

Unfälle sind auch im "dritten Alter" nicht Schicksal

Autor(en): **Jung, Heinz**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Schweizer Heimwesen : Fachblatt VSA**

Band (Jahr): **63 (1992)**

Heft 7

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-810928>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Unfälle sind auch im «dritten Alter» nicht Schicksal

Auszug aus dem Referat von Dr. Heinz Jung, Direktor der bfu, gehalten anlässlich der Medienkonferenz der Schweiz. Beratungsstelle für Unfallverhütung und der Pro Senectute zur Gemeinschaftsaktion «Älter werden – aktiv und sicher»

Unfälle sind auch im «dritten Lebensalter» nicht Schicksal: jede Seniorin, jeder Senior kann aktiv dazu beitragen, sie zu verhüten. Dies ist in kürzester Form die Aussage unserer Aktion.

Im Jahr 2000 werden rund 21 Prozent der Bevölkerung der Schweiz über 60jährig sein, was 7 Prozent mehr bedeutet als 1950. Lebenseinstellung, körperliche und geistige Fähigkeiten sowie finanzielle Möglichkeiten (Wohnen, Reisen usw.) werden für Lebensgestaltung, Lebensqualität und Zufriedenheit dieser Altersgruppe ausschlaggebend sein. Diese sowie weitere Faktoren erhalten die Kompetenz und Mobilität der Senioren und somit ihr Selbstvertrauen und ihre Unabhängigkeit.

Um möglichst vielen Senioren eine hohe Lebensqualität zu gewährleisten, sollten sich alle Bürger frühzeitig mit dem Älterwerden auseinandersetzen. Nach neuesten Forschungen ist die Beeinflussbarkeit des Alterungsprozesses gross. Dabei hat der *Aspekt der Sicherheit* einen hohen Stellenwert. *Können zum Beispiel Stürze verhindert werden, lassen sich auch körperliche Krankheiten oder Behinderungen vermeiden.*

Der Appell an Senioren zur Prävention und besonderen Vorsicht soll nicht eine eventuell latent vorhandene Furcht vor Unfällen verstärken. Im Gegenteil: *Gefahren früh erkennen und dadurch Unfälle vermeiden führt zu verstärkter Selbstkontrolle und erhält die Mobilität der älteren Personen.*

Statistik

Die folgenden Unfallzahlen zeigen, wie wichtig Prävention in den drei Gebieten *Strassenverkehr, Haushalt* und *Sport* auch für Senioren ist.

a) Strassenverkehr:

Senioren sind hauptsächlich als *Fussgänger* gefährdet. Das Risiko zu verunfallen ist bei den über 70jährigen ebenso hoch wie bei

Kindern zwischen 5 und 9 Jahren. Indexiert betrachtet (das heisst verunfallte Fussgänger pro 10 000 Einwohner desselben Alters) sind die *80–84jährigen die am meisten gefährdete Altersgruppe* überhaupt.

Unfälle mit Senioren geschehen zu drei Vierteln bei Kollisionen mit Personenwagen, und zwar überdurchschnittlich häufig im Winterhalbjahr zwischen 17.00 und 19.00 Uhr beim Überqueren der Strasse. Die Unfallschwere ist durch altersbedingte Faktoren beeinflusst: Das Wundheilungsvermögen ist kleiner als bei jüngeren Menschen, die Krankenhausaufenthalte sind doppelt so lang und oft tritt der Tod als eine Spätfolge des Unfalls ein. Durch vorsichtiges und bewusstes Überqueren der Strasse sowie durch Tragen lichtreflektierender Artikel in der Dämmerung und nachts können Senioren viel zur eigenen Unfallverhütung beitragen.

Autofahrer über 60 Jahre fallen gesamthaft gesehen kaum durch höhere Unfallhäufigkeit auf, da sie meist Risikosituationen meiden und ihnen die langjährige Routine hilft, Defizite zu kompensieren. Da sie aber, verglichen mit dem Durchschnitt der Bevölkerung weniger unterwegs sind, ist ihr Risiko zu verunfallen ähnlich hoch wie dasjenige der Jugendlichen zwischen 18–25 Jahren.

Wichtig ist für ältere Autofahrer die *periodische Augenkontrolle* und das konsequente Tragen der Brille beim Fahren. Die Sehtüchtigkeit nimmt im Alter bekanntlich stark ab: So braucht zum Beispiel ein 60jähriger nachts acht Mal soviel Licht wie ein 20jähriger, um noch richtig sehen zu können.

b) Haushalt:

Nach einer repräsentativen Umfrage, die im Auftrag der bfu durchgeführt wurde, sind 70 Prozent aller Senioren-Unfälle im Haushalt *Stürze*, rund 900 davon enden gar tödlich und – was auf ersten Anhub niemand vermuten würde – mehr als die Hälfte aller Sturzunfälle ereignet sich durch *Stolpern in der Ebene (auf rutschenden Teppichen, glatten Böden oder bei Kabeln)* und nur ein kleinerer Anteil beim Fallen auf Treppen oder von Leitern. *Durch Gleitschutzmassnahmen sowie Handgriffe und gutes Licht können Stürze vermieden werden.*

c) Sport:

Die neue Altersforschung betont die positiven Werte einer *aktiven Lebensgestaltung im dritten Lebensabschnitt*. Die durch *Bewegung, Spiel und Sport erworbene bessere körperliche Leistungsfähigkeit und Beweglichkeit hilft, den Alltag sicherer zu bewältigen.*

Aktives Sporttreiben ist jedoch immer auch mit einem gewissen Risiko verbunden. Aus diesem Grund ist es wichtig, schwierigere oder Kampf-Sportarten als Senior nicht mehr zu beginnen. Hingegen sind *Schwimmen, Wandern, Velo fahren, Skilanglauf* usw. sehr geeignet.

An der Jahresversammlung in Basel präsentierte Katharina Mundschin mittels einer eindrücklichen Dia-Schau die Karriere eines Alters. Darin werden Sinn und Wert (respektive Unwert) einer überbetreuenden Pflege zur Diskussion gestellt. Die Bilder können gemietet oder käuflich erworben werden.

Die Geschichte der Gertrud Frueh

Das mögliche und/oder übliche Schicksal eines älteren Menschen.

Dia-Schau, Vermietung Fr. 50.–, Verkauf Fr. 225.– kompletter Dia-Satz.

Anfragen sind zu richten unter der Telefonnummer 01 422 93 09 oder Tel. G. 01 272 28 48 (Band).
Katharina Mundschin, Klusstrasse 18, 8032 Zürich.