

«Komfort ist in jedem Alter ein Gewinn»

Der Architekt und Gerontologe Felix Bohn weiss, was ein komfortables Bad ausmacht: Es soll sinnvoll ausgestattet, grosszügig und sicher sein. Nicht nur ältere Menschen profitieren davon.

Interview: Tanja Seufert

Herr Bohn, was gehört zu einem komfortablen Bad?

Es kommt zunächst darauf an, ob man das Bad nur zum Zähneputzen nutzt oder – ich verwende diesen überstrapazierten Begriff nur ungern – im Bad wellnessen möchte. Grundsätzlich erreicht man Komfort vor allem durch Grosszügigkeit und Licht.

Welche speziellen Bedürfnisse hat man im Alter?

Altwerden ist ein natürlicher Prozess, keine Krankheit. Im Allgemeinen ist man im Alter unbeweglicher und weniger kräftig, man sieht vielleicht nicht mehr gut, ist verletzlicher und kann nicht mehr so schnell reagieren. Ein Beispiel: Neulich war ich unter der Dusche und das Telefon klingelte. Ich eilte aus der Dusche über meinen rutschsicheren Badboden, doch im Flur passierte es – ich rutschte filmreif aus. Das hat sehr weh getan, aber als betagter Mann hätte ich mir womöglich den Oberschenkelhals gebrochen.

Wie sieht das ideale Bad für ältere Menschen aus?

Ich möchte vorausschicken, dass Komfort einen Nutzen für alle hat. Bei <altersgerecht> denken viele gleich an ein pflegeheimmässiges Bad. Doch Komfort schafft auch in anderen Lebensphasen Erleichterung: So ist ein grosszügiges Bad nicht nur wichtig, um den Alltag schlimmstenfalls im Rollstuhl bewältigen zu können, sondern auch für eine junge Familie wunderbar – etwa um einen Wickeltisch unterzubringen.

Warum befällt die Leute ein Unbehagen, wenn sie <altersgerecht> hören?

Man empfindet es vielleicht als stigmatisierend, schon mit 60 Jahren an eine Dusche zu denken, in die man später einen Sitz



Die Duschwannen von Bette sind in verschiedensten Grössen erhältlich.

Foto: Bette, www.bette.de / www.schmidlin.ch

einbauen kann, oder an ein WC mit etwas höherer Sitzfläche, damit das Aufstehen im Alter leichter fällt. Viele Leute verdrängen das Älterwerden auch noch mit 70. Komfort und Sicherheit sind aber in jedem Alter willkommen. Für ältere Menschen können sie jedoch entscheidend für die Selbständigkeit im Bad werden.

Badewanne mit Stufe, schwellenlose XXL-Dusche: grosszügiges Wohlfühlbad von Kaldewei.



Wohnbäder

Für die
anspruchsvollen
Bedürfnisse.



Aquapura

Die Dusche für Körper und Geist. Ein Multifunktionsduschpanel mit LED-Beleuchtung und 378 Frontbrausedüsen und origineller Handbrause.



Wir zeigen Ihnen auf 3500 m² die Trends von morgen und die «neue Philosophie des Wohlbefindens». Besuchen Sie uns in Huttwil und auf www.keramikland.ch.

Keramikland KN AG · Sanitär · Bad · Platten · Luzernstrasse 79 · CH · 4950 Huttwil
Telefon 062 959 58 58 · kundendienst@keramikland.ch · www.keramikland.ch



Optimaler Spritzschutz und ebenerdige Wanne.



Die Duschbe «Aqua pura» von Keramikland bietet einen imodulierten Wasserstrahl.

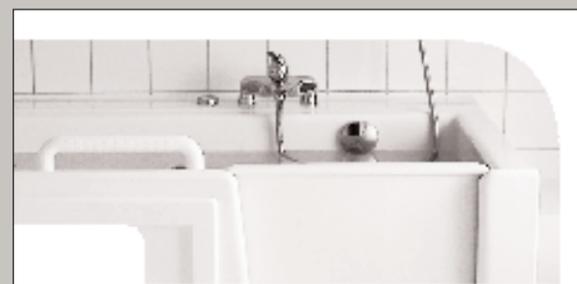
Fotos: Keramikland, www.keramikland.ch



Neu: Freistehende Wannenaumatur, FS1

VOLA AG
Müllistr.18
CH-8320 Fehraltorf
Tel: 044 / 955 18 18
Fax: 044 / 955 18 19
info@vola.ch

www.vola.ch



Einfach baden!

Sitzbadewanne mit Einsteigeleiste

Besuchen Sie uns auf der Website topol.ch/vanex
oder verlangen Sie jetzt Unterlagen.
Ein SAMEX®-Produkt in Schweizer Qualität.

topol

J. Tobler, Sanitär- Metalltechnik, CH-4900 Kleinlützell
Tel. +41 62 923 04 43, E-Mail: info@topol.ch

Aber müssen ein 50-jähriger Hausbesitzer, der sein Bad saniert, oder eine junge Familie, die ein Haus baut, wirklich schon ans Alter denken?

