TRINKWASSER LAGERN UND AUFBEREITEN

Wie viel Wasser du brauchst, wie du es lagerst und tauschst, wie du es sicher abkochst oder aufbereitest – und was bei Abkochgebot und Hochwasser gilt.

Stand: 5.11.2026

SOFORT TUN

1. Radio oder Warn-App einschalten, auf Hinweise des Wasserversorgers achten
2. Bei Abkochgebot – Wasser einmal sprudelnd aufkochen, mindestens 10 Minuten abkühlen lassen
3. Vorrat zuerst zum Trinken und Kochen nutzen, beim Waschen sparen
4. Droht ein längerer Ausfall – Badewanne, Eimer und Töpfe füllen, für WC und Waschen
5. Hochwasser nie trinken – auch nicht abgekocht, gefiltert oder mit Tabletten

Ohne Essen kommt ein Mensch unter Umständen drei Wochen aus, ohne Flüssigkeit nur etwa vier Tage. Deshalb steht Wasser im Vorrat an erster Stelle – und deshalb lohnt es sich, ein paar Handgriffe zu kennen, bevor das Wasser einmal ausbleibt oder verunreinigt ist.

AUF EINEN BLICK

- **2 Liter pro Person und Tag:** 1,5 Liter zum Trinken, 0,5 Liter zum Kochen. Für zehn Tage sind das **20 Liter pro Person** – aber schon ein Vorrat für drei Tage hilft sehr.
- **Gekauftes Wasser in Flaschen** ist der einfachste Vorrat: kühl und dunkel lagern, nach Mindesthaltbarkeitsdatum verbrauchen und nachkaufen.
- **Zum Waschen und für die Toilette** brauchst du zusätzlich Brauchwasser – das muss kein Trinkwasser sein (Badewanne, Eimer, Kanister).
- **Abkochgebot:** Wasser einmal sprudelnd aufkochen und mindestens 10 Minuten abkühlen lassen – auch fürs Zähneputzen, für Babynahrung, Eiswürfel und zum Waschen von Obst und Gemüse.
- **Hochwasser, Öl, Chemikalien:** Solches Wasser wird weder durch Abkochen noch durch Filter oder Tabletten trinkbar. Dann nur Vorrat oder gekauftes Wasser.

KLEIN ANFANGEN

Du musst heute nicht 20 Liter pro Person in den Keller tragen. Jeder Tag Vorrat zählt, und drei Tage sind ein guter erster Schritt. Nimm dir jeden Tag eine dieser kleinen Aufgaben vor – keine dauert länger als zehn Minuten, die meisten kosten nichts:

- **Eine Packung Wasser mehr** beim nächsten Einkauf mitnehmen und in Keller, Abstellkammer oder Schrank stellen. Am besten gleich auf die Einkaufsliste setzen.

- **Datum draufschreiben:** Das Mindesthaltbarkeitsdatum mit dickem Stift groß auf die Packung schreiben – dann siehst du es, ohne die Folie aufzureißen. Im Vorrat kannst du es eintragen und wirst erinnert.
- **Den Haupthahn suchen:** Wo dreht man in eurer Wohnung oder eurem Haus das Wasser ab? Einmal hingehen, nachsehen, ob er sich bewegen lässt, und den Ort unter Zuhause notieren.
- **Einen großen Topf mit Deckel** bereitstellen, in dem du Wasser abkochen kannst – und überlegen, womit du ohne Strom sicher kochen würdest (siehe Stromausfall).
- **Den Wasserversorger notieren:** Name, Webseite und Telefonnummer eurer Stadtwerke oder eures Wasserverbands auf Papier schreiben – sie informieren bei Störungen und Abkochgeboten.
- **Warnungen einrichten:** eine Warn-App installieren (zum Beispiel NINA) und nachsehen, ob ein Radio mit Batterien oder Kurbel im Haus ist → Warnungen.
- **Filter oder Entkeimungstabletten** auf die Merkliste setzen und in Ruhe vergleichen, was sie können – nicht erst im Notfall. Überblick unter Ausrüstung.

VERSTEHEN

Leitungswasser ist in Deutschland sehr gut und fast immer da. Gerade deshalb überlegt man selten, was passiert, wenn es einmal nicht kommt. Es hilft, die Gründe zu kennen – dann weißt du auch, welche Vorsorge in welchem Fall hilft.

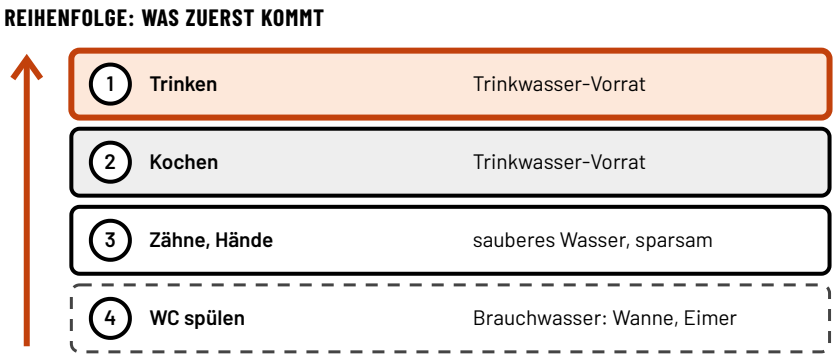
Warum das Wasser ausfallen kann

1. **Stromausfall:** Wasserwerke brauchen Strom und digitale Systeme. Fallen sie aus, kann auch die Wasserversorgung ausfallen. Wie schnell das geht, hängt nach Angaben des BBK von den Gegebenheiten vor Ort und von der Geschosshöhe ab – in oberen Stockwerken kann der Druck eher fehlen. Bei starkem Frost ohne Heizung können außerdem Wasserrohre einfrieren und platzen.
2. **Schäden an Leitungen:** Ein Unfall, Extremwetter oder Sabotage können Leitungen für Strom, Wasser, Gas oder Mobilfunk beschädigen.
3. **Verunreinigung im Netz:** Gibt es Hinweise darauf, dass Keime – etwa aus Fäkalien – ins Trinkwasser gelangt sind, oder häufen sich Erkrankungen, prüft das Gesundheitsamt ein **Abkochgebot**. Es ordnet an, dass Leitungswasser vor dem Trinken abgekocht werden muss.
4. **Hochwasser:** Flutwasser führt oft Öl aus überfluteten Heizöltanks, belasteten Schlamm und Fäkalien mit. Verschmutztes Wasser ist eine Brutstätte für Krankheiten, und Hochwasser kann auch die Wasserversorgung selbst beeinträchtigen. Verunreinigungen können bis ins Grundwasser und in Hausbrunnen gelangen.

