

PRÄVENTIONS- THEMA 2022/23



Schutz vor Stolpern, Rutschen, Stürzen

Das Thema des Präventionsjahres von Jugend will sich-er-leben 2022/23 ist der Schutz vor Stolpern, Rutschen, Stürzen – kurz **SRS**. Das Motto lautet: **Watch out! – Null Stolpern, Rutschen, Stürzen.**

Laut der Weltgesundheitsorganisation (WHO) sind Stürze nach Verkehrsunfällen weltweit die **zweithäufigste Ursache** für tödliche Unfälle. Auch am Arbeitsplatz sind Unfälle durch Ausgleiten, Stolpern, Umknicken, Hinfallen die zweithäufigste Ursache für Verletzungen.

Daher ist es wichtig, junge Erwachsene und Auszubildende frühzeitig für dieses Thema zu sensibilisieren. Auch, weil SRS-Unfälle nicht nur ältere, weniger mobile Menschen betreffen: Aktuelle Studien zeigen, dass sich junge Menschen immer weniger bewegen, ihre körperliche Fitness daher schwächer ausgebildet ist als noch bei Generationen vor ihnen – **ein Hauptgrund dafür, warum Stürze bei jüngeren Erwachsenen zunehmen.**

Die Corona-Pandemie der vergangenen Jahre – geprägt von Lockdowns, Homeoffice sowie Home-schooling – **verstärkte zusätzlich den Bewegungsmangel und die Viel-Sitzerei.** Daraus folgt ein höheres Gefährdungspotenzial für SRS-Unfälle. Für die gesetzliche Unfall- und Krankenversicherung sind infolgedessen Verletzungen, Folgeschäden und krankheitsbedingte Ausfälle sowie Arbeitsunfähigkeiten mit hohen Kosten verbunden.

**Stolpern, Rutschen, Stürzen vermeiden heißt:
Ursachen kennen, Maßnahmen ernst nehmen.**



Das STOP-Prinzip im Bereich der Arbeit

Die Rangfolge der Schutzmaßnahmen, um Gefährdungen im Rahmen der Gefährdungsbeurteilungen zu beseitigen, erfolgen nach dem STOP-Prinzip: Das heißt, Substitution (S), technische (T) und organisatorische (O) Schutzmaßnahmen sind in dieser Reihenfolge zu berücksichtigen. Verbleibt ein Restrisiko, sind die Beschäftigten gefordert, die vom Unternehmen vorgegebenen persönlichen Schutzmaßnahmen (P) umzusetzen und anzuwenden.

Die Substitution kommt grundsätzlich nur beim Einsatz von Gefahrstoffen zum Tragen. Zur Beseitigung von Gefährdungen gegen Stolpern, Rutschen und Stürzen müssen technische (T), organisatorische (O) und persönliche (P) Schutzmaßnahmen ermittelt werden: **Es handelt sich dann um das TOP-Prinzip.**

T	TECHNISCHE SCHUTZMAßNAHMEN	zum Beispiel glatte, rutschige Böden durch rutschhemmende ersetzen; Kabelbrücken einsetzen; rutschfeste Schmutzmatten in Eingangsbereichen verwenden
O	ORGANISATORISCHE SCHUTZMAßNAHMEN	zum Beispiel Reinigungspläne für Böden erstellen; Winterdienste einsetzen; Betriebsanweisungen erstellen und regelmäßige Unterweisungen durchführen
P	PERSÖNLICHE SCHUTZMAßNAHMEN	zum Beispiel die vom Betrieb bereitgestellten Schutzschuhe tragen; auf körperliche Fitness achten und aufmerksam sein

Rutschen & der richtige Fußschutz

Wenn sich die Reibung zwischen der Schuhsohle und dem Boden ändert, besteht erhöhte Rutschgefahr. Dies ist zum Beispiel der Fall, ...

- wenn sich der Bodenbelag ändert
- unter anderem bei Fett-, Öl- oder Wasserlachen
- bei nassem Laub

- bei Regen, Eis oder Schnee
- bei Kies, Sand oder Schotter auf (Verkehrs-)Wegen
- bei achtlos weggeworfenen Speiseresten und Verpackungsmaterialien



Eine rutschhemmende Schuhsohle verringert das Risiko auszurutschen, ein Fußschutz, der festen Halt gibt, verringert das Risiko zu stolpern.

Was kann man gegen Stolpern, Rutschen und Stürzen tun?

Maßnahmen:

- aufmerksam sein: den Weg im Blick behalten, sich nicht ablenken lassen, Stress und Eile beim Gehen vermeiden
- für ausreichende Beleuchtung sorgen: sowohl in Räumen, auf Arbeits- und Verkehrswegen als auch an Treppen und Stufen
- für Ordnung sorgen: zum Beispiel lose Kabel befestigen, Kabelbrücken anlegen, Verkehrs- und Fluchtwege frei halten
- richtigen Fußschutz tragen: ein Schuh gibt festen Halt durch Fixierung, zum Beispiel Schnürsenkel; möglichst vorn und hinten geschlossen; rutschhemmende Sohle
- Böden trocken und sauber halten: Verschmutzungen und Pfützen sofort beseitigen, Schäden unverzüglich melden
- für freie Sicht sorgen: Lasten nicht vor dem Gesicht tragen
- Hilfsmittel benutzen: auf Treppen immer eine Hand am Handlauf, Tritte und Leitern als Aufstiegshilfen benutzen, nie Kisten oder Bürostühle
- Sicherheitszeichen anbringen und beachten: für Fußgänger und Fußgängerinnen verbotene Wege nicht benutzen, Gefahrenbereiche meiden



Typische Verletzungen durch SRS-Unfälle

- Knöchel- und Fußverletzungen (41 %)

- Kniegelenks- und Unterschenkelverletzungen (21 %)

davon:

- Zerrungen und Verstauchungen

- Prellungen

- Zerreißen/Bänderrisse

- Frakturen

außerdem: • Gehirnerschütterungen

[SRS-INFOPOOL UND RECHERCHEHINWEISE](#)



Exkurs: Sportübungen

Wer sportlich fit ist, verringert das Risiko sich zu verletzen. Hier finden Sie Übungen für den Sportunterricht.

[EXKURS SPORTÜBUNGEN](#)

Das JWSL-Unterrichtskonzept und das JWSL-Unterweisungskonzept



[EINSATZ IM
UNTERRICHT](#)

Am Arbeitsplatz sind Unfälle durch Stolpern, Rutschen, Stürzen die zweithäufigste Ursache für Verletzungen. Daher ist es wichtig, junge Erwachsene und Auszubildende frühzeitig für dieses Thema zu sensibilisieren.



[EINSATZ IM
BETRIEB](#)