



Vorsorge und richtiges Verhalten im Katastrophenfall

(mit Material des Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe)

Selbstschutz

Kann ich mich auf den Notfall vorbereiten?

Ja, meist betrifft es die anderen, doch schnell ist man auch selbst Opfer von Hochwasser, Brand, Stromausfall und anderen Gefahren. Meist sind die ersten Minuten entscheidend, die über Menschenleben und den Erhalt von Sachwerten entscheiden – die Zeit, bevor die Rettungsdienste vor Ort sind. In diesen Momenten die richtigen Schritt einleiten, das ist wichtig und muss erlernt werden. Dieses überlegtes Verhalten im und die Vorbereitung auf den Katastrophenfall nennen Experten „Selbstschutz“.

Sollte ich Notvorräte bereit halten?

Ja. Experten raten dringend dazu. Angesichts von gut gefüllten Supermarktregalen hört sich das vielleicht merkwürdig an. Aber Versorgungsengpässe kann es in kleineren Orten schon bei stark verschneiten Straßen geben. Bei Hochwasser wie der Flutkatastrophe an der Oder können ganze Regionen abgeschnitten werden. Für alle Fälle sollte sich deshalb jeder einen Vorrat für ein bis zwei Wochen anlegen: Lebensmittel, und Getränke, die man auch ohne Kühlung länger lagern kann und die auch kalt gegessen werden können. Vor allem Mineralwasser und Säfte sollten genügend vorhanden sein. Der Mensch kann zwar bis zu drei Wochen ohne Nahrung auskommen, aber nur vier Tage ohne Flüssigkeit.

Welche Lebensmittel sollte ich bevorraten?

Die gelagerten Lebensmittel müssen langfristig haltbar sein, möglichst länger als ein Jahr. Da auch Energieausfälle nicht auszuschließen sind, sollten die Lebensmittel ohne Kühlung genießbar bleiben und kalt gegessen werden können. Dazu zählen beispielsweise Fleisch-, Fisch- und Wurstkonserven, Fertiggerichte, Dosensuppen, Obst- und Gemüsekonserven, Marmelade, Honig, Knäckebrot, Zwieback, Kekse, Kaffee, Mineralwasser und Fruchtsäfte. Wie ein optimaler Notvorrat aussieht, zeigt eine kostenlose Checkliste, die beim Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe erhältlich ist.

Wo bekomme ich im Notfall Trinkwasser?

Im Verteidigungsfall oder nach Terroranschlägen muss eventuell mit verseuchtem Trinkwasser gerechnet werden. Deshalb gehört zum Notvorrat auch unbedingt ein Trinkwasservorrat. Der Bund hat flächendeckend Notbrunnen installiert.

Warum ist im Katastrophenfall Hygiene besonders wichtig?

Tägliche Hygiene ist bei uns selbstverständlich. Angenommen aber, der Strom fällt aus und selbst kaltes Wasser steht nur noch zeitweise zur Verfügung: Dann kann es sehr schwierig werden, für ausreichend Sauberkeit zu sorgen, obwohl dies gerade jetzt wegen möglicher Seuchengefahren besonders wichtig wäre. Der Notfallvorrat sollte deshalb unbedingt auch

Seife, Waschmittel und Zahnpasta enthalten. Sinnvoll können auch Entkeimungsmittel sein, die zum Campingzubehör gehören. So bleibt Wasser nach Tagen noch genießbar.

Welche Medikamente gehören immer in die Hausapotheke?

Sinnvoll ist es, einen Kfz-Verbandskasten im Haus aufzubewahren. Darin sind die wichtigsten Materialien wie Verbandszeug bereits enthalten. Fehlen dürfen natürlich nicht Medikamente, die Diabetiker oder Herzpatienten täglich benötigen. Zuletzt sollte jeder Haushalt seine Apotheke um Schmerzmittel, Kohletabletten, Abführmittel, ein Fieberthermometer und eine Wärmeflasche ergänzen.

Wie bereite ich mich auf einen Energieausfall vor?

Unter Umständen muss über mehrere Wochen auf Energie verzichtet werden. Ohne Öl, Gas und Strom haben die meisten Haushalte keine Heiz- und Kochmöglichkeit. Für kleinere Mahlzeiten kann ein Spirituskocher aushelfen. Alternativ kann auch der Grill hilfreich sein. Gegen die Kälte hilft neben warmer Kleidung eine kleine Spiritusheizung. In jedem Fall sollten Taschenlampen inklusive Batterien, Streichhölzern und Kerzen vorhanden sein.

Wie sichere ich meine Dokumente?

