



Pass auf, dass nix passiert. Besonders jetzt.

Sturz- und Stolperunfälle

Wenn man in diesen Tagen mehr Zeit in den eigenen vier Wänden verbringt, stehen recht oft auch Reinigungsarbeiten in der Wohnung am Tagesprogramm. Mehr Familienmitglieder in der Wohnung, ein wenig mehr Anspannung und Ablenkung als sonst – da kann es leicht einmal passieren, dass eine kleine Unachtsamkeit zu einem Stolper- und Sturzunfall führt.

Gerade jetzt sollten wir aber besonders darauf schauen, dass nix passiert. Die Rettungskräfte und medizinischen Versorgungseinrichtungen sind derzeit einer großen Belastung ausgesetzt. Wenn wir unnötige Unfälle verhindern, helfen wir mit, unsere Einsatzkräfte zu entlasten.

Wichtige Sicherheitstipps:

- Grundsätzlich nicht versuchen, drei Dinge auf einmal zu tun. Damit gerät man nicht in Gefahr durch Nervosität und hektik Fehler zu machen.
- Rutschfeste Schuhe mit flachen Absätzen und zweckmäßige, bequeme Kleidung tragen. Weite Ärmel und Röcke können leicht irgendwo hängen bleiben.
- Stecker elektrischer Geräte vor dem Reinigen unbedingt aus der Steckdose ziehen.
- Besen, Staubsauger und Reinigungsmittel so platzieren, dass man nicht darüber stolpern kann. Stellen Sie dabei alle Reinigungsmittel außer Reichweite der Kinder ab.
- Fensterputzen nur von den Rauminnenseiten und vom Fußboden aus. Balanceakte beim Fensterputzen gehören zu den riskantesten Hausarbeiten überhaupt. Niemals auf die Außenseite des Fensterbrettes treten.
- Bei Arbeiten in der Höhe nur eine fest stehende Leiter verwenden. Wer Fensterbänke, Drehstühle, Bücherstapel, Sofa- und Sessellehnen als Aufstiegshilfen wählt, riskiert buchstäblich Hals- und Beinbruch. Breite Tritte mit einer rutschfesten Riffelung sind einfach ein Muss. Vermeiden Sie riskante Balanceakte in luftiger Höhe.
- Alles was rutschen kann, mit Antirutschmatten oder Klebebänder sichern. Hochstehende Teppichränder und Ecken gelten als klassische Stolperfallen.
- Vorsicht! Quer im Zimmer verlaufende Verlängerungskabel für Elektrogeräte und Telefone gehören zu den häufigsten Ursachen für Stürze. Die Kabel daher mit Kabelkanälen entlang der Fußleisten so verlegen, dass man nicht darüber stolpern kann. Zusätzliche Steckdosen installieren lassen und diese dann auch benutzen.
- Risiko Badezimmer. Auch hier sind Läufer gegen Verrutschen zu sichern. Viele Unfälle ereignen sich beim Ein- und Aussteigen aus der Dusche oder Badewanne. Wasserlachen, verschüttetes Shampoo oder Duschgel daher immer sofort wegwischen. Rutschhemmende Matten und Haltegriffe erhöhen zusätzlich die Sicherheit.

