Zeitschrift: Schweizer Heimwesen : Fachblatt VSA
Herausgeber: Verein für Schweizerisches Heimwesen
Band: 63 (1992)
Heft: 7

Artikel: Unfälle sind auch im "dritten Alter" nicht Schicksal
Autor: Jung, Heinz
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-810928

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

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 Anhieb 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 vermittels 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.