



Sicherheitsbarometer 2022

Sicherheitsniveau im Bereich Haus und Freizeit



Beratungsstelle für
Unfallverhütung

Postfach, 3001 Bern
info@bfu.ch bfu.ch

Haus- und Freizeitunfälle werden oft unterschätzt



Geschätzte Leserin, geschätzter Leser

Zu Hause fühlen wir uns sicher. Dass auch hier viele Unfallgefahren lauern, blenden wir zu oft aus. Dabei spricht die Unfallstatistik eine deutliche Sprache: Jedes Jahr verletzen sich in der Schweiz 570 000 Menschen bei Unfällen zu Hause und in der Freizeit, 2030 sterben. Das verursacht nicht nur grosses Leid, sondern auch hohe Kosten – 4,8 Milliarden Franken jährlich.

Um die hohe Zahl der Unfälle im Bereich Haus und Freizeit zu senken, müssen wir wissen, wo wir mit der Präventionsarbeit am besten ansetzen. Dazu braucht es einen Überblick über das Unfallgeschehen. Mit dem vorliegenden Sicherheitsbarometer schafft die BFU diese Grundlage – und kann so in der Präventionsarbeit die richtigen Schwerpunkte setzen.

Es sind vor allem Stürze, die zu schweren Verletzungen und Todesfällen führen. Aber auch Unfälle durch Erstickten oder Ertrinken enden oft tragisch. Am meisten gefährdet sind Menschen, welche die meiste Zeit zu Hause verbringen und nicht berufstätig sind: Babys und Kleinkinder unter vier Jahren sowie ältere Erwachsene über 64 Jahre.

Die BFU entwickelt gezielt Massnahmen, um das Unfallrisiko im Bereich Haus und Freizeit zu senken. Sturz- und Kinderunfallprävention sind zwei Schwerpunkte. Als Kompetenzzentrum mit über 80 Jahren Erfahrung gehen wir dabei evidenzbasiert vor und kombinieren technische, edukative sowie kommunikative Massnahmen.

Das Sicherheitsbarometer zeigt, dass die Schweiz vor einer Herkulesaufgabe steht, wenn sie die Zahl der schweren Unfälle zu Hause und in der Freizeit reduzieren will. Politik, Entscheidungsträger und Präventionsakteure werden sich darüber austauschen müssen, welche Anstrengungen dazu notwendig sind.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'A. Siegrist'.

Stefan Siegrist
Direktor BFU

Haus- und Freizeitunfälle nehmen zu

Abseits von Strassenverkehr und sportlichen Aktivitäten verletzen sich in der Schweiz jedes Jahr 570 000 Menschen, über 2000 sterben. Knapp die Hälfte dieser Unfälle passiert zu Hause. Stürze und Unfälle, bei denen das Atmen erschwert oder verunmöglicht wird, gehören zu den folgenschwersten Unfallhergängen.

Stürze mit Abstand am häufigsten

Während in den letzten Jahrzehnten die Zahl der schweren Unfälle im Strassenverkehr zurückgegangen ist, nehmen sie zu Hause und in der Freizeit stark zu. Die Hälfte aller Verletzungen bei Haus- und Freizeitunfällen ist auf Stürze zurückzuführen. Jedes Jahr sterben dabei rund 1700 Menschen.

Ein Grund für die Zunahme der Unfallzahlen ist der demografische Wandel. Altersbedingte Veränderungen von Körper und Geist führen zu einem erhöhten Sturzrisiko. Mit der zunehmenden Zahl älterer Menschen passieren auch mehr schwere Sturzunfälle.

Auf Platz zwei der schwerwiegendsten Unfälle im Bereich Haus und Freizeit stehen Unfälle, bei denen das Atmen erschwert oder verunmöglicht wird. Diese haben verhältnismässig oft fatale Folgen; das Risiko dafür ist bei Kleinkindern besonders hoch. An dritter Stelle folgen die Transportmittelunfälle ausserhalb des Strassenverkehrs – am häufigsten sind tödliche Kollisionen mit Zügen.

