

Unfallverhütung bei Kindern bis zu 16 Jahren

Autor:
Christian Scherer

Bern 2010

Impressum

Herausgeberin	bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung Postfach 8236 CH-3001 Bern Tel. +41 31 390 22 22 Fax +41 31 390 22 30 info@bfu.ch www.bfu.ch Bezug http://shop.bfu.ch
Autor	Christian Scherer, lic. phil., Leiter Erziehung, bfu
Projektteam	Steffen Niemann, M.A., Wissenschaftlicher Mitarbeiter Forschung, bfu
© bfu 2010	Alle Rechte vorbehalten; Reproduktion (z. B. Fotokopie), Speicherung, Verarbeitung und Verbreitung sind mit Quellenangabe (s. Zitationsvorschlag) gestattet.
Zitationsvorschlag	Scherer, Ch. <i>Unfallverhütung bei Kindern bis zu 16 Jahren</i> . Bern: bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung; 2010. bfu-Fachdokumentation 2.053.

Aus Gründen der Lesbarkeit verzichten wir darauf, konsequent die männliche und weibliche Formulierung zu verwenden.
Wir bitten die Leserschaft um Verständnis.

Inhalt

I.	Einleitung	6
II.	Häufigste Gefahren und Unfälle	7
	1. Erstickten	7
	2. Stürze	7
	3. Verbrühungen	8
	4. Verbrennungen	9
	5. Vergiftungen	10
	6. Äussere Verletzungen	11
	7. Elektrounfälle	11
	8. Ertrinken	11
	9. Spiele im Freien, Sport	12
	10. Verletzungen durch Haustiere	13
	11. Strassenverkehrsunfälle	14
III.	Informations- und Schulungsunterlagen	17
	1. Strassenverkehr	17
	2. Haushalt / Garten / Freizeit	18
	3. Sport	18
	bfu-Fachdokumentationen	19

I. Einleitung

Jährlich sterben in der Schweiz rund 50 Kinder im Alter bis zu 16 Jahren an den Folgen von Unfällen. Bei rund 45 Prozent davon handelt es sich um Strassenverkehrsunfälle, die übrigen geschehen während der Freizeit, im Haus oder in dessen Umgebung. Obwohl das eigene Heim im Allgemeinen als sicher gilt, ereignet sich dort bei den 1- bis 6-jährigen Mädchen und Knaben rund die Hälfte aller Unfälle. Die Verteilung der tödlichen Kinderunfälle nach Unfallart, Geschlecht und Altersklassen zeigt Tabelle 1.

Auch wenn es nie möglich sein wird, alle Kinder vor jeder Gefährdung zu schützen, lässt sich durch das Bewusstmachen und Voraussehen von Gefahren in vielen Fällen grösseres Unglück verhüten. Kinder sollten von klein auf lernen, sich gefahrgerecht zu verhalten, d. h. zu erkennen und zu verstehen, wo Gefahren lauern und wie man sich davor schützen kann.

Die Entwicklung des Kindes in den ersten 6 Lebensjahren verläuft von der völligen Unselbständigkeit nach der Geburt über das Kriechen, das Ge-

hen, das Laufen und Klettern, das Spielen vor dem Haus und in der näheren Umgebung bis zur selbständigen Teilnahme am Strassenverkehr beim Zurücklegen des Schulweges. Entsprechend dieser allmählichen Zunahme der Selbständigkeit und der Erweiterung des Lebensraumes haben die Eltern die Aufgabe, das Kind zuerst durch direkten Schutz vor Unfällen zu bewahren, später gefährliche Gegenstände aus seiner Reichweite zu entfernen und Gefahrenstellen zu beheben oder abzusichern. Mögliche Gefahren sind dem Kind zu erklären, sobald es diese verstehen kann. Schliesslich lässt man es unter Anleitung und Überwachung Erfahrungen sammeln, erzieht es zur Selbständigkeit und Eigenverantwortlichkeit. Dabei sind beispielhaftes Verhalten, Voraussicht, Beobachtung des Kindes sowie Ermutigung und Lob die besten Mittel, Unfälle zu verhüten.

Auf den folgenden Seiten werden die wichtigsten Gefahrenbereiche dargestellt und – soweit vorhanden – statistische Angaben über die Häufigkeit von Unfällen gemacht.

Tabelle 1
Getötete Kinder (0–16 Jahre) nach Ursache, Alter und Geschlecht, 2007

Ursache	Knabe				Mädchen				Total
	0–5	6–11	12–16	Total	0–5	6–11	12–16	Total	
Verkehr	5	4	8	17	2	2	1	5	22
Stürze	0	1	1	2	1	1	0	2	4
Einwirkung mechanischer Kräfte	0	0	0	0	0	0	1	1	1
Ertrinken	3	1	4	8	1	1	1	3	11
Gefährdung Atmung	2	1	0	3	1	0	0	1	4
Strom/Strahlung extreme Temperatur	0	0	1	1	0	0	1	1	2
Verbrennung/Verbrühung	1	0	0	1	0	0	0	0	1
Naturkräfte	0	0	0	0	0	0	1	1	1
Vergiftung	1	0	1	2	0	0	0	0	2
Total	12	7	15	34	5	4	5	14	48

Quelle: Todesursachenstatistik, BFS

II. Häufigste Gefahren und Unfälle

1. Ersticken

Die Gefahr des Erstickens besteht insbesondere bei Kleinkindern unter 12 Monaten.

