

Wie man Stehleitern sicher benutzt und ihre Sicherheit erhöhen kann



aus report

Die meisten Unfälle mit Stehleitern sind verhaltensbedingt. Sie rutschen weg, sie fallen um. Ihre Benutzer rutschen ab, verlieren das Gleichgewicht und stürzen ab. Wer solche Unfälle vermeiden will, muss wissen, wie man Stehleitern richtig benutzt. Daneben können auch einfache Hilfsmittel oder Spezialleitern zur Unfallverhütung beitragen.

Regeln für Stehleiter-Benutzer

- Keine „Notlösung“ als Aufstiegshilfe (Kisten, Stühle, Eimer oder Säcke) zulassen.
- Leiter vor dem Besteigen auf Beschädigungen untersuchen.
- Keine beschädigte Leiter benutzen.
- Leiter standsicher aufstellen – auf waagrechtem, rutschsicherem und ausreichend festem Boden.
- Leiterfüße nie auf Kisten, Tische oder lose Unterlagen aufsetzen.
- Stehleitern nicht als Anlegeleiter benutzen.
- Nach Möglichkeit keine Gegenstände oder Lasten auf die Leiter mitnehmen. Die Gegenstände von einer zweiten Person hinaufreichen lassen.
- Sich auf der Leiter nicht seitlich hinauslehnen. Sicherer: von der Leiter absteigen und diese versetzen.
- Nur Arbeiten geringen Umfangs von der Leiter aus ausführen – Arbeitsdauer maximal zwei Stunden. Eine Leiter ist kein Dauerarbeitsplatz.
- Feste Schuhe tragen, damit die Füße sicheren Halt haben und nicht abrutschen.
- Darauf achten, dass die Spreizsicherung straff gespannt oder eingerastet ist.

Damit werden Stehleitern sicherer

Es gibt preisgünstiges Leiterzubehör, mit dem man die Standsicherheit der Leiter oder des Leiterbenutzers deutlich verbessern kann. Solche einfachen Hilfsmittel können schon viel zur Unfallverhütung beitragen, z. B. bei Reinigungsarbeiten von Leitern aus.

Je nach Arbeitsaufgabe und räumlichen Gegebenheiten lässt sich die Standsicherheit der Leiter mit Spezial-Leiterfüßen (Fußtraversen, Bild 1) und Holmverlängerungen (Bild 2) für unterschiedlich hohe Standflächen oder auch mit rutschfesten Unterlegleisten (Bild 3) verbessern.



Bild 1: Spezial-Leiterfüße **Bild 2:** Holmverlängerung **Bild 3:** rutschfeste Unterlegleiste

Auch die Standsicherheit des Leiterbenutzers lässt sich mit einem Einhängetritt deutlich erhöhen. Er wird einfach in eine Sprosse eingehängt und während des Leiteraufstiegs nach hinten weggeklappt (Bild 5 und 6). Der Einhängetritt bietet eine größere und sicherere Standfläche als eine schmale Leitersprosse oder -stufe. Hilfreich können auch rutschfeste Sprossen-Auflagen sein (Bild 4).



Bild 4: rutschfeste Sprossenaufgabe **Bild 5 und 6:** Einhängetritt

Damit werden Stehleitern überflüssig

Es gibt auch einfache Hilfsmittel, die eine Leiter überflüssig machen. Dazu gehören Teleskopstangen, auf die verschiedene „Werkzeuge“ aufgesteckt werden können, z. B. zum Staubwischen (Bild 7) oder zum Wechseln von Glühbirnen (Bild 8). Außerdem gibt es ausfahrbare oder verlängerbare Reinigungslanzen zur Nassreinigung.



Bild 7, links: Teleskopstange mit aufsteckbarem Werkzeug zum Stauwischen
Bild 8, rechts: zum Wechseln von Glühbirnen

Gute Alternativen zur einfachen Stehleiter

Eine fahrbare Stehleiter ist immer dann eine gute Wahl, wenn man an häufig wechselnden Stellen unterschiedlich hoch gelegene Stellen, z. B. Regalfächer, erreichen muss. Die fahrbare Stehleiter muss eine druckfeste Spreizsicherung haben, die bei Gebrauch ein ungewolltes Zusammenklappen der Holme verhindert.

Eine Podestleiter ist eine gute Lösung, wenn man z. B. sperrige und/oder schwere Gegenstände aus einem Regal nehmen muss. Die Plattform der Podestleiter bietet eine sichere Standfläche und deutlich mehr Bewegungsfreiheit. Man kann mit beiden Händen arbeiten. Schutz gegen Absturz bieten je nach Podestleiter-Ausführung z. B. ein an drei Seiten umlaufendes Geländer (Bild 9) oder ein Bügel an einer Seite. Außerdem gibt es höhenverstellbare (teleskopierbare) Podestleitern (Bild 9/10). Sie können optimal auf die jeweilige Arbeitshöhe eingestellt werden. Schutz gegen Absturz bietet auch ein einhängbarer Bügel (Bild 11), hier mit Werkzeugablage.



Bild 9, links: Podestleiter mit Absturzsicherung **Bild 10, Mitte:** teleskopierbare Podestleiter
Bild 11, rechts: einhängbarer Bügel zum Schutz gegen Absturz