



Kılavuz

Revize ve gncellenmiş
2. baskı, Mart 2026

Bakım veren aile üyeleri için doğal afetlere karşı hazırlık kılavuzu

Özet

Ortak çalışma:



İçindekiler

1. Önsöz	3
2. Avusturya'da acil durumlar, krizler ve afetler	4
3. Acil durum planlaması	5
3.1. Kriz senaryolarının tanımlanması	6
3.1.1. Olası acil durum, kriz ve afet senaryoları	6
3.1.2. Bilgi kaynakları ve erken uyarı sistemleri	6
3.2. İlgili tüm kişi ve kuruluşların tanımlanması	7
3.2.1. Risk altındaki / etkilenen kişiler	7
3.2.2. Bakım / destek sağlayan kişiler	7
3.2.3. Mobil bakım hizmetleri	7
3.3. Çeşitli senaryolar için eylem alanları	8
3.3.1. İletişim ve bilgilendirme	8
3.3.2. Bakım, gözetim ve destek	9
3.3.3. Tıbbi ve terapötik hizmetler	10
3.3.4. İlaç planlaması ve özel beslenme	10
3.3.5. Tıbbi yardımcı malzemeler ve yardımcı araçlar	11
3.4. Ev işleri ve erzak temini	12
3.4.1. Kritik kaynaklar	12
3.4.2. Acil durum çantaları	13
3.4.3. Gıda stoğu	14
3.4.4. Evde bulundurulmuş ilaçlar	14
4. Acil Durum Planı Kontrol Listesi	15
5. Acil durumlarda bakım ve destek hakkında bilgiler	24
5.1. Yazdırma şablonu: Acil Durum İletişim Formu	25
5.2. Yazdırma şablonu: Tıbbi bakım hakkında bilgi	29
5.3. Yazdırma şablonu: Acil durumlar için bakım bilgileri	30
6. İlgili bağlantılar	33
7. Kaynakça	34

1. Önsöz

Fırtına ve şiddetli yağmur gibi doğa olayları ya da ani elektrik kesintileri, günlük hayatımızı çok kısa sürede kökünden değiştirebilir. Bakım veren yakınlar için bu tür acil durumlar, krizler ve felaketler özel bir zorluk teşkil etmektedir; zira onlar sadece kendileri için değil, aynı zamanda genellikle özel korumaya muhtaç kişiler için de sorumluluk taşımaktadırlar.

Bu kılavuzun amacı, ailelerde hazırlık bilincini güçlendirmek ve bakım veren aile üyelerine acil durum, kriz ve afet hazırlığı konusunda bir değerlendirme ve eylem rehberi sunmaktır. Önlemlerin iyi alınması, güven, yönlendirme ve hareket kabiliyeti sağlar. Amaç, riskleri tespit etmek, bireysel ihtiyaçları göz önünde bulundurmak ve acil durumlarda hızla uygulanabilecek pratik önlemler geliştirmektir. Hazırlıklı olanlar, daha sakin ve hedef odaklı hareket edebilir, stresi azaltabilir ve zorlu koşullarda bile bakıma veya desteğe ihtiyaç duyan kişiye en iyi şekilde yardımcı olabilir. Bu nedenle, öngörülemeyen durumlardan korktuğumuz için değil, sorumluluğu bilinçli ve güçlenmiş bir şekilde üstlenmek istediğimiz için, sizi bu konuyu aktif olarak ele almaya davet ediyoruz.

Bu kılavuz, sürekli olarak güncellenen bir belge olarak değerlendirilmelidir. Konuyla ilgili olarak başlatılan bir tartışma platformu, söz konusu ortak kuruluşların uzmanları ile yazarların iş birliğini sağlayarak, bu kılavuzun 2. baskısının hazırlanmasını mümkün kılmıştır. 2. baskının uzun ve kısa versiyonları mevcuttur. Konuya dair kısa bir genel bakış sunan özet kısmı Almanca, İngilizce, Arapça, Boşnakça, Sırpça, Hırvatça, Türkçe, Romence ve Slovakça dillerinde mevcuttur. Uzun versiyon ise Almanca olarak yayınlanmıştır ve daha ayrıntılı açıklamalar, örnekler, arka plan bilgileri ve ek kaynaklar içermektedir. Kılavuzun hem uzun hem de kısa versiyonu, eksiksiz olmaktan çok, temel hususlara ve önleyici tedbirlere odaklanmaktadır. Aşırı hava olayları arasında sıcaklık, ayrı bir değerlendirme gerektiren ve kendine özgü önleyici ve acil önlemler gerektiren bir konu olduğundan, bu kılavuzda ele alınmamıştır. Yukarıda belirtilen kısıtlamalar dahilinde, her iki versiyonda da ücretsiz olarak kullanılabilir.