Säuglinge können beim Einatmen erbrochener Speiseteile ersticken. Häufig wird das Ersticken auch durch die Verlegung der Atemwege verursacht, wenn Decken, Kissen oder Tücher über das Gesicht des Kindes geraten.

Etwa ab dem 5. Monat, wenn das Kind ins «Greifalter» kommt, stellen kleine Gegenstände wie Knöpfe, Reissnägel, Schrauben, Murmeln, Plastikbausteine usw. eine Gefahr dar, weil sie leicht in die Luftröhre gelangen und zum Ersticken führen können. Etwas ältere Kinder sind beim Spielen mit Plastiksäcken gefährdet, wenn sie sich nicht mehr aus einem über den Kopf gestülpten Sack befreien können.

Vorbeugende Massnahmen

- Kleinkinder nach jeder Mahlzeit aufstossen lassen und anschliessend in Seitenlage oder auf den Rücken legen.
- Kleinkinder brauchen kein Kopfkissen. Auch Windeln, Tücher oder dergleichen gehören nicht ins Bett. Falls eine Bettdecke verwendet wird, sollte diese nur bis zur Brust des Säuglings reichen und am unteren Ende des Bettgestells so festgebunden sein, dass sie keinesfalls nach oben rutschen kann.
- Über dem Bett und am Bettgestell sollten keine Schnüre oder Kordeln befestigt werden, um jede Gefahr des Strangulierens zu vermeiden.

- Ab etwa dem 5. Monat kleine Gegenstände, die das Kind verschlucken könnte, aus seiner Reichweite entfernen. Kindern in diesem Alter sollte man auch nie Erdnüsse zu essen geben, weil diese in die Luftröhre gelangen und zum Ersticken führen können.
- Plastiksäcke und Tragetaschen sind an für Kinder unzugänglichen Orten aufzubewahren. Wird ein solcher Sack über den Kopf gestülpt, schmiegt er sich eng an die Haut an, und ein Kind kann sich möglicherweise nicht mehr befreien.

2. Stürze

Stürze können vor allem bei Säuglingen schwere Folgen haben. Auch kleinere Kinder sind schon früh imstande, sich in der Bauchlage fortzubewegen und können so von Möbelstücken hinunterstürzen. Wenn das Kind kriecht, geht und klettert, ergeben sich neue Gefahren durch Möbel, auf die es hinaufklettern und von denen es herabstürzen kann. Gefährlich sind Kajütenbetten, von denen Kinder im Schlaf oder beim Spielen stürzen können. Ungesicherte Treppen, Fenster und Balkone können ebenso zu gefährlichen Stürzen führen, wie Gräben, Gruben und «Güllenlöcher» in der Umgebung des Hauses. Herumliegende oder freihängende Telefon-, Verlängerungs- und Verbindungskabel können zur Stolperfalle werden.

Vorbeugende Massnahmen

- Vor dem Wickeln alle benötigten Gegenstände bereitstellen, damit man sich nicht vom Wickeltisch entfernen muss. Ist das Telefon zu beantworten oder die Haustüre zu öffnen, sollte das Kind mitgenommen werden.
- Die Kinderwaage ist immer in die Mitte des Tisches zu stellen, bevor das Kind darauf gelegt wird. Waagschalen können leicht kippen.
- Wenn das Baby in einem Beutel am Körper getragen wird, ist beim Bücken Vorsicht angebracht. Das Kind könnte herausfallen oder gequetscht werden.
- Sobald ein Kind sitzen und bevor es aufstehen kann, ist der Matratzenrost im Kinderbett tief zu stellen, da sonst die Gefahr besteht, dass das Kind herausfällt.
- Ein weicher Teppich im Kinderzimmer bietet eine ideale Spielfläche und vermindert bei einem Sturz das Verletzungsrisiko.
- Sogenannte Babywalker (Laufplattengeräte) sind gefährlich (Sturzgefahr, insbesondere bei Treppen) und können unter Umständen die natürliche Entwicklung des Gehenlernens behindern.
- Wenn das Kind zu gehen und klettern beginnt, müssen leicht kippende Möbelstücke aus seinem Spielzimmer entfernt werden. Auch sollte es nicht allein in Räumen spielen, in denen sich Einrichtungsgegenstände befinden, auf die es klettern und von denen es herunterstürzen könnte.
- Eltern sollten ihren Kindern nichts Falsches vormachen, z. B. einen Stuhl auf den Tisch stellen, anstatt eine Haushaltleiter zu benutzen. Wenn ein unbeaufsichtigtes Kind auch einmal einen solchen «Turm» baut, besteht Sturzgefahr.
- Vor Treppen in der Wohnung können Schutzgitter angebracht werden, um ein Hinunterstürzen zu verhindern. An Fenstern und Türen sind

nötigenfalls kindersichere Sperrvorrichtungen zu montieren. Treppen dürfen nicht als Ablagefläche für Spielzeug oder andere Dinge benutzt werden.

