

# Sicherheit für Senioren

Notfälle vermeiden, richtig reagieren,  
Leben retten



[november.de](http://november.de)

# Inhaltsverzeichnis

## Brandschutz für Senioren

Warum sind ältere Menschen besonders gefährdet? .....	3
So verhalten sich Senioren im Brandfall richtig .....	4
Notruf per Fax absetzen .....	7
Checkliste: Wie Sie Brände verhindern können .....	8
Überprüfen .....	8
Ersetzen .....	8
Üben .....	9
Installieren .....	9
Rauchmelder für Hörgeschädigte .....	9
Wie funktioniert ein Rauchmelder für Hörgeschädigte? .....	10
Wer trägt die Kosten für den Spezial-Rauchmelder? .....	10
<b>Schnelle Hilfe bei Unfällen .....</b>	<b>11</b>
Hausnotruf .....	11
Mobiler Notruf .....	12
Seniorenhandy .....	13

In den eigenen vier Wänden fühlt man sich am wohlsten. Ältere Menschen schätzen die Vertrautheit und Sicherheit der gewohnten Umgebung. Trotzdem nimmt auch hier das Unfallrisiko im Alter zu: Statistisch gesehen erleiden Senioren zuhause viel häufiger tödliche Unfälle als andere Bevölkerungsgruppen. Lesen Sie hier, wie Sie sich und andere schützen, indem Sie Notfallsituationen vermeiden und richtig reagieren.

## Brandschutz für Senioren

Wenn ein Brand ausbricht, zählt jede Sekunde. Das Leben vieler Menschen hängt davon ab, dass das Feuer rechtzeitig entdeckt wird und die Betroffenen genau wissen, wie sie sich zu verhalten haben.





## Warum sind ältere Menschen besonders gefährdet?

Senioren sind nicht nur überdurchschnittlich häufig von Bränden betroffen, sondern sie sind auch stärker durch sie gefährdet als andere Menschen.

Das hat folgende Gründe:

- Im Alter nimmt die Sinneswahrnehmung inklusive Hör-, Seh- und Geruchssinn ab. Dies kann dazu führen, dass Brände oder Brandherde später wahrgenommen werden.
- Eine verminderte Reaktionsgeschwindigkeit sowie nachlassende Koordinationsfähigkeit können in Gefahrensituationen lebensrettende Handlungen verzögern.
- Durch eingeschränkte Mobilität sind viele Senioren nicht mehr in der Lage, sich rechtzeitig in Sicherheit zu bringen. Besonders nachts wird eine schnelle Flucht dadurch erschwert.
- Veraltete Technik, beschädigte Kabel und defekte Haushaltsgeräte sind eine klassische Gefahrenquelle. Von ihnen geht ein hohes Brandrisiko aus.

## So verhalten sich Senioren im Brandfall richtig

Bei einem Hausbrand haben Betroffene im Durchschnitt zwei Minuten Zeit, um sich in Sicherheit zu bringen. 90 Prozent der Unfallopfer sterben nämlich nicht durch Feuer, sondern erleiden eine tödliche Rauchvergiftung. Es bleibt Ihnen also nicht viel Zeit zu handeln! Richtiges Verhalten kann Ihr Leben und das anderer Menschen retten:

- Alarmieren Sie die Feuerwehr über den Notruf 112.
- Weisen Sie bereits am Telefon auf Mobilitätsbehinderungen und andere Einschränkungen hin. Der Feuerwehreinsatzleiter kann dann besser entscheiden, welche Rettungsmaßnahmen erforderlich sind.
- Ist das Treppenhaus verqualmt: Halten Sie die Wohnungstür geschlossen! Warten Sie in der Wohnung auf die Feuerwehr und machen Sie sich am Fenster oder Balkon bemerkbar (ggf. mit Handtüchern oder Bettlaken).
- Bei einem Brand in der Wohnung: Halten Sie Fenster und Türen zum Brandraum geschlossen! Dadurch verhindern Sie eine Ausbreitung von Rauch und Feuer.



**Mobilitätsbehinderte Menschen** begeben sich bei einem Wohnungsbrand wenn möglich in das Treppenhaus. Entfernen Sie sich so weit es geht vom Gefahrenbereich. Schließen Sie die Wohnungstür und warten Sie gegebenenfalls auf Hilfe am Treppenabsatz.

- Benutzen Sie nicht den Fahrstuhl! Im Brandfall können Fahrstühle zur tödlichen Falle werden
- Warnen Sie Angehörige und Mitbewohner.
- Bringen Sie Hilfsbedürftige und sich selbst in Sicherheit.
- Warten Sie auf die Feuerwehr. Halten Sie Ihre Schlüssel bereit und zeigen Sie der Feuerwehr bei Bedarf die Zugänge.
- Begeben Sie sich nicht in Gefahr! Bekämpfen Sie den Brand nur dann, wenn Sie Ihre eigene Sicherheit nicht gefährden.



