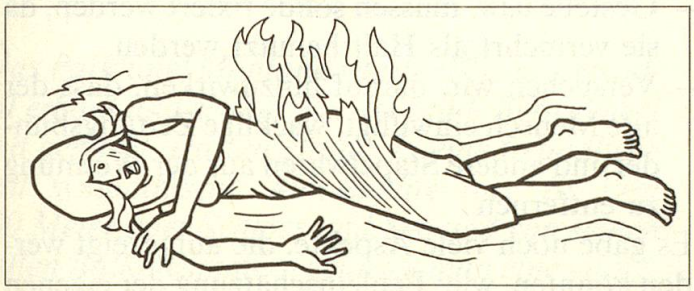
Unpraktischer Perfektionismus

In einer Stadt wurden in den letzten Jahren ganze Wohnüberbauungen saniert, mit Mietern, die seit Jahrzehnten dort wohnen. Da wurden die Küchenbuffets durch moderne Normeinbauschränke ersetzt, die bis zur Decke reichen. Von der Bodenfläche bis zur Augenhöhe ist alles ausgetüftelt eingeteilt, zweckgebunden für Flaschen, Pfannen, Abfallsack und Schubladen. Der alte Mensch steht ratlos vor dieser Küchenperfektion, denn er merkt, dass er die Tablare für Geschirr und Esswaren in den oberen Regionen nicht ohne Hilfsmittel – sei es nun Leiter, Schemel oder Stuhl – erreichen kann. Es ist nur eine Frage der Zeit, bis der erste Unfall passiert. Bitte an die Architekten: Planen Sie für die Menschen, die dort wohnen werden, denn mit dem ästhetischen Perfektionismus allein ist es nicht getan.



Gefährliches Wärmebedürfnis

Eine alte Frau lebte in einer Dachwohnung ohne Komfort, die sie sehr liebte. Täglich setzte sie sich ganz nahe zu ihrem Holzofen, um möglichst warm zu haben. Von Zeit zu Zeit machte sie ein Nickerchen und da geschah es leider, dass sie mit ihrem Rücken an den Ofen anlehnte und Verbrennungen 2. und 3. Grades erlitt, ohne dass sie es je selber bemerkt hätte. Die Gemeindeschwester stellte es bei den periodischen Besuchen fest. Die Haut der alten Frau konnte die üblichen Warnsignale wie Schmerzen und Hitzegefühl nicht mehr aufnehmen und weiterleiten.
Wenn ich an all die Heizkörper, Bettflaschen, elektrischen Schlafdecken usw. denke, die in unseren Betagtenhaushaltungen täglich im Gebrauch sind, sehe ich hier eine grosse Unfallgefährdung.



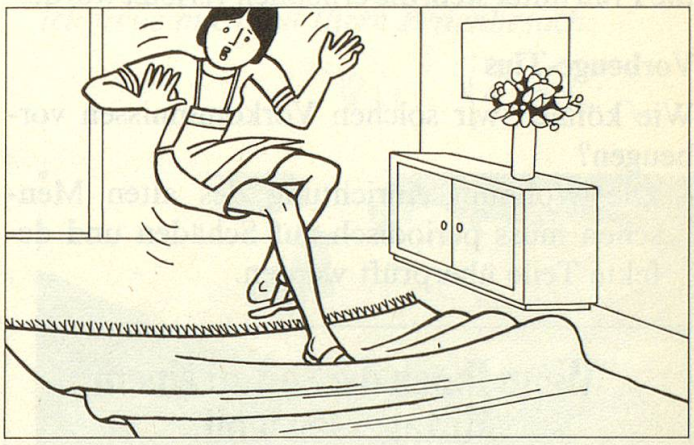
Vielleicht sollten wir wieder vermehrt auf frühere Bekleidungsgewohnheiten zurückgreifen und warme Unterwäsche, dicke Pullover oder Jakken, Schultertücher, Bettjäckli und Socken, Lammfellfinken usw. propagieren.