Güncel uzun versiyonu buradan indirebilirsiniz:

https://www.alles-clara.at/ressource/katastrophenvorsorge-langfassung_de/

Viyana, 12 Mart 2026



2. Avusturya'da acil durumlar, krizler ve afetler

İklim değişikliğinin etkileri, toplumumuz, çevremiz ve günlük yaşamımız üzerinde uzun bir süredir hissedilir haldedir. Avusturya'nın İklim Değişikliği Konusundaki İkinci Durum Raporuna göre (APCC, 2025 <https://aar2.ccca.ac.at/de>), Avusturya iklim değişikliğinden özellikle ciddi şekilde etkilenmektedir: Ortalama sıcaklık, küresel ortalamaya göre çok daha hızlı artmaktadır. Tahminlere göre, aşırı yağış ve sıcaklık olayları daha sık ve daha şiddetli bir şekilde yaşanacaktır. İklim değişikliğinin insanlar ve ekosistemler üzerinde yaratabileceği olası olumsuz sonuçları ifade eden iklim riski, tehlike, maruz kalma ve hassasiyet göz önünde bulundurularak belirlenir (IPCC, 2021; UNDRR – Birleşmiş Milletler Afet Riski Azaltma Dairesi, 2017; Bügelmayer-Blaschek ve ark., 2024).

Haneler için acil durum planları, risk bilinci ve uyarı sistemleri hakkında bilgilendirme, savunmasız gruplara destek, selden korunacak şekilde inşaat veya bireysel hareket kabiliyetinin iyileştirilmesi gibi önlemler, savunmasızlık durumunu azaltarak, olumsuz sağlık etkilerinin riskini düşürebilir.



Yalnız yaşayan yaşlılar ve bakıma muhtaç kişiler bu durumdan özellikle etkilenmektedir/risk altındadır.

3. Acil durum planlaması

İyi düşünölmüş bir acil durum planı ve hedef odaklı önleyici tedbirler, acil durumlarda harekete geçme yeteneğini korumaya ve hizmetlerin kesintisizliğini sağlamaya yardımcı olabilir. Önemli olan, erken aşamada planlama yapmak, sorumlulukları belirlemek ve stokları ile bilgileri iyi organize edilmiş ve erişilebilir bir şekilde hazır bulundurmaktır.



Hazırlık, **acil durum, kriz veya felaketten önce** başlar.

Etkili bir acil durum planının içerikleri:

1

Kriz senaryolarının tanımlanması bakım ve desteğe ihtiyaç duyan kişi için hane halkı ve ilgili sistemler açısından önemlidir.

2

İlgili tüm kişilerin tanımlanması: bakım ve desteğe ihtiyaç duyan kişi, yakınları ve aynı evde yaşayan tüm kişiler (24 saat bakım verenler dahil).

3

Kuruluşların ve/veya bakım ve destek hizmetlerine dahil olan kişilerin tanımlanması (örneğin, gezici bakım hizmetleri, komşular, arkadaşlar).

4

Çeşitli senaryolar için net eylem talimatlarının belirlenmesi („Bu olursa-Bunu yaparız“ ilkesine göre) ve acil durumlarda **net sorumlulukların** tanımlanması.

3.1. Kriz senaryolarının tanımlanması

Bir acil durum planının mümkün olduğunca etkili olması için, gerçekçi senaryolara ve bireysel koşullara göre uyarlanması gerekir. Aşağıdaki hususlar, planlamayı ileriye dönük bir şekilde yapmanıza yardımcı olacaktır.

