

SCHNELLÜBERSICHT

I	WARNUNG DER BEVÖLKERUNG IN GROSS-SCHADENSFÄLLEN UND KATASTROPHEN	23
II	WIE WIRD ES SEIN? – KATASTROPHEN-WAHRNEHMUNG VS. REALITÄT	37
III	HANDELN IN KATASTROPHEN	57
IV	TRINKWASSER UND ABWASSER	99
V	VERSORGUNG MIT NAHRUNGSMITTELN	131
VI	ERSTE HILFE IM KATASTROPHENFALL	165
VII	HYGIENE	191
VIII	CBRN-GEFAHREN	221
IX	TERROR	245
X	KOMMUNIKATION, DOKUMENTE, NOTGEPÄCK	261
	ANHANG	295

INHALT

Vorwort	15
Abkürzungen	21

I WARNUNG DER BEVÖLKERUNG IN GROSS-SCHADENSFÄLLEN UND KATASTROPHEN 23

1	Überblick	25
2	Die wesentlichen Funktionen der Bevölkerungs- warnung	26
2.1	Aufmerksamkeit wecken	27
2.2	Informieren und Verhaltensanweisungen geben	27
3	Warnmittel Sirene	27
3.1	Feueralarm	28
3.2	Katastrophenalarm	29
3.3	Besondere Lösungen	32
4	Informationssysteme	32
4.1	Lautsprecherdurchsagen	32
4.2	Rundfunkmeldungen	33
5	Softwareprogramme für Warnung und Information – Warn-Apps	33

II WIE WIRD ES SEIN? KATASTROPHEN- WAHRNEHMUNG VS. REALITÄT 37

1	Einführung: Die Katastrophe, das sind die anderen! ...	39
2	Wir werden die Katastrophe – wahrscheinlich – nicht kommen sehen	41
3	Wir werden – wahrscheinlich – nicht auf die Katastrophe vorbereitet sein	44
4	Warum wir vorsorgen sollten	46
6		

5	Es kommt immer anders als man denkt ...	48
6	Blackout: Großflächiger, langanhaltender Stromausfall	53
7	Fazit	55

III HANDELN IN KATASTROPHEN 57

1	Individuelle Katastrophenbewältigung	59
1.1	Ganz allein ...	59
1.2	Allzeit bereit!	62
1.3	Persönliche notfallvorsorge (PNV)	65
1.4	The next level	67
1.5	Weitere Ebenen der Vorsorge	70
2	Kollektive Handlungsempfehlungen	71
2.1	Das ist die Aufgabe der Feuerwehr! – Das macht doch die Polizei! – Aber dafür ist doch der Staat zuständig?! ..	72
2.2	Internationale Katastrophenhilfe – und was wir daraus lernen können	73
2.3	Was macht Notgemeinschaften stark?	74
2.4	Kommunikation	75
2.4.1	Aktives Zuhören	76
2.4.2	Leitlinien und Tipps für aktives Zuhören	77
2.5	Koordination	78
2.5.1	Nachbarschaftliche Notfallteams	78
2.5.2	Aufgaben übernehmen	79
2.5.3	Wissen, wer Hilfe braucht	80
2.5.4	Wissen, wer was kann und hat	80
2.5.5	Klare Aufgabenverteilung	81
2.5.6	Koordination und Sicherheit	82
2.5.7	Kommunikation und Medien (intern und extern)	82
2.5.8	Unterbringung, Versorgung, Verpflegung und Transport ..	83
2.5.9	Betreuung von Hilfsbedürftigen und Kindern	84
2.5.10	Medizinische und psychologische Hilfe	84

2.6	Kollaboration	86
2.6.1	Nutzen, was schon da ist: Vorhandene lokale Strukturen einbeziehen	87
2.6.2	Vernetzt handeln	87
2.6.3	Staatliche Stellen unterstützen	88
2.6.4	Bürgerbeteiligung einfordern	89
2.7	Fazit	90
2.8	Praxis-Tipp Hochwasser	92
2.8.1	Hochwassereintritt	94
2.8.2	Nach dem Hochwasser	95