Wichtige Dokumente gehören in eine Dokumentenmappe, deren Aufbewahrungsort am besten jedes Familienmitglied kennt. Denn einige Papiere lassen sich – gerade im Katastrophenfall – mitunter schwierig oder sogar gar nicht wieder beschaffen. In diese Mappe gehören:

- Familienurkunden (Geburts-, Heirats-, Sterbeurkunden) bzw. Stammbuch
- Sparbücher, Aktien, Fahrzeugbrief, etc.
- Versicherungspolicen
- Zahlungsbelege für Versicherungsprämien, insbesondere Rentenversicherung
- Zeugnisse
- Verträge
- Grundbuchauszüge
- Testament u.ä.

Wie stelle ich im Fall der Fälle mein Notgepäck zusammen?

Bei großen Katastrophen müssen viele Haus oder Wohnung verlassen. Das kann auch schon bei einem Leck in einer Gasleitung oder bei einem Brand im Nachbarhaus passieren. In das Gepäck für den Notfall gehört deshalb neben Kleidung unter anderem: Erste-Hilfe-Material, ein batteriebetriebenes Radio, wichtige persönliche Dokumente, Verpflegung, eine Taschenlampe, ein Schlafsack. Nicht vergessen: Geld und Ausweise. Das Notgepäck muss so gepackt sein, dass man es auch für längere Zeit allein tragen kann. Am besten geht das mit einem Rucksack.

Brandschutz

Wie beuge ich Bränden vor?

Allein durch Brände sterben jedes Jahr in Deutschland etwa 600 Menschen, über 5000 werden verletzt. Brandschutz ist also unbedingt notwendig. Einige Tipps: Offenes Feuer nie unbeaufsichtigt lassen. Das Gleiche gilt für eingeschaltete Elektrogeräte wie Bügeleisen, Herd, Kaffeemaschine etc. Experten empfehlen außerdem die Anschaffung von Feuerlöschern. Auch Rauchmelder sollten in keinem Haushalt fehlen. Diese kleinen Geräte können Leben retten, denn sie warnen einen rechtzeitig, auch wenn man schläft.

Wie verhalte ich mich, wenn es brennt?

Wenn das Feuer gerade erst entfacht ist und keine Gefahr droht, ist es richtig, das Feuer selbst zu löschen. Ist dies nicht mehr möglich, sind zuerst Fenster und Türen zu schließen. Anschließend die Feuerwehr rufen und alle Personen warnen, die sich im gefährdeten Bereich aufhalten! Muss man das Gebäude verlassen, darf niemand zurück bleiben. Bei der Flucht die Türen nicht abschließen, damit die Feuerwehr schnell ins Gebäude kommt. Außer Haus ist festzustellen, ob sich alle in Sicherheit befinden. Andernfalls geht die Feuerwehr davon aus, dass sich Vermisste im brennenden Haus aufhalten.

Katastrophen allgemein

Wie erhalte ich Informationen über die Katastrophe?

Besonders großflächige Katastrophen wie Hochwasser schneiden schnell ganze Teile der Bevölkerung von der Außenwelt ab. Lebenswichtige Informationen erreichen Hilfebedürftige dann nur noch über den Rundfunk. Dafür muss das Radiogerät auch mit Batterien laufen und sowohl UKW als auch Mittelwellen empfangen.

Wen alarmiere ich, wenn ich auf Verletzte stoße?

Wer auf Verletzte trifft, handelt immer gleich. Erstens: Sie oder er leistet erste Hilfe! Zweitens: Falls nötig die Schadensstelle absichern. Drittens: Hilfe rufen! Feuerwehr und Rettungsdienste sind in ganz Deutschland unter der Rufnummer 112 erreichbar, die Polizei unter der 110. Das funktioniert mit dem Handy übrigens auch ohne die Chipkarte des Mobilfunkbetreibers. Wer den Notruf anwählt, muss sich auf die fünf „W“ vorbereiten. Wo ist etwas geschehen? Was ist passiert? Wie viele Verletzte gibt es? Welche Verletzungen? Warten auf Rückfragen!

Ist es sinnvoll einen Erste-Hilfe-Kurs zu besuchen?

Unbedingt. Experten fordern, dass alle Deutschen ihre Kenntnisse regelmäßig auffrischen sollten. Der obligatorische Kurs vor dem PKW-Führerschein reicht nicht aus, darin sind sich alle Katastrophemediziner einig. Nur wer regelmäßig übt, reagiert im Ernstfall richtig. Wer in der Lage ist, sich selbst und anderen zu helfen, bevor die ersten Rettungskräfte am Unfallort eintreffen, kann Leben retten. Denn jede Minute zählt. Alle deutschen Hilfsorganisationen (Arbeiter-Samariter-Bund, Deutsche-Lebensrettungs-Gesellschaft, Deutsches Rotes Kreuz, Johanniter, Malteser) bieten regelmäßig Erste-Hilfe-Kurse an.

