

Unfälle im Haushalt vermeiden: 5 Tipps

Das Risiko, im eigenen Haushalt einem tödlichen Unfall zu erliegen, ist doppelt so hoch wie auf der Strasse. Erfahren Sie, wie sich das Unfallrisiko in den eigenen vier Wänden reduzieren lässt.

Tipp 1: Stürzen vorbeugen

Stürze sind in den eigenen vier Wänden die häufigste Unfallursache. Ältere Menschen sowie Kinder sind besonders sturzgefährdet. Was lässt sich dagegen tun?

- Treppen durch Geländer, Gleitschutzstreifen und ausreichende Beleuchtung sichern.
- Wohnen Kleinkinder im Haus: Treppen zusätzlich mit Gittern sichern.
- Gleitfestigkeit am Boden und in der Dusche/Wanne mit speziellen Belägen und Gleitschutzmitteln erhöhen.
- Für das Hochsteigen ausschliesslich standfeste Haushaltsleitern mit Haltebügeln verwenden.
- Auch im Haushalt trittsichere Schuhe oder genoppte Socken tragen. Barfüsser rutschen leichter aus.

Tipp 2: Schnittverletzungen vorbeugen

Nach den Stürzen stehen Schnittverletzungen an zweithäufigster Stelle im Haushalt. Schnitt- und Stichverletzungen können Sie vermeiden, indem Sie:

- Keine scharfen Gegenstände in der Küche herumliegen lassen.
- Messer am besten in Messerblocks aufbewahren.
- Achten Sie darauf, dass Sie nur auf rutschfesten Unterlagen schneiden.
- Stellen Sie Messer und Gabeln mit der Spitze nach unten in den Geschirrspüler.
- Alleschneider nur mit Resthalter verwenden. Ihre Finger werden es Ihnen danken.

Tipp 3: Verbrennungen und Verbrühungen vorbeugen

Die Küche ist ein eigentlicher Gefahren-Hotspot, denn nebst von scharfen Gegenständen droht auch Gefahr durch Hitze. So können Sie Verbrennungen und Verbrühungen verhindern:

- Kinder dürfen nie unbeaufsichtigt in der Küche gelassen werden.
- Heisse Backbleche und Töpfe nur mit Topflappen oder Topfhandschuhen berühren.
- Stellen Sie Töpfe und Wasserkocher konsequent mit dem Griff nach hinten auf den Herd.
- Vor dem Öffnen von Dampfdrucktöpfen den heissen Dampf vollständig entweichen lassen.
- Vorsicht: Kommt Wasser mit heissem Fett in Berührung, so spritzt auch das heisse Fett in die Höhe.

Tipp 4: Stromschläge vorbeugen

In der Küche und im Badzimmer treten elektrische Geräte und Wasser gemeinsam auf. Dieser an sich unheilvollen Kombination gilt es, richtig zu begegnen:

- Elektrische Geräte grundsätzlich ausser Reichweite von Kindern aufbewahren.
- Ziehen Sie bei elektrischen Geräten, die Sie nicht verwenden, stets den Netzstecker aus.
- Elektrische Geräte wie Mixer sollten für die Reinigung nicht nur wegen der Schneidegefahr, sondern auch zur Vermeidung von Stromschlägen vom Netz genommen werden.
- Elektrische Geräte nur mit trockenen Händen verwenden (z.B. Haartrockner).
- Lassen Sie defekte Geräte nur vom Fachmann reparieren.

Tipp 5: Vergiftungen vorbeugen

Kinder sind von Natur aus neugierig. Gerade deswegen muss sichergestellt werden, dass sie sich nicht aus Unwissenheit vergiften können:

- Medikamente, Chemikalien und Reinigungsmittel sicher vor Kinderhänden verschliessen.
- Und für Erwachsene gilt: Ätzende Haushaltschemikalien nur mit Handschuhen und Atemschutz verwenden.

- Ganz ausschliessen lassen sich Unfälle im Haushalt auch mit unseren Tipps nicht. Achten Sie deshalb darauf, dass sich bei Ihnen eine Hausapotheke sowie Notfallnummern immer in Reichweite befinden.

Die wichtigsten Nummern im Notfall:

Polizei-Notruf **117/112**

Feuerwehr-Notruf **118**

Sanitäts-Notruf **144**

Vergiftungen **145**