

## PRESSEAUSSENDUNG

# SICHERHEITSTIPP SICHERES VORARLBERG

## FRÜHJAHRSPUTZ OHNE VERLETZUNGEN

Mehr als 300.000 Österreicher:innen müssen laut KFV pro Jahr nach Haushaltsunfällen im Krankenhaus behandelt werden. Besonders stark gefährdet sind Personen ab 65 Jahren aufgrund eingeschränkter Mobilität, verminderter Reaktionsfähigkeit und Sehbeeinträchtigungen (Quelle: KFV, IDB Austria, Statistik Austria, Todesursachenstatistik 2016).

### Stürze führen die Unfallstatistik klar an

Statistisch gesehen liegen Stürze an erster Stelle bei Unfällen im Haushalt. Gründe dafür sind ungeeignete Aufstieghilfen und Putzwerkzeug, das achtlos herumsteht und auf diese Weise zur tückischen Stolperfalle werden kann. Auch nasse Böden und Stufen führen häufig zu Ausrutschern und zum Sturz. Ungeeignetes Schuhwerk sowie wackelige Stühle, alte Leitern oder improvisierte Steighilfen erhöhen das Risiko zusätzlich. Verletzungen, die während des Frühjahrsputzes verursacht werden, können durchaus schwerwiegend sein. Über die Hälfte aller spitalsbehandelter Verletzungen sind Knochenbrüche, wobei meist das Handgelenk betroffen ist, gefolgt von offenen Wunden, Sehnen- und Muskelverletzungen.

### Gut organisiert ist halb gewonnen

Doch das muss nicht sein, wenn man gut organisiert in den Putzmarathon startet. „Deshalb sollte vor dem Großreinemachen das Aufräumen und Ausmisten auf dem Programm stehen - also weg mit allem, was nicht mehr gebraucht wird. Das macht auch das Abstauben einfacher“, so Mario Amann, Geschäftsführer von Sichereres Vorarlberg. Weitere Tipps:

- ✔ **Putzaktionen auf mehrere Tage aufteilen**, damit keine Hektik oder Konzentrationsverlust entsteht.
- ✔ **Nur eine stabile Haushaltsleiter** mit Ablage verwenden – kein Stuhl, kein Hocker.
- ✔ **Rutschfeste Schuhe** tragen.
- ✔ **Teleskopreiniger oder Stiele benutzen**, um höhere Stellen zu erreichen, ohne klettern zu müssen.
- ✔ **Richtig heben**: In die Knie gehen, Rücken gerade halten, Last nah am Körper.  
*Tipps*: Eimer nur halb füllen, damit sie nicht zu schwer werden.
- ✔ **Ältere oder weniger mobile Personen** sollten sich professionelle Unterstützung holen.

Nähere Infos auf unserer Website [sicheresvorarlberg.at](https://sicheresvorarlberg.at) oder unter [info@sicheresvorarlberg.at](mailto:info@sicheresvorarlberg.at).

Freundliche Grüße

Mario Amann

SICHERES VORARLBERG

**Datum** 30.03.2026  
**Inhalt** 271 Wörter | 2092 Zeichen  
**Beilage** 1 Foto | Quelle: Pexels  
**Rückfragen** T 05576 941 41 | M [info@sicheresvorarlberg.at](mailto:info@sicheresvorarlberg.at)