

## Hausapotheke

### Hausapotheke: Was Sie immer griffbereit haben sollten

#### Verbandmittel

- 3 Verbandmulle, ¼ m, steril
- 3 Mullbinden, 6 cm, festkantig
- 1 elastische Binde, 5 mm, 8 cm
- 2 Momentverbände, Größe 3
- 1 Rolle Heftpflaster, 2,5 cm
- 1 Heftpflaster mit Wundkissen, 6 cm
- 1 metallisierter Wundverband
- 1 Packung Pflaster-Strips, sortiert
- 1 Dreiecktuch
- Verbandwatte
- Verbandklammern
- Sicherheitsnadeln

#### Arzneimittel

- Schmerzstillende Tabletten od. Pulver
- Desinfektionsmittel zur Haut- und Wunddesinfektion
- Tabletten gegen Durchfall
- Tabletten gegen Halsschmerzen
- Abführmittel
- Kamillentropfen
- Baldriantropfen
- Wasserstoffperoxyd 3 %
- Alkohol 70 %
- Wundbenzin
- Wund- und Heilsalbe

#### Sonstiges

- Fieberthermometer
- Stumpfe Verbandschere
- Pinzette
- Lederfingerling

Für die Versorgung kleiner Verletzungen und leichter Erkrankungen, wie sie immer wieder vorkommen, sollte im Haushalt und am Arbeitsplatz vorgesorgt sein. Ohne Hausapotheke kann eine Schnittwunde zum Problem werden. Wie jeder Notvorrat im Haus sollte auch der Vorrat an Arzneimitteln und Verbandstoffen bei Bedarf verwendet, regelmäßig kontrolliert und ergänzt werden. Medikamente sind nur begrenzt haltbar. Vom Arzt verschriebene Medikamente gehören ebenfalls in die Hausapotheke und sollten immer für mindestens 14 Tage vorrätig sein.

## Der richtige Notruf

Eine der ersten Maßnahmen bei einem Notfall ist die Verständigung der zuständigen Behörden oder Hilfsorganisationen.

### **NOTRUFNUMMERN:**

- Feuerwehr 122
- Gendarmerie/Polizei 133
- Rettung 144
- Euronotruf 112
- Ärztenotdienst 141
- Österreichische Bergrettung 140
- Vergiftungsinformationszentrale 01/406 43 43
- ÖAMTC 120
- ARBÖ 123

## Elektronfälle

Zu den folgenschwersten Unfällen im Haushalt gehören die Elektronfälle. Die Gefährlichkeit des Stroms wächst mit der Stromstärke. Schon 40 Volt und 0,1 Ampere können tödlich sein. Entscheidend für das Ausmaß des Unfalls sind die Leitfähigkeit des Untergrundes, die Beschaffenheit der Kleidung und die Feuchtigkeit der Haut. Besondere Vorsicht ist geboten im Bad, auf nassem Fußboden, bei Berührung von Wasser- und Gasleitungen, die einen Erdschluss haben.

Im Falle eines Unfalls, wenn möglich, sofort den Stromkreis unterbrechen:

- Stecker ziehen
- FI-Schalter betätigen
- Sicherung herausnehmen
- Wenn eine Unterbrechung nicht möglich ist, eine Isolierung zwischen dem Verletzten (Gummihandschuhe, Plastiksäcke ...) und der Erde herstellen.
- Achtung: Bei Hochspannung keine Annäherung an den Verletzten, sondern die Feuerwehr verständigen und Freischaltung abwarten.

## Vergiftungen

An eine Vergiftung muss man denken, wenn plötzlich schwere Krankheitserscheinungen auftreten, z. B.:

- Bewusstseinsstörung - Bewusstlosigkeit
- Rauschzustände
- Übelkeit - Erbrechen - Durchfall
- Hautveränderungen (Blässe, Röte, Blauverfärbung)
- Pupillenveränderungen
- Atem- und Kreislaufstörungen.