IV TRINKWASSER UND ABWASSER 99

Teil 1

1	Öffentliche Trinkwasserversorgung – Aufbau, Gefährdungen und generelle Schutzmaßnahmen	101
1.1	Einführung	101
1.2	Die öffentliche Trinkwasserversorgung	101
1.2.1	Aufbau	101
1.2.2	Alternative Versorgung mit Trinkwasser	104
1.2.3	Notversorgung über Notbrunnen	105
1.2.4	Mobile Anlagen zur Bereitstellung von Trinkwasser	106
1.3	Störungen der Trinkwasserversorgung und generelle Schutzmaßnahmen	107

Teil 2

1	Trinkwasserbedarf	115
2	Notfallvorrat	116
3	Alternative Wasserversorgung	118
4	Wasseraufnahme und Wassertransport	118
5	Wasseraufbereitung	119
5.1	Vorbehandlung	120
5.2	Abkochen	120

5.3	Chemische Behandlung	121
5.3.1	Chlor	121
5.3.2	Chlordioxid	122
5.4	Filtern	122
6	Nach der Aufbereitung	123
7	Abwasserentsorgung	124
7.1	Mobile Chemietoiletten	125
7.2	Mobile Trockentoiletten	125
7.3	Stationäre Trockenlatrinen	127
7.4	Sonstige Möglichkeiten zur Abwasserentsorgung	127

V VERSORGUNG MIT NAHRUNGSMITTELN 131

1	Einführung	133
2	Zivile Sicherheitsforschung in Deutschland	134
3	Das Projekt NeuENV im Überblick	134
4	Die deutsche Lebensmittelkette im Überblick	137
5	Quo vadis, Lebensmittelkette?	141
6	Die Versorgungssicherheit mit Nahrungsmitteln	142
6.1	Die Versorgungssicherheit in der Praxis	143
6.2	Ein Blick über den Tellerrand	144
7	Bewusste Vorbereitung – das A und O	145
7.1	Auf Sparflamme	146
7.2	Energiebedarf beachten	147
8	Bevorratungszeitraum und Verpflegung	148
9	Bevorratungsstrategien	148
9.1	Stufenplan zur Nahrungsmittelbevorratung	149
9.1.1	Alltagsvorrat, stationär, 1-14 Tage	149
9.1.2	Monatsvorrat, stationär, bis 30 Tage	151
9.1.3	Tagesvorrat, mobil, 1-3 Tage	152
9.1.4	Tagesrationen im Verlegegepäck, 1-3 Tage	152
9.1.5	Grundnahrungsmittelvorrat, stationär bis 18 Tage	153

9.2	Mustervorrat, Notfallrezepte, Küchengeräte	153
9.3	Lagerung von Nahrungsmitteln	154
9.4	Das richtige Kochgerät	155
9.4.1	Kocher für den stationären Einsatz	157
9.4.2	Kocher für den mobilen Einsatz	159
9.4.3	Alternative Kochmöglichkeiten	160

VI ERSTE HILFE IM KATASTROPHENFALL 165

1	Besonderheiten der Ersten Hilfe in Katastrophenlagen .	167
2	Untersuchung des Patienten nach dem ABCDE-Schema	168
2.1	Untersuchung des Atemwegs (A)	170
2.2	Untersuchung der Belüftung/Atmung (B)	170
2.3	Untersuchung des Kreislaufs/Circulation (C)	170
2.4	Bewusstsein und Umgebung/Erweiterte Untersuchung/ Wärmeerhalt (D und E)	172
2.5	Besonderheiten ABC: kritische lebensbedrohende, kritische Blutung	173
2.6	Erkennen und Therapie des Atem- und Kreislaufstillstands	174
2.7	Wiederbelebung im Kontext der Katastrophenlage	176
3	Ausgewählte Leitsymptome und symptomatische Therapie	176
3.1	A- und B-Probleme (Atemweg und Belüftung)	177
3.1.1	Giftige oder sauerstoffarme Atemluft	177
3.1.2	Atemwegprobleme	178
3.1.3	Belüftungsprobleme	179
3.2	C-Probleme (Kreislauf)	179
3.3	Verletzungen	181
3.3.1	Blutstillung	182
3.3.2	Bewusstseinsstörungen	183
3.3.3	Schmerzen	183
3.3.4	Fieber und Unterkühlung	184