3.1.1. Olası acil durum, kriz ve afet senaryoları

Bakım veya bakıma muhtaç kişinin ev halkı ile bu kişilere bakım ve destek sağlayan yakınları, ilgili bakım ve sosyal hizmet kuruluşları ve hizmetten yararlanan mobil hizmetler üzerinde etkisi olabilecek olası riskler dikkate alınmalıdır. Olası tehlikeler:

- **Doğal afetler** (örneğin şiddetli yağmur, sel, heyelan, çığ veya deprem)
- **Teknik tehlikeler** (örneğin elektrik kesintisi, nükleer santral kazası veya endüstriyel kaza)

Önceden sorulması gereken önemli sorular

- Eviniz riskli bir bölgede mi bulunuyor?
- Binalar veya yollar tehlike altında olabilir mi?
- Bu durum tıbbi ve bakım hizmetlerini nasıl etkiler?
Hangi tedarik sıkıntıları ortaya çıkabilir?
(örneğin ilaçlar, gıda ürünleri, bakım hizmetleri)
- Elektrik veya ağ kesintisi, tıbbi bakım ve iletişim üzerinde ne gibi etkiler yaratır?
- Tedarikin devamlılığını sağlamak için hangi önlemler alınmalıdır?



Kriz senaryosundan bağımsız olarak, tüm hanelerde temel ihtiyaç maddelerinden oluşan asgari bir stok bulunmalıdır.

3.1.2. Bilgi kaynakları ve erken uyarı sistemleri

Çeşitli tehlikelerle ilgili bilgiler ve erken uyarılar, zamanında harekete geçilmesini sağlar.

Güvenilir bilgi kaynakları

- **Belediyeler:** Burada, tehlike bölgeleri planına göz atabilirsiniz. Sivil savunma görevlileri, yerel acil durum planları ve koruma tedbirleri hakkında bilgi almak için başvurabileceğiniz deneyimli kişilerdir.
- **Eyaletlerin CBS portalları** (Coğrafi Bilgi Sistemleri):
<https://www.geoland.at>
- **HORA** (Avusturya Doğal Afet Genel Bakış ve Risk Değerlendirmesi):
<https://hora.gv.at>
- **Orman Atlası:** <https://waldatlas.at>

Yerleşik ulusal erken uyarı sistemleri

- **Hücre Yayını/AT-Alert:** Uyarı mesajları, doğrudan etkilenen bölgedeki cep telefonlarına gönderilir <https://www.at-alert.at>
- **GeoSphere Austria:** Güncel hava durumu uyarıları ve tahminleri <https://warnungen.zamg.at/>
- **Siren uyarı sistemi:** https://www.oesterreich.gv.at/de/themen/notfaelle_unfaelle_und_kriminalitaet/katastrophenfaelle/2
- **Diğer kanallar:** ORF (Avusturya Radyo ve Televizyon Kurumu), hava durumu uygulamaları ve diğer dijital uyarı sistemleri

3.2. İlgili tüm kişi ve kuruluşların tanımlanması

Acil durum planında, bakıma veya desteğe ihtiyaç duyan kişinin, yakınlarının ve aynı evde yaşayan tüm kişilerin bireysel ihtiyaçları ve ayrıca gezici bakım ve destek hizmetleri dikkate alınmaktadır. Sağlam bir sosyal ve bölgesel ağ, hazırlık çalışmalarının temel bir parçasıdır ve planlamaya dahil edilmelidir.

3.2.1. Risk altındaki / etkilenen kişiler

Acil durumların, krizlerin ve felaketlerin etkileri, farklı grupları farklı şekillerde etkilemektedir. Özellikle bakıma ve desteğe ihtiyaç duyan kişiler risk altındadır. Bu kişiler, genellikle ani olaylara veya aşırı hava koşullarına ancak sınırlı ölçüde uyum sağlayabilirler.



Bakım ve desteğe ihtiyaç duyan kişilerin yanı sıra, çocukları, yaşlıları veya dil engeli olan 24 saat bakım verenler gibi hane halkındaki diğer savunmasız kişiler de dikkate alınmalıdır.