Je nachdem, ob der Vergiftete bei oder ohne Bewusstsein ist, sollten Sie folgendermaßen vorgehen:

Patient ohne Bewusstsein:

- Notfalldiagnose stellen
- Entsprechende lebensrettende Maßnahmen durchführen
- Notruf absetzen
- Vorgefundene Giftreste sicherstellen und ins Krankenhaus mitnehmen.  
Patient bei Bewusstsein:
- Gift bekannt: Die Vergiftungsinformationszentrale, Tel.: 01/406 43 43, anrufen und deren Anordnungen durchführen
- Schockbekämpfung durchführen
- Vorgefundene Giftreste sicherstellen und ins Krankenhaus mitnehmen.

Kinder in Gefahr:

Jährlich kommt es zu ca. 3000 Vergiftungsunfällen bei Kindern. Besonders gefährlich sind Medikamente (verursachen 50 % aller Vergiftungen), Chemikalien (Putz-, Waschmittel etc.), Zigaretten und Alkohol.

Medikamente sollen für Kinder unerreichbar aufbewahrt und Chemikalien niemals in Lebensmittelflaschen abgefüllt werden. Zigaretten und Alkohol dürfen nicht frei zugänglich sein.

Ein ganz normales Geschirrspülmittel kann, wenn es in Kinderhände gerät, gefährliche Folgen haben!

## Wenn es blitzt

Der beste Schutz gegen Gefährdung durch Blitze sind Gebäude mit Blitzschutzanlage, Stahlskelettbauten und Fahrzeuge mit Ganzmetallkarosserie.

In Gebäuden ohne Blitzschutzanlage sollte man sich in der Raummitte und keinesfalls in der Nähe von offenen Fenstern und Türen aufhalten. Elektrische Einrichtungen auf keinen Fall berühren.

Im Freien meiden Sie:

- einzeln stehende Bäume
- Metallzäune
- Gewässer
- Fahrräder und Motorräder

## **Brandschutz**

### **Brandschutz**

Jährlich ereignen sich in Österreich ca. 25.000 Brände, die Hälfte davon verläuft glimpflich. Dennoch sterben jährlich bis zu 100 Personen durch Brände, und etwa 300 Menschen tragen schwere Verletzungen davon.

Brände sind für Laien schwer einzuschätzen. Deshalb: Nicht zögern, wenn es brennt, sondern sofort die Feuerwehr (Notruf: 122) verständigen.

Viele Brände im häuslichen Bereich haben ihre Ursache in Unachtsamkeit, mangelnder Kenntnis von Brandgefahren und Vernachlässigung von Brandschutzeinrichtungen.

Zu den Vorkehrungen zur Brandverhütung gehören persönliche, bauliche und organisatorische Maßnahmen (Feuerlöscher, Fluchtweg ...)

### **Zwei wichtige Regeln:**

Zwei überlebensnotwendige und Katastrophen vermeidende Regeln sollten Sie in einem Brandfall besonders beachten:

- Brandmeldung geht vor Brandbekämpfung.  
Nach folgendem Schema vorgehen: Wo brennt es? Wie viele Verletzte gibt es? Lage am Unfallort. Wer ruft an?
- Menschenrettung geht vor Brandbekämpfung.  
Personen, insbesondere Verletzte oder Körperbehinderte, aus dem Gefahrenbereich bringen. Lassen Sie Personen, deren Kleidung in Brand geraten ist, nicht fortlaufen, sondern ersticken Sie die Flammen mit Kleidungsstücken oder durch Wälzen am Boden.

### **Wichtig:**

- Personenaufzüge im Brandfall nicht benutzen.
- Türen zum Brandraum schließen, damit die Frischluftzufuhr unterbunden ist.
- Bei starkem Qualm kriechend fortbewegen, da die unteren Luftschichten fast immer rauchfrei sind.
- Brand mit Mitteln der ersten Löschhilfe bekämpfen: Verwendung von Handfeuerlöschern.
- Feuerwehr einweisen.

### **Tipp:**

Erlernen Sie die richtige Handhabung Ihres Feuerlöschers. Im Brandfall ist es zu spät!