- Geländer und Brüstungen sollten so ausgestaltet sein, dass Kinder sie nicht erklettern und übersteigen können (Höhe 100 cm, bis auf eine Höhe von 75 cm keine Öffnungen von mehr als 12 cm Durchmesser; keine horizontalen Streben).
- Auf Kajütenbetten sollte wenn möglich verzichtet werden. Wenn dies aus Platzgründen nicht in Frage kommt, müssen die Kinder durch seitliche Schranken gegen das Herausfallen geschützt werden. Kinder unter sechs Jahren sollten nicht im oberen Teil schlafen.
- Telefon- und Verlängerungskabel immer der Wand entlang verlegen, wenn möglich in einem Kabelkanal. Mit einem Elektrofachmann abklären, ob die Montage einer zusätzlichen Steckdose möglich ist, damit die Verwendung des Verlängerungskabels hinfällig wird.
- Gräben, Gruben und «Güllenlöcher» in der Umgebung des Hauses sind stets durch Abschrankungen zu sichern oder zuzudecken. Kinder könnten sonst in einem unbeobachteten Augenblick hineinfallen.

3. Verbrühungen

Verbrühungen betreffen vorwiegend Kinder unter 5 Jahren (rund 75 Prozent aller Verbrühungsunfälle von Kindern bis zu 16 Jahren). An die Gefahr von Verbrühungen denkt man zunächst vor allem im Bad und in der Küche. Häufig sind jedoch auch Verbrühungen am Tisch, wenn Gefässe mit heissen Flüssigkeiten heruntergezogen oder umgeworfen werden. Neben körperlichen Auswirkungen können Verbrühungen durch störende Narbenbildung

auch schwer wiegende psychische Folgen nach sich ziehen.

Vorbeugende Massnahmen

- Wärmen Sie mit Bettflaschen das Bett nur vor und entfernen Sie sie dann. Die Verschlüsse von Bettflaschen sind nicht immer dicht.
- Beim Baden in der Wanne stets zuerst prüfen, ob die Wassertemperatur für das Kind nicht zu hoch ist (Ellbogenprobe). Heisses Wasser darf nicht hinzugegeben werden, wenn sich das Kind in der Badewanne befindet. Es ist darauf zu achten, dass kleine Kinder nicht allein gelassen werden und nicht mit dem Wasserhahn spielen. Sie könnten sich beim Aufdrehen des Warmwasserhahns verbrühen.
- Durch die Installation einer Mischbatterie mit Temperaturbegrenzer lassen sich schwere Verbrühungen vermeiden.
- In der Küche besteht die Gefahr, dass das Kind eine Pfanne vom Herd zieht oder ein Gefäss mit heissem Inhalt verschüttet und sich dabei verbrüht. Kinder sollten daher möglichst nicht in der Küche spielen, solange gekocht wird. Es ist darauf zu achten, dass das Kind keine gefüllten Gefässe erreichen kann. Die Pfannen auf dem Herd sind durch ein Gitter oder Abdeckblech (Kinderherdschutz) vor dem Zugriff des Kindes zu schützen, oder zumindest sind deren Stiele nach hinten zu richten.
- Gefässe mit heissem Wasser oder Ähnlichem sollten nie unbeaufsichtigt herumstehen.
- Kleinere Kinder versuchen, sich überall hochzuziehen. Es empfiehlt sich daher, keine Tischtücher zu verwenden oder herunterhängende Tischdecken hochzuschlagen, um sie aus der Reichweite des Kindes zu bringen.
- Am gedeckten Tisch sollten kleinere Kinder nicht unbeaufsichtigt gelassen oder auf dem

Schoss gehalten werden. Sie könnten heisse Teekannen oder Suppenschüsseln umwerfen und sich dabei schwere Verbrühungen zuziehen. Am besten werden die Kinder in einen Kindersitz gesetzt und alle gefährlichen Gegenstände aus ihrer Reichweite entfernt.

- Vorsicht ist auch geboten, wenn bei Erkältungen kochend heisses Wasser zum Inhalieren («Dämpfen») verwendet wird.

4. Verbrennungen

Von Verbrennungen sind – wie von Verbrühungen – vor allem Kinder unter 5 Jahren betroffen. Verbrennen kann man sich an heissen Herdplatten, Backöfen, Heizkörpern, Kerzenflammen sowie am offenen Feuer oder beim Grillieren. Wie bei den Verbrühungen sind auch hier schwer wiegende psychische Auswirkungen durch störende Narbenbildungen an exponierten Körperteilen möglich.

Vorbeugende Massnahmen

- Eltern sollten ihr Kind lehren, sich vor Verbrennungen zu schützen, indem sie seine Hand mit aller Vorsicht – und nie mit Gewalt – in die Nähe einer Kerzenflamme, einer heissen Herdplatte, des Backofens usw. führen, damit es die Hitze andeutungsweise spüren kann. Lässt man das Kind eine nicht zu heisse Teekanne kurz berühren, lernt es, sich zu vergewissern, ob eine Verbrennungsgefahr besteht, bevor es einen Gegenstand anfasst.
- Das Kind soll in Anwesenheit der Eltern lernen, mit Streichhölzern und Feuerzeug umzugehen. Es ist jedoch dafür zu sorgen, dass diese nie herumliegen. Das Kind könnte sonst während der Abwesenheit Erwachsener damit spielen und Schaden anrichten.

- Feuerwerk ist ausser Reichweite von Kindern aufzubewahren und darf nur unter Anleitung und Aufsicht der Eltern abgebrannt werden.
- Unbenutzte Verlängerungskabel sind sofort nach Gebrauch wegzuräumen. Nimmt ein Kind den Stecker in den Mund, kann fliessender Strom zu schlimmen Verbrennungen führen.

5. Vergiftungen

Die Statistik des Schweizerischen Toxikologischen Informationszentrums zeigt, dass Kinder vor allem zwischen 0 und 4 Jahren durch Vergiftungen gefährdet sind (Siehe Tabelle 2).