3.2.2. Bakım / destek sağlayan kişiler

Avusturya'da bakıma muhtaç kişilere çoğunlukla evlerinde yakınları ve/veya bir gezici hizmet tarafından bakım sağlanmaktadır. Bu nedenle acil durumlar, krizler veya felaketler, bu kişilerin yakınlarını da etkiler. Bakım veren yakınları sorumluluk üstlenmekte, bakım hizmetlerini organize etmekte, kararlar almakta ve bu süreçte genellikle duygusal açıdan zorlanmaktadır; aynı zamanda kendi işlerinde çalışmakta ya da kendilerinin de kronik hastalıkları bulunmaktadır.

Planlama sırasında dikkat edilmesi gerekenler

- Ana irtibat kişinin tanımı:**
Acil durumlarda ilk irtibat ve karar verecek kişidir.
- Vekil kişinin tanımı:**
Ana irtibat kişisi görevini yerine getiremezse, güvenilir bir vekil olması da aynı derecede önemlidir. Vekiller de planlama sürecine dahil edilmeli ve eğitim almalıdır!

3.2.3. Mobil bakım hizmetleri

Mobil bakım ve destek hizmetlerinden yararlanıldığı durumlarda, acil durum, kriz ve afet planlamaları ilgili taraflarla görüşülerek yapılmalıdır. Mevcut kaynaklar göz önünde bulundurularak, bakım planında uygun düzenlemeler yapılmalıdır.

Tanımlanacak hususlar

- Gerekli önlemler
- Acil durumlarda izlenecek prosedürler
- Temel yaşam hizmetleri



Bu hususlar, özellikle sağlık durumundaki değişiklikler veya bakım ihtiyaçları söz konusu olduğunda, düzenli olarak gözden geçirilmeli ve güncellenmelidir.

3.3. Çeşitli senaryolar için eylem alanları

Acil durumlar, krizler ve felaketler aynı anda birçok soruna yol açabilir.

Örnekler

- Örneğin ulaşım yollarının tıkanması nedeniyle ulaşımın kısıtlı olması.
- Bakım veren yakınların, kendilerinin de etkilenen bir bölgede veya hanede yaşamaları ya da aynı zamanda çocuklarına bakmak zorunda olmaları.
- Elektrik kesintileri veya ağ arızalarının iletişimi kesintiye uğratması veya hayati öneme sahip tedavileri tehlikeye atması (örneğin diyaliz, oksijen tedavisi, evde solunum tedavisi, infüzyon tedavisi gibi evde uygulanan tedaviler).

3.3.1. İletişim ve bilgilendirme

Kriz durumunda, güvenilir bilgilere ve yardıma hızlı bir şekilde ulaşabilmek hayati önem taşır. Pille çalışan ve kranklı radyolar, ulusal medya üzerinden bilgi akışını sağlar. Yerel yardım noktaları, yaşam alanlarında destek sağlar. Elektrik kesintisi veya ağ arızası durumunda da iletişimin kesintisiz olmasını sağlamak için, acil durum prosedürlerini ve sorumlulukları belirlemek önemlidir.

Örnek İletişim Modu

Elektrik kesintisi durumunda, belirlenen ana irtibat kişisi, bakımı gereken kişiyi ziyaret eder. Ana irtibat kişinin de bu durumdan etkilenmiş olması halinde, görevi vekili otomatik olarak devralır. Sürece düzenli olarak dahil olan komşuları veya arkadaşları da destek olabilir. Özellikle zihinsel rahatsızlığı olan kişiler ve çocuklar bu tür durumlarda güvenebilecek kişilere ihtiyaç duyarlar.

Güncel ve kolayca erişilebilir **yerel irtibat noktalarını da içeren acil durum irtibat listesi**, acil durumlarda ilgili tüm irtibat kişilerine hızlı bir şekilde ulaşılmasını kolaylaştırır. Bu liste, tüm önemli kişileri, hizmet sağlayıcıları, yerel irtibat noktalarını vb. içermektedir.