## Notruf per Fax absetzen

Damit auch sprech- und hörbehinderte Menschen in Gefahrensituationen schnell Hilfe verständigen können, haben alle Bundesländer einen barrierefreien Notrufservice per Telefax eingerichtet.

Um diesen nutzen zu können, benötigen Sie lediglich ein funktionsfähiges Telefaxgerät sowie eine entsprechende Fax-Vorlage.

**Auf der November-Webseite finden Sie eine Fax-Vorlage zum Herunterladen:**

**<https://november.de/ratgeber/senioren/sicherheit/>**

Drucken Sie sich die Vorlage aus und legen Sie das Formular vorausgefüllt in der Nähe Ihres Telefaxgeräts bereit.

- Machen Sie am besten vollständige Angaben zu Ihrem Namen und Ihrer Adresse, so dass Sie in einer Gefahrensituation nur noch die Art des Notfalls nachtragen müssen.
- Notieren Sie sich auf dem Formular zusätzlich die richtige Notruf-Faxnummer, um bei Bedarf schnell einen Notruf an die örtliche Feuerwehr senden zu können.

**Hier finden Sie ein Verzeichnis der Notruf-Faxnummern für alle Regionen in Deutschland:**

**<http://www.notfall-telefax112.de/notfall-telefax-verzeichnis.html>**

## Checkliste: Wie Sie Brände verhindern können

Am besten bekämpfen Sie Brände, indem Sie sie gar nicht erst ausbrechen lassen. Mit ein paar wenigen Vorsichtsmaßnahmen können Sie das Brandrisiko in Ihrer Wohnung oder Ihrem Haus deutlich reduzieren. Haken Sie einfach folgende Punkte ab:



### ✓ Überprüfen

Lassen Sie alle Elektrogeräte und -kabel in Ihrer Wohnung von einem Elektriker auf Defekte überprüfen. Schadhafte Kabel und Geräte sind eine Hauptursache für Wohnungsbrände in Deutschland!



### ✓ Ersetzen

Tauschen Sie alte und schadhafte Haushaltsgeräte gegen modernere Modelle aus. Selbst abschaltende Bügeleisen, Wasserkocher und Kaffeemaschinen sowie Gasherde mit automatischem Gas-Stopp bieten eine hohe Unfallsicherheit.



## ✓ Üben

Testen Sie selbst den Ernstfall zuhause, um bei einem Feuer gut vorbereitet zu sein. Wissen Sie, was bei einem Wohnungsbrand zu tun ist? Steht die Gehilfe bereit? Können Sie das Telefon schnell erreichen? Haben Sie das No-truf-Faxformular vorausgefüllt? Sind alle Fluchtwege frei?



## ✓ Installieren

Rauchmelder sind der wichtigste Schutz vor tödlichen Unfällen durch Feuer und Brandrauch. Sie sind in fast allen Bundesländern gesetzlich vorgeschrieben. Installieren Sie in jedem Raum (außer Badezimmer und Küche) einen Rauchmelder und achten Sie auf ihre ordnungsgemäße jährliche Wartung.

## Rauchmelder für Hörgeschädigte

Herkömmliche Rauchmelder geben einen Warnton mit etwa 85 Dezibel Lautstärke ab. Für Hörgeschädigte ist das nicht sehr laut.



Besonders nachts, wenn das Hörgerät ausgeschaltet ist, kann der Alarm daher leicht unbemerkt bleiben. Aus diesem Grund gibt es für Rauchmelder sogenannte Hörgeschädigtenmodule, die den akustischen Alarm in visuell und haptisch wahrnehmbare Signale übersetzen. Diese barrierefreien Rauchmelder für Hörgeschädigte und Gehörlose sind auch für Senioren sehr empfehlenswert.

## Wie funktioniert ein Rauchmelder für Hörgeschädigte?

Das Hörgeschädigtenmodul wird mit allen Rauchmeldern in der Wohnung per Funk vernetzt. Löst ein beliebiger Rauchmelder Alarm aus, gibt ein Lichtsystem im Schlafzimmer intensive



Lichtblitze ab, die auch bei geschlossenen Augen leicht wahrgenommen werden. Zusätzlich beginnt ein Rüttelkissen unter dem Kopfkissen oder zwischen Bettrahmen und Matratze zu vibrieren. Auf diese Weise werden auch Hörgeschädigte und Gehörlose rechtzeitig gewarnt.

## Wer trägt die Kosten für den barrierefreien Rauchmelder?

Gehörlose Menschen bekommen die Kosten für das Hörgeschädigtenmodul von der Krankenkasse ersetzt. Lassen Sie sich dazu ein Rezept über die erforderlichen Geräte von Ihrem Arzt ausstellen. Anschließend holen Sie sich einen Kostenvoranschlag für die Geräte und den Einbau. Diesen bekommen Sie entweder:

- bei einem Hörgeräteakustiker,
- bei einer Brandschutzfirma,
- oder einem Anbieter für Hörgeschädigten-Rauchmelder.

Reichen Sie den Kostenvoranschlag an Ihre Krankenkasse weiter.