Gefahrenbewusstsein nicht immer vorhanden

Anders als im Strassenverkehr existieren im Bereich Haus und Freizeit weniger gesetzliche Vorgaben, welche die Sicherheit der Menschen betreffen. Umso mehr ist jede und jeder Einzelne gefragt. Die Wahrnehmung persönlicher Unfallrisiken ist im häuslichen Umfeld allerdings weniger ausgeprägt. Nur etwa zwei von drei Erwachsenen ist beispielsweise klar, dass kleine, runde Dinge – wie Cherrytomaten – ein tödliches Erstickungsrisiko darstellen oder dass sie Kleinkinder in der Badewanne immer in Griffnähe beaufsichtigen müssen, damit keine Ertrinkungsunfälle passieren. Auf Treppen verletzen sich jedes Jahr mehr Personen schwer als auf Motorrädern im Strassenverkehr. Trotzdem nutzt, gemäss eigenen Angaben, ein Viertel nie den Handlauf, obwohl ihnen bewusst ist, dass sie damit Stürze verhindern könnten.

Sturzpräventives Training fördern

Körperliches und mentales Training senkt das Sturzrisiko. Gut die Hälfte der älteren Erwachsenen trainiert heute in der Schweiz bereits sturzpräventiv. In der Hälfte der Fälle könnte das Training jedoch wirksamer sein, denn sie trainieren noch nicht regelmässig und nicht lange genug. Bei den bestehenden Sport- und Bewegungsangeboten gibt es Verbesserungspotenzial. Nur wenige decken die sturzpräventiven Trainingsinhalte – Gleichgewicht, Kraft und Kognition – ausreichend ab.

Die gute Nachricht: Sowohl in der Bevölkerung als auch bei Anbietern im Sport- und Bewegungsbereich besteht grosses Interesse, sturzpräventives Training umzusetzen. Die BFU schafft mit Implementationsforschung die Grundlage, um gemeinsam mit Partnern der Sport- und Bewegungslandschaft das sturzpräventive Training breitenwirksam zu fördern.

Vision Zero bei Kinderunfällen

Kinder und Jugendliche haben Anspruch auf besonderen Schutz ihrer Unversehrtheit. Das ist in der Bundesverfassung verankert. Dennoch sterben jedes Jahr 15 Kinder und Jugendliche im Bereich Haus und Freizeit. Kinder müssen ihre Risikokompetenz erst noch entwickeln. Deshalb erarbeitet die BFU Präventionsmassnahmen, die darauf abzielen, dass Kinder in einem Umfeld aufwachsen, in dem Fehler nicht zu lebensbedrohlichen Verletzungen führen.