Aşağıdaki kişilerin adları, adresleri, telefon numaraları:

- Bakım sürecine dahil olan (bakım veren) aile üyeleri, komşular ve arkadaşlar
- Mobil bakım ve destek hizmetleri, kişisel bakım görevlileri, mobil tedarik hizmetleri (ör. eve yemek servisi)
- Tedavi eden (uzman) hekimler ve uzman poliklinikler (ör. diyaliz merkezleri)
- Eczaneler ve tıbbi malzeme satıcıları, kullanılan tıbbi ürünlerin üreticileri
- Evcil hayvanlar için: veterinerlerin iletişim bilgileri
- Acil durum numaraları: Acil durum hizmetleri ve bölgesel müdahale ekipleri
- Belediyeye ait vatandaş hizmetleri ve kriz durumlarında başvurulabilecek bölgesel merkezler (ör. bilgi noktaları ve yardım merkezleri)



Pratik ipucu: Tek düğmeyle yardım çağrısı

Acil durum çağrı cihazı, konuşmak mümkün olsun ya da olmasın, acil durumlarda yardım çağırmanın güvenli bir yoludur. Hizmet sağlayıcının, elektrik veya ağ kesintileri durumunda hizmetin kesintisiz çalışıp çalışmadığını ve olası acil durum önlemlerini kontrol etmesi gerekir.



Planlama sırasında dikkat edilmesi gerekenler

Görme ve işitme engelli, zihinsel engelli veya dil engeli olan kişiler, hem bilgi alırken hem de bilgi verirken engellerle karşılaşabilirler. Bu durum, bir yandan mağdurun ihtiyaçlarını dile getirmesini, diğer yandan da yetkililerin eylem önerilerini iletmesini zorlaştırır.



Duyusal, dil veya zihinsel engelleri olan kişiler, kriz durumlarında sıklıkla iletişim engelleriyle karşılaşır. Hızlı bilgi aktarımı hayati önem taşıdığından, engelsiz iletişim kanalları erkenden belirlenmeli, kurulmalı ve bunların kullanımı konusunda eğitim verilmelidir.

3.3.2. Bakım, gözetim ve destek

Bakım ve desteğe ihtiyaç duyan kişinin tıbbi durumu ve bakım ihtiyaçları belgelenmeli ve acil durum planlamasında dikkate alınmalıdır.

Bakım ve destek hizmetlerinin tanımına ilişkin önemli sorular

- Hangi bakım ve destek hizmetleri günde (birkaç kez) sağlanmalıdır?
- Hangileri hayati önem taşımaktadır?
- Bu görevleri kim üstlenecek?
Acil bir durumda kim kısa sürede görevi devralabilir?
- Hangi bakım ve destek hizmetleri için eğitim alınması gerekir?
(örneğin, sondalı bakım, yara bakımı, hayati parametrelerin izlenmesi)
- Mobil hizmetlerin hangi özellikleri kullanılıyor?
(örneğin, mobil bakım ve destek hizmetleri, "evlere yemek servisi")
- Bu evde kimler yaşıyor? (özellikle diğer savunmasız kişiler ve evcil hayvanlar)
- Hangi kaynaklar mevcut?
Daha kapsamlı bir sosyal ağ var mı?



Bakım veren aile üyelerine ek destek:

Bakım ve sosyal hizmet kuruluşları, hasta bakımı yapan yakınlar için düzenli olarak eğitimler ve söyleşi toplantıları düzenlemektedir. Bunlar, bilgilerin pekiştirilmesine, soruların açıklığa kavuşturulmasına ve pratik ipuçlarının paylaşılmasına yardımcı olmaktadır. Aynı düşünceleri paylaşan kişilerle düzenli olarak fikir alışverişinde bulunmak, ruhsal olarak da rahatlık sağlar. Ayrıca, bakım ve sosyal hizmet kuruluşları, kalite kontrolünden geçmiş eğitim videoları, kılavuzlar ve kontrol listelerine sahip olabilir veya tavsiyelerde bulunabilir.

3.3.3. Tıbbi ve terapötik hizmetler

Hastalığın seyrine bağlı olarak, acil durumlarda tehlikeye girebilecek bazı tıbbi tedaviler hayati önem taşımaktadır. Evde hayati öneme sahip tedaviler (örneğin evde diyaliz, evde solunum desteği, oksijen tedavisi) uygulanıyorsa veya ağrı kesici ve beslenme pompaları gibi dozaj cihazları kullanılıyorsa, gerekli önlemler alınmalıdır.

