

Bern, 6. Oktober 2026

Medienmitteilung

Absender	Medienstelle der BFU
Telefon	+41 31 390 21 21
E-Mail	medien@bfu.ch
Informationen	bfu.ch/medien

Ein Sturz zu Hause passiert nicht nur anderen Risiko ist bekannt, wird aber unterschätzt

Stürze betreffen nicht nur ältere Menschen. Jedes Jahr verletzen sich in der Schweiz fast 50 000 Menschen im erwerbsfähigen Alter, weil sie daheim stürzen; davon 7000 schwer. Die BFU und Vaudoise Versicherungen haben festgestellt, dass die meisten Erwachsenen sich der Gefahren von Stürzen im eigenen Zuhause bewusst sind. Dennoch fühlt sich nur eine Minderheit persönlich betroffen. Nun geht es darum, dieses Wissen im Alltag in konkrete Handlungen umzumünzen.

Bei Stürzen zu Hause verletzen sich in der Schweiz jedes Jahr rund 50 000 Erwerbstätige. Davon verletzen sich über 7000 sogar schwer. Stürze zu Hause werden oft als ein Problem im hohen Alter wahrgenommen; sie betreffen aber zu einem grossen Teil auch erwerbstätige Erwachsene.

Wer sich überschätzt, riskiert schwere Verletzungen

Die im Auftrag der BFU und der Vaudoise Versicherungen durchgeführte Social-Marketing-Studie zeigt, dass das Sturzrisiko von Erwachsenen in der Schweiz stark unterschätzt wird.

Im Einzelnen konnte Folgendes festgestellt werden:

- Die Mehrheit der Befragten (70 %) fühlt sich über die Ursachen von Stürzen gut informiert.
- Die meisten kennen die Präventionsmassnahmen.
- Aber fast 40 % fühlen sich persönlich nicht gefährdet.

Es mangelt also nicht an Wissen, sondern am Sicherheitsreflex im richtigen Moment. Ein Sturz zu Hause passiert nicht nur den anderen, und ein Sturz kann schwerwiegende Folgen haben: für die Gesundheit und für die Selbstständigkeit, oder man kann sich nicht mehr um seine Angehörigen kümmern.

Klar erkennbare Hemmnisse

Die grössten Gefahren sind bekannt: das Ausrutschen in der Dusche oder in der Badewanne, Eile oder Unachtsamkeit, Stolperfallen, rutschige Böden oder die Verwendung kreativer Alternativen anstelle einer Trittleiter oder einer Leiter. Andere Gefahren werden von den Befragten weniger häufig genannt, etwa fehlende Handläufe oder ungenügende Beleuchtung.

Doch die täglichen Gewohnheiten, Zeitmangel und das Unterschätzen des Risikos verhindern oft eine Verhaltensänderung. Stürze passieren, wenn Bequemlichkeit Vorrang vor Sicherheit hat. Die Herausforderung für die Prävention besteht also nicht nur darin, zu informieren, sondern auch darin, dafür zu sorgen, dass die richtigen Verhaltensweisen im Alltag übernommen werden. Licht einschalten, Durchgänge freihalten, Handläufe benutzen und lieber eine stabile Trittleiter als einen Stuhl wählen: Diese einfachen Massnahmen können das Sturzrisiko verringern.

Die BFU macht Menschen sicher. Als Kompetenzzentrum forscht und berät sie, damit in der Schweiz weniger folgenschwere Unfälle passieren – im Strassenverkehr, zu Hause, in der Freizeit und beim Sport. Für diese Aufgaben hat die BFU seit 1938 einen öffentlichen Auftrag.

Gemeinsam für eine wirkungsvolle Prävention

Das Verständnis von Hemmnissen bei der Prävention von Unfällen im häuslichen Umfeld soll dazu beitragen, die Prävention auf der Grundlage neuer Erkenntnisse zu stärken und zu verbessern. Mithilfe der Studienergebnisse lassen sich ausserdem verschiedene Zielgruppen identifizieren, und es lässt sich besser nachvollziehen, welche Botschaften, Kanäle und Ansätze diesen Zielgruppen am ehesten helfen, einfache Präventionsmassnahmen umzusetzen. Die Partnerschaft zwischen der BFU und Vaudoise Versicherungen ermöglicht es somit, wissenschaftliche Erkenntnisse in konkrete Präventionsmassnahmen zu übersetzen und den Grundstein für eine neue Kampagne zu legen. Diese soll zum Handeln anregen und die nachhaltige Übernahme sichererer Verhaltensweisen im Alltag fördern.