Trinkwasser und Brauchwasser

Nicht jedes Wasser im Haushalt muss Trinkwasserqualität haben. Wichtig ist die Reihenfolge, wenn es knapp wird: Erst kommt das Trinken, dann das Kochen, dann das Nötigste an Hygiene – und erst zum Schluss die Toilettenspülung. Für die Toilette und zum Putzen

reicht Brauchwasser aus Badewanne oder Eimer. Das BBK nennt Trinkwasser ausdrücklich „wichtiger als Essen".



Wird es knapp: unten zuerst sparen

Rangfolge beim Wasserverbrauch: 1. Trinken und 2. Kochen aus dem Trinkwasser-Vorrat, 3. Zähne und Hände mit sauberem Wasser und sparsam, 4. WC-Spülung mit Brauchwasser aus Wanne oder Eimer. Wird es knapp, unten zuerst sparen.

Wer entscheidet – und wie du es erfährst

- **Das Gesundheitsamt** ordnet ein Abkochgebot an und hebt es auch wieder auf. Nur es darf das.
- **Der Wasserversorger** (Stadtwerke, Wasserverband) informiert die Haushalte, zusammen mit den örtlichen Medien. Die Mitteilung nennt in der Regel, welches Gebiet betroffen ist, und eine Telefonnummer oder Webseite für Fragen.
- **Warnwege:** Die meisten Informationen kommen über Warn-Apps und Radio, dazu Lautsprecherwagen und digitale Infotafeln, in besonderen Lagen auch Sirenen und Handy-Warnung. Bei Stromausfall oder ohne Mobilfunk funktionieren

viele dieser Wege nicht – ein Radio mit Batterien, Kurbel oder im Auto aber schon. Mehr dazu unter Warnungen.

- **Weitersagen:** Die Musterschreiben des Umweltbundesamts bitten ausdrücklich darum, Mitbewohner und Nachbarn zu informieren, damit die Nachricht bei allen ankommt.

Nicht jede Meldung bedeutet dasselbe. Das Umweltbundesamt unterscheidet in seinen Mustern für Verbraucherinformationen mehrere Stufen:

MITTEILUNG	WAS SIE BEDEUTET
Zusätzliche Chlorung	Wasser kann uneingeschränkt genutzt werden, schmeckt oder riecht vielleicht leicht anders. Für Aquarien eventuell nicht geeignet.
Abkochgebot	Leitungswasser nur abgekocht trinken und für Essen, Zähneputzen und Wunden verwenden. Toilettenspülung ohne Einschränkung.
Nicht trinken, nicht zum Kochen	Abkochen reicht nicht. Duschen, Baden, Waschen und WC sind erlaubt.
Gar nicht nutzen	Abkochen reicht nicht, auch kein Duschen oder Waschen. Nur die Toilettenspülung geht. Wasserhähne zu lassen.

MITTEILUNG	WAS SIE BEDEUTET
Entwarnung	Wasser wieder normal nutzbar – manchmal mit dem Hinweis, es erst laufen zu lassen.

Ein Abkochgebot ist meist eine **Überbrückung für einige Tage**, bis Desinfektion, Spülung des Netzes oder eine andere Versorgung greifen. Für größere Notlagen hat der Bund zusätzlich über 5.200 Trinkwassernotbrunnen und -quellen geschaffen, die vor allem in Wohngebieten von Großstädten liegen; geplant sind dort 15 Liter pro Person und Tag. Ob und wie solches Wasser genutzt werden darf, entscheidet das Gesundheitsamt. Der eigene Vorrat bleibt trotzdem die erste Hilfe für die ersten Tage.

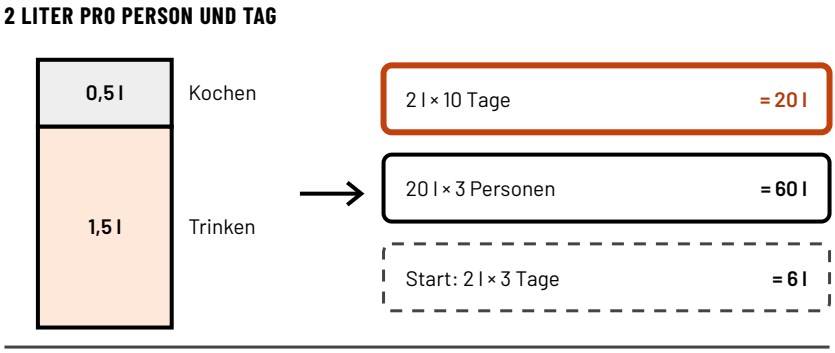
Quellen für diesen Abschnitt: BBK-Ratgeber (11/2025), BBK „Essen und Trinken bevorraten", BBK „Stromausfall" (2026), BBK „Empfehlungen bei Hochwasser" (2024), BBK „Wassersicherstellung", UBA-Empfehlung §§ 62–68 TrinkwV (2/2026), CDC „Reentering Your Flooded Home" (8/2026).

VORBEREITEN

Wie viel Wasser?

Das BBK empfiehlt, sich möglichst **zehn Tage** selbst versorgen zu können – ein Vorrat für **drei Tage** hilft aber schon sehr, und darauf kannst du Schritt für Schritt aufbauen. Pro Person und Tag rechnet das BBK idealerweise mit **2 Litern**: Ein Erwachsener braucht mindestens 1,5 Liter Flüssigkeit, dazu kommen 0,5 Liter Wasser zum

Kochen. Ein Teil des Vorrats sollte aus (Mineral-)Wasser bestehen; auch Fruchtsäfte oder andere Getränke kannst du mitrechnen.



