

Medienmitteilung

Bern, 15. November 2022

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

Erstes Sicherheitsbarometer Haus und Freizeit Viele Unfälle, wenig Gefahrenbewusstsein

Zu Hause und in der Freizeit passieren insgesamt mehr Unfälle als im Strassenverkehr und beim Sport zusammen – Tendenz steigend. Dennoch sind die Risiken im eigenen Zuhause vielen Menschen weniger bewusst. In ihrem ersten Sicherheitsbarometer Haus und Freizeit hat die BFU das Unfallgeschehen der letzten zehn Jahre analysiert. Daraus lassen sich Präventionsschwerpunkte ableiten und schliesslich vorhandene Ressourcen für die Unfallverhütung optimal nutzen.

Im eigenen Daheim und darum herum ereignen sich mehr Unfälle als im Strassenverkehr und beim Sport. Das grösste Risiko haben Menschen, die viel Zeit zu Hause verbringen: Babys und Kleinkinder unter vier Jahren und ältere Erwachsene ab 64 Jahren.

In ihrem ersten Sicherheitsbarometer Haus und Freizeit beleuchtet die BFU die Unfallhotspots. Jedes Jahr passieren mit Abstand am meisten Unfälle dort, wo wir uns in der Regel am sichersten fühlen: zu Hause. Im Badezimmer geschehen zum Beispiel mehr schwere Unfälle als mit dem Auto. Den Löwenanteil der Schwerverletzten und Getöteten im Haus- und Freizeitbereich machen Stürze aus – 81 %. Besonders ältere Personen verletzen sich bei Stürzen potenziell schwer oder tödlich.

Sturzrisiko reduzieren: Haltegriffe im Bad montieren, Treppenhandlauf nutzen, trainieren

Neben dem Unfallgeschehen widmet sich das erste Sicherheitsbarometer Haus und Freizeit dem Schutz- und Risikoverhalten der Bevölkerung. Das Risiko, auf einer Treppe zu stürzen, lässt sich beispielsweise reduzieren, indem der Treppenhandlauf benützt wird. 18 % der 64- bis 85-Jährigen benützen diesen jedoch nie, bei den 17- bis 25-Jährigen sind es 27 %. Ebenso verfügt nur eine Minderheit der Haushalte von älteren Erwachsenen über Gleitschutzstreifen (36 %) und Haltegriffe in der Badewanne und in der Dusche (45 %).

Neben Massnahmen in der eigenen Wohnung ist das Training eine wirksame Massnahme, um insbesondere im Alter das Sturzrisiko zu verringern und mobil zu bleiben. Die BFU empfiehlt, ab ca. 50 Jahren 3 x 30 Minuten pro Woche Kraft und Gleichgewicht zu trainieren, und dies mindestens einmal unter professioneller Anleitung. Gemäss eigenen Angaben trainiert im Schnitt rund die Hälfte der älteren Erwachsenen (56 %) wöchentlich Gleichgewicht und Beinkraft. Aber nur wenige (22 %) trainieren in der erforderlichen Dauer, Regelmässigkeit und unter Anleitung. Zusammen mit Partnerorganisationen setzt sich die BFU seit Jahren für gezieltes Training im Alter ein. Übungen und zertifizierte Kurse finden sich auf der Website sichergehen.ch.

Vision Zero bei Kinderunfällen

Bei Babys und Kleinkindern unter vier Jahren sind Erstickten und Ertrinken die häufigsten Unfallhergänge bei tödlichen Verletzungen. Zu wenig Erwachsene sind sich bewusst, dass sie etwa das Kleinkind in der Badewanne immer in Griffnähe beaufsichtigen müssen. Die BFU bietet Eltern und Betreuungspersonen Hand mit der interaktiven Plattform [OUUPS!](#). Sie liefert nützliche Tipps und Tricks für den Alltag. In den nächsten Jahren baut die BFU die Präventionstätigkeiten für Kinder bis vier Jahre weiter aus.