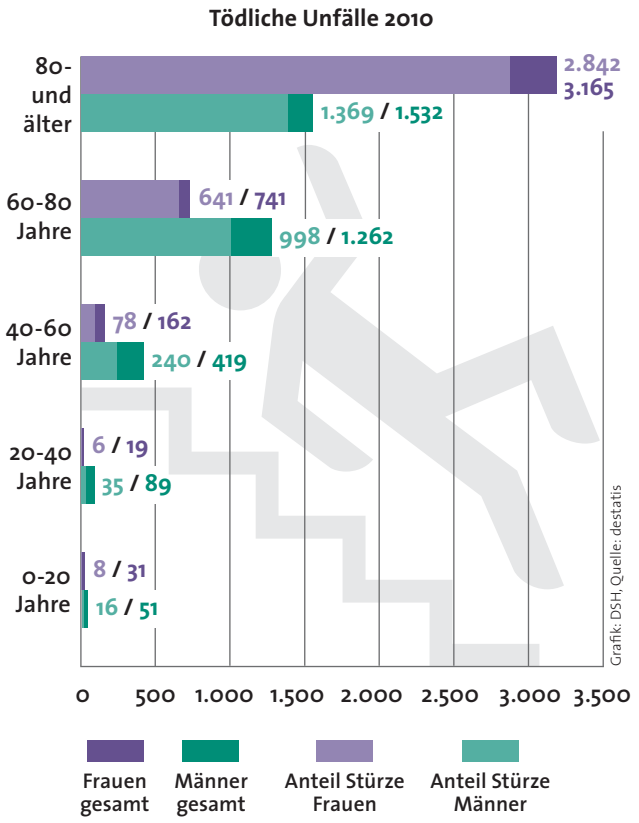
Mehr Unfalltote in Privathaushalten

Senioren besonders gefährdet. Kleine Veränderungen machen Haushalt sicherer

Rund 7.500 Männer und Frauen sind im Jahr 2010 durch einen häuslichen Unfall ums Leben gekommen. Das sind etwa 500 Menschen mehr als im Jahr 2009. Der Haushalt ist damit unverändert und mit Abstand der riskanteste Lebensbereich. Zum Vergleich: Im Straßenverkehr, der gemeinhin als bedrohlicher wahrgenommen wird als die „sicheren" eigenen vier Wände, sind 2010 rund 3.800 Menschen nach einem Unfall gestorben.



Besonders für Senioren ist der eigene Haushalt riskant: Etwa 6.500 Menschen, die 65 Jahre und älter waren, sind 2010 hier Opfer eines Unfalls geworden. Die meisten von ihnen starben nach einem Sturz (rund 5.700 Personen). Datenquelle ist die aktuelle Todesursachenstatistik des Statistischen Bundesamtes (destatis), Wiesbaden.

Unfallzahlen werden wohl weiter steigen

Es ist wahrscheinlich, dass mit der steigenden Zahl von Seniorenhaushalten auch die Unfallzahlen zunehmen werden. Diese Einschätzung lässt die Entwicklung der letzten drei Jahre zu: Von 2008 bis 2010 stieg die Gesamtzahl der tödlichen häuslichen Unfälle von rund 6.900 auf rund 7.500. Die Zahl der tödlich verunglückten Senioren stieg im selben Zeitraum um rund 660 Personen – vereinfacht gesagt: Die höhere Zahl entsteht fast ausschließlich in der Gruppe der Senioren, Betagten und Hochbetagten. Die Veränderungen in den anderen Altersgruppen waren deutlich geringer, die Zahl tödlich verunglückter Kleinkinder ist sogar gesunken.

Dem Sturz entgegenwirken – was Senioren tun können

Ein Sturz ist im Alter das mit großem Abstand höchste Unfallrisiko. Die Aktion DAS SICHERE HAUS (DSH), Hamburg, schätzt, dass in Deutschland mehr als vier Millionen Senioren einmal pro Jahr stürzen. Mehr als 100.000 Ältere erleiden jährlich einen Oberschenkelhalsbruch als Folge eines Sturzes. Patentrezepte dagegen gibt es nicht, auch kann nicht jeder seine Wohnung seniorengerecht umbauen (lassen). Mit kleinen Veränderungen können Senioren jedoch schon viel zu ihrer Sicherheit beitragen. Zum Beispiel im Bad: Zusätzliche Haltegriffe in der Dusche und neben der Toilette sind eine große Hilfe bei plötzlichen Schwindelanfällen oder wenn man stolpert. Im Bad sollten keine losen Läufer liegen, auf denen man ausrutschen kann, Wasserlachen und Reste von Duschgel müssen sofort aufgewischt werden, damit man darauf nicht ausgleitet. Rutschhemmende Matten tragen in Dusche und Badewanne dazu bei, dass man auf dem feuchten Boden nicht ausrutscht.

Von Dr. Susanne Woelk.

Kostenfreie Broschüre

Diese und weitere Tipps, in denen es auch um Ernährungsfragen und sportliche Bewegung geht, enthält die Broschüre **„Sicher leben auch im Alter. Sturzunfälle sind vermeidbar"**, herausgegeben vom Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft (GDV) und der DSH.

Bestelladressen:
Per Post: DSH, Holsteinischer Kamp 62, 22081 Hamburg.
Per Mail: bestellung@das-sichere-haus.de.
Per Internet: www.das-sichere-haus.de/broschueren/senioren.