Rechnung für den Wasservorrat: 1,5 Liter zum Trinken plus 0,5 Liter zum Kochen ergeben 2 Liter pro Person und Tag; mal 10 Tage sind 20 Liter pro Person, für 3 Personen 60 Liter; für den Anfang reichen 3 Tage mit 6 Litern pro Person.

HAUSHALT	3 TAGE	5 TAGE	10 TAGE
1 Person	6 l	10 l	20 l
2 Personen	12 l	20 l	40 l
3 Personen	18 l	30 l	60 l
4 Personen	24 l	40 l	80 l

Der Vorratsrechner rechnet das für euren Haushalt genau aus.

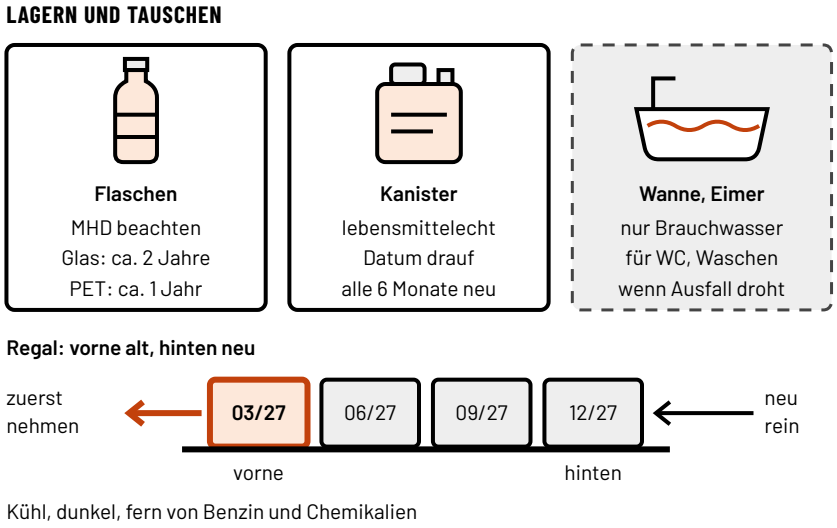
Mehr einplanen solltest du bei Hitze und körperlicher Anstrengung, für Schwangere, für Kranke und für Haustiere. Die 2 Liter decken nur Trinken und Kochen – Wasser zum Waschen und für die Toilette kommt **zusätzlich** dazu.

Gekauftes Wasser: der einfachste Vorrat

Die Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (Portal Ernährungsvorsorge) rät aus Gründen der Lebensmittelhygiene, für den Notvorrat **Wasser aus dem Handel** zu lagern – am liebsten in Glas-, sonst in PET-Flaschen. Der Grund: Gekauftes Wasser hat ein Haltbarkeitsdatum, du weißt also, wann du es tauschen musst.

- **Haltbarkeit:** Mineralwasser in der original verschlossenen Flasche ist im Prinzip nahezu unbegrenzt haltbar. Hersteller geben für Glasflaschen meist ein Mindesthaltbarkeitsdatum von zwei Jahren an, für PET-Flaschen von einem Jahr. Ungeöffnete, gut gelagerte Flaschen kannst du in der Regel deutlich länger verwenden.
- **Lagerort:** dunkel, kühl, trocken. Sonne und Wärme verschlechtern die Qualität.
- **PET-Flaschen** eignen sich eher für kurz- bis mittelfristige Lagerung: Sie können Gerüche aus der Umgebung annehmen und sind leicht durchlässig für Gase. In praller Sonne oder im Auto kann außerdem ein Stoff aus dem Kunststoff ins Wasser übergehen, der den Geschmack verändert. Darum: nicht ins Auto, nicht ans Fenster, nicht neben Benzin oder Pflanzenschutzmittel.
- **Glasflaschen** sind für längere Lagerung besonders geeignet, aber schwer – praktisch für Keller und Erdgeschoss.

Tauschen statt wegwerfen: Das BBK empfiehlt einen einfachen Kreislauf – einmal einen Vorrat anlegen, regelmäßig die Haltbarkeit prüfen (zum Beispiel einmal im Jahr zu einem festen Datum), bald ablaufende Flaschen im Alltag trinken und verbrauchte gleich ersetzen. Im Regal heißt das: **vorne alt, hinten neu.** Neue Packungen schiebst du nach hinten, getrunken wird von vorne. Ein guter fester Termin ist der bundesweite Warntag im September.



Drei Arten der Lagerung: Flaschen mit Mindesthaltbarkeitsdatum, Glas etwa 2 Jahre, PET etwa 1 Jahr; lebensmittelechte Kanister mit Datum, alle 6 Monate neu befüllen; Wanne und Eimer nur für Brauchwasser. Darunter ein Regal: vorne die ältesten Packungen zuerst nehmen, neue hinten einräumen. Alles kühl, dunkel und fern von Benzin lagern.

Leitungswasser selbst abfüllen

Für selbst abgefülltes Leitungswasser gibt es nach Auskunft des Portals Ernährungsvorsorge **keine pauschale Angabe** zu Haltbarkeit, geeigneten Gefäßen und Wasserqualität – deshalb dort die Empfehlung

für gekauftes Wasser. Wenn du trotzdem Leitungswasser lagern möchtest, etwa weil du wenig tragen kannst, halte dich an diese Regeln der US-Gesundheitsbehörde CDC:

1. **Lebensmittelechte Behälter** nehmen, die für Trinkwasser gedacht sind. Nie Behälter, in denen schon Chemikalien wie Bleiche oder Pflanzenschutzmittel waren. Ohne lebensmittelechten Behälter: stabil, bruchfest (kein Glas) und mit dicht schließendem Deckel.
2. **Vorher reinigen:** den Behälter mit Spülmittel auswaschen und desinfizieren, dann an der Luft trocknen lassen und befüllen.
3. **Beschriften:** „Trinkwasser" und das Abfülldatum draufschreiben.
4. **Richtig lagern:** kühl, nicht in der Sonne und fern von giftigen Stoffen wie Benzin oder Pflanzenschutzmitteln.
5. **Alle 6 Monate tauschen:** selbst abgefülltes Wasser ausgießen (zum Beispiel zum Blumengießen), Behälter reinigen, neu befüllen, neues Datum.