Hochwasser

Welche besonderen Gefahren lauern bei einem Hochwasser?

Hochwasser unterbrechen oder beeinträchtigen meist über einen längeren Zeitraum die normale Versorgung mit Lebensmitteln, Trinkwasser und Strom. Wer in einem gefährdeten Gebiet lebt, sollte deshalb genau prüfen, ob er nicht durch gezielte Vorbereitungen Schäden vorbeugen oder mindern kann, zumal bei Hochwasser besondere Gefahren bestehen: Wege, Brücken und Dämme werden unterspült; gefährliche Gegenstände treiben durch die Fluten und giftige Schadstoffe laufen ins Wasser und verunreinigen möglicherweise das Trinkwasser. Wer vorbeugende Maßnahmen plant, sollte dies berücksichtigen.

Wie schütze ich mein Haus vor Hochwasser?

Noch bevor die Wassermassen die Häuser erreichen, sollten gefährdete Räume mit Brettern, wasserfesten Sperrholzplatten und Silikon abgedichtet werden. Auch Sandsäcke bieten

Schutz. Noch besser ist es, in gefährdeten Räumen wasserbeständige Baustoffe und Versiegelungen zu verarbeiten. Sinnvoll ist sicherlich auch die Verwendung von Öltanks, die dem Wasserdruck von Außen standhalten. Gefährliche Stoffe wie Chemikalien oder wertvolle Möbel und Geräte sind rechtzeitig in Sicherheit zu bringen.

Was passiert bei einem Hochwasser mit mir und meinen Angehörigen?

Bei einem Hochwasser werden Menschen in betroffenen Regionen evakuiert. Die Versorgung hilfebedürftiger und kranker Personen ist deshalb frühzeitig zu planen. Alle anderen sollten die Notunterkunft bei Verwandten oder Freunden außerhalb der Gefahrenzone organisieren – und zwar bevor das Hochwasser unmittelbar bevor steht. Wer Tiere hat, kann auch für diese eine Evakuierung vorbereiten. Ganz wichtig ist, mit der Familie einen Aufgabenplan zu erstellen und über alle notwendigen Abwehrmaßnahmen zu informieren. Die Rollenverteilung im Katastrophenfall sollte im Vorfeld abgesprochen sein.

Wie verhalte ich mich bei einem drohenden Hochwasser?

Wichtig ist, sich immer ein aktuelles Bild der Lage zu machen. Regionale Rundfunksender und Teletext-Seiten regionaler Fernsehsender halten einen stets auf dem Laufenden. Hier können jederzeit die Wettermeldungen und Hochwasserwarnungen abgerufen werden. Ansonsten gilt es, die getroffenen Vorsorgemaßnahmen zu überprüfen und zu ergänzen. Also: Gefährdete Räume ausräumen. Türen abdichten. Heizungen und elektrische Geräte im Keller ausschalten und nicht vergessen, das Auto rechtzeitig weg zu fahren, bevor es weg schwimmt.

Wie verhalte ich mich bis zur Evakuierung?

So lange es möglich ist, bringen Sie sich und andere in Sicherheit. Menschenleben sind viel wichtiger als die Rettung von Hab und Gut. Wer auf eine Evakuierung durch Rettungsdienste warten muss, darf auf keinen Fall Uferbereiche wegen Unterspülungs- und Abbruchgefahren betreten. Außerdem fährt man auf überfluteten Straßen weder mit dem Auto noch mit dem Privatboot. Unterwasserhindernisse sind gefährlich.

Wie verhalte ich mich nach einem Hochwasser?

Der Schock sitzt tief, trotzdem muss es irgendwie weiter gehen. Die Aufräumarbeiten beginnt man am besten mit dem Entfernen von Wasserresten und Schlamm. Fußbodenbeläge müssen wahrscheinlich entfernt werden. Den Rest des Zimmers so schnell wie möglich trocknen, um schwerere Bauschäden zu verhindern. Bevor Heizgeräte aufgestellt werden, lässt man die Leitungen besser erst von einem Fachmann durchchecken. Räume, in denen gearbeitet wird, sollten stets gut belüftet sein. Sind Schadstoffe ausgetreten ist die Feuerwehr zu alarmieren. Obst und Gemüse aus dem Garten müssen unverzehrt auf den Komposthaufen.

