Bundesamt
für Bevölkerungsschutz
und Katastrophenhilfe

Merkblatt zur Vorsorge und Eigenhilfe (MVE08)

Hygiene unter erschwerten Bedingungen

Wir Menschen haben uns an eine regelmäßige tägliche Hygiene gewöhnt. Duschen, Zähneputzen, Händewaschen usw. dienen nicht nur dem Wohlbefinden, sondern auch der Gesundheit. Diese täglichen Verrichtungen werden uns mit dem Komfort eines Badezimmers und der jederzeitigen Verfügbarkeit von fließendem Kalt- und Warmwasser leicht gemacht. Was aber, wenn eines Tages die Energie ausfällt, kein warmes Wasser mehr fließt und vielleicht das kalte Wasser nur noch stundenweise verfügbar ist? Damit muss man bei Katastrophen rechnen. Gerade dann aber ist Hygiene besonders wichtig, um den Körper vor Krankheiten zu schützen und ihn widerstandsfähig zu halten. Auch unter erschwerten Bedingungen sollte die Körperpflege konsequent weiter durchgeführt werden. In jeden Haushalt gehört daher ein ausreichender Vorrat an Seife, Waschmittel und Zahnpasta.

Wasservorrat

Ein Wasservorrat für Hygiene ist, wie auch Wasser zum Kochen, unabhängig vom Trinkwasservorrat aufzubewahren. Denken Sie auch an die behelfsmäßige Spülung der Toilette. Bei sich abzeichnender Wasserknappheit beachten Sie die Hinweise ihrer Gemeinde bezüglich der Einsparung bzw. Bevorratung von Wasser. Alle größeren Gefäße, wie Eimer, Kanister, Waschbecken und Badewanne können zur Aufbewahrung genutzt werden.

Tipps zur Hygiene

Mit bevorratetem Wasser sollten Sie sparsam umgehen:

- Bei längerer Wasserknappheit Einweggeschirr und -besteck benutzen, damit das Wasser nicht zum Spülen verwendet werden muss.
- Bevorratetes Wasser kann durch Zusatz der im Campinghandel erhältlichen Entkeimungsmittel über einen längeren Zeitraum lagerfähig gemacht werden.
- In Zeiten von Wassermangel bewährt sich auch eine Campingtoilette, dazu natürlich Toilettenpapier und Ersatzflüssigkeit.
- Für viele Handhabungen sind Haushaltshandschuhe geeignet; sie sparen Wasser vergeudendes Händewaschen. Haushaltspapier hilft ebenfalls Wasser zu sparen und ist leicht zu entsorgen.
- Müllbeutel dienen einer schnellen Abfallbeseitigung. Sie können auch für längere Zeit Abfälle aufnehmen, wenn z. B. der Müll nicht abgefahren wird.

Dieses Merkblatt entspricht einem Auszug aus der BBK-Broschüre „Für den Notfall vorgesorgt“. Dort finden Sie eine Liste mit dem Beispiel eines Notvorrates.

Überprüfen Sie Ihre Vorbereitung!

Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK), Provinzialstraße 93, 53127 Bonn
Tel.: 0228-99550-0, Fax: 0228-99550-3650, E-Mail: poststelle@bbk.bund.de, Homepage: www.bbk.bund.de