Wichtig: Feuermelder retten Leben!

## Warnung und Alarmierung

### **Warnung und Alarmierung**

Schwere technische Unfälle und Naturereignisse mit zerstörerischen Folgen legen Städte und mitunter ganze Regionen lahm.

Im Katastrophenfall kann die Behörde die Bevölkerung über herannahende oder akute Gefahren mit Hilfe von Sirenen warnen. Diese können über die Bundes-, Landes- und Bezirkswarnzentralen ausgelöst werden. Wichtig ist dabei, dass die Bevölkerung über die Bedeutung der Signale informiert ist.

Für den Katastrophenfall sind in Österreich drei verschiedene Sirenensignale festgelegt. Darüber hinaus gibt es für besondere Anlassfälle in bestimmten Regionen abgewandelte Signale.

### **Radio einschalten!**

Wenn das Zivilschutzsignal "Warnung" ertönt, sollten Sie unverzüglich Radio bzw. Fernsehen einschalten.

Die Bundes- bzw. Landeswarnzentrale gibt die entsprechenden Hinweise für die Bevölkerung an den ORF weiter, der sie sofort veröffentlicht.

Um im Ernstfall aber richtig reagieren zu können, sollte man vorgesorgt haben:

Besprechen Sie mit der Familie die Möglichkeit eines Notfalls und die notwendigen Verhaltensmaßnahmen.

Vorsorgen heißt Verantwortung zeigen. Zur Vorsorge gehören: Haushaltsbevorratung, Dokumente griffbereit aufbewahren, Notgepäck, Kerzen, Taschenlampen, Batterieradio. Und vor allem: Informieren Sie sich zeitgerecht.

Beim Ertönen der Signale ist es zu spät.

**Warnung:** Ein gleich bleibender Dauerton mit der Länge von 3 Minuten bedeutet "Warnung". Dieses Signal wird ausgelöst, wenn die Bevölkerung vor herannahenden Gefahren im Zuge von Katastrophen gewarnt werden soll.

**Richtig reagieren:** Aufenthalt im Freien beenden, Radio bzw. TV einschalten und Anweisungen der Behörden beachten.

**Alarm:** Ein auf- und abschwellender Heulton von mindestens einer Minute Dauer bedeutet "Alarm". Die Gefahr steht unmittelbar bevor. Alarm kann für das betroffene Gebiet und seine engere Umgebung oder auch für einen größeren Bereich gegeben werden.

**Richtig reagieren:** Radio bzw. Fernseher eingeschaltet lassen, auf Lautsprecherdurchsagen achten, Anweisungen der Behörden befolgen. Sich nicht mehr im Freien aufhalten.

**Entwarnung:** Ein gleich bleibender Dauerton von 1 Minute (nach vorherigem Signal "Warnung") bedeutet "Entwarnung". Damit ist die unmittelbare Gefahr zu Ende.

Richtig reagieren: Weitere Anweisungen und Informationen durch die Behörden beachten.

### **Darüber hinaus sollten Sie noch zwei weitere Sirenensignale kennen:**

**Feuerwehrsignal:** 3-mal 15 Sekunden Dauerton mit einer Unterbrechung von jeweils 7 Sekunden. Das Signal kann im Bedarfsfall wiederholt werden.

**Sirenenprobe:** Jeden Samstagmittag. Dauerton von 1-mal 15 Sekunden. Die Sirenenprobe dient lediglich der Überprüfung der Funktionsfähigkeit der Sirenen.

**Tipp:** Telefonieren Sie im Katastrophenfall so wenig wie möglich. Sie blockieren sonst die Kommunikation und Koordination des Katastrophendienstes.

## Schutzraum

### **Schutzraum**

Die Auswirkungen von Katastrophen wie radioaktiver Strahlung, Chemieunfällen sowie Natur- und Umweltkatastrophen auf den Einzelnen können bereits gemindert werden, indem man im Haus bleibt.

Einen vielfach höheren Schutz erreicht man, wenn man im Haus gewisse Vorkehrungen trifft.

