

## **Glitschige Gefahren: Täglich müssen 21 Senioren nach einem Unfall im Bad ins Spital!**

Utl.: Stürze sind die Todesursache Nr. 1 bei Unfällen von Menschen ab 60 Jahren - "Sicher Leben"-Tipps für barrierefreies Bauen =

Wien (OTS) - Was in jungen Jahren oft noch auf die leichte Schulter genommen wird, hat im hohen Alter meist tragische Folgen: Glatte Fliesen, seifige Wannen und rutschige Böden bringen so manchen zu Fall - und führen leider nicht immer nur zu blauen Flecken. Laut Unfallstatistik des Instituts "Sicher Leben" starben 2003 in Österreich insgesamt 903 Menschen ab 60 Jahren an den Folgen eines Sturzes - der damit Unfalltodesursache Nummer eins bei den Senioren ist (62 Prozent)!

### Gefahrenquelle Badezimmer

In der eigenen Wohnung sind die häuslichen Nassräume eine der Hauptgefahrenquellen für ältere Menschen, weiß Dr. Rupert Kisser, Leiter des Instituts "Sicher Leben": "Jedes zweite der insgesamt 16.300 Unfallopfer in Badezimmern war im Jahr 2003 älter als 60 Jahre. Das bedeutet: Jeden Tag verletzten sich 21 Senioren allein im Bad so schwer, dass sie im Spital behandelt werden mussten!" Nicht nur lose Wannenvorleger und nasse Fliesen sind die Unfallverursacher, auch das feucht-warme Klima im Badezimmer und die daraus resultierenden Kreislaufprobleme tragen ihren Teil zu den Stürzen bei. Viele von ihnen enden tragisch: 37 Prozent der Senioren erleiden eine Fraktur - darunter auch der gefürchtete und oft zum Tode führende Oberschenkelhalsbruch -, weitere 26 Prozent Prellungen, vor allem von Rippen, Schädel oder Schulter.

### "Sicher Leben"-Tipps für barrierefreie Bad-Lösungen

"Allein das Ein- und Aussteigen aus der Badewanne ist täglich für viele ältere Menschen ein wahrer Drahtseilakt. Dabei ist ein gefahrloses Bade- und Duschvergnügen in greifbarer Nähe: Im Idealfall wird nach Kriterien der barrierefreien Ausstattung umgebaut. In jedem bestehenden Badezimmer können aber ohne großen Aufwand einige wirksame Sicherheitsmaßnahmen zu bezahlbaren Preisen nachgerüstet werden - oft im wahrsten Sinne des Wortes eine Investition fürs Leben!", empfiehlt Kisser. Um eine selbstständige Körperpflege und

damit ein Gefühl der Unabhängigkeit und Sicherheit bis ins hohe Alter zu gewährleisten, sind einige Punkte zu berücksichtigen:

Umbau:

- Sorgfältig beraten lassen. Leider wissen nicht alle Installateure Bescheid, was Senioren brauchen.
- Duschen sind gegenüber Badewannen zu bevorzugen, da sie (nahezu) schwellenlos eingebaut werden können. Unbedingt auf ausreichende Größe und einen bequemen Einstieg bestehen.
- Rutschfeste Duschtassen und Bodenfliesen wählen. Kleine Fliesen sind meist besser als größere.
- Badzimmer- und WC-Türen müssen nach außen aufgehen und im Notfall von einem Helfer geöffnet werden können.
- Bei starker Gehbehinderung: Waschtisch mit flacher und unterfahrbarer Form wählen, damit auch Gehhilfen oder Rollstühle Platz finden und der Waschtisch im Sitzen genutzt werden kann.

Ausstattung:

- Stabile und ausreichend große Haltegriffe überall, wo man sie braucht, insbesondere bei Badewanne, Dusche, evtl. auch bei Toilette und Waschbecken.
- Gummimatten-Einlage mit Saugnäpfen in Dusche und Badewanne verwenden.
- In der Dusche ausklappbare Sitzgelegenheit mit Rückenlehne anbringen.
- Rutschfeste Badezimmerteppiche, ohne Falten!
- Erhöhung des Toilettensitzes auf eine seniorengerechte Sitzhöhe von 48 cm.

Weitere Informationen erhalten Interessenten auf der "Wien Herbst Senioren Messe", die vom 18.-21. November im Messezentrum Wien stattfindet. Der Stand von "Sicher Leben" befindet sich in Halle A, Standnummer 861.

Wien, 16.11.2004

~

Rückfragehinweis:

Institut Sicher Leben  
Pressestelle: Doreen Kallweit M.A.  
Tel.: 01-71770-161

E-Mail: pr@kfv.at

Internet: <http://www.sicherleben.at>

~

\*\*\* OTS-ORIGINALTEXT UNTER AUSSCHLIESSLICHER INHALTLICHER  
VERANTWORTUNG DES AUSENDERS \*\*\*

~

OTS0071 2004-11-16/10:28

~

161028 Nov 04

Link zur Aussendung:

[http://www.ots.at/presseaussendung/OTS\\_20041116\\_OTS0071](http://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20041116_OTS0071)