Wenn die Sehkraft abnimmt ...

Wenn die Sehkraft abnimmt, steigt die Unfallgefahr rapid an. Hindernisse, die im Wege liegen, werden oft nicht mehr wahrgenommen, ob es sich um aufstehende Teppichenden, Kabel zu irgendwelchen Apparaten und Lichtquellen oder etwas zufällig auf den Boden Gefallenes handelt. Eine Frau nahm das Backblech aus dem Ofen. Damit sie in der Küche ja nicht darüber stolpern konnte, legte sie es im Badezimmer vor die Badewanne. Leider vergass sie es dort. Als sie baden wollte, stolperte sie darüber, fiel gegen den Wannenrand und erlitt mehrere Rippenfrakturen.
Bei Sehbehinderungen sollten die Gegenstände immer am gleichen Ort abgelegt werden; dies erspart lange Suchaktionen und beugt Unfällen vor. Grosse Gefahren lauern in der Küche, im Bad und WC. Wie leicht geschieht es, dass beim Blumengiessen oder Kochen Wasser auf den Boden tropft, eine Frucht- oder Kartoffelschale hinunterfällt. Durch die verminderte Sehkraft werden diese Bagatellen nicht mehr wahrgenommen, der alte Mensch rutscht aus und liegt – wegen seiner spröden Knochen – mit schweren Frakturen im Spital.

Achtung: Rutschgefahr!

Nun kommen wir noch zu den rutschenden Teppichen, die als Unfallursache Spitzenreiter sind. Alte Menschen lieben kleine Brücken, füllen jeden möglichen Zwischenraum mit einem zusätzlichen Teppich aus. Gegen kalte Füsse werden noch Teppichabschnitte in der Küche vor den Herd oder beim Lieblingssitzplatz hingelegt. Die Enkelin schenkt auf Weihnachten eine bestickte Badevorlage, die schon aus emotionalen Gründen sofort in Gebrauch genommen wird. All dies kann gefahrlos benutzt werden, wenn wir darauf achten, dass auch die kleinsten Teile mit gleitsicheren Unterlagen versehen werden. Entsprechende Hilfsmittel mit dem BfU-Gütezeichen sind auf dem Markt erhältlich.



Ideal für alte Menschen sind Duschbäder, damit das mühsame Ein- und Aussteigen aus der Badewanne umgangen werden kann. Aber in allen renovierten oder neueren Wohnungen steht eine Badewanne. Entsprechend sind auch die Auswirkungen. Entweder getraut sich der Betagte nicht mehr zu baden, oder er klettert recht mühsam über den Rand, um dann in der glitschigen Wanne auszugleiten. Gegen das Rutschen gibt es ausgezeichnete Produkte zu kaufen, die in die Wanne oder Dusche gelegt werden können. Die BfU zeigt in ihren Merkblättern, worauf beim Kauf speziell geachtet werden muss. Die architektonische Seite ist mein Spezialanliegen. Bauen Sie vermehrt Duschen ein. Diese benötigen weniger Wasser, sind hygienischer und gesundheitlich weniger belastend für Herz und Kreislauf.

Wohnungen rechtzeitig entrümpeln!

Wer viel mit alten Menschen zu tun hat, der weiss, wie angefüllt deren Wohnungen sein können. In einem langen Menschenleben sammelt sich Vielerlei an, und alles ist mit Erinnerungen an Familienmitglieder oder Freunde, die schon lange gestorben sind, verbunden. Diese angefüllten Räume bergen aber auch Gefahren in sich.

Frühzeitig Gehhilfen benützen

Mit zunehmendem Alter können Gehbehinderungen auftreten. Bis eine Gehhilfe wie Stock, Böckli usw. benützt wird, dauert es seine Zeit. Oder die Gehhilfe befindet sich am andern Ende der Wohnung. Der alte Mensch behilft sich, indem er sich an allen möglichen und unmöglichen Stellen festhält. Eine über 80jährige Frau, leicht gehbehindert, besorgte ihren Haushalt noch allein. Sie wollte das Büchergestell abstauben und hielt sich dabei mit einer Hand daran fest. Daraufhin fiel dieses in sich zusammen und begrub die Frau unter sich, die erheblich verletzt wurde.