Bereits mit geringem Aufwand ist eine Verbesserung der Schutzwirkung eines Hauses erreichbar. Mit einem Klebeband können Fenster und Türen gegen das Eindringen von radioaktivem Staub abgedichtet werden. Dies sollte jedoch nur in der Phase mit der größten Belastung angewandt werden, da es sonst zu gefährlichem Sauerstoffmangel kommen kann.

Einen größeren Schutz bewirkt der Einbau eines Filtergeräts. Während alle Öffnungen abgedichtet sind, kann die Wohnung weiterhin mit Sauerstoff über das Filtergerät versorgt werden. Das Gerät erzeugt einen leichten Überdruck im Raum, der das Eindringen von Schadstoffen verhindert.

Den optimalen Schutz bietet jedoch der Grundschutzraum. Ein solcher Schutzraum wehrt Strahlung, Feuer und Trümmer ab.

Um die Sicherheitsanforderungen zu erfüllen, dürfen für den Schutzraum nur nichtbrennbare Baustoffe verwendet werden. Die Kellerdecke und -wände müssen verstärkt gebaut werden. Darüber hinaus ist neben gasdichter Tür und Belüftungsanlagen auch die Zufuhr von Strom, Wasser und Antenne notwendig.

### **Checkliste zur Schutzraumausstattung:**

- Nachrichtenmittel (Radio, Ersatzbatterien)
- Medikamente
- Einrichtungsgegenstände
- Getränke und Lebensmittel
- Hygieneartikel
- Putz- und Reinigungsmittel
- Schlafgelegenheiten
- Kleidung
- Beschäftigungsmaterial - Spielsachen
- Notbeleuchtung
- Küchenutensilien
- Schutzausrüstung
- Reparaturwerkzeug
- Befreiungswerkzeug
- Notgepäck

## Vorrat

### **Vorrat**

Stellen Sie sich folgendes Szenario vor:

Ein Reaktorunfall verstrahlt Wasser und Pflanzen. Diese werden von Mensch und Tier aufgenommen. Als Folge wird der menschliche Organismus radioaktiv belastet. Um diesen Kreislauf (Nahrungskette) zu unterbrechen, sollte man einen Vorrat an unverstrahlten Lebensmitteln zu Hause lagern.

Aber auch kleinere, regionale Notfälle wie starke Schneefälle und Hochwasser könnten Sie daran hindern, das Haus zu verlassen.

### **So funktioniert Ihre Bevorratung:**

- Der Vorrat sollte trocken, luftig, frostsicher, dunkel und kühl gelagert werden.
- Die Versorgung sollte für 14 Tage pro Person im Haushalt reichen. Faustregel: 1 kg Lebensmittel pro Person und Tag.
- Berücksichtigen Sie die individuellen Ess- und Trinkgewohnheiten der Haushaltsmitglieder.
- Beachten Sie, dass Diätpatienten, Säuglinge und Kleinkinder einen entsprechenden Vorrat an Spezialkost brauchen.
- Denken Sie an ausreichend Wasser zum Zubereiten der Nahrung.

Fachgeschäfte bieten Notvorräte an, die 15 Jahre und länger haltbar sind. Damit Ihr Körper richtig funktioniert, braucht er drei Grundstoffe: Kohlenhydrate (Brot, Kartoffeln, Reis), Eiweiß (Milchprodukte, Fleisch, Fisch, Hülsenfrüchte), Fette (Butter und Öl).

Aber vor allem brauchen Sie Flüssigkeit - und zwar mindestens 2,5 Liter pro Person und Tag.