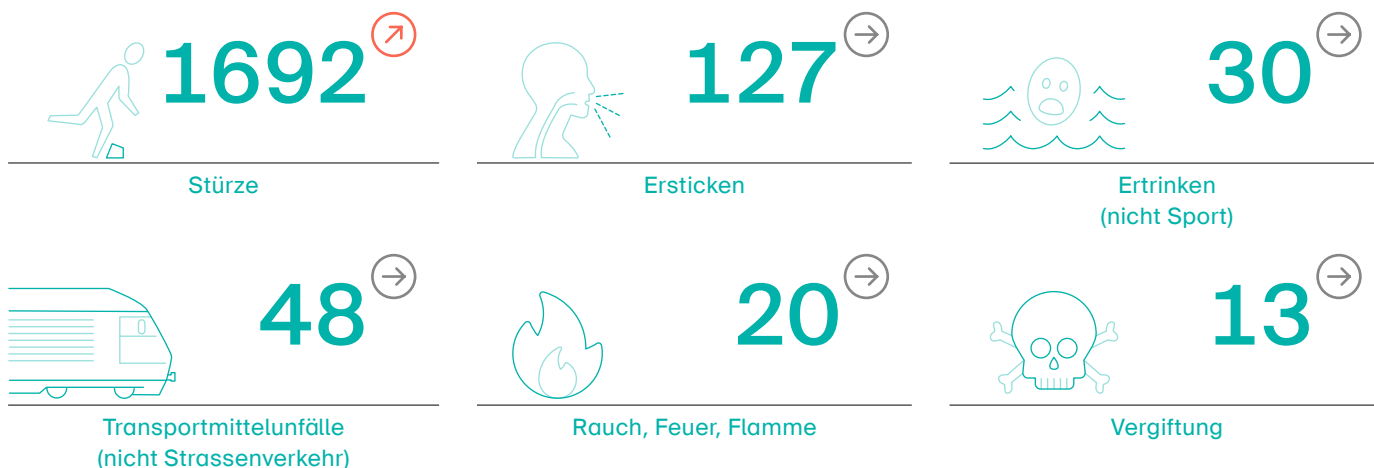
Sichere Bauten für alle Generationen

Die Hotspots für schwere Unfälle in der Freizeit sind neben privaten Wohnbauten auch öffentliche Gebäude und Anlagen. Deshalb ist es unerlässlich, die öffentliche Infrastruktur sicher, funktionell und nutzerfreundlich zu gestalten. Die Architekturprinzipien «altersgerecht», «hindernisfrei» und «generationengerecht» tragen dabei massgeblich zur Unfallprävention bei. Die BFU setzt sich aktiv für sicherheitsrelevante Aspekte im Hochbau ein.

Unfallgeschehen

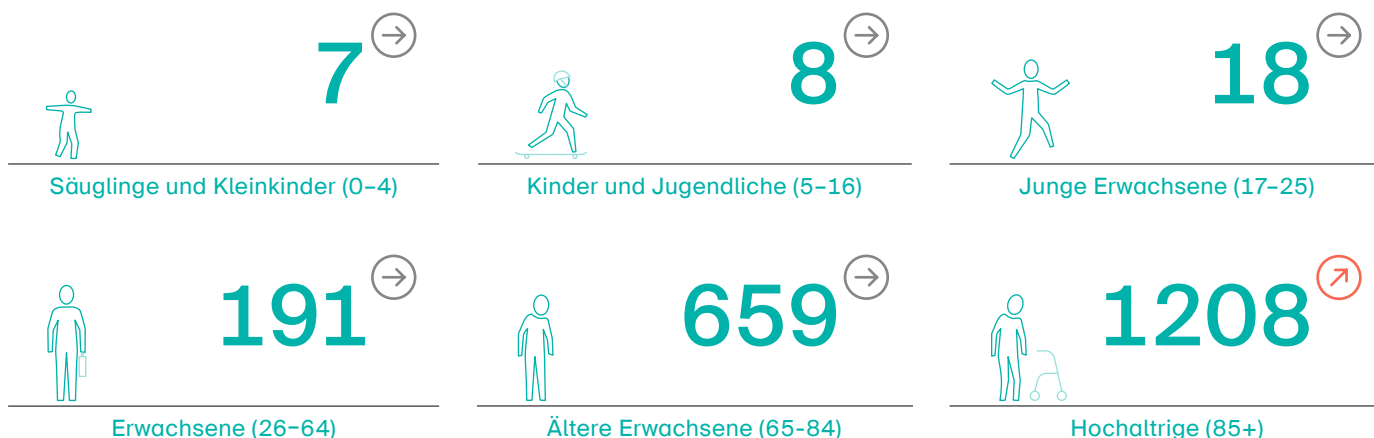
Wie hat sich das Unfallgeschehen von privaten Haushalten entwickelt? Die BFU erstellt dazu eine Hochrechnung und wertet die Veränderungen der letzten zehn Jahre aus. Im Fokus stehen die Unfälle mit schweren oder tödlichen Verletzungen.