Vorbeuge-Tips

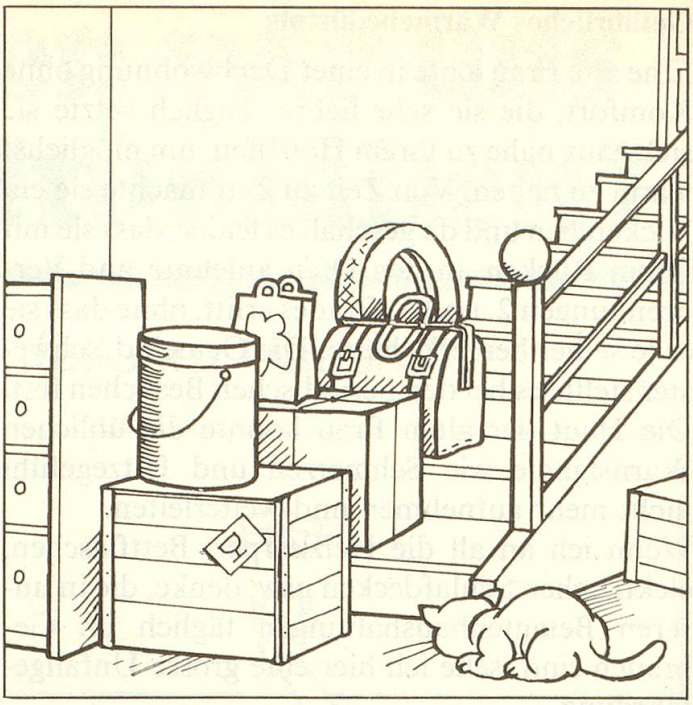
Wie können wir solchen Vorkommnissen vorbeugen?

- Die Wohnungseinrichtung des alten Menschen muss periodisch auf Schäden und defekte Teile überprüft werden.

Wenn Ihnen die Zeit zu einem Mittagessen fehlt.

Quick Lunch
die schnelle kleine warme Mahlzeit.

Maggi
spürbar besser



- Gestelle usw. müssen solide fixiert werden, da sie vermehrt als Halt benutzt werden.
- Versuchen wir, darauf hinzuwirken, dass der alte Mensch einwilligt, wacklige Zeitungsbündel und andere Stapelwaren aus der Wohnung zu entfernen.

Es gäbe noch viele Aspekte, die aufgezeigt werden könnten, wie: Fehleinschätzung der eigenen Kräfte, übertriebene Sparsamkeit, die nicht einmal die notwendigsten Anschaffungen zulässt.

Sonja Oliel, Leiterin des Haushilfedienstes von Pro Senectute, Kanton Zürich

Die 112seitige Schrift «Sicher leben» von Harold Potter – der wir auch die Zeichnungen von Armin Bruggisser entnahmen – ist gratis erhältlich bei: Winterthur-Versicherungen, Information, 8401 Winterthur.

«Sicherheit im Haushalt ... wichtig auch für Sie», zu bestellen beim Bund Schweizerischer Frauenorganisationen (BSF), Postfach 185, 8033 Zürich, oder der Beratungsstelle für Unfallverhütung (BfU), Postfach 2273, 3001 Bern.

Zum Lachen

Peter hat zwei Schwesterchen bekommen. Zwillinge. Zur Taufe sollte er sich schulfrei geben lassen. «Na, Peter», fragt der Vater, «was hat denn der Lehrer zu deinen zwei Schwesterchen gesagt?»
«Oh», sagt Peter, «ich habe ihm nur von einem erzählt. Für das zweite lasse ich mir nächste Woche einen Tag freigeben.»