

Nachfrage nach Notfallausrüstung steigt: Das braucht man wirklich

Seit rund zwei Jahren fühlt sich vieles unsicher an. Die erste Corona-Welle hat gezeigt, wie schnell unsere Normalität durcheinander geschüttelt werden kann. Dann kam noch das Hochwasser im vergangenen Sommer 2021 und nun ein Krieg nur wenige Autostunden entfernt. Dies verunsichert viele. Und für den Fall der Fälle will man vorbereitet sein. Das ist nicht nur ein Gefühl, sondern zeigt sich auch in Zahlen.

Nachfrage explodiert

Daten, die nun Der [Tagesspiegel](#) veröffentlicht hat, zeigen wie sich die Suchanfragen seit dem Beginn des Angriffskrieges von der russischen Regierung verändert haben. Insbesondere die Nachfrage nach Ausrüstung für den Notfall ist stark angestiegen.

Im Vergleich zum Kriegsbeginn legte die Suche nach Benzinkanistern um 1239 Prozent (!!!) zu. Auch Gerätschaften für die Wasseraufbereitung legten mit 660 Prozent (!!) zu und Campingkocher hatten ein Plus von 228 Prozent (!). Um auf mögliche Stromausfälle gewappnet zu sein, schauten auch mehr Menschen nach Generatoren.

Knapp drei Wochen nach Beginn des Krieges hat sich das Bild ein wenig gewandelt. Aktueller Spitzenreiter sind Powerbanks mit einem Plus von 3347 Prozent (!!!!!), gefolgt von Elektroheizungen und Gaskartuschen. Benzinkanister spielen auch weiterhin eine große Rolle.

Nach den Angriffen auf die Atomkraftwerke in der Ukraine, wächst auch die Furcht vor radioaktiver Verstrahlung. Mehr Menschen suchten nach Jodtabletten, die gegen Radioaktivität

helfen sollen. Hier solltest du allerdings Vorsicht walten lassen. Die vorsorgliche Einnahme von Jod kann zu einer Unterfunktion der Schilddrüse führen und den Stoffwechsel durcheinanderbringen. Deswegen werden die Tabletten im Notfall von Katastrophenschutzbehörden verteilt und von ihnen auch die Dosis und die Frequenz der Einnahme vorgegeben.

Notfallvorsorge ohne Generator

Es ist allerdings aktuell nicht nötig, dass du dir im Garten deinen eigenen Bunker baust mit Generatoren bestückst und Powerbanks hamsterst. Das Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe, BBK, hat Leitlinien mit Empfehlungen herausgegeben, an denen du dich halten kannst, wenn du dich für einen Ernstfall vorbereiten möchtest.

Dosenfutter und Trockenobst

Auch wenn ein Kriegsausbruch, der bis zu uns gelangt, aktuell nicht wahrscheinlich ist, raten Behörden wie das BBK für einen eventuellen Notfall vorzusorgen. Diese Notfälle können auch eine weitere Pandemiewelle sein, Naturkatastrophen, Stromausfälle, Brände. Das BBK empfiehlt Lebensmittel und Getränke für zehn Tage daheim zu lagern.

Konkret würde dies bedeuten:

20 Liter Wasser

3,5 Kilogramm Reis, Nudeln oder Brot,

4 Kilogramm getrocknete Hülsenfrüchte und Dosengemüse

2,5 Kilogramm Obst in Gläsern und Nüsse

2,6 Kilogramm H-Milch

1,5 Kilogramm Fisch- und Fleischkonserven sowie Eier

357 Gramm Öl

Alles pro Person. Dabei solltest du darauf achten, die Lebensmittel regelmäßig auszutauschen, damit sie nicht über das Mindesthaltbarkeitsdatum sind.

Notfall-Apotheke für Zuhause

Auch deine Hausapotheke sollte grundlegend ausgestattet sein. Dabei solltest du daheim haben:

Schmerz- und fiebersenkende Mittel

Medikamente gegen Durchfall und Erbrechen

Elektrolyte

Desinfektionsmittel

Verbandsmaterial

Zusätzlich brauchst du auch einen kleinen Vorrat an deinen persönlichen Medikamenten, die du regelmäßig einnimmst. Auch hier regelmäßig nachschauen, dass das Mindesthaltbarkeitsdatum nicht überschritten ist.

Alle Dokumente griffbereit

Seine wichtigsten Dokumente solltest du immer zusammen haben. Um für den Fall der Fälle bereit zu sein, kannst du alles in eine Mappe tun. Dazu gehören im Original Familienurkunden (Geburts-, Heirats-, Sterbeurkunden) oder das Familienstammbuch, als Original oder Kopie zudem Sparbücher, Versicherungspolicen, Renten-, Steuer- und Einkommensbescheide sowie Mietverträge, Vollmachten, Patientenverfügung oder Testament. Als einfache Kopie solltest du zudem Ausweispapiere, Führerschein, Impfpass, Grundbuchauszüge und Zahlungsbelege für die Versicherungsprämien hinzufügen.

Außerdem kannst du für den Fall eines Ernstfalls einen Notfallrucksack packen. Dies sollte für jedes Familienmitglied gemacht werden. Der Inhalt könnte dann so aussehen:

persönliche Medikamente, Erste-Hilfe-Material, ein batteriebetriebenes Radio und die Dokumentenmappe. Außerdem rät das BBK, Verpflegung für zwei Tage einzupacken. Das bedeutet: eine Wasserflasche, Essgeschirr und -besteck, Taschenlampe, Schlafsack, Kleidung für einige Tage, Hygieneartikel und Schutzmaske. Bei Kindern empfiehlt es sich noch einen Brustbeutel oder eine SOS-Kapsel mit Namen, Geburtsdatum und Anschrift vorzubereiten.

So wirst du informiert

Sollte etwas passieren, wirst du es vermutlich mitbekommen. Warnmeldungen werden über Radio, Fernsehen und natürlich das Internet verbreitet. Zudem können auch digitale Stadtanzeigetafeln die Botschaft verbreiten sowie Lautsprecherwagen. Zusätzlich gibt es die App „NINA“ des BBK, die deutschlandweit vor Gefahren warnt und auch Tipps für die Notfallsituation gibt. Sirenen hingegen gibt es schon lange nicht mehr flächendeckend.