Getötete nach Unfallhergängen



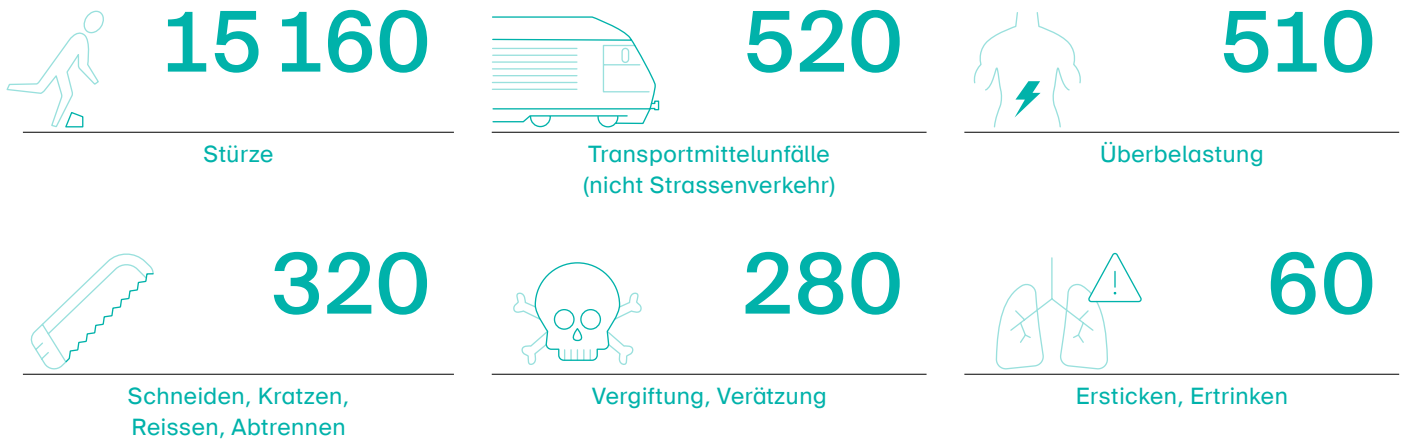
Jedes Jahr 31 mehr tödliche Sturzunfälle: Das ist die tragische Bilanz der letzten zehn Jahre und eine Folge des demografischen Wandels. Auf diese Entwicklung ist auch die leicht steigende Tendenz der Erstickungsunfälle zurückzuführen.

Getötete nach Alter



Im Bereich Haus und Freizeit sterben jedes Jahr 15 Kinder unter 16 Jahren, die Hälfte davon sind Säuglinge und Kleinkinder. Zunehmend ist die Anzahl Todesfälle in der hochaltrigen Bevölkerung. Jedes Jahr sterben 40 Personen mehr in dieser Altersklasse an den Folgen eines Haus- und Freizeitunfalls.

Schwerverletzte* nach Unfallhergängen



81 % der Haus- und Freizeitunfälle mit schweren Verletzungen sind Stürze. Unfälle mit Transportmitteln ausserhalb des Strassenverkehrs (z. B. auf privaten Wegen) oder schwere Verletzungen durch Überbelastung (z. B. Heben von schweren Gegenständen) kommen zwar weitaus seltener vor, sie sind aber immer noch etwa gleich häufig wie schwere Unfälle mit E-Bikes im Strassenverkehr.

Schwerverletzte* nach Unfallort



Knapp die Hälfte aller Unfälle mit schweren Verletzungsfolgen passiert im privaten Wohnraum – am häufigsten im Wohn- und Schlafzimmer, im Garten und auf Treppen. Selbst im Badezimmer kommt es zu mehr schweren Unfällen als in Personenwagen im Strassenverkehr. Ein weiterer Unfall-Hotspot ist die öffentliche Infrastruktur wie Gehwege, Parkanlagen oder Parkplätze.