Leere, saubere Kanister sind ohnehin praktisch: zum Abfüllen, wenn ein Ausfall angekündigt ist, und als Behälter für Brauchwasser.

Brauchwasser für Toilette und Waschen

Brauchwasser ist Wasser, das du nicht trinkst – zum Spülen der Toilette, zum Putzen, zum groben Waschen. Das BBK nennt dafür in seiner Checkliste eigene **Wasserbehälter für Lösch- oder Brauchwasser**. In einer älteren Ausgabe seines Ratgebers (2018) empfiehlt das BBK: Droht eine längere Unterbrechung der Wasserversorgung, Wasser in **alle verfügbaren größeren Gefäße** füllen – Badewanne, Waschbecken, Eimer, Töpfe, Kanister – und dabei an die **Toilettenspülung** denken.

Brauchwasser kannst du mit Entkeimungsmitteln länger haltbar machen; beraten lässt du dich dazu am besten im Camping- oder Outdoorhandel (BBK). Damit du weniger Brauchwasser brauchst, hilft ein kleiner Hygienevorrat: Feucht- und Desinfektionstücher, Trockenshampoo oder Handwaschpaste, Einweggeschirr, Haushaltspapier, Haushaltshandschuhe, Müllbeutel und gegebenenfalls eine Campingtoilette mit Ersatzflüssigkeit oder Beuteln. Wie du eine Notfall-Toilette baust, steht im Guide Hygiene und Notfall-Toilette.

Ausrüstung zum Aufbereiten

Du brauchst keine teure Technik. Die wichtigsten Dinge hast du vermutlich schon:

- **Großer Topf mit Deckel** oder ein Wasserkocher – der Wasserkocher ist laut Umweltbundesamt zum Abkochen gut geeignet, braucht aber Strom.
- **Kochen ohne Strom:** Ein Gasherd funktioniert oft weiter. Ein Gaskocher darf drinnen nur benutzt werden, wenn er für Innenräume zugelassen ist. Campingkocher mit Gaskartusche sowie Gas- oder Holzkohlegrill gehören **nur ins Freie** – drinnen droht eine lebensgefährliche Kohlenmonoxidvergiftung. Das BBK rät zu geprüften Kohlenmonoxid-Meldern. Mehr im Guide Stromausfall.
- **Saubere Tücher oder Kaffeefilter** zum Vorfiltern von trübem Wasser.
- **Saubere Gefäße mit Deckel** für abgekochtes Wasser.

Ein **Wasserfilter** oder **Entkeimungstabletten** können eine Ergänzung sein, etwa wenn du nicht kochen kannst. Wichtig ist zu wissen, was sie

leisten – und was nicht:

WAS WIRKT WOGEGEN?

	Bakterien	Parasiten	Viren	Chemie
Abkochen	✓	✓	✓	✗
Filter ≤ 0,3 µm	✓	✓	✗	✗
Chlordioxid-Tabletten	✓	○	✓	✗
Silber allein	○	✗	✗	✗

✓ wirkt ○ teils, lange Einwirkzeit ✗ nein oder nicht belegt

Tabelle, was wogegen wirkt: Abkochen wirkt gegen Bakterien, Parasiten und Viren, nicht gegen Chemikalien. Ein Filter mit höchstens 0,3 Mikrometer Porengröße hält Bakterien und Parasiten zurück, aber keine Viren und keine Chemikalien. Chlordioxid-Tabletten wirken gegen Bakterien und Viren, gegen Parasiten nur teilweise und mit Einwirkzeit, nicht gegen Chemikalien. Silber allein wirkt nur teilweise gegen Bakterien, gegen Parasiten, Viren und Chemikalien nicht oder nicht belegt.

- **Abkochen** tötet alle Arten von Keimen ab – Bakterien, Viren und Parasiten. Es ist die beste und einfachste Methode (CDC, WHO).
- **Tragbare Filter** entfernen keine Viren. Um Bakterien zurückzuhalten, braucht ein Filter eine absolute Porengröße von **0,3 Mikrometer oder kleiner**, für Parasiten **1 Mikrometer oder kleiner** – das steht auf der Packung. Nur Umkehrosmose-Filter halten auch Viren zurück. Nach dem Filtern solltest du das Wasser deshalb zusätzlich entkeimen (CDC).

- **Entkeimungstabletten:** Chlor- und Iodtabletten töten die meisten Keime, aber nicht den Parasiten *Cryptosporidium*. **Chlordioxid-Tabletten** wirken auch dagegen, wenn du die Anleitung genau befolgst. Dosierung und Einwirkzeit stehen auf der Packung (CDC).
- **Silber:** Produkte nur mit Silber sind **kein Desinfektionsmittel** für verschmutztes Wasser. Die WHO hat Silber 2018 geprüft: Es wirkt nur gegen manche Bakterien und braucht lange Einwirkzeiten; gegen Viren und Parasiten ist die Wirkung nicht belegt. Die WHO empfiehlt Silber nicht als Desinfektionsmittel für Trinkwasser. Schau also auf der Packung, ob ein Mittel Wasser *entkeimt* oder nur *haltbar hält*.
- **Gegen Chemikalien, Öl und Gifte** hilft keine dieser Methoden – weder Abkochen noch Entkeimen noch Filtern (CDC).

Filter und Tabletten findest du unter Ausrüstung; setz sie, wenn du welche möchtest, auf die Einkaufsliste.

Varianten für euren Haushalt

- **Wohnung in oberen Stockwerken:** Hier kann der Wasserdruck bei Stromausfall eher fehlen. Lagere deinen Vorrat dort, wo du ihn ohne Aufzug erreichst – Flaschen verteilt in Schränken oder unter dem Bett gehen auch.
- **Haus mit Keller:** Glasflaschen und Kisten passen gut in einen kühlen, dunklen Keller – aber nicht in einen, der bei Hochwasser oder Starkregen vollläuft. Dann lieber eine Etage höher. Siehe Hochwasser.
- **Eigener Brunnen:** Liegt er in einem hochwassergefährdeten Gebiet, sollte das Wasser nach einer Überflutung getestet werden, bevor ihr es nutzt (CDC).