Sobald sich das Kind selbständig fortbewegen kann, ist vermehrt darauf zu achten, dass es sich keine Vergiftungen zuzieht. Zum Erkunden der Umwelt dienen dem kleinen Kind Augen, Ohren, Hände und vor allem der Mund. Alle erreichbaren Gegenstände werden zum Mund geführt, und was das Kind einnimmt, wird oft auch verschluckt. Kinder bis zu 16 Jahren erleiden 50 Prozent aller Vergiftungen (alle Altersklassen, auch Erwachsene, eingerechnet). Knapp 30 Prozent aller Vergiftungen von Kindern erfolgen durch Medikamente, rund 40 Prozent durch die Einnahme von Haushaltprodukten wie Reinigungsmittel, Kosmetika usw.

Vorbeugende Massnahmen

- Wenn Reinigungsarbeiten unterbrochen werden müssen (Telefon, Türglocke usw.), muss das Kind mitgenommen oder Reinigungsmittel u. Ä. aus seiner Reichweite entfernt werden.
- Reinigungs- und Schädlingsbekämpfungsmittel sind gut verschlossen und mindestens 1.6 m über dem Boden aufzubewahren.
- Arzneimittel dürfen nie in Reichweite von Kindern herumliegen, auch wenn sie täglich eingenommen werden. Medikamente gehören in einen verschlossenen Schrank. Dasselbe gilt für alkoholische Getränke und Zigaretten. Auch Sprühdosen, Nagellack und dergleichen gehören nicht in Kinderhände. Sie enthalten giftige Substanzen und dürfen daher den Kindern nicht zum Spielen überlassen werden.
- Kindern ist ausdrücklich zu verbieten, irgendwelche Pflanzen oder Beeren zu essen, bevor sie diese nicht einem Erwachsenen gezeigt haben. Das Verbot hat eine grössere Wirkung, wenn dem Kind die Vergiftungsgefahr erklärt wird.
- Kindern sind zum Malen nur ungiftige Farben zu überlassen.

Tabelle 2
Giftunfälle bei Kindern (0–16 Jahre) nach Altersklasse und Geschlecht, 2008

Alter und Geschlecht		Harmlose Vorfälle		Fälle mit Potenzieller Gefährdung		Total	
Alter	< 5 Jahre	5 345	19.2%	6 699	24.1%	12 044	43.3%
	5 - < 10 Jahre	364	1.3%	700	2.5%	1 064	3.8%
	10 - < 16 Jahre	179	0.6%	755	2.7%	934	3.4%
	unbekannt	429	1.5%	567	2.0%	996	3.6%
Geschlecht	Mädchen	2 821	10.1%	3 766	13.5%	6 587	23.7%
	Knaben	3 065	11.0%	4 417	15.9%	7 482	26.9%
	unbekannt	431	1.6%	538	1.9%	969	3.5%
Total Kinder		6 317	22.7%	8 721	31.4%	15 038	54.1%

Quelle: Schweizerisches Toxikologisches Informationszentrum

6. Äussere Verletzungen

Mit etwa neun Monaten versucht das Kind, sich überall hochzuziehen. Dabei besteht die Gefahr, dass es sich durch herabfallende Gegenstände verletzt.

Vorbeugende Massnahmen

- Am sichersten ist es, auf Tischtücher zu verzichten. Herabhängende Tischtücher werden am besten hochgeschlagen, um sie dem Zugriff von Kindern zu entziehen.
- Gegenstände, die leicht herabfallen und das Kind verletzen könnten, sind zu entfernen.
- Haushaltmaschinen und Werkzeuge gehören nicht in die Reichweite des Kindes, bevor es sicher damit umgehen kann.
- Alle spitzen und scharfen Objekte wie Messer, Scheren, Nadeln usw. sind sofort nach Gebrauch wegzuräumen.
- Sobald das Kind im Garten spielt, sollten keine Gartengeräte und Werkzeuge herumliegen, mit denen es sich beim Spielen oder Nachahmen der Tätigkeiten Erwachsener verletzen könnte.

7. Elektrounfälle

Elektrounfälle können sich ereignen, wenn Kinder in ihrer Entdeckungsfreude an Steckdosen hantieren und beschädigte Kabel oder Stecker in den Mund nehmen.

Vorbeugende Massnahmen

- Es ist darauf zu achten, dass keine unbenutzten elektrischen Kabel herumliegen, die Kinder zum Experimentieren und Basteln verleiten. Beschädigte Kabel und Stecker sind umgehend auszuwechseln. An Steckdosen, die für Kinder erreichbar sind, können Schutzstecker mit isolie-

renden Sperrstiften – so genannte Blindstecker – angebracht werden, damit nicht mit Nägeln oder anderen spitzen Gegenständen darin herumgestochert werden kann.

- Es gibt spezielle Steckdosen, bei denen die Kontakte abgedeckt sind und sich nur beim Einschieben des Steckers öffnen. Dadurch wird das Einführen von Strom leitenden Gegenständen wie Stricknadeln, Nägeln, Büroklammern usw. und damit das gefährliche Berühren Strom führender Teile in der Steckdose verhindert.
- Zur Erhöhung der Sicherheit in Küche, Bad und Kinderzimmer empfiehlt sich die Installation von Sicherheitssteckdosen mit Fehlerstrom-Schutzschalter. Fliesst fehlgeleiteter Strom durch den Körper eines Menschen, unterbricht der Schalter innerhalb von Sekundenbruchteilen den Stromkreis, so dass schwer wiegende Folgen ausbleiben. Sicherheitssteckdosen können auch nachträglich überall eingebaut werden, beispielsweise in Spiegelschränken.