Schwerverletzte* nach Tätigkeit



Mehr als ein Viertel aller Unfälle mit schweren Verletzungsfolgen geschehen beim Verrichten von unbezahlter Arbeit, besonders häufig bei der Pflege und dem Unterhalt von Haus und Garten (11 % aller Schwerverletzten). Aber auch bei verschiedenen Freizeitaktivitäten und beim Spielen passieren viele schwere Unfälle.

*Bei den Angaben zu den Schwerverletzten handelt es sich um eine Schätzung auf Basis von verschiedenen Statistiken.

Sicherheitsindikatoren

Wenn es um die Sicherheit zu Hause und in der Freizeit geht, ist jede und jeder Einzelne gefragt. Mit unserem Verhalten tragen wir massgeblich zum allgemeinen Sicherheitsniveau bei. Die BFU analysiert das Sicherheitsverhalten anhand einer repräsentativen Bevölkerungsbefragung.

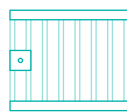
Schutz von Kleinkindern

Sicherheitsprodukte zur Sturzprävention



36%

Fenstersicherung



43%

Treppen- oder Türschutzgitter

Gut jeder dritte Haushalt mit Kleinkindern verfügt über Fenstersicherungen und jeder vierte über Treppen- oder Türschutzgitter, damit Kinder vor Abstürzen mit schweren Verletzungsfolgen geschützt sind.

Ersticken durch Kleinteile: Gefahr erkennen



92%

Murmel



75%

Traube



65%

Cherrytomate

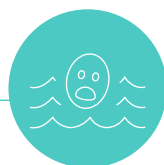


57%

Tischtennisball

Erwachsene schätzen die Erstickungsgefahr bei Esswaren und anderen Kleinteilen häufig falsch ein. Auch eine Cherrytomate kann die Atemwege eines Kleinkindes blockieren. Dies wird nur von knapp zwei Dritteln der Erwachsene erkannt.

Gründe für nachlässige Aufsicht in der Badewanne



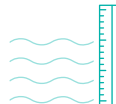
36%

Aufsicht durch Geschwister



15%

Badewannensitz



7%

Geringe Wassertiefe



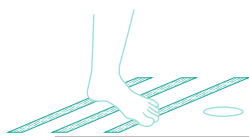
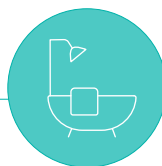
7%

Kind in Hördistanz

Kinder ertrinken schnell und lautlos, bereits bei geringen Wassertiefen. Deshalb ist es unerlässlich, Kleinkinder in der Badewanne immer in Griffnähe zu behalten. Erwachsene sind sich dieser Aufsichtspflicht (zu) wenig bewusst und würden Kleinkinder z. B. in Anwesenheit von älteren Geschwistern allein baden lassen.

Sturzprävention bei älteren Erwachsenen

Sicherheitsprodukte für Badewanne / Dusche



36 %

Gleitschutzstreifen



45 %

Haltegriffe

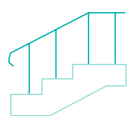
Obwohl das Badezimmer ein regelrechter Hotspot für schwere Unfälle ist, verfügt nur die Minderheit der Haushalte von älteren Erwachsenen über Gleitschutzstreifen und Haltegriffe in der Badewanne und in der Dusche.

Sturzpräventives Verhalten im Alltag



50 %

Gleichgewicht & Kraft
trainieren



49 %

Treppenhandlauf nutzen



73 %

Nachtlicht verwenden



67 %

Standleiter benutzen

Ältere Erwachsene versuchen im Alltag grundsätzlich stärker, Sturzrisiken zu vermeiden als die jüngeren Generationen. Eine knappe bis deutliche Mehrheit der älteren Erwachsenen gibt an, zumindest eher häufig den Handlauf beim Treppensteigen zu benutzen, beim Aufstehen in der Nacht das Licht einzuschalten und eine Standleiter zu benutzen, wenn sie eine Lampe auswechseln.

