

# Sikre trappen - unngå skader

Nye undersøkelser viser at fall i trapp står for langt flere skader og legebesøk enn tidligere antatt. Folk i alle aldre faller, og det er viktig å gjøre det man kan for å minimere risikoen mest mulig i eget hjem. Her er noen løsninger som forhindrer glatte trapper!



Ipsos MMI, på oppdrag fra Norges Blindforbund, la nylig frem nedslående tall hva gjelder skader i trapp. 731.000 personer over 15 år har hatt uhell i trapper eller kanter det siste året. Dette har resultert i 108.000 legebesøk, 68.000 bruddskader og 41.000 hodeskader innen samme tidsperiode.

– Alle forstår at synstap kan gjøre det vanskelig å oppfatte hindringer i omgivelsene, som trapper og nivåforskjeller. Men vi i Blindforbundet er opptatt av å få frem at alle har nytte av riktig utformede trapper. Denne undersøkelsen viser at det er viktig også for normaltseende at trapper og kanter er riktig utformet, sier Sverre Fuglerud, seksjonsleder for informasjon og samfunnskontakt i Norges Blindforbund.

## «Alle» skader seg i trappen

Det er langt i fra bare barn, eldre og svaksynte som skader seg – snarere tvert imot!

– Noe uventet er det imidlertid at det ikke er de eldste som er utsatt for flest uhell. Ifølge undersøkelsen er det aldersgruppen 15–24 år som har klart flest uhell. Derimot er alvorlige skader høyest i gruppen over 60 år. Dette viser at riktig utforming er viktig, uansett hvem du er og hvor gammel du er, sier Fuglerud.

## Slik kan du sikre trappen din

### Teppe

Tepper er kanskje den beste måten å sikre trappen på. For i tillegg til å minimere risikoen for å falle, kan et teppe også redusere faren for alvorlig skade dersom uhellet likevel skulle være ute.

Skal man ha teppe i trappen, har man tre alternativer: halvmånetrinn, løper og heldekkende teppe. Halvmånetrinn er løse teppedeler, formet som halvmåner, som klistres direkte på trinnet. En løper festet med stenger (og eventuelt lim) trenger ikke dekke hele trinnet, og man vil kunne se den opprinnelige trappen på sidene. Heldekkende teppe innebærer at hele trappen eller hele inntrinnene dekkes med teppe, og er en stabil og god løsning som kan benyttes både på rette trapper og svingtrapper.



*Teppeløper i trappen er en god løsning.*

### Sklisikringspulver/-lakk

Er det ønskelig med en mer usynlig sklisikring, finnes det produkter som gjør overflaten mindre glatt. Et alternativ er et sklisikringspulver som blandes i gulvmalingen eller lakken, slik som Beckers Antisklimiddel, som består av luftfylte glassperler som tåler tusen tråkk. Et annet alternativ er Liberon Sklisikring, som er en lakk som allerede er iblandet korn som danner et småknudrete, usynlig sjikt i overflaten.



*Antisklimiddel finnes i ulike varianter.*

### Trappnese

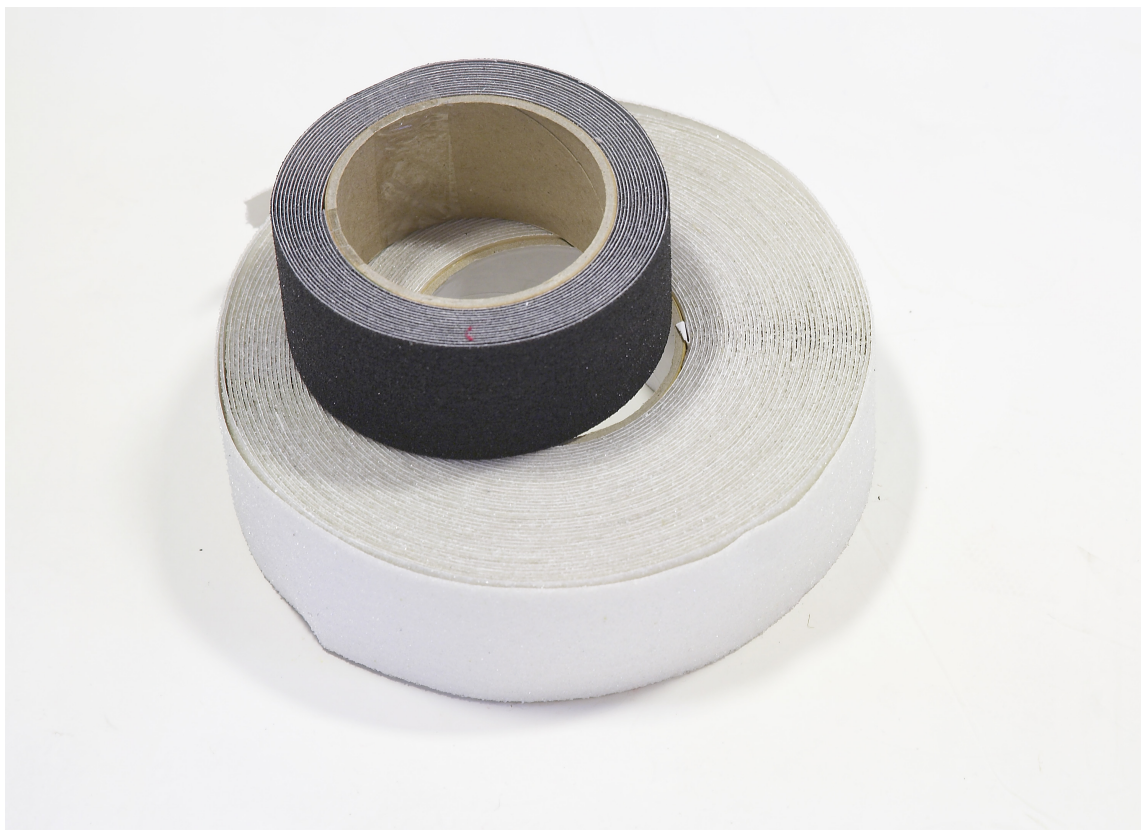
Trappnese er en vinklet list som monteres ytterst på trinnet med skruer eller lim, og som forhindrer at man sklir på kanten. Trappenesene fås i mange varianter og materialer, som plast, aluminium, messing, stål og treverk.



*Trappenese er en list som settes på kanten av trinnet.*

### Sklihemmende tape

Sklihemmende tape er et annet enkelt og effektivt alternativ. Tapen fås på rull i ulike bredder og har en ru overflate. Den mørkegrå sandpapirlignende varianten som blir brukt på offentlige steder, finnes også i en mer diskre variant som er transparent. Skulle det bli for mørkt i trappen, finnes det en sklihemmende tape som lades av lyset og vil være selvlysende i mørket. Sklihemmende tape kan også brukes utendørs.



*Sklihemmende tape finnes i forskjellige farger.*

### **Belysning og farge**

God lyssetting av trappen er også viktig for å unngå fall. Pass på at det er rikelig med lys i trappen. Man kan også gjøre overgangene i trappen mer synlig ved å variere fargebruken. For eksempel kan det i en helt hvit trapp være vanskelig for svaksynte å se overgangene. Ved å markere trinnene, eventuelt kun nederste og øverste trinn, med farge er det lettere å ferdes i trappen.



*Trinnene har en mørkere nyanse enn opptrinnet.*

**Mer informasjon**

[www.alanor.no](http://www.alanor.no)

[www.beckers.no](http://www.beckers.no)

[www.ibg.no](http://www.ibg.no)

[www.teppeabo.no](http://www.teppeabo.no)