

FRÜHJAHRSPUTZ

In den Monaten März, April und Mai häufen sich die Unfälle bei der Hausarbeit, mehr Selbstschutz beim Frühjahrsputz kann aber Verletzungen verhindern. Viele Risiken müssen nicht sein, die Unfallursachen sind oft mangelnde Aufmerksamkeit, Hektik oder die ungeeigneten Hilfsmittel.



TIPPS ZUR VERMEIDUNG VON PUTZ-UNFÄLLEN

- Machen Sie sich einen Putzplan
- Teilen Sie sich die Arbeit auf & legen Sie ausreichend Pausen ein
- Arbeiten Sie immer von oben nach unten und von hinten nach vorne
- Tragen Sie beim Putzen zweckmäßige Kleidung, vor allem feste rutsch-sichere Schuhe mit flachen Absätzen. Mit allzu weiten Hosen oder Pullover können Sie hängen bleiben
- Stellen Sie sich die nötigen Arbeitsgeräte bereit. Das erspart unnötige Wege und „gefährliche Improvisation“
- Sämtliche Hilfsmittel sollten aber so platziert werden, dass man nicht darüber stolpert
- Nicht auf Fensterbänke, Stühle oder Tische steigen – verwenden Sie geprüfte Leitern als Steighilfen
- Bevor Sie elektrische Geräte reinigen, sollten Sie unbedingt den Stecker ziehen
- Fenster reinigen Sie am besten von der Rauminnenseite mithilfe einer Teleskopstange mit Stiel, Schwamm und Gummischaaber, verwenden Sie die Außenseite der Fensterbank auf keinen Fall als Plattform

ACHTUNG BEI CHEMIE IM HAUSHALT

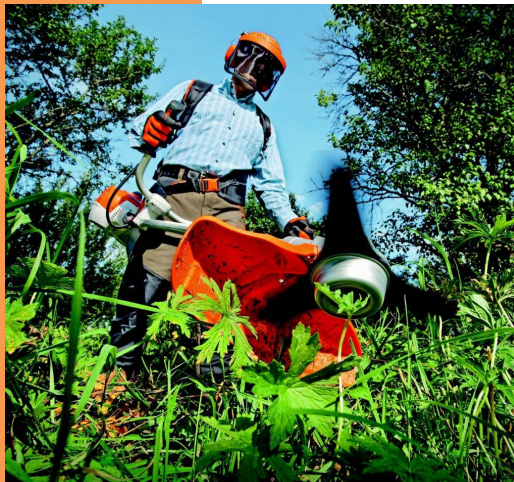
- Beachten Sie die Warnhinweise auf den Verpackungen der Reinigungsmittel
- Achten Sie besonders darauf, dass Kinder mit möglichen Gefahrenquellen wie Putzmitteln bzw. -geräten nicht in Berührung kommen
- Entsorgen Sie Produktreste von Problemstoffen, Abfälle und Verpackungen über die Altstoffsammelzentren

★ Versuchen Sie nicht, drei Dinge auf einmal zu erledigen. Mit dem Zeitdruck und der Hektik steigt auch die Unfallgefahr!



SICHERHEIT BEI DER GARTENARBEIT

Der Frühling lockt die Hobbygärtner ins Freie. Doch die Gartensaison ist nicht ungefährlich, jährlich verletzen sich mehr als 10.000 Österreicher bei der Arbeit in der Botanik so schwer, dass sie im Krankenhaus behandelt werden müssen.



SCHUTZKLEIDUNG

- Handschuhe und feste Schuhe sind notwendig
- Eine Schutzbrille bietet Schutz vor Staub, fliegenden Spänen oder zurückschlagenden Ästen
- Eng anliegende Kleidung tragen, damit nichts in Maschinen und Geräte gezogen werden kann
- Eine Badebekleidung ist nicht für die Gartenarbeit geeignet (Sonnenbrand, ...) – Kopfbedeckung nicht vergessen!

MASSNAHMEN

- Auf Impfschutz achten (Tetanus, Zecken, ...)
- Langstielige Geräte und eine Scheibtruhe verwenden, um eine gebückte Arbeitshaltung zu vermeiden
- Leiter vor Aufstieg auf ihre Funktionstüchtigkeit überprüfen – auf einen sicheren Stand und rutschhemmende Sprossen achten
- Bei Verwendung von Chemikalien nicht nur die Schutzbrille, sondern auch eine Atemschutzmaske tragen – die Chemikalien anschließend sicher aufbewahren
- Die Kabel der elektrischen Geräte müssen für die Arbeit im Freien geeignet sein
- Parallel zum Hang den Rasen mähen, damit man bei einem Sturz nicht unter den Mäher rutscht
- Vorsicht vor Wespen- und Hornissennestern



WEITERE TIPPS

- Ein Erste-Hilfe-Koffer sollte immer in der Nähe sein
- Notrufnummern ins Gedächtnis rufen
- Keine Gartengeräte herumliegen lassen, denn diese können zu gefährlichen Stolperfallen werden

★ Nehmen Sie sich nicht zu viel Gartenarbeit auf einmal vor und führen Sie nicht stundenlang die gleiche Tätigkeit aus!