### **Grundvorrat pro Person für 2 Wochen (Beispiel):**

- Mehl (1 kg, 5 Monate haltbar)
- Reis (1 kg, 24 Monate haltbar)
- Teigwaren (1,5 kg, 24 Monate haltbar)
- Zucker (1 kg, 72 Monate haltbar)
- Brot (vakuumverpackt) (1,5 kg, 1 Monate haltbar)
- Semmelwürfel (1 Packung, 12 Monate haltbar)
- Packerlsuppe(2 Packungen, 12 Monate haltbar)
- Dosensuppe(2 mal 1,5 kg, 48 Monate haltbar)
- Hülsenfrüchte (1,5 kg, 48 Monate haltbar)
- Champignons (1 Dose, 48 Monate haltbar)
- Dosenaufstrich (2 Dosen, 48 Monate haltbar)
- Fischkonserven (2 Dosen, 36 Monate haltbar)
- Div. Fleischkonserven (10 mal 1,5 kg, 48 Monate haltbar)
- Gemüsekonserven (2 mal 1,5 kg, 48 Monate haltbar)
- Kartoffeln (4 kg, 2-8 Monate haltbar)
- Salate (2 Gläser, 12 Monate haltbar)
- Kondensmilch (1 Tube, 12 Monate haltbar)
- Haltbarmilch (2 mal 1,5 l, 12 Monate haltbar)
- Streichfett (250g, 12 Monate haltbar)

- Speiseöl (0,5 l, 9 Monate haltbar)
- Schmelzkäse (6 Stück, 6 Monate haltbar)
- Eier (10 Stück, 0,5 – 1 Monat haltbar)
- Honig (1 Glas, unbegrenzt haltbar)
- Fruchtsaft (1 l, 24 Monate haltbar)
- Kaffee, Kakao (nach Bedarf, 12 Monate haltbar)
- Tee (nach Bedarf, unbegrenzt haltbar)
- Gewürze (nach Bedarf, unbegrenzt haltbar)
- Mineralwasser (2l, 24 Monate haltbar)

## **Hochwasser**

### **Hochwasser**

Überschwemmungen sind in Österreich die häufigste Art von Naturkatastrophen. Hochwasser, Muren und Lawinen bedrohen mit großer Zerstörungskraft unsere Gebirgstäler. Durch menschliche Eingriffe und Klimaschwankungen kann es zu weiteren Verschärfungen besonders im Bereich kleinerer, häufig auftretender Hochwasser kommen. Regelmäßig betroffene Zonen in Österreich sind die Gebiete der Donau und ihrer Zubringer. Aber auch andere Regionen können, und dann meist recht überraschend, von einem Hochwasser betroffen sein.

### **Was verursacht Hochwasser?**

Stark anhaltende Regenfälle, starke Schneeschmelze, unsachgemäße Bebauung landwirtschaftlicher Nutzflächen, zu klein dimensionierte Abwasseranlagen, technische Gebrechen, Bruch von Dämmen sowie das Übergehen von Teichen können zu ungewollten "nassen Überraschungen" führen.

### **Wie kann ich mich vorbereiten?**

Informieren Sie sich im Radio bzw. Fernsehen über die aktuelle Entwicklung. Wenn das Wasser kommt: Hauptschalter für Wasser, Strom, Heizung, Gas und Öl abdrehen und Fenster und Türen, die gegen die Strömungslinie des Hochwassers gerichtet sind, schließen. Bringen Sie Wertgegenstände, Lebensmittel, Wäsche etc. in höher gelegene Stockwerke.

### **Nach dem Hochwasser:**

Rasche Aufräumarbeiten beugen einer möglichen Seuchengefahr vor. Überprüfen Sie das Trinkwasser.

### **Bin ich gefährdet?**

- Hat es in meiner Gemeinde schon einmal Hochwasser gegeben?
- Sind Flüsse oder Bäche in der Nähe?
- Gibt es Hänge in der Nähe?
- Auch ohne Gewässer in der Nähe kann starker Niederschlag Abgänge von Wassermassen, Schlamm und Geröll bewirken.

## Erdbeben

### **Erdbeben**

Durchschnittlich kommt es in Österreich alle zwei Jahre zu einem Erdbeben, das die Stärke 6 auf der Mercalli-Skala erreicht. Jährlich werden etwa zwanzig fühlbare Beben registriert.

