

Kleiner Ausrutscher, verheerende Folgen: 214.000 Sturzunfälle im Haushalt endeten 2021 im Krankenhaus

Treppen, Stolperfallen und vermeintliche Aufstiegshilfen: Tagtäglich begegnen uns zuhause zahlreiche Sturzgefahren. Doch welche bergen das größte Unfallpotenzial? Und wie kann man diesen vorbeugen? Laut der KFV-Unfalldatenbank Injury Database (IDB) Austria verletzten sich im Jahr 2021 österreichweit rund 214.000 Personen bei einem Sturz im Haushalt derart schwer, dass sie im Krankenhaus behandelt werden mussten. Damit belegen Stürze Platz 1 der häufigsten Unfallarten. Dabei könnten diese durch einfache Maßnahmen verhindert werden. Das KFV hat die wichtigsten Tipps.

Wien, 19. Mai 2022. Eine Sekunde Unachtsamkeit kann bereits einen Sturz verursachen - im Idealfall wird der Weg danach wieder ungehindert fortgesetzt. Doch nicht immer geht ein solcher Unfall glimpflich aus: „Unsere Statistik zeigt, dass sich im letzten Jahr rund 214.000 Personen bei einem Sturz im Haushalt derart schwer verletzten, dass eine Behandlung im Krankenhaus notwendig war. Die Folgen eines oft banal wirkenden Sturzunfalles sind in vielen Fällen insbesondere für ältere Menschen verheerend“, warnt **Dr. Johanna Trauner-Karner, Leiterin des Bereichs Sport- und Freizeitsicherheit im KFV.**

Häufige und folgenschwere Sturzgefahren: Treppen, Stolperfallen und Aufstiegshilfen

Grundsätzlich lauern auf unseren täglichen Wegen zahlreiche Sturzgefahren: Im Haushalt zählen insbesondere Stolperfallen und glatte Untergründe (62%), Aufstiegshilfen, wie Leitern (20%) und Treppen (18%) zu den Spitzenreitern. Unachtsamkeit und Hektik sind häufig die Ursache für Sturzunfälle. Aufgrund der eingeschränkten Mobilität, verminderter Reaktionsfähigkeit und Sehbehinderungen sind insbesondere ältere Personen einem höheren Sturzrisiko ausgesetzt. Das zeigt auch die Unfallstatistik: 56 Prozent aller Verletzten, die nach einem Sturz im Krankenhaus behandelt werden müssen, sind 65 Jahre alt und älter. Am häufigsten ist nach einem Sturzunfall das Handgelenk (11%) verletzt, gefolgt vom Fußgelenk (10%), Oberschenkel (8%) und Unterarm (8%). „Die Verletzungen reichen von Knochenbrüchen (64%) bis hin zu Prellungen (13%). Es ist äußerst wichtig, sich diesen Haushaltsgefahren bewusst zu werden, um Verletzungen effektiv verhindern zu können“, betont **Dr. Trauner-Karner.** Doch welche Gefahrenquellen bergen nun das größte Unfallpotenzial?

Österreichweit: Die häufigsten Unfälle im Haushalt sind Stolperunfälle

Österreichweit müssen jährlich rund 91.600 Personen aufgrund eines Sturzes durch Stolpern und 33.600 durch Ausrutschen im Krankenhaus behandelt werden. Dabei sind Nässe, glatte Fußböden, Teppiche und Bodenunebenheiten, beispielsweise Türschwellen oder Kabeln, die häufigsten Sturzquellen. „Zur Prävention dieser häuslichen Unfälle sollten etwaige Stolperfallen aus dem Weg geräumt werden. Kabel sollten möglichst nur entlang der Wände liegen und Teppiche bestenfalls mit Klebeband auf der Teppichrückseite am Boden fixiert werden. Mit dem Tragen eines

rutschfesten Schuhwerkes wird der Rutschgefahr gezielt entgegengewirkt“, rät **Dr. Trauner-Karner**.