- **Mit Babys:** Für gesunde Säuglinge kann Leitungswasser grundsätzlich zur Zubereitung von Nahrung geeignet sein. Es wird abgekocht und auf etwa 30 bis 40 °C abgekühlt; Wasserfilter solltest du dafür nicht verwenden, weil sie mit Keimen belastet sein können. Ist das Leitungswasser vorübergehend verunreinigt, ist stilles Wasser mit dem Hinweis „Geeignet für die Zubereitung von Säuglingsnahrung" eine Alternative (Verbraucherzentrale). Ein paar Flaschen davon gehören in den Vorrat. Die CDC rät bei Wasserwarnungen außerdem, wenn möglich trinkfertige Säuglingsnahrung zu verwenden.
- **Mit Haustieren:** Plane ihr Wasser zusätzlich ein (BBK, CDC). Wie viel, hängt vom Tier ab – miss einfach ein paar Tage, wie viel aus dem Napf verschwindet.
- **Mit Pflegebedarf oder Krankheit:** Kranke brauchen oft mehr Wasser (CDC). Für Menschen mit geschwächter Abwehr können bei einem Abkochgebot weitere Regeln gelten – frag dazu die behandelnde Ärztin oder den Arzt (UBA). Für Assistenztiere gehören Futter und Wasser in den Vorrat (BBK).

Quellen für diesen Abschnitt: BBK-Ratgeber (11/2025), BBK „Essen und Trinken bevorraten", BBK „Hygiene in Notsituationen", BBK-Ratgeber engl. Ausgabe (12/2018), BLE Ernährungsvorsorge (FAQ; Mineralwasser lagern), Verbraucherzentrale Niedersachsen (9/2026), CDC (2024, 2025, 2026), WHO (2018), UBA (2/2026).

IM ERNSTFALL

Wenn das Wasser schwächer wird oder ausfällt

1. **Informieren:** Radio oder Warn-App einschalten, auf der Webseite oder unter der Störungsnummer des Wasserversorgers nachsehen. Hinweise der Behörden gehen vor.
2. **Füllen, solange es noch läuft:** Droht eine längere Unterbrechung, Badewanne, Waschbecken, Eimer, Töpfe und Kanister füllen – vor allem für die Toilettenspülung (BBK 2018). Saubere Flaschen und Kanister kannst du mit Leitungswasser als zusätzliches Trinkwasser füllen, solange kein Abkochgebot gilt.
3. **Vorrat einteilen:** Trinkwasser zuerst zum Trinken, dann zum Kochen. Für Hygiene und WC das Brauchwasser nehmen (siehe Abbildung „Reihenfolge" oben).
4. **Sparen:** Einweggeschirr statt Abwasch, Feucht- und Desinfektionstücher für die Hände, Trockenshampoo, Haushaltspapier statt nassem Lappen. Wenn die Spülung nicht mehr geht: Notfall-Toilette, siehe Hygiene.
5. **Bei Frost:** Ohne Heizung können Rohre einfrieren und platzen (BBK). Platzt ein Rohr, drehst du am Haupthahn das Wasser ab.
6. **Nachbarn mitdenken:** Weitersagen, was du gehört hast, und fragen, wer Hilfe braucht – gerade Ältere in oberen Stockwerken.
7. **Notversorgung nutzen:** Wenn die Behörden Wasser ausgeben oder Notbrunnen öffnen, achte auf Radio und Lautsprecherdurchsagen. Nimm saubere Kanister mit.

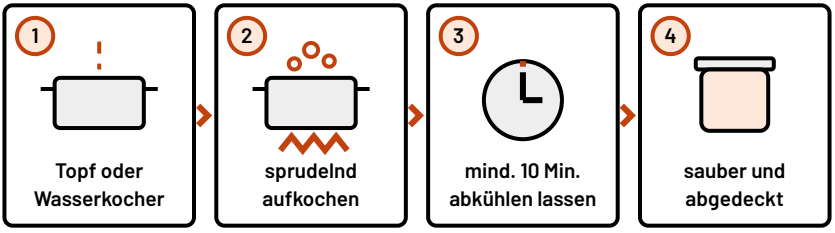
Bei einem Abkochgebot – Schritt für Schritt

So steht es in den Mustermitteilungen des Umweltbundesamts, die Gesundheitsämter und Wasserversorger verwenden. Wenn deine örtliche Mitteilung etwas anderes sagt, gilt die örtliche.

1. **Mitteilung genau lesen:** Welches Gebiet? Welche Telefonnummer oder Webseite für Fragen? Radio einschalten und auf Lautsprecherdurchsagen achten. Nachbarn informieren.
2. **Leitungswasser nur abgekocht trinken.**
3. **Richtig abkochen:** Das Wasser **einmal sprudelnd aufkochen** und dann langsam **mindestens 10 Minuten abkühlen** lassen. Ein Wasserkocher ist dafür praktisch. Für die meisten Zwecke dann weiter warten, bis das Wasser nur noch handwarm ist.
4. **Abgekochtes oder gekauftes Wasser nehmen für:** Trinken und Getränke, Zubereitung von Essen, Waschen und Zubereiten von Obst, Gemüse und anderen ungekochten Lebensmitteln, Eiswürfel, Zähneputzen und das Reinigen offener Wunden.
5. **Kleinkinder, Kranke und Menschen mit geschwächter Abwehr:** auch zur Körperpflege abgekochtes und abgekühltes Wasser verwenden.
6. **Was ohne Abkochen geht** (laut UBA im Ausnahmefall für kurze Zeit, mit leicht erhöhtem Risiko): Spülmaschine, wenn sie auf 60 °C einstellbar ist oder heiß trocknet; Waschmaschine ab 40 °C; Körperpflege und Putzen – offene Wunden dabei mit wasserdichtem Pflaster abdecken; Händewaschen gründlich mit viel Seife. Die **Toilettenspülung** kannst du ohne Einschränkung nutzen.
7. **Beim Duschen** darauf achten, kein Wasser zu schlucken (CDC).