Risikoverhalten im Alltag

Treppensteigen ohne Handlaufnutzung



27 %

Junge Erwachsene (17–25)



26 %

Erwachsene (26–64)



18 %

Ältere Erwachsene (65–84)

Jährlich 2600 Schwerverletzte durch Treppenstürze – davon sind alle Altersgruppen betroffen. Wer einen Handlauf benützt, kann einen Sturz vermeiden oder dessen Folgen vermindern. Zwischen 18 % und 27 % der Bevölkerung geben aber an, nie einen Handlauf zu nutzen. Am häufigsten wird dies mit der Hygiene begründet.

Gartenarbeiten und Heimwerken unter Alkoholeinfluss



23 %

Gartenarbeiten



17 %

Heimwerken

Alkohol ist auch bei Haus- und Freizeitunfällen ein Risikofaktor; insbesondere, wenn man anspruchsvolle Aufgaben ausführt. Jede vierte Person gibt an, zumindest gelegentlich Gartenarbeiten unter Alkoholeinfluss zu verrichten. Beim Heimwerken tut dies jede sechste.

Fokus: Sturzpräventives Training

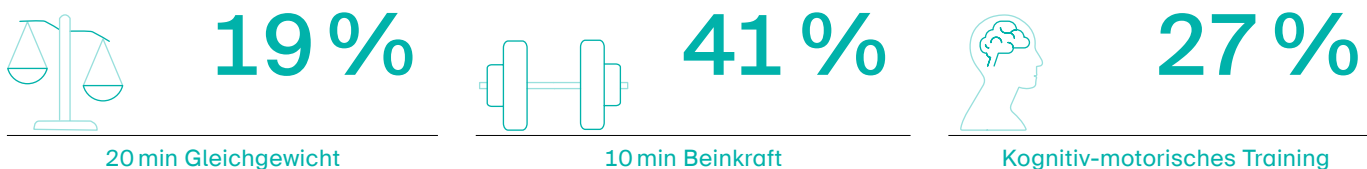
Im Alter steigt das persönliche Sturzrisiko. Es lässt sich jedoch reduzieren, indem man Beinkraft, das Gleichgewicht und mentale Fitness systematisch trainiert. Die BFU hat in einer nationalen Studie untersucht, wie etabliert solche Trainings in der Bevölkerung und bei Anbietern im Sport- und Bewegungssektor sind.

Sport- und Bewegungsangebote für ältere Erwachsene



Nur 15 % der Anbieter im Sport- und Bewegungssektor für ältere Erwachsene haben die sturzpräventiven Trainingselemente vollumfänglich in ihr Programm integriert. Die Grundhaltung, dass das Training von Kraft und Gleichgewicht sowie kognitiv-motorische Übungen für Menschen ab 55 Jahren sinnvoll sind, teilt eine deutliche Mehrheit der Befragten. 63 % sind offen dafür, ihr Angebot zukünftig sturzpräventiv zu gestalten.

Abdeckung der Trainingselemente in Sport- und Bewegungsangeboten



85 % der Kursangebote sind noch nicht sturzpräventiv. Beinkraft- und Gleichgewichtstraining sind in diesen Angeboten zwar weit verbreitet, jedoch nicht in der empfohlenen Dauer. Das kognitiv-motorische Training wird erst von wenigen Anbietern in jede Lektion integriert.

