

## Hygiene-Tipps für den Campingplatz

Auf einem Campingplatz treffen sich eine Vielzahl unterschiedlicher Menschen. Diese bringen ungebetene Gäste wie Viren und Bakterien mit, die oft schon durch Berührung oder über die Luft übertragbar sind.

### **So schützen Sie sich vor Krankheitserregern durch Einhaltung der persönlichen Hygiene auf dem Campingplatz:**

#### **Erster Schritt: die Vorsorge**

Denken Sie im Vorfeld schon darüber nach, welche Viren und Bakterien während des Campingurlaubs auftreten könnten. Da ist zunächst die eigene Bord- oder Campingtoilette, die Borddusche und die Bordküche. Dann kommen gemeinschaftlich genutzte Campingplatzeinrichtungen wie Toiletten, Duschräume oder Gemeinschaftsküchen. Eventuelle Gefahrenherde sind damit lokalisiert. Denken Sie aber nicht, das in Ihrem unmittelbaren Bereich, z. B. Wohnmobil oder Wohnwagen, nichts passieren kann. Reisen in andere Länder und andere Gegenden bedeutet auch eine andere mikrobiologische Umwelt. Ein Durchfall muss nicht immer daran liegen, das Sie etwas Falsches gegessen haben. Meistens sind es die Alltagsgegenstände, die mit Bakterien gespickt sind, die zu solchen Krankheiten führen. Das kann der Salzstreuer auf dem Tisch im Restaurant sein oder die Verpackung aus dem Supermarkt, die schon mehrfach angefasst wurde.

#### **Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser**

Wenn Sie den Campingplatz, auf dem Sie Urlaub machen, noch nicht kennen, machen Sie sich zuerst ein Bild von der Hygiene vor Ort. Sind die sanitären Einrichtungen sauber und werden sie regelmäßig gereinigt? Ist erste Eindruck so, dass Ihnen sofort ein „Ekelhaft!“ durch den Kopf schießt, sollten Sie sich eventuell einen anderen Platz für Ihren Urlaub suchen. Sie können natürlich auch ausschließlich die eigene Toilette und Dusche in Ihrem Wohnmobil oder Wohnwagen nutzen. Hier sorgen Sie ja selbst für die erforderliche Hygiene!

#### **Was sollte mitgeführt werden, wenn es auf Urlaubsreise geht?**

- ☑ Einzelverpackte Hygienetücher
- ☑ Desinfektionstücher und / oder -Spray
- ☑ Essigreiniger oder einfach Essig
- ☑ Haushaltsreiniger
- ☑ Papier-Küchentücher
- ☑ Ausreichend Toilettenpapier

Hygienetücher sind für die persönliche Hygiene nicht zu unterschätzende Helfer. Sie lassen sich leicht überall mit hinführen und sind ungeöffnet sehr lange haltbar. Auf einer Raststätte oder auf dem Campingplatz kann mit Desinfektionstüchern oder -Spray die Klobrille zuverlässig gereinigt werden. Essig ist ein preiswertes und zuverlässiges Reinigungsmittel auf dem Campingplatz selbst.

Verzichten Sie Ihrer Gesundheit zuliebe im Urlaub auf textile Reinigungstücher. Auch wenn Sie etwas mehr Abfall produzieren - besser als durch ein bakterienverseuchtes textiles Reinigungstuch zu erkranken.

#### **Hilfe zur Selbsthilfe**

Und sollte Ihnen das Desinfektionsmittel mal ausgehen - die Weltgesundheitsorganisation (WHO) hat ein Rezept für Ihr eigenes Desinfektionsmittel herausgegeben. Die Bestandteile können Sie in jeder Apotheke kaufen.

Für circa einen Liter Desinfektionsmittel sind laut WHO folgende Inhaltsstoffe nötig:

- ☑ 830 ml Ethanol (96 Prozent)  
oder 750 ml Isopropylalkohol (99,8 Prozent)
- ☑ 42 ml Wasserstoffperoxid (3 Prozent)
- ☑ 15 Milliliter Glycerin (98 Prozent)
- ☑ 110 ml abgekochtes Wasser  
(für Isopropylalkohol circa 193 ml abgekochtes Wasser)

Messbecher und großes Gefäß zum Mischen,  
verschließbaren Behälter zum Lagern.

**In diesem Sinne - gute Fahrt  
und einen schönen Urlaub  
wünscht Ihnen das Team von**