

Schutz vor radioaktiver Strahlung – Vorsorge und Selbsthilfe

Kommt es zu einer Freisetzung von radioaktiver Strahlung, sind Sie im Freien von deren Wirkungen direkt betroffen. Um sich vor direktem Kontakt mit radioaktiver Strahlung zu schützen, ist es am besten, rasch ein geschlossenes Gebäude aufzusuchen.

Aufenthalt im Gebäude

Den besten Schutz vor den Wirkungen vor radioaktiver Strahlung haben Personen innerhalb von Gebäuden. Bei geschlossenen Fenstern und Türen findet der Luftaustausch mit der Umgebungsluft im Freien nur sehr eingeschränkt statt. Dadurch ist die Gefahrstoffkonzentration im Innern niedriger als ausserhalb.

Es muss darauf geachtet werden, dass keine Verschleppung von verstrahlten Objekten in den Wohnbereich erfolgt, weshalb verschmutzte Kleidung ausserhalb des Wohnbereichs abgelegt und dort, möglichst verpackt, zurückgelassen wird. Radioaktive Strahlung wird z. B. durch das Mauerwerk abgeschwächt, weshalb in solchen Fällen der Keller, mit viel umgebendem Erdreich, Wänden und Decke den besten Schutz bietet.

- Bleiben Sie im Gebäude
- Nehmen Sie gefährdete Passanten vorübergehend auf und informieren Sie - falls erforderlich - andere Hausbewohner
- Schliessen Sie Fenster und Türen
- Schalten Sie Lüftungen, Ventilatoren und Klimaanlage aus
- Schliessen Sie die Lüftungsschlitze der Fensterrahmen, bei älteren Fenstern und Türen die Fugen mit breiten Klebestreifen abdichten
- Zugluft vermeiden, auf Kaminöffnungen und Entlüftungssysteme achten
- Suchen Sie einen Innenraum der Wohnung auf, der möglichst keine Aussenfenster hat
- Im Fall einer Freisetzung radioaktiver Stoffe suchen Sie vorzugsweise einen Kellerraum auf
- Vermeiden Sie unnötigen Sauerstoffverbrauch durch Kerzen o. ä.
- Schalten Sie zur Information das Radio (UKW, Regionalsender) oder das Fernsehgerät ein
- Beachten Sie die Durchsagen der Behörden und Einsatzkräfte
- Telefonieren Sie nur in Notfällen

Notvorrat

Die Bevölkerung sollte in der Lage sein, sich während mehrerer Tage ohne externe Unterstützung verpflegen zu können. Die wirtschaftliche Landesversorgung (WL) rät deshalb dazu, einen [Notvorrat](#) für rund eine Woche zu halten. Zum Notvorrat gehören in erster Linie lagerfähige Lebensmittel und 9 Liter Wasser pro Person sowie die wichtigsten Medikamente.

Information, Warnung und Alarmierung

Bei einer konkreten Gefahr alarmieren die Behörden die Bevölkerung mittels Sirenen und geben die Verhaltensanweisungen über Radio und [Alertswiss](#) bekannt. Das Amt für Bevölkerungsschutz empfiehlt die Alarmierungs-App Alertswiss auf dem Smartphone zu installieren.

ABS, 08.03.2022