Bekannte Erdbebengebiete in Österreich sind Nordtirol, Kärnten und die Zone Murtal-Mürztal, Semmering und das Wiener Becken. Vorhersagen von Beben gibt es leider bis heute nicht.

Das eigentliche Beben dauert rund 30 Sekunden. Der beste Schutz gegen Erdbeben ist daher eine gute Vorsorge. Dazu gehören:

- Solides Bauen in Erdbebenzonen nach ÖNORM B4015.
- In der Wohnung schwere Möbel und Warmwasserspeicher gut verankern. Sichere Plätze in der Wohnung ausfindig machen: in der Nähe von tragenden Wänden (im Inneren des Gebäudes), unter Türstößen, unter einem stabilen Tisch.
- Lage der Hauptschalter für Gas, Wasser und Strom einprägen.

### **Während eines Starkbebens:**

- Ruhe bewahren!
- Personen im Haus sollten die sicheren Plätze aufsuchen.

### **Wo sind Sie sicherer - drinnen oder draußen?**

- Die Nähe von Fenstern meiden!
- Aufzüge nicht benutzen!
- Nicht ins Freie laufen!
- Personen im Freien sollten dort bleiben und einen Sicherheitsabstand zu Gebäuden und elektrischen Freileitungen einhalten, um nicht durch herabfallende Teile gefährdet zu werden. Sicherheitsabstand ist die halbe Gebäudehöhe.
- In engen Straßen den nächsten Hauseingang oder die nächste Hauseinfahrt aufsuchen.
- Auf Gasgeruch achten.

#### **Schutzmaßnahmen und Verhalten nach dem Erdbeben:**

- Verletzte versorgen. Auch an Haus- und Nutztiere denken.
- Kurze Kontrolle eventueller Bauschäden.
- Im Freien Sicherheitsabstand zu Gebäuden einhalten.
- Radio einschalten, Instruktionen der Behörden abwarten und befolgen.
- Hilfe leisten.
- Privatfahrten mit Kfz möglichst unterlassen, um die Hilfskräfte nicht zu behindern.
- Vorsicht auf Nachbeben!

### **Tipp:**

Den Haushalt krisenfest machen! Denken Sie besonders an den Vorrat und für den Fall einer Evakuierung an Notgepäck und Dokumentenmappe.

## **Technische Katastrophen**

### **Technische Katastrophen**

Bei Unfällen in modernen Industrieanlagen und beim Transport gefährlicher Güter können lebensbedrohende Stoffe durch direktes Austreten, aber auch durch Brände und Explosionen freigesetzt werden.

Dies betrifft Chemiefirmen, Deponien, Kernkraftwerke, aber auch landwirtschaftliche Großbetriebe. Informieren Sie sich über Industrieanlagen in Ihrer Umgebung und über das richtige Verhalten im Falle einer Störung. Rechnen Sie mit einer Evakuierung (Dokumentenmappe, Notgepäck).

#### **Giftwolke:**

Ist eine Giftwolke ausgetreten, bleiben Sie am besten im Gebäude, es hat einen hohen Schutzwert. Schließen Sie die Fenster, Türen, Lüftungen und Klimaanlage und achten Sie auf die Anweisungen der Einsatzkräfte oder der Nachrichtensendungen.

Wenn Sie sich im Freien aufhalten, ist Eile geboten: Suchen Sie so schnell wie möglich einen schützenden Raum auf.

#### **Verkehrskatastrophen:**

Eisenbahnunglücke, Busunfälle und Flugzeugabstürze passieren zwar vergleichsweise selten. Aber wenn etwas geschieht, sind die Folgen meist katastrophal.

Wenn Sie zu einem derartigen Unfall kommen, verschaffen Sie sich einen Überblick über die Situation und versuchen Sie zu helfen, ohne sich selbst in Gefahr zu bringen und ohne die Hilfsmannschaft zu behindern.

Melden Sie Ihre Beobachtungen - damit helfen Sie bei der Rekonstruktion des Unfallhergangs. Fahrzeuge, die gefährliche Stoffe transportieren, müssen mit einer orangen Warntafel gekennzeichnet sein. Die obere Nummer bezeichnet die Gefahr, die untere den Stoff.