8. Ertrinken

Todesfälle durch Ertrinken ereignen sich vorwiegend bei Kindern zwischen 1 und 4 Jahren. Bis etwa zum dritten Lebensjahr ist das Kleinkind infolge seines schweren Kopfes und der noch ungeübten Muskulatur auch bei Wassertiefen von nur wenigen Zentimetern nicht in der Lage, sein Gesicht aus dem Wasser zu heben. Zu Unfällen kommt es meist, wenn Eltern durch irgendwelche Tätigkeiten abgelenkt sind und sich die Kinder ihrer Neugierde folgend unbeaufsichtigt einem Gewässer nähern.

Vorbeugende Massnahmen

- Kinder dürfen sich unter keinen Umständen unbeaufsichtigt in der Badewanne oder in der

- Nähe von Teichen, Seen oder Fließgewässern aufhalten.
- Unbenutzte Planschbecken, Gartenschwimmbäder und Wasserbehälter sind zuzudecken, damit kein Kind hineinfallen kann. Wasserbecken oder Biotope im Spielbereich dürfen höchstens eine Wassertiefe von 20 cm aufweisen oder müssen mit einem unter der Wasseroberfläche angebrachten Gitter oder durch eine Umzäunung gesichert sein.
 - Kinder, die noch nicht schwimmen können, dürfen sich nicht unbeaufsichtigt auf Luftmatratzen im Wasser aufhalten. Diese kippen leicht, können Luft verlieren und Nichtschwimmer in Lebensgefahr bringen.
 - Kinder sollten mit 4 bis 5 Jahren schwimmen lernen. Schwimmen ist die beste Versicherung gegen Ertrinken.
 - Beim Baden sind auch stets die sechs wichtigsten Baderegeln der Schweizerischen Lebensrettungsgesellschaft SLRG zu beachten:
 - 1) Springe nie erhitzt ins Wasser! Dein Körper braucht Anpassungszeit.
 - 2) Lass kleine Kinder nie unbeaufsichtigt am Wasser! Sie kennen keine Gefahren.
 - 3) Luftmatratzen und Schwimmhilfen gehören nicht ins tiefe Wasser! Sie bieten keine Sicherheit.
 - 4) Schwimme niemals mit vollem oder ganz leerem Magen! Warte nach üppigem Essen 2 Stunden. Meide Alkohol!
 - 5) Springe nicht in trübe oder unbekannte Gewässer! Unbekanntes kann Gefahren bergen.
 - 6) Schwimme lange Strecken nie allein! Auch der besttrainierte Körper hat mal eine Schwäche.
 - Beim Befahren von Flüssen mit Booten hilft die Beachtung der sechs Flussregeln der SLRG, Unfälle zu vermeiden:
 - 1) Schlauchbootfahrer müssen mit einer Rettungsweste ausgerüstet sein!
 - 2) Die auf dem Boot angegebene Nutzlast darf nicht überschritten werden!
 - 3) Boote nicht zusammenbinden! Sie sind nicht mehr manövrierfähig.
 - 4) Unbekannte Flussabschnitte müssen vor jeder Fahrt zuerst erkundet werden!
 - 5) In freie Gewässer (Flüsse, Weiher und Seen) wagen sich nur gute und geübte Schwimmer.
 - 6) Unterkühlung kann zu Muskelkrampf führen. Je kälter das Wasser, umso kürzer der Aufenthalt im Wasser!

9. Spiele im Freien, Sport

Beim Spielen im Freien können einerseits die Spiele selbst oder die dabei verwendeten Geräte gefährlich sein, z. B. Luftgewehre, Pfeilbogen, Wurfpeile oder Steinschleudern; andererseits kann das Spielen an bestimmten Orten riskant sein, etwa Ballspielen, Rollschuh- oder Rollbrettfahren auf der Strasse oder in Strassennähe sowie das Steigenlassen von Drachen im Bereich von Freileitungen.

Reiten ist insbesondere bei Mädchen im Schulalter ein beliebtes Hobby. Verletzungen durch Reitunfälle sind oft schwerer Natur. Bei mehr als der Hälfte der durch Stürze vom Pferd verursachten Verletzungen ist der Kopf betroffen.

Beim Skifahren haben in der Schweiz jährlich rund 12 000 Kinder bis zu 16 Jahren einen Unfall.

Unfälle beim Schlitteln sind nicht besonders häufig, führen jedoch oft zu schweren Verletzungen, weil überdurchschnittlich häufig der Kopf davon betroffen ist. Dies dürfte primär Folge des von Kindern bevorzugten «bäuchlings» Schlittelns (Kopf voran) sein.