Wieso sollten sie nicht daran denken? Ein gut ausgestattetes und sicheres Badezimmer ist doch auch für jüngere Menschen ein Gewinn. Vielleicht denkt man auch an seine Eltern, die zu Besuch kommen. Kommt hinzu, dass ein Bad nach 20 Jahren nicht komplett neu saniert werden muss. Wird es plötzlich nötig – etwa nach einem Unfall –, konkrete Massnahmen zu ergreifen, ist man froh, wenn die notwendigen Installationen schon am richtigen Ort vorhanden sind. Sonst kann es teuer werden.

Worauf soll man also achten?

Am Anfang steht eine gute Anordnung der Geräte. Das WC steht idealerweise in einer Ecke, damit ein Haltegriff angebracht werden kann. Man fühlt sich im Alter auch ohne Haltegriff einfach sicherer, wenn noch eine Wand an der Seite steht, als wenn man ins Leere aufstehen muss. Auch Tuchhalter und andere Halterungen müssen gut befestigt sein, da man sich bei einem drohenden Sturz oft reflexartig an ihnen festzuhalten versucht.

Rutschfeste Wannen und Bodenfliesen erhöhen die Sicherheit ebenfalls markant.

Genügen die guten alten Anti-Rutsch-Matten in der Wanne?

Die sind nicht zu empfehlen, da sich die Saugnäpfe von der Oberfläche lösen können. Ideal sind rutschsichere Oberflächen, was sich auch nachträglich durch chemisches Aufrauen machen lässt. Eine kurzfristige Lösung sind die Anti-Rutsch-Streifen, wie man sie auch auf Treppenstufen klebt.

Was gehört noch zum komfortablen Bad?

Ein weiterer Aspekt ist das Licht. Viele Badezimmer sind mit einer Leuchtstoffröhre über dem Spiegelschrank ausgestattet, die einerseits insgesamt zu wenig Licht gibt, andererseits aber trotzdem gerade ältere Menschen blenden kann. Um weitere Blendungen zu vermeiden sind matte, strukturierte Oberflächen spiegelnden, glatten vorzuziehen. Erstere sind auch pflegeleichter, da man nicht gleich jeden Fleck sieht. Gutes, indirektes Licht ist also auch im Badezimmer Gold wert. Neben dem Spiegelschrank befindet sich oft die einzige Steckdose im Bad – in der Regel weit oben, wo man im Alter nicht mehr leicht hinkommt. Eine zusätzliche Steckdose auf maximal 110 cm Höhe wäre da sehr hilfreich. Bei einem Neu- oder Umbau sollte man daran denken, neben dem WC eine zusätzliche Steckdose zu installieren, damit man bei Bedarf einmal ein Dusch-WC installieren kann.

Sie haben erwähnt, dass das WC eine höhere Sitzfläche haben soll...

Noch immer haben WC eine Standardhöhe von 40 Zentimetern, obwohl die Menschen immer grösser werden. Im Alter entschei-

den vielleicht ein paar wenige Zentimeter darüber, ob man ohne Hilfe vom WC aufstehen kann...

Ein paar Zentimeter?

Steigen Sie mal in einen Alterssimulationsanzug. Durch eingebaute Gewichte und Gummizüge können Sie zum Beispiel die nachlassende Muskelkraft spüren oder durch eine Maske die eingeschränkte Sehkraft. Ich habe versucht, im Simulationsanzug von einer konventionellen Toilette aufzustehen – es klappte erst bei einem etwas höheren Modell. Ideal ist in der Regel eine WC-Höhe von 46 cm.

Wie sieht es mit Dusche und Badewanne aus?

Ich tendiere eher Richtung Dusche, da man diese im Alter einfacher benutzen kann. Am besten sind im Boden eingelassene, flache Duschen. Ist das nicht möglich, so sollte die Duschwanne kein zu hohes Bord haben, idealerweise höchstens zwei Zentimeter. Eine ebenerdige Dusche bedingt ein sehr tief liegendes Siphon. Deshalb lohnt es sich, auch beim Einbau einer Badewanne daran zu denken und den Badewannen-Siphon tief liegend einzubauen, damit man später bei Bedarf an der gleichen Stelle eine Dusche installieren könnte.

Was ist von Badewannen mit eingebauter Tür zu halten?

Auf den ersten Blick wirkt dieses Konzept bestechend. Doch erstens sind solche Wannen teuer, und zweitens kann man das Wasser erst einlassen, wenn man schon nackt drinsitzt. Das kann man als unangenehm empfinden. Den Fünfer und das Weggli hat man am ehesten bei einer Kombination von Badewanne und eingelassener Dusche, wie beispielsweise der Artweiger Twinline. Die Idee: Man hat eine konventionelle Badewanne, kann aber auch nur duschen mit tiefem Einstieg.

Auch für kleine Bäder: «Twinline» von Artweiger.



Foto: Artweiger, www.artweiger.at

ZUR PERSON



Felix Bohn ist Architekt ETH, Ergotherapeut und Gerontologe. Den Alltag in Heimen, Rehabilitationskliniken und Spitälern kennt er aus seiner Arbeit als Ergotherapeut, den Wohnalltag und die Wohnprobleme älterer Menschen aus seiner vierjährigen Beratungstätigkeit bei Pro

Senectute. Felix Bohn ist seit 2004 selbstständiger Berater für altersgerechtes Bauen.

www.wohnenimalter.ch