KINDERSICHERER HAUSHALT

Rund 160.000 Kinderunfälle passieren jährlich in Österreich. Das bedeutet, alle drei Minuten verunglückt ein Kind. Auch wenn sich nicht alle Risiken ausschalten lassen, so sollte doch versucht werden, die Gefahr möglichst gering zu halten. Außerdem ist es wichtig, im Ernstfall richtig reagieren zu können.



UNFALLRISIKO VERRINGERN

- Verwenden Sie für den Schnuller einen Schnullerhalter (keine Schnur um den Hals)
- Entfernen Sie Schnüre und Kabel in Kindernähe und achten Sie auf unbeschädigte Kabel
- Bewahren Sie Putzmittel, Medikamente und dergleichen Kindersicher auf

STURZ- UND STOLPERGEFAHR

- Sichern Sie Treppen durch Schutzgitter und vermeiden Sie bei Stiegen und Balkongeländern waagrechte Verstreibungen (verleiten zum Klettern) - denken Sie besonders an die Gefahr von Fensterstürzen!
- Bringen Sie bei Stockbetten eine Absturzsicherung an
- Sichern Sie Swimmingpool, Teich, Biotop und jedes andere Gewässer durch einen Schutzzaun
- Verwenden Sie einen kippsicheren Hochstuhl mit einer Schutzvorrichtung
- Achten Sie darauf, dass Stühle und andere Gegenstände, die Kinder zum Klettern verleiten können, gesichert oder weggeräumt sind
- Der Wickeltisch muss stabil sein und einen seitlichen Hochzug besitzen, um ein Baby vor dem Herunterfallen zu schützen
- Sichern Sie Ihre Fenster mit Gitter, Fenstersperren oder kindersicheren Beschlägen
- Verwenden Sie einen Schubladen- und Eckenschutz

ACHTUNG BEI ELEKTRISCHEN GERÄTEN

- Bringen Sie am Herd ein Schutzgitter an
- Sichern Sie alle elektrischen Geräte, ziehen Sie nach dem Gebrauch immer sofort den Stecker und verwenden Sie bei Steckdosen eine Kindersicherung



Überprüfen Sie Ihre Notrufnummern-Kenntnisse und bringen Sie eine Auflistung der Nummern sichtbar im Haushalt an!



VORSICHT: GIFTIGE PFLANZEN!

Zahlreiche Pflanzen in unseren Haushalten, Gärten und der freien Natur sind giftig. Auch wenn sie noch so schön sind, können sie beim Menschen heftige gesundheitliche Folgen bis zum Tod haben. Andere lösen Allergien aus. Solche allergenen Pflanzen enthalten kein Gift sondern Stoffe, die bei anfälligen Menschen eine Autoimmunreaktion hervorrufen.

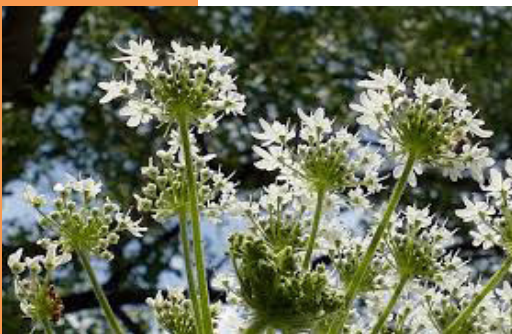


Foto: ÖRK/
Markus Hechenberger



WIE REAGIERE ICH RICHTIG?

- Alle Pflanzenteile sofort ausspucken bzw. aus dem Mund entfernen
- Ist der Vergiftete ohne Bewusstsein oder ist das Gift unbekannt: Rufen Sie sofort die Rettung unter Notruf 144
- Stellen Sie das Pflanzenmaterial sicher, damit man es identifizieren kann
- Finden Sie heraus, welche Menge und welche Teile der Pflanze eingenommen wurden (Beeren, Blätter, Samen, ...)
- Achtung: Viele Kulturpflanzen sind in den meisten Teilen giftig, bis auf den Rest, den wir als Nahrungsmittel verwenden, Beispiele dafür sind Kartoffel- oder Tomatenpflanzen, Tabak oder der Schwarze Hollunder – auch hier kann die Ursache liegen

ERSTE HILFE

- Geben Sie viel kühles Wasser zu trinken, aber keine Kochsalzlösung, kein Rizinusöl und keine Milch
- Als erste Maßnahme zu Hause ist höchstens die Gabe von Medizinalkohle zu empfehlen
- Die Vergiftungsinformationszentrale gibt unter der Tel. Nr.: 01 406 43 43 Auskunft über das Ausmaß der Gefahr und die richtigen Maßnahmen
- Das Erbrechen nur nach Rücksprache mit einem Arzt oder der Vergiftungsinformationszentrale auslösen
- Betroffene Hautpartien sehr gründlich abspülen
- Patienten hinsetzen oder hinlegen, möglichst im Schatten



Als giftigste Pflanze im europäischen Raum gilt der Blaue Eisenhut (Foto linke Seite oben). Schon nach zehn bis 20 Minuten spürt man die ersten Anzeichen einer Vergiftung, die auch durch Hautkontakt möglich ist. Die damit verbundenen Atemlähmungen können zum Tod führen.