Vorbeugende Massnahmen

- Es ist darauf zu achten, dass Kinder auf geeigneten Plätzen, abgesperrten Höfen usw. spielen und die verwendeten Geräte keine Verletzungsgefahr in sich bergen. Auf Spielplätzen sind insbesondere Kinder bis zu 11 Jahren unfallgefährdet; die meisten Unfälle ereignen sich auf Rutschbahnen und Schaukeln.
- Beim Inline-Skaten sollte unbedingt die komplette Schutzausrüstung (Helm, Ellbogen-, Handgelenk- und Knieschoner) getragen werden.
- In den Reitsport sollten Jugendliche durch ausgebildete Lehrer eingeführt werden. Grundkenntnisse über das Verhalten von Pferden sind Voraussetzung für den sicheren Umgang mit ihnen. Beim Reiten sollte immer eine feste Reitkappe getragen werden. Die Verwendung selbstöffnender Steigbügel verhindert das Mitschleifen nach einem Sturz.
- Beim Schneesport ist die richtige Ausrüstung besonders wichtig. Ausgetragene Schuhe von Geschwistern können der Sicherheit abträglich sein. Am besten lässt man sich im Fachgeschäft über Skischuhe und -ausrüstung beraten. Ab 15 kg Körpergewicht empfiehlt sich die Verwendung einer Auslösebindung. Kinder sollten zur Vermeidung von Kopfverletzungen einen guten Schneesporthelm mit harter Aussenschale tragen. Vor der ersten Abfahrt und nach Pausen sollte sich jeder Schneesportler durch Gymnastik aufwärmen. Auch beim Skifahren und Snowboarden sollten die Eltern ein Vorbild für ihr Kind

sein, seinen Fähigkeiten entsprechend fahren und es nicht sich selbst überlassen.

- Beim Schlitteln sollten Kinder hohe Schuhe mit Profil, Handschuhe und einen Kopfschutz tragen. «Bäuchlings» schlitteln (Kopf voran) vermeiden oder zumindest nur dort zulassen, wo keine Hindernisse vorhanden sind. Keine «Kettenfahrten» (mehrere Schlitten verbunden) unternehmen.
- Für Ballspiele gilt: vor jedem Spiel einlaufen (traben, Steigerungsläufe, Gymnastik, dehnen). Regelmässiges Training und umfassendes Einlaufen sind die besten Mittel gegen Zerrungen und Muskelrisse. Beim Fussballspielen kann sich jeder Spieler selber schützen, indem er immer kombinierte Schienbein- und Knöchelschoner trägt.

10. Verletzungen durch Haustiere

Verletzungen durch Haustiere sind nicht sehr häufig. Kinder spielen gerne mit Hunden und Katzen, die im Allgemeinen kaum gefährlich sind. Bei kleinen Kindern ist jedoch nicht auszuschliessen, dass sie ein Tier unabsichtlich reizen, ohne sich der dadurch entstehenden Gefahr bewusst zu sein.

Vorbeugende Massnahmen

- Kinder sollten nicht mit Hunden oder Katzen allein gelassen werden. Zudem ist ihnen klarzumachen, dass es die meisten Tiere nicht mögen, von irgendjemandem angefasst und an Ohren oder Schwanz gezogen zu werden. Fremde Tiere dürfen nur mit Einverständnis des Besitzers gestreichelt werden.
- Kinder sind auf die wichtigsten Regeln im Umgang mit Tieren aufmerksam zu machen: Der Käfig, Stall usw. gehören zum engsten Lebensraum eines Tieres. Dringt man in sein Revier ein, kann es sich angegriffen fühlen und sich vertei-

digen. Beim Fressen sollten Tiere grundsätzlich nicht gestört werden. Ebenso ist es unklug, sich einem Muttertier zu nähern, das Junge geworfen hat. Auch wenn man diese nur streicheln will, kann es sich zur Wehr setzen und seine Jungen verteidigen.

11. Strassenverkehrsunfälle

Strassenverkehrsunfälle sind die häufigste Todesursache bei Kindern zwischen 5 und 16 Jahren.

In der Schweiz werden pro Jahr rund 3'500 im Strassenverkehr verunfallte Kinder bis zu 16 Jahren polizeilich registriert. Unter Berücksichtigung der Dunkelziffer liegt die Zahl der Verunfallten – insbesondere der Leichtverletzten – in Wahrheit noch höher. Knaben sind mit einem Anteil von rund 70 Prozent im Strassenverkehr deutlich stärker unfallgefährdet als Mädchen.

Bei Strassenverkehrsunfällen können auch Kleinkinder zu Schaden kommen, die nur passiv am Verkehr teilnehmen, d. h. im Kinderwagen, auf dem Fahrrad oder im Auto mitgeführt werden. Wie die Statistik zeigt, ereignen sich bei Kindern zwischen 12 und 16 Jahren die meisten Fussgängerunfälle, wenn sie selbständig am Verkehr teilnehmen, d. h. z. B. auf dem Schulweg und beim Spielen.

Tabelle 3 zeigt die Verteilung der Verkehrsunfälle inner- und ausserorts auf die Altersgruppen der 0- bis 6-Jährigen und der 7- bis 16-Jährigen.

Sobald ein Kind schulpflichtig ist bzw. vom ersten Tag des tatsächlichen Schulbesuchs an, darf es auf öffentlichen Strassen Rad fahren, sofern es die Pedale sitzend treten kann. Am meisten Radfahrerunfälle ereignen sich bei den 12- bis 16-Jährigen (Tabelle 4).