#### **Bei einem Unfall mit Gefahrgut:**

- Meiden Sie Kontakt mit dem Gefahrgut.
- Sicherheitsabstand einhalten (mindestens 60 m).
- Unfallstelle absichern (mindestens 100 bis 200 m).
- Zündquellen ausschalten bzw. vermeiden.
- Notruf absetzen und dabei die spezielle Kennzeichnung angeben.
- Achtung: Es gibt auch farb- und geruchlose Giftstoffe!

#### **Gefährliche Stoffe:**

Zahlreiche Produkte, die oft bedenkenlos in der Industrie oder im Haushalt eingesetzt werden, gelten als gefährliche Stoffe. Bei falscher Anwendung, Verarbeitung, Lagerung oder Transport können sie Mensch und Umwelt gefährden. Solche Stoffe können explosiv, feuergefährlich, giftig, ätzend, hautreizend bzw. radioaktiv sein.

#### **Tipp:**

Viele giftige Gase und Dämpfe sind schwerer als Luft. Deshalb höher gelegene Räume aufsuchen. Auf jeden Fall Notruf absetzen.

## **Radioaktive Strahlung**

### **Radioaktive Strahlung**

Man sieht sie nicht, man hört sie nicht, man riecht sie nicht. Und doch kann radioaktive Strahlung unseren Organismus schwer schädigen. Man unterscheidet Alpha-, Beta- und Gammastrahlung. Jede hat eine andere Wirkung auf den menschlichen Körper.

Radioaktivität kann schwerste Schäden am Körpergewebe (z. B. Krebs) oder an Keimzellen (Veränderungen des Erbgutes) hervorrufen. Gefahr droht durch Kontamination (= Verunreinigung des menschlichen Körpers durch Strahlen) und Inkorporation (= Aufnahme der radioaktiven Substanzen durch den Magen-Darm-Trakt).

Radioaktivität kommt in der Natur vor. Aber auch in der Industrie, Medizin und Forschung wird damit gearbeitet. Bei der Arbeit mit radioaktiven Substanzen ist höchste Vorsicht geboten.

Bei einem schweren Unfall in einem Kernkraftwerk kann es zur Freisetzung großer Mengen radioaktiver Substanzen kommen. Diese können, wie der Unfall in Tschernobyl 1986 gezeigt hat, durch Wind und Wetterlage auch in große Entfernung vom betroffenen Kraftwerk transportiert werden. Das Material geht dann in Form eines so genannten "radioaktiven Niederschlags" (verstrahlte Staubteilchen) auf Menschen, Tiere, Pflanzen, Boden und Gebäude nieder. Vorzeitiges Erkennen der radioaktiven Belastung ist die Voraussetzung für gezielte Schutzmaßnahmen. In Österreich sorgen 336 Messstellen für rasche Information. Vermeiden Sie Panik und bleiben Sie ruhig.

### **Schutz vor Radioaktivität:**

- Informieren Sie sich laufend (Radio und TV).
- Meist ist der beste Schutz vor radioaktiver Strahlung und radioaktiven Teilchen der Verbleib im Haus.
- Im Haus selbst sollte man sich in Räumen mit massivem Mauerwerk und wenigen Fenstern aufhalten. Diese Maßnahmen sind allerdings nur für eine begrenzte Zeit sicher. Der Schutzraum bietet den besten Schutz.
- Besonders gefährdet sind Kinder: Nicht im Freien - besonders nicht im Sand - spielen lassen.
- Keine Gartenfrüchte essen.
- Nach einem Aufenthalt im Freien vor dem Betreten des Hauses Schuhe und Oberbekleidung ablegen. Dann Haare waschen und sich gründlich reinigen.
- Nach Ende der Gefahr Wohnung gründlich feucht reinigen.
- Für den Landwirt gelten spezielle Vorsichtsmaßnahmen!
- Legen Sie einen Vorrat an nicht verstrahlten Lebensmitteln an!