Planlama sırasında dikkat edilmesi gerekenler

- Yeterli stok oluşturmak
- Cihazlar için şarjlı piller veya pil hazır bulundurun
- Uzman personel ve üretici firma ile yakın iletişim
- Hastalar ve yakınları için eğitim: Eğitimler kapsamında kullanım kılavuzları, gerekirse kontrol listeleri ve rehberler basılı olarak sağlanması gerekmektedir.
- İlgili kurumlar, şirketler vb. ile birlikte acil durum senaryolarının planlanması



Örnek: Hemodiyaliz:

Genellikle haftada yaklaşık üç kez bir diyaliz merkezinde yapılır. Kriz durumunda, zamanında tahliye (erken uyarı sistemi) veya tahliye planı hazırlanmalıdır.



Kullanım kılavuzlarını yazdırın ve kolayca ulaşılabilir bir yerde saklayın; çünkü elektrik kesintisi durumunda dijital belgelere erişilemeyebilir.

3.3.4. İlaç planlaması ve özel beslenme

İlaç listesi veya planı anlaşılır ve güncel olmalıdır. Güvenli bir şekilde alınmasını sağlamak için haftalık dozlayıcı kullanılması tavsiye edilir.



Acil durumlarda, güncel ve kolayca ulaşılabilir bir ilaç listesi hayati önem taşımaktadır.

İlaç planlamasında önemli olan hususlar

- En az 2 haftalık stok oluşturun (özellikle hayati öneme sahip ilaçlar için)
- Hayati öneme sahip ilaçları işaretlemek
- Saklama tavsiyelerine uyun
- Son kullanma tarihini düzenli olarak kontrol edin

Enteral beslenme

Özel gıdaların ve tüp beslenme ürünlerinin saklanması ve stoklanması konusunda, ilaçlar için geçerli olan kurallara uyulmalıdır. Beslenme pompası ile sonda beslemesi yapıldığında, pil ile çalışmanın sağlanması gerekir; arıza durumunda manuel kullanımın öğrenilmiş ve pratikte denenmiş olması gerekir.

**Pratik ipucu: Acil Durum Kutusu** ([Acil Durum Kutusu – Kızıl Haç](#))

Acil durum kutusu, buzdolabında saklanan ve en önemli sağlık ve kişisel bilgilerin (örneğin teşhisler, ilaçlar, alerjiler, irtibat kişisi) yer aldığı bir bilgi formu içeren küçük bir kutudur. Acil durum ekiplerinin kolayca bulabilmesi için, bu kutu iki adet etiket (kapıda ve buzdolabında) ile gösterilmelidir. Acil durumlarda ve bir acil servis birimine nakil sırasında tedaviyi kolaylaştırır. Acil durum kutusu, örneğin Kızıl Haç, eczaneler veya çeşitli çevrimiçi satıcılardan temin edilebilir.

3.3.5. Tıbbi yardımcı malzemeler ve yardımcı araçlar

Gerekli tüm tıbbi malzemeler ve yardımcı araçlar yeterli miktarda ve çalışır durumda olmalıdır.

Örnekler

- Bandajlar, diyabetik ürünler
- Gözlükler, işitme cihazları, protezler, tekerlekli sandalyeler, yürüme yardımcıları
- Bakım yatağı, transfer yardımcıları ve asansörleri
- Yardımcı iletişim teknolojileri: örneğin, konuşan bilgisayarlar

Planlama sırasında dikkat edilmesi gerekenler

- Çalışır durumda olup olmadığını düzenli olarak kontrol edin
- Kullanım kılavuzlarını kağıt üzerinde basılı halde bulundurun
- Yardımcı malzemeler ve tıbbi yardımcı araçların yeterli miktarda stoklayın (en az 1 hafta)
- Pil ve aküleri hazır bulundurun



Akıllı teknolojilerin (örneğin kan şekeri ölçümü) arızalanması durumunda, geleneksel yöntemlerin kullanılması ve yeterli miktarda stok bulundurulması gerekir.

3.4. Ev işleri ve erzak temini

Bakım sürecindeki kesintiler hızla sağlık risklerine yol açabileceğinden, bakım veya bakıma muhtaç kişiler için iyi planlanmış bir ev düzeni özellikle önemlidir. İleriye dönük stoklama, yardım gelene veya sistemler yeniden çalışır hale gelene kadar tedariki güvence altına almaya yardımcı olur.

3.4.