Tabelle 3				
Im Strassenverkehr verletzte und getötete Kinder (0–16 Jahre) nach Altersklasse, Ortslage und Strassenart, 2008				
	0–5 Jahre	6–11 Jahre	12–16 Jahre	Total
Total Personenschäden				
Leichtverletzte	216	579	1 324	2 119
Schwerverletzte	42	111	274	427
Getötete	1	5	15	21
Total	259	695	1 613	2 567
Verletzte und Getötete innerorts				
Hauptstrasse	92	252	576	920
Nebenstrasse	107	325	665	1 097
Andere	8	21	26	55
Total	207	598	1 267	2 072
Verletzte und Getötete ausserorts				
Hauptstrasse	37	58	201	296
Nebenstrasse	14	38	142	194
Andere	1	1	3	5
Total	52	97	346	495

Quelle: Polizeilich registrierte Strassenverkehrsunfälle, BFS, Auswertung bfu

Vorbeugende Massnahmen:

- Beim Überqueren der Strasse mit einem Kinderwagen ist darauf zu achten, dass vor dem Betreten der Fahrbahn in genügendem Abstand vom Trottoirrand angehalten wird, damit das Kind im Wagen nicht gefährdet ist. Es ist auch immer daran zu denken, den Kinderwagen gegen das Wegrollen zu sichern, wenn er irgendwo abgestellt wird.
- Für den Transport auf dem Fahrrad sind geeignete Kindersitze zu verwenden. Der Sitz muss namentlich die Beine des Kindes schützen und darf den Radfahrer nicht behindern. Dabei sollten Kinder – wie auch der Fahrer – einen Velohelm tragen. Dasselbe gilt auch für im Veloanhänger mitgeführte Kinder.
- Im Auto sind Säuglinge am besten in speziellen, mit Gurten fixierten Rückhaltesystemen aufgehoben. Kinder bis zu 12 Jahren sollten nur auf den Rücksitzen mitgeführt werden; Kinder unter 12 Jahren müssen – falls sie kleiner als 150 cm sind - durch ihrem Alter entsprechende Rückhaltevorrichtungen gesichert sein (Kinderückhaltevorrichtung, welche gemäss der Serie 03 oder 04 des ECE-Reglements Nr. 44 geprüft ist). Bei der Verwendung von Dreipunktgurten sind zur Verbesserung der Gurtführung spezielle Sitzerhöher zu benutzen.
- Kinder dürfen nie auf der Strassenseite, sondern sollten immer auf der Trottoirseite ein- und aussteigen, damit sie nicht durch nachfolgende

Fahrzeuge gefährdet werden.

- Die aktive Teilnahme am Strassenverkehr beginnt für das Kind, wenn es an der Hand der Eltern die Strasse betritt. Dabei gilt es zunächst, das Kind auf der von der Strasse abgewandten Seite an der Hand zu halten. Sollte es sich plötzlich losreissen, gerät es so nicht unvermittelt auf die Strasse. Um dies zu verhindern, kann der Erwachsene das Kind seinen Daumen festhalten lassen und das Handgelenk des Kindes zwischen Zeige- und Mittelfinger ergreifen.
- Vor dem Überqueren der Fahrbahn sollten die Eltern von Anfang an konsequent am Trottoirrand anhalten. Sie selbst können entscheiden, ob der Sicherheitshalt nötig ist oder nicht; ein kleines Kind ist dazu jedoch noch nicht in der Lage. Wenn sie einmal anhalten und einmal nicht, wird ein Kind sicheres Verhalten beim Überqueren der Strasse nie lernen.
- Dem Kind ist der Unterschied zwischen Trottoir und Strasse sowie die Bedeutung der Begriffe «Verkehr», «Fahrzeug», «Lichtsignal» zu erklären und seine Beobachtungsfähigkeit durch Fragen zu schulen. Die Eltern sollten begründen, warum man zuerst auf beide Seiten schauen muss, bevor man die Strasse betritt, und dies auch immer wieder deutlich vormachen: Schau links – schau rechts! Es wird dem Kind zunächst nicht möglich sein, Verkehrssituationen und allfällige Gefahren richtig einzuschätzen. Die Gewohnheit des «sich Umsehens» wird jedoch das selbständige Absichern im Alter von etwa 5 Jahren stark erleichtern. Zwischen 4 und 5 Jahren sollte das Kind allmählich lernen, nach links und rechts zu schauen und selbst festzustellen, ob sich Fahrzeuge nähern. Am Anfang wird es oft nicht daran denken. Es kann daran erinnert werden, indem

Tabelle 4
Verletzte und getötete radfahrende Kinder (0–16 Jahre) im Strassenverkehr nach Altersklasse, 2008

	0–5	6–11	12–16	Total
Leichtverletzte	16	148	336	500
Schwerverletzte	3	29	78	110
Geötete	0	2	2	4
Total	19	179	416	614

Quelle: Polizeilich registrierte Strassenverkehrsunfälle, BFS, Auswertung bfu

man ihm Fragen stellt, z. B.: «Siehst Du ein Fahrzeug kommen?»

- Das Kind ist darauf hinzuweisen, dass man sich auch bei Lichtsignalanlagen immer an die Regel «Warte – Luege – Lose – Laufe» halten muss. Zur Übung kann es – wenn es das richtige Verhalten schon kennt – z. B. beim Einkaufen vorangehen und der Mutter sagen, wann die Strasse sicher überquert werden kann, wann bei einer Lichtsignalanlage angehalten werden muss usw. So gewinnt das Kind nach Beobachten der Verkehrssituation die notwendige Sicherheit, selbständig und verkehrsgerecht zu entscheiden.
- Die Eltern sollten ihr Kind auch lehren, wie es die Strasse ohne Fussgängerstreifen sicher überqueren kann.
Auffällige Kleidung erhöht die Sichtbarkeit der Kinder im Strassenverkehr: Orangefarbene Regenmäntel, Dreieckbänder, Schultergürtel und

«Znünitäschli» mit lichtreflektierendem Material erfüllen die Forderung nach «Sicherheit durch Sichtbarkeit» am besten.