8. **Geräte am Wasseranschluss** wie Wasserspender oder Eiswürfelbereiter im Kühlschrank während der Warnung nicht benutzen (CDC).
9. **Haustiere** bekommen gekauftes oder abgekochtes, abgekühltes Wasser (CDC).
10. **Filter** ersetzen das Abkochen nicht: Auch gefiltertes Leitungswasser wird während der Warnung abgekocht (CDC). Für Babynahrung keine Wasserfilter verwenden (Verbraucherzentrale).
11. **Vorsicht, heiß!** Verbrühungsgefahr – besonders Kinder, ältere und kranke Menschen nehmen hohe Temperaturen oft nicht wahr (UBA).

ABKOCHEN IN 4 SCHRITTEN



Campingkocher mit Kartusche: nur im Freien
Wasser aus anderen Quellen: 1 Minute sprudelnd

Abkochen in vier Schritten: 1. Wasser in Topf oder Wasserkocher füllen, 2. sprudelnd aufkochen, 3. mindestens 10 Minuten abkühlen lassen, 4. sauber und abgedeckt aufbewahren. Campingkocher mit Kartusche nur im Freien benutzen; Wasser aus anderen Quellen 1 Minute sprudelnd kochen.

ABKOCHGEBOT: WELCHES WASSER WOFÜR?

Nur abgekocht oder gekauft	Leitungswasser geht
○ Trinken und Getränke	✓ Toilettenspülung
○ Kochen, Babynahrung	✓ Duschen, nichts schlucken
○ Obst und Gemüse waschen	✓ Spülmaschine ab 60 °C
○ Zähneputzen	✓ Waschmaschine ab 40 °C
○ Eiswürfel	✓ Hände gründlich mit Seife
○ Offene Wunden reinigen	
○ Wasser für Haustiere	

Kleinkinder, Kranke: auch Körperpflege abgekocht
Einmal sprudelnd aufkochen, 10 Min. abkühlen

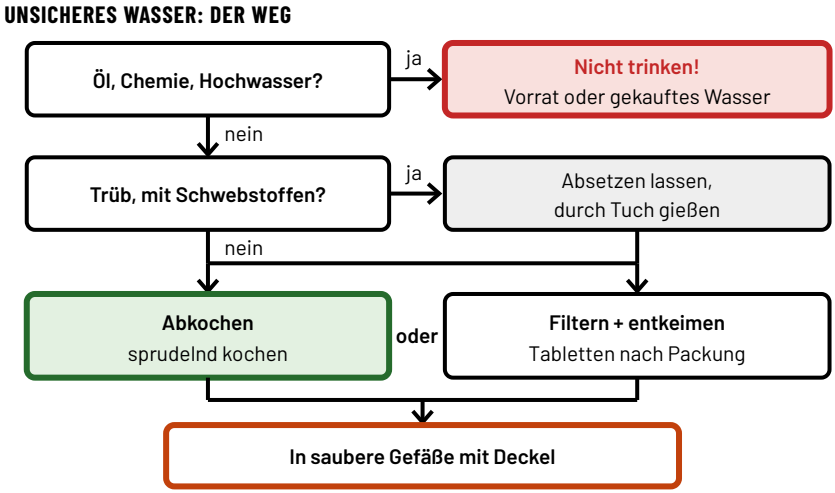
Bei einem Abkochgebot brauchen Trinken, Kochen und Babynahrung, Obst- und Gemüsewaschen, Zähneputzen, Eiswürfel, Wundreinigung und Wasser für Haustiere abgekochtes oder gekauftes Wasser. Leitungswasser geht für die Toilette, zum Duschen ohne Schlucken, für Spülmaschine ab 60 Grad, Waschmaschine ab 40 Grad und gründliches Händewaschen mit Seife. Kleinkinder und Kranke auch für die Körperpflege abgekocht.

Wenn die Mitteilung „Nicht trinken" lautet: Dann reicht Abkochen nicht. Nimm deinen Vorrat oder gekauftes Wasser – zum Trinken, Kochen, Zähneputzen und für Wunden. Ob du duschen darfst, steht in der Mitteilung.

Wasser aus anderen Quellen aufbereiten

Am sichersten ist immer dein Vorrat oder gekauftes Wasser. Musst du doch Wasser verwenden, dessen Qualität du nicht kennst – zum Beispiel Restwasser aus Kanistern unbekannten Alters –, geh so vor (nach CDC):

1. **Prüfen, ob es überhaupt geht:** Riecht oder sieht das Wasser nach Öl, Benzin oder Chemikalien aus, oder stammt es aus Hochwasser? Dann **nicht verwenden** – auch keine Aufbereitung macht es sicher.
2. **Trübes Wasser vorbereiten:** absetzen lassen und das klare Wasser oben abgießen, oder durch ein sauberes Tuch, Küchenpapier oder einen Kaffeefilter gießen.
3. **Abkochen:** Das klare Wasser **1 Minute sprudelnd kochen** lassen (oberhalb von etwa 2.000 Metern Höhe 3 Minuten), dann abkühlen lassen. Laut WHO reicht sprudelndes Kochen aus, um krankmachende Bakterien, Viren und Einzeller unschädlich zu machen.
4. **Wenn du nicht kochen kannst:** mit einem geeigneten Filter filtern und **danach** mit Tabletten nach Packungsanleitung entkeimen.
5. **Aufbewahren:** in sauberen Gefäßen mit dicht schließendem Deckel.



Entscheidungsweg für unsicheres Wasser: Bei Öl, Chemie oder Hochwasser nicht trinken, sondern Vorrat oder gekauftes Wasser nutzen. Ist das Wasser trüb, erst absetzen lassen und durch ein Tuch gießen. Dann abkochen oder, wenn das nicht geht, filtern und mit Tabletten entkeimen. Zum Schluss in saubere Gefäße mit Deckel füllen.