## Schnelle Hilfe bei Unfällen: Notrufsysteme für Senioren

Neben Rauchmeldern gibt es verschiedene Notrufsysteme, mit deren Hilfe Senioren im Notfall einen Alarm auslösen können. Diese sind nicht für den Brandschutz gedacht, sondern sie sollen sicherstellen, dass ältere Menschen im Falle eines Unfalls oder einer akuten Erkrankung umgehend Hilfe und medizinische Versorgung erhalten. Der Alarm wird hierbei über einen Handsender ausgelöst, den die Senioren rund um die Uhr bei sich tragen.

Notrufsysteme werden von verschiedenen gemeinnützigen Verbänden angeboten, installiert und betreut. Dazu zählen unter anderem das Deutsche Rote Kreuz (DRK), der Malteser Hilfsdienst und die Johanniter.

### Hausnotruf

Ein Hausnotrufsystem sichert ältere Menschen in ihrem Zuhause ab. Es besteht aus einem Funksender, den die Senioren stets bei sich tragen, und einer Basisstation. Der Funksender ist wasserdicht und wird als Anhänger oder an einem Armband getragen.

- In einem Notfall betätigen die Senioren den Knopf und werden über die Basisstation mit einer rund um die Uhr besetzten Notrufzentrale verbunden.



- Über Mikrofon und Lautsprecher der Basisstation ist ein Gespräch zwischen dem Betroffenen und dem Mitarbeiter in der Notrufzentrale möglich.
- Auch wenn sich der Senior nicht in der Zentrale meldet - zum Beispiel bei Bewusstlosigkeit oder nach einem Schlaganfall - wird Hilfe geschickt.

## Mobiler Notruf

Ein Alarmsystem für unterwegs gibt Senioren die Möglichkeit, sicher mobil zu bleiben. Anders als der Hausnotruf funktioniert es überall - es bietet also auch Sicherheit beim Einkaufen und Spaziergehen. Dadurch gewinnen ältere Menschen ein Plus an Lebensqualität.

- Der mobile Notrufsender überträgt den Alarm über das Mobilfunknetz. Er wird wie ein Mobiltelefon in der Tasche oder an einem Armband getragen.
- In den einfachsten Ausführungen verfügt der Sender über einen Notrufknopf und ein Mikrofon. Andere Modelle bieten zusätzliche Tasten zum Telefonieren und zum Schreiben von Textnachrichten.
- Ein mobiler Notruf kann je nach Anbieter als Zusatzleistung zum Hausnotruf oder als Einzelservice gebucht werden.

## Seniorenhandy

Eine Alternative zum mobilen Notruf ist das so genannte Seniorenhandy. Diese Mobiltelefone verfügen über spezielle Eigenschaften, die ihre Bedienung für ältere Menschen einfacher machen. Zu den wichtigsten Merkmalen eines Seniorenhandys zählen:

- Große Tasten
- Kontrastreiches Display
- Hohe Lautstärke
- Leicht verständliches Menü
- Unempfindlichkeit/  
Robustheit



Neben Tastentelefonen gibt es inzwischen auch seniorengeeignete Smartphones. Einfache Modelle sind bereits für unter 30 Euro zu erwerben. Es lohnt sich jedoch, bei der Anschaffung auf die Ausstattungsmerkmale zu achten und ggf. ein teureres

Modell zu kaufen. Manche Seniorenhandys verfügen zum Beispiel über eine spezielle "SOS"-Notruftaste und einen Fallsensor, der bei einem Sturz automatisch einen Notruf sendet. Höherpreisige Geräte lassen sich sogar mit dem Hörgerät verbinden. Seniorenhandys erhalten Sie in Elektronikfachgeschäften, im Versandhandel und bei Online-Anbietern.

## Bildnachweis:

Titelblatt: happy senior couple with tablet pc at christmas © Syda Productions 172887876 / Fotolia.com

Seite 3: Haus Brand © animaflora # 134474558 / Fotolia.com

Seite 4: hilflose seniorin ist gestürzt © Picture-Factory # 107417297 / Fotolia.com

Seite 5: Communication support, call center and customer service help desk. © REDPIXEL # 168292584 / Fotolia.com

Seite 6: ambulance-krankenwagen-feuerwehr-970037 © Golda /Pixabay.com

Seite 8: fire-1792499 © Rico\_Loeb /Pixabay.com

Seite 8: electrician-1080554 © jarmoluk / Pixabay.com8z

Seite 8: 2141024 © Sferrario1968 / Pixabay.com

Seite 9: shield-710184 © MelSi /Pixabay.com

Seite 9: Montage eines Rauchmelders © photophonie # 201838295 / Fotolia.com

Seite 10: Elderly caucasian woman sleeping on the bed © Rawpixel.com # 188768683 / Fotolia.com

Seite 11: Elderly person with emergency button © Ingo Bartussek # 79679527 / Fotolia.com

Seite 13: Seniorentelefon / Handy © PhotographyByMK # 25110711 / Fotolia.com

Seite 13: Seniorentelefon / Handy © PhotographyByMK # 25110773 / Fotolia.com