4	Behelfstransport	186
5	Flüssigkeitshaushalt	187
6	Erste-Hilfe-Ausrüstung auf einen Blick	188

VII HYGIENE 191

1	Einführung	193
2	Körper	195
2.1	Körperpflege	195
2.1.1	Duschen	196
2.1.2	Duschersatz	197
2.1.3	Händewaschen	198
2.1.4	Mund- und Zahnpflege	199
2.1.5	Monatshygiene	201
2.2	Wenn keine Körperpflege möglich ist	201
2.3	Gewohnheiten	202
2.4	Persönliche Gesundheitsvorsorge und Gesunderhaltung .	202
2.4.1	Immunsystem	203
2.4.2	Unterstützung der eigenen Immunabwehr	203
3	Wohnraum	204
3.1	Haushaltshygiene	204
3.1.1	Textilreinigung	205
3.1.2	Textilreinigung ohne Strom	206
3.1.3	Wenn keine Textilreinigung möglich ist	207
3.2	Abfälle	208
3.2.1	Vorbereitung: Abfallentsorgung unter Notfallbedingungen	208
3.2.2	Abfallentsorgung unter Notfallbedingungen	209
3.3	Tiere	211
3.4	Kranke und pflegebedürftige Personen zu Hause	212
3.5	Lebensmittelhygiene	213
3.5.1	Beschaffung, Transport, Lagerung und Konservierung ...	213

3.5.2	Verzehr	214
3.6	Schädlingsprävention und -bekämpfung	215

VIII CBRN-GEFAHREN 221

1	Einführung	223
2	Chemische Gefahrenstoffe	223
3	Biologische Gefahrenstoffe	225
3.1	Bakterien	226
3.2	Viren	226
3.3	Epidemie und Pandemie	226
3.3.1	Auswirkungen auf das Gesundheitswesen	227
3.3.2	Auswirkungen auf die Gesellschaft	229
3.3.3	Infektionsprävention	231
3.4	Krankheitserreger und ihre Übertragungswege	235
3.4.1	Kontaktinfektion	235
3.4.2	Schmierinfektion (fäkal/oral)	235
3.4.3	Tröpfcheninfektion	236
3.5	Reinigung vs. Desinfektion	236
3.6	Materielle Vorkehrungen	238
4	Radio-nukleare Gefahrenstoffe	239
5	Das Wichtigste auf einen Blick	241

IX TERROR 245

1	Einführung	247
2	Sprengstoffanschläge	248
2.1	Vorsichtsmaßnahmen	249
2.2	Handlungsempfehlungen nach einem Sprengstoffanschlag	250
3	Angriffe mit Schuss- und Stichwaffen	251
4	Unkonventionelle Anschlagsmittel	253
5	Terrorismus und psychische Belastung	253
6	Selbstschutz in Terrorlagen	255

X KOMMUNIKATION, DOKUMENTE, NOTGEPÄCK **261**

1	Einführung	263
2	Kommunikation	263
2.1	Informationen – Handlungsgrundlagen in einer Krise	263
2.2	Reguläre und alternative Kommunikationsmittel	264
2.2.1	Informationstechnik	264
2.2.2	Kommunikationstechnik	267
2.2.3	Wenn eine direkte Kontaktaufnahme nicht möglich ist ...	269
2.3	Bevorratung technischer Ausrüstung	272
2.4	Offline-Wissen	273
3	Dokumente	274
3.1	Was es zu retten gilt	274
3.2	Zusammenstellung wichtiger Unterlagen	274
3.2.1	Dokumentenmappe	275
3.2.2	Notfallmappe	279
4	Notfallausrüstung	281
4.1	Allgemeine Hinweise zur Notfallausrüstung	281
4.2	Notgepäck	281
4.2.1	Anforderungen an das Notgepäck	282
4.2.2	Verschiedene Notgepäcke	285

ANHANG **295**

Checkliste Hygiene	296
Monatsvorrat, stationär	302
Tagesvorrat, mobil	304
Herausgeber und Autoren	306
Stichwortverzeichnis	310
Bildnachweis	314
Notizen	315