Hochwasser: niemals trinken

Hochwasser ist fast immer verschmutzt: mit Heizöl, Schlamm, Fäkalien, Chemikalien und Keimen (BBK). Wasser mit schädlichen Chemikalien oder Giften lässt sich **weder durch Abkochen noch durch Entkeimen noch durch Filtern** sicher machen (CDC). Auch ein guter Outdoor-Filter hilft hier nicht.

- Kein Hochwasser trinken, nicht zum Zähneputzen, Kochen, Abwaschen, für Eiswürfel oder Babynahrung verwenden.
- Ob das **Leitungswasser** nach einer Überflutung sicher ist, sagen die örtlichen Behörden. Bis dahin Vorrat oder gekauftes Wasser nehmen (CDC).

- Tritt Öl oder ein anderer gefährlicher Stoff aus, sofort die Feuerwehr verständigen (BBK).

Mehr zum Verhalten vor, während und nach einer Flut steht im Guide Hochwasser. Welche Vorräte auch kalt essbar sind oder mit wenig Wasser auskommen, steht im Guide Lebensmittel.



Leitungswasser nach Flut: erst Entwarnung abwarten

Hochwasser enthält Heizöl, Fäkalien, Schlamm, Chemikalien und Keime. Abkochen, Filtern und Tabletten helfen nicht. Stattdessen Vorrat oder gekauftes Wasser nehmen und den Hinweisen der Behörden folgen; Leitungswasser nach einer Flut erst nach der Entwarnung nutzen.

Im Notfall-Modus findest du die wichtigsten Schritte unter Notfall.

Quellen für diesen Abschnitt: UBA-Empfehlung §§ 62–68 TrinkwV, Anhang A.3 und A.4 (2/2026), BBK-Ratgeber (11/2025), BBK „Hygiene in Notsituationen", BBK „Stromausfall" (2026), BBK „Empfehlungen bei Hochwasser" (2024), BBK-Ratgeber engl. Ausgabe (12/2018), CDC (2024, 2025, 2026), WHO (2015), Verbraucherzentrale Niedersachsen (9/2026).

DANACH

Wenn das Abkochgebot aufgehoben wird

- **Nur das Gesundheitsamt hebt es auf** – nicht der Nachbar, nicht ein Social-Media-Post. Vorher muss nachgewiesen sein, dass das Wasser die Anforderungen wieder sicher einhält; bewährt hat sich, dass die Ursache beseitigt ist und die Proben an **drei aufeinanderfolgenden Tagen** einwandfrei sind (UBA).
- **Entwarnung lesen:** Manchmal kann das Wasser sofort wieder normal genutzt werden. Steht in der Entwarnung, dass noch Restwasser in den Leitungen sein kann, lass das Wasser **so lange laufen, bis es kalt, farblos, klar und geruchlos** aus dem Hahn kommt. Bleibt etwas auffällig, gib dem Wasserversorger Bescheid (UBA).
- **Weitersagen:** Auch die Entwarnung an Mitbewohner und Nachbarn weitergeben.

Vorrat auffüllen

1. Angebrochene Flaschen zuerst aufbrauchen.
2. Getrunkene Packungen nachkaufen und **hinten** ins Regal stellen, Datum draufschreiben, im Vorrat eintragen.
3. Selbst befüllte Kanister ausleeren, reinigen und neu befüllen – mit neuem Datum.
4. Brauchwasser aus Wanne und Eimern für Toilette und Putzen aufbrauchen, Behälter sauber machen und trocknen lassen.
5. Was gefehlt hat (Tabletten, Kanister, Einweggeschirr, Feuchttücher), auf die Einkaufsliste setzen.

Daraus lernen

Setz dich nach ein paar Tagen kurz mit allen im Haushalt zusammen: Hat das Wasser gereicht? Wusste jeder, wo der Vorrat steht und wo der Haupthahn ist? Hat das Kochen ohne Strom geklappt? Kam die Warnung rechtzeitig an? Eine Sache verbessern reicht – zum Beispiel einen zweiten Kanister besorgen oder das Radio griffbereit legen.

Quellen für diesen Abschnitt: UBA-Empfehlung §§ 62–68 TrinkwV, Anhang A.3 und A.4 (2/2026), BBK „Essen und Trinken bevorraten", CDC „Emergency Water Supply" (6/2025).

HÄUFIGE FEHLER

- **Nur ans Trinken denken:** Ohne Brauchwasser für Toilette und Hände wird es schnell unhygienisch.
- **Kanister jahrelang vergessen:** Selbst abgefülltes Wasser alle 6 Monate tauschen.
- **PET-Flaschen in Sonne, Auto oder neben Benzin lagern:** Das Wasser nimmt Geruch und Geschmack an.
- **Beim Abkochgebot nur ans Trinken denken:** Zähneputzen, Eiswürfel, Obst und Gemüse waschen und Babynahrung brauchen ebenfalls abgekochtes Wasser.
- **Nur kurz warm machen:** Das Wasser muss einmal richtig sprudelnd kochen.
- **Filter für Allheilmittel halten:** Tragbare Filter halten keine Viren und keine Chemikalien zurück.
- **Silbertabletten für schmutziges Wasser nehmen:** Silber allein entkeimt nicht zuverlässig.

- **Hochwasser abkochen:** Gegen Öl und Chemikalien hilft weder Kochen noch Filtern.
- **Campingkocher in der Wohnung:** Kartuschenkocher und Grill nur im Freien – Kohlenmonoxid ist lebensgefährlich.
- **Das Abkochgebot selbst beenden:** Nur das Gesundheitsamt hebt es auf.
- **Heißes Wasser unbeaufsichtigt stehen lassen:** Kinder verbrühen sich leicht.