Risikofaktor Treppenhaus: 40.900 Treppenstürze jährlich

Etwa alle 13 Minuten stürzt in Österreich eine Person auf einer Treppe derart schwer, dass sie im Krankenhaus behandelt werden muss. Pro Jahr betrifft dies absolut betrachtet rund 40.900 Personen. Eine Erhebung des KFV zeigte, dass viele Unfälle verhindert werden könnten, wenn Treppenhäuser sicher ausgestattet wären. Vermietende sollten dringend darauf achten, dass Stiegenhäuser gewissen Prüf-, Kontroll- und Sicherheitspflichten entsprechen. Zur eigenen Sicherheit können die Bewohner*innen bestimmte Vorkehrungen treffen: Unterschiedliche Stufenhöhen bzw. Schwellen können beispielsweise mit Leuchtstreifen gekennzeichnet werden.

Sicher und stabil nach oben - Sicherheitsleitern für den Haushalt

Hocker, Tische und ähnliches werden nicht selten als Aufstiegshilfen für diverse Arbeiten im Haushalt und Umgebung genutzt. Aber auch bei Leitern, welche nicht den Sicherheitsstandards entsprechen, ist hier Vorsicht geboten: Jährlich verletzen sich in Österreich durchschnittlich 7.600 Personen im Zuge eines Leitersturzes im Haushalt derart schwer, dass sie im Spital behandelt werden müssen. Die meisten Leiterstürze passieren bei Instandhaltungsarbeiten von Heim und Garten (48%), Tätigkeiten in der Küche bzw. Reinigungsarbeiten (25%) und Heimwerken (15%). Eine standfeste, rutschfeste und mit GS-Zeichen gekennzeichnete Leiter könnte einige dieser Unfälle verhindern. Bestenfalls haben diese einen zusätzlichen Handlauf und Arbeitserleichterungen wie Ablagekörbe oder Haken. Steighilfen wie Stühle, Kisten, Tische oder auch Leitern ohne GS-Zeichen für geprüfte Sicherheit sind nicht zu empfehlen.

Wichtigsten Präventionsmaßnahmen im Überblick:

- Vermeiden Sie Stress und Hektik bei Tätigkeiten im Haushalt!
- Unebene und nasse Böden erhöhen die Sturzgefahr maßgeblich – nutzen Sie rutschfeste Teppiche oder Fußmatten. Auch ein ordentliches Schuhwerk kann vor Stürzen schützen!
- Halten Sie Laufwege frei!
- Kennzeichnen Sie Schwellen bzw. Stufen mit Leuchtstreifen!
- Achten Sie als Vermietender darauf, dass Stiegenhäuser gewisse Prüf-, Kontroll- und Sicherheitspflichten erfüllen!
- Sorgen Sie für ausreichend Beleuchtung! Nachts sind Lampen mit Bewegungsmeldern empfehlenswert!
- Nutzen Sie standfeste, rutschfeste und mit GS-Zeichen gekennzeichnete Leitern. Von „Steighilfen“ wie Stühle, Kisten oder Tische wird dringend abgeraten!
- Fit bleiben: Gewisse Gleichgewichts-, Koordinations- und Kraftübungen können das Sturzrisiko verringern!

Sturzunfälle gesamt im Haushalt nach Bundesland 2021

Bundesland	Verletzte Personen bei Sturzunfällen 2021
Burgenland	7.800
Kärnten	14.200
Niederösterreich	37.700
Oberösterreich	37.400
Salzburg	15.500
Steiermark	31.300
Tirol	17.500
Vorarlberg	7.000
Wien	45.600
Österreich	214.000

Quelle: KFV (Kuratorium für Verkehrssicherheit), IDB Austria 2021, Verletzte mit Hauptwohnsitz in Österreich, deren Verletzung in der Unfallambulanz nachversorgt wurde. Hochrechnung.

Rückfragehinweis:

Pressestelle KFV (Kuratorium für Verkehrssicherheit)

Tel.: 05-77077-1919 | E-Mail: pr@kfv.at | www.kfv.at