Unwetter

Warum sollte ich mich auf Unwetter vorbereiten?

Unwetter wie Eisregen oder Wärmegewitter treten oft so plötzlich auf, dass eine Vorbereitung gegen ihre Auswirkungen kaum möglich ist. Bei schweren Gewittern, Sturmböen oder auch Wirbelstürmen bleibt durch die Unwetterwarnungen in den Medien vielfach aber genug Zeit, die Gefahren zu reduzieren und Schäden zu vermeiden oder zu mindern. Dabei ist es wichtig, dass Sie die Möglichkeit nutzen, die Wetterberichte zu verfolgen und ggf. Unwetterwarnungen zu befolgen.

Wie schütze ich mich bei einem Unwetter?

Radio, Taschenlampe und Notgepäck griffbereit halten. Tipp: Zu den Dokumenten Fotos legen, die zeigen, wie Haus und Auto vor dem Unwetter aussahen. So lässt sich eine Versicherung nachher leichter überzeugen, für die Schäden aufzukommen. Ansonsten: Türe und Fenster geschlossen halten und vor allem Durchzug vermeiden. Bei sehr starken Niederschlägen kann Wasser in den Keller eindringen. Elektrische Geräte im Keller vom Netz nehmen. Lläuft Heizöl aus, ist die Feuerwehr zu verständigen.

Was muss ich bei Gewittern beachten?

So wahrscheinlich es ist, nicht von einem Blitz getroffen zu werden: Wer ein paar Regeln beachtet, geht ganz auf Nummer sicher. Blitze entladen sich an hohen Punkten, wie Strommasten oder Bäumen. Von denen hält man sich also am besten fern. Wer im Freien von einem Gewitter überrascht wird, geht am besten in die Hocke mit möglichst eng aneinander stehenden Füßen oder sucht rasch Schutz in einem Gebäude. Wer im Auto sitzt, kann dort beruhigt bleiben, darf allerdings keine Metallteile berühren. Blitzschläge führen leicht zu Überspannungen im Stromnetz. Elektrische Geräte wie Fernseher und Computer am besten ausstöpseln.

Was tun, wenn Hagel oder kleinere Wirbelstürme auftreten?

Hagel und sogar kleinere Wirbelstürme sind manchmal schlimme Begleiter schwerer Gewitter. Zehn Wirbelstürme waren es in Deutschland allein im letzten Jahr. Sowohl bei Hagel wie Wirbelstürmen besteht die Gefahr, von einem „Geschoss“ getroffen zu werden, sei es ein Hagelkorn oder ein vom Wind mitgefegter Gegenstand. Auch hier gilt: Fenster und Türen sowie Rollläden schließen. Bei Wirbelstürmen sich am besten in den Keller zurück ziehen. Wer im Freien überrascht wird, legt sich möglichst in eine Mulde oder einen Graben, mit dem Gesicht zur Erde und den Händen zum Schutz über den Kopf gebeugt..

Wie verhalte ich nach einem Unwetter?

Die Umgebung auf Schäden (Wassereinbruch, Glasbruch etc.) kontrollieren. Elektrische Geräte nur benutzen, wenn diese nicht feucht geworden sind. Ist das Gebäude beschädigt, das Haus verlassen und erst wieder betreten, wenn es von Fachleuten freigegeben wurde. Vorsicht bei beschädigten Dächern.

ABC-Schutz

Wie sieht der optimale Schutz aus?

Wenn man draußen unterwegs ist, das nächste bewohnte Haus aufsuchen, sich möglichst quer zur Windrichtung bewegen. Möglichst durch einen Atemschutz atmen, zumindest durch ein Taschentuch. Wenn man bereits mit radioaktiven Stoffen in Berührung gekommen ist, bei Betreten des Hauses Kleidung und Schuhe wechseln. Gründlich waschen. Im Haus bleiben, Fenster und Türen schließen. Gefährdete Passanten aufnehmen. Möglichst in einen Raum gehen, der keine Außenfenster hat. Wenn man im Auto unterwegs ist, die Belüftung ausschalten, die Fenster schließen, Radio hören, zum nächsten bewohnten Gebäude fahren.

Sonstiges

Sucht der Katastrophenschutz freiwillige Helfer?

Ja, immer! Das Hilfssystem basiert auf der Bereitschaft der Bürger, sich ehrenamtlich im Katastrophenschutz zu engagieren. Die meisten Mitarbeiter der Rettungsdienste sind Freiwillige, die sich in ihrer Freizeit auf ihre Arbeit in Notsituationen vorbereiten. Und selten haben die Rettungsdienste so dringend neue Mitarbeiter gesucht, wie zur Zeit.