CHECKLISTE

- [ ] Trinkwasser für mindestens 3 Tage: 2 Liter pro Person und Tag
- [ ] Ziel 10 Tage: 20 Liter pro Person
- [ ] Extra Wasser für Haustiere, Hitze und Krankheit eingeplant
- [ ] Mindesthaltbarkeitsdatum auf jeder Packung gut lesbar, im Vorrat eingetragen
- [ ] Regal sortiert: vorne alt, hinten neu
- [ ] Lagerort kühl, dunkel, fern von Benzin und Chemikalien
- [ ] Selbst befüllte Kanister lebensmittelecht, beschriftet, mit Datum (alle 6 Monate tauschen)
- [ ] Leere saubere Kanister oder Eimer für Brauchwasser
- [ ] Großer Topf mit Deckel
- [ ] Sichere Kochmöglichkeit ohne Strom (Campingkocher nur im Freien)
- [ ] Saubere Tücher oder Kaffeefilter zum Vorfiltern
- [ ] Bei Bedarf: Filter mit passender Porengröße und Chlordioxid-Tabletten

- [ ] Mit Baby: stilles Wasser „geeignet für die Zubereitung von Säuglingsnahrung“
- [ ] Hygienevorrat: Feuchttücher, Desinfektionstücher, Einweggeschirr, Müllbeutel
- [ ] Haupthahn gefunden, Ort notiert
- [ ] Name, Webseite und Telefonnummer des Wasserversorgers auf Papier
- [ ] Warn-App installiert, Radio mit Batterien oder Kurbel
- [ ] Jährlicher Termin zum Prüfen (zum Beispiel Warntag im September)

QUELLEN

- Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK): Vorsorgen für Krisen und Katastrophen – Ratgeber mit Checkliste (Stand 11/2025, 2. Auflage), https://www.bbk.bund.de/SharedDocs/Downloads/DE/Mediathek/Publikationen/Buergerinformationen/Ratgeber/BBK-Vorsorgen-fuer-Krisen-und-Katastrophen.pdf?__blob=publicationFile&v=44
- BBK: Essen und Trinken bevorraten (Webseite, abgerufen 5.11.2026), https://www.bbk.bund.de/DE/Warnung-Vorsorge/Vorsorge/So-koennen-Sie-sich-vorbereiten/Bevorraten/bevorraten_node.html
- BBK: Stromausfall – Vorsorge und Selbsthilfe (Ausgabe 4, Stand 2026), https://www.bbk.bund.de/SharedDocs/Downloads/DE/Mediath

ek/Publikationen/Buergerinformationen/stromausfall-vorsorge-selbsthilfe.pdf?__blob=publicationFile&v=11

- BBK: Hygiene in Notsituationen (Webseite, abgerufen 5.11.2026), https://www.bbk.bund.de/DE/Warnung-Vorsorge/Vorsorge/Gesundheit-und-Hygiene/Hygiene-in-Notsituationen/hygiene-in-notsituationen.html
- BBK: Empfehlungen bei Hochwasser – Bürgerinformation (2024), https://www.bbk.bund.de/SharedDocs/Downloads/DE/Mediathek/Publikationen/Risikomanagement/flyer-hochwasser.pdf?__blob=publicationFile
- BBK: Wassersicherstellung (Webseite, abgerufen 5.11.2026), https://www.bbk.bund.de/DE/Themen/Kritische-Infrastrukturen/Sektoren-Branchen/Wasser/Wassersicherstellung/wassersicherstellung_node.html
- BBK: Disasters Alarm – Guide for Emergency Preparedness and Correct Action (englische Ausgabe, 6. Auflage, 12/2018; ältere Fassung, für das Füllen von Badewanne und Gefäßen), https://www.ernaehrungsvorsorge.de/fileadmin/SITE_MASTER/content/Dokumente/ratgeber-englisch-disasters-alarm-3.pdf
- Umweltbundesamt (UBA): Empfehlungen zum Umgang mit Abweichungen nach Trinkwasserverordnung – Vollzug der §§ 62 bis 68 TrinkwV, Anhang A.3 „Empfehlung Abkochgebot“ und A.4 „Beispielvorlagen für Verbraucherinformation“ (Stand 11.2.2026, red. Änderungen 4/2026), https://www.umweltbundesamt.de/system/files/document/260417_UBA_Empfehlungen_%C2%A7%C2%A762-68_nach_Freigabe_final_clean.pdf

- Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung, Portal Ernährungsvorsorge: Häufig gestellte Fragen – selbst abgefülltes Leitungswasser (Webseite, abgerufen 5.11.2026), https://www.ernaehrungsvorsorge.de/staatliche-vorsorge/haeufig-gestellte-fragen-faq
- Portal Ernährungsvorsorge: So kann Mineralwasser gelagert werden (Webseite, abgerufen 5.11.2026), https://www.ernaehrungsvorsorge.de/private-vorsorge/empfehlungen-tipps/so-kann-mineralwasser-gelagert-werden
- Verbraucherzentrale Niedersachsen: Trinkwasservorrat – So sichern Sie die Versorgung im Haushalt (Stand 24.9.2026), https://www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de/wissen/lebensmittel/auswaehlen-zubereiten-aufbewahren/trinkwasservorrat-so-sichern-sie-die-versorgung-im-haushalt-125990
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC): How to Make Water Safe in an Emergency (19.9.2024), https://www.cdc.gov/water-emergency/about/index.html
- CDC: Make Water Safe During an Emergency – Merkblatt zum Ausdrucken (ohne Datum, abgerufen 5.11.2026), https://www.cdc.gov/water-emergency/media/pdfs/make-water-safe-during-emergency-p.pdf
- CDC: How to Create an Emergency Water Supply (27.6.2025), https://www.cdc.gov/water-emergency/about/how-to-create-and-store-an-emergency-water-supply.html
- CDC: About Water Treatment Options When Hiking, Camping, or Traveling (30.1.2025), https://www.cdc.gov/drinking-

water/prevention/water-treatment-hiking-camping-traveling.html

- CDC: Drinking Water Advisories – An Overview (4.3.2024), https://www.cdc.gov/water-emergency/about/drinking-water-advisories-an-overview.html
- CDC: Safety Guidelines – Reentering Your Flooded Home (aktualisiert 24.8.2026), https://www.cdc.gov/floods/safety/reentering-your-flooded-home-safety.html
- Weltgesundheitsorganisation (WHO): Boil water – Technical brief (14.1.2015), https://www.who.int/publications/i/item/WHO-FWC-WSH-15.02
- WHO: Alternative drinking-water disinfectants – bromine, iodine and silver (10.3.2018), https://www.who.int/publications/i/item/9789241513692