

GGD gezondheidsinformatie

Veiligheid, ouder worden

Als gevolg van de verbeterde leef-, woon- en zorgomstandigheden worden mensen steeds ouder. In Nederland wonen ruim 2 miljoen mensen van 65 jaar en ouder. De lichamelijke gesteldheid en mindere mobiliteit leiden tot meer ongevallen in de prive-sfeer.

Wat is het?

Privé-ongevallen zijn ongelukken en ongelukjes in en om het huis of op straat. Het gaat om bijvoorbeeld ongelukkig vallen, zich snijden aan iets scherp, vergiftiging, ongelukken met brandwonden.

Naarmate je ouder wordt, zijn de gevolgen van een ongeval vaak ernstiger dan wanneer je jonger bent. Dit komt onder andere doordat de botten bij ouderen (vooral bij oudere vrouwen) minder sterk zijn, waardoor men sneller iets breekt. Ook zijn oudere mensen minder mobiel en kunnen minder snel reageren. Regelmatig moeten senioren als gevolg van zo'n ongeval vroegtijdig hun zelfstandig bestaan opgeven. Wanneer je deze factoren bij elkaar optelt, betekent het dat senioren een grote risicogroep vormen. Jaarlijks worden ongeveer 30.000 Nederlanders van 55 jaar en ouder opgenomen in een ziekenhuis tengevolge van een privé-ongeval (exclusief overledenen).

Privé-ongevallen bij personen van 55 jaar en ouder hebben voornamelijk betrekking op vallen.

Valongevallen komen bij vrouwen aanzienlijk meer voor dan bij mannen, vooral als het gaat om de ongevallen die bij de eerste-hulp-afdeling komen. Het aantal ongevallen neemt zowel voor mannen als voor vrouwen zeer sterk toe met de leeftijd.

Hoe vaak komt het voor?

Naarmate de gevolgen van een privé-ongeval ernstiger worden, blijkt dat het aantal slachtoffers van 55 jaar en ouder toeneemt. 15% van de behandelingen op eerste-hulp-afdelingen en 44% van de ziekenhuisopnamen betreft personen van 55 jaar en ouder. Bij sterfgevallen ten gevolge van een privé-ongeval betreft het maar liefst in 81% van de gevallen senioren.

Wat doe je eraan?

Dikwijls kunnen veel ongevallen voorkomen worden door eenvoudige maatregelen, zoals de juiste verlichting op de juiste plekken, of het verhelpen van struikelblokken die je in elk huis tegenkomt. Zo kan een losliggend kledingstuk of een elektriciteits snoer door de kamer de oorzaak zijn van een lelijke val. Ook kunnen veel ongevallen voorkomen worden door degelijke huishoudelijke apparaten aan te schaffen of allerlei dagelijkse producten net even op een andere manier te gebruiken. Eén van de manieren om te voorkomen dat ouderen vroegtijdig afstand moeten doen van hun zelfstandigheid, is hen voor te lichten over veiligheid in en om de woning.

Bronvermelding

Deze pagina wordt u aangeboden door een samenwerkingsverband van ruim 20 GGD-en in Nederland. Commentaar op de inhoud kunt u richten aan de Redactie.

Landelijke adressen

Stichting Consument en Veiligheid, Postbus 75169, 1070 AD Amsterdam,
tel: 020-511 45 11 www.consument-en-veiligheid.nl