- Bevor ein Kind zur Schule geht, sollten die Eltern die beste Route aussuchen. Dabei ist nicht unbedingt der kürzeste, sondern der sicherste Weg zu wählen. Falls er besondere Gefahrenstellen aufweist, ist deren Bewältigung mehrmals zu üben.
- Wenn Eltern ihr Kind vom Kindergarten oder von der Schule abholen, dürfen sie nie auf der gegenüberliegenden Strassenseite warten. Das Kind könnte in seiner Wiedersehensfreude alle Vorsicht vergessen und über die Strasse rennen, ohne auf den Verkehr zu achten.
- Kinder im vorschulpflichtigen Alter dürfen auf öffentlichen Strassen nicht Rad fahren (SVG Art.19, Abs.1). Sie sind durch Eltern, Lehrer und Verkehrsinstruktoren der Polizei sorgfältig auf das Velofahren vorzubereiten.

III. Informations- und Schulungsunterlagen

Die nachstehende Auswahl von Unterrichtsblättern, Broschüren und Informationsblättern finden Sie unter www.bfu.ch/bestellen, wo Sie sie auch direkt bestellen können.

1. Strassenverkehr

Schulweg	Kinder auf dem Schulweg (3.022)
	Schulweg (4.036)
	Fussgängerstreifen (9807)
Fussgänger	Erste Schritte im Strassenverkehr (3.017)
	Sichtbarkeit bei Nacht (3.008)
	Sichtbar unterwegs (4.037)
Velofahrer	Radfahren (3.018)
	Velotouren (9915)
	Kindertransport mit dem Fahrrad (3.005)
	Fahrzeugähnliche Geräte (3.025)
Autolenker	Kreisel (3.029)
	Auto-Kindersitze 10 (3.059)
	Tempo-30-Zonen (3.003)
	Alkohol und Drogen im Strassenverkehr (4.034)
	Kinder im Auto (3.119)
Geschwindigkeit im Strassenverkehr (4.030)	

2. Haushalt / Garten / Freizeit

Ein sicheres Zuhause für unsere Kinder
(9504)

Geräte im Haushalt
(3.012)

Gifte und Chemikalien
(3.011)

Stürze
(3.004)

Geländer und Brüstungen
(2.003)

Technisches Gestalten
(4.031)

3. Sport

Wintersport

Skifahren und Snowboarden
(3.002)

Richtlinien für Skifahrer und Snowboarder
(3.016)

Freeriden
(3.028)

Schlitteln
(3.001)

Schneesport
(0012)

Baden

Schwimmen, Schnorcheln, Schlauchboot
(3.009)

Baden
(4.033)

Indoor

Ballspiele
(9912)

Kletteranlagen
(2.009)

Outdoor

Inline-Skating
(0008)

Freianlagen für den Schul- und Vereinssport
(2.010)

Bergwandern
(3.010)

Wanderungen
(9817)

Mountainbiking
(3.020)

bfu-Fachdokumentationen

Kostenlose Bestellungen auf www.bfu.ch/bestellen

Die Publikationen können zudem heruntergeladen werden.

Einige Dokumentationen existieren nur in deutscher Sprache mit Zusammenfassungen in Französisch und Italienisch.

Strassenverkehr	Schulweg – Massnahmen zur Erhöhung der Verkehrssicherheit (2.023)	
	Methodenvergleich VSS-EuroRAP – Evaluierung der beiden Methoden zur Lokalisierung von Unfallstellen am Beispiel ausgewählter Strecken (R 0617)	
	18- bis 24-Jährige im Strassenverkehr und Sport (R 9824)	vergriffen nur als PDF verfügbar
	Schwerpunkte im Unfallgeschehen in Schweizer Städten (R 9701)	vergriffen nur als PDF verfügbar
Sport	Sporthallen – Sicherheitsempfehlungen für Planung, Bau und Betrieb (2.020)	
	Sicherheit und Unfallprävention im Seniorensport (R 0113)	
	Mountainbike-Trails – Leitfaden zur Realisierung (2.040)	
	Signalisierte Schneeschuhrouen – Leitfaden für Anlage, Signalisation, Unterhalt und Betrieb (2.059)	
Haus und Freizeit	Sicherheit im Wohnungsbau – Vorschriften der Schweizer Kantone und des Fürstentums Liechtenstein zur baulichen Gestaltung von Geländern, Brüstungen und Treppen (2.034)	
	Anforderungsliste Bodenbeläge – Anforderungen an die Gleitfestigkeit in öffentlichen und privaten Bereichen mit Rutschgefahr (2.032)	
	Gewässer – Tipps zur Sicherung von Kleingewässern (2.026)	
	Spielräume – Tipps zur Planung und Gestaltung von sicheren, attraktiven Lebens- und Spielräumen (2.025)	
	Bäderanlagen – Sicherheitsempfehlungen für Planung, Bau und Betrieb (2.019)	
	Bodenbeläge – Tipps zur Planung, Bau und Unterhalt von sicheren Bodenbelägen (R 0210)	
Allgemeine Dokumentationen	Sturzprävention für Senioren und Seniorinnen – Die Rolle des Hüftprotektors in der Sturz-Fraktur-Prävention (R 0610)	
	Schwerpunkte im Unfallgeschehen – Strassenverkehr, Sport, Haus und Freizeit (R 0301)	