Trainingsverhalten bei älteren Erwachsenen



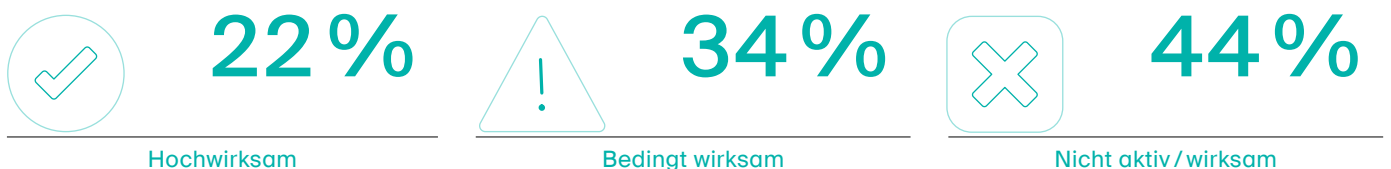
Etwas mehr als die Hälfte (56 %) der älteren Erwachsenen trainiert wöchentlich Gleichgewicht und Beinkraft. In den letzten drei Jahren taten dies 12 % mindestens ein halbes Jahr lang. 32 % haben in diesem Zeitraum nie trainiert.

Trainingsverhalten nach Sprachregion



In der Deutschschweiz trainieren doppelt so viele ältere Erwachsene sturzpräventiv wie in der italienischsprachigen Schweiz (61 % vs. 31 %). In der französischsprachigen Schweiz liegt der Anteil mit knapp der Hälfte (47 %) dazwischen.

Wirksamkeit des Trainings



22 % der älteren Erwachsenen trainieren nach eigenen Angaben hochwirksam sturzpräventiv. 34 % trainieren zwar wöchentlich ihr Gleichgewicht, aber weniger als 90 Minuten lang (27 %), weniger häufig als dreimal pro Woche (60 %), und/oder nie unter professioneller Anleitung (74 %). 44 % trainieren nicht sturzpräventiv. Sie sind entweder sportlich inaktiv (50 %), trainieren seltener als 1 x pro Woche (15 %) oder sie trainieren ihr Gleichgewicht nicht (35 %).

Impressum

Herausgeberin

BFU, Beratungsstelle für Unfallverhütung
Postfach, 3001 Bern
+41 31 390 22 22
info@bfu.ch
bfu.ch/bfu.ch/bestellen, Art.-Nr. 2.475

Autorinnen und Autoren

- Mirjam Bächli, Wissenschaftliche Mitarbeiterin
Forschung, BFU
- Delphine Meier, Wissenschaftliche
Mitarbeiterin Forschung, BFU
- Steffen Niemann, Wissenschaftlicher
Mitarbeiter Forschung, BFU
- Othmar Brügger, Leiter Forschung Haus
und Sport, BFU

Redaktion

- Regula Hartmann, Leiterin Haus und Sport,
Mitglied der Geschäftsleitung, BFU

Projektteam

- Roger Depping, Techno-Polygraf, BFU
- Jürg Beutler, Leiter Kommunikation,
Mitglied der Geschäftsleitung, BFU
- Mara Zenhäusern, Mediensprecherin, BFU
- Fabienne Mangold, Projektassistentin
Forschung, BFU
- Abteilung Publikationen / Sprachdienst, BFU

© BFU 2022

Alle Rechte vorbehalten. Verwendung unter
Quellenangabe (siehe Zitationsvorschlag) erlaubt.
Kommerzielle Nutzung ausgeschlossen.

Zitationsvorschlag

Bächli M, Meier D, Niemann S, Brügger O.
*Sicherheitsbarometer 2022: Sicherheitsniveau im
Bereich Haus und Freizeit*. Bern: BFU, Beratungs-
stelle für Unfallverhütung; 2022.
DOI: 10.13100/BFU.2.475.01.2022

Abbildungen

- Titelbild: Getty Images
- Piktogramme: Noord

Die BFU macht Menschen sicher.

Als Kompetenzzentrum forscht und berät sie, damit in der Schweiz weniger folgenschwere Unfälle passieren – im Strassenverkehr, zu Hause, in der Freizeit und beim Sport. Für diese Aufgaben hat die BFU seit 1938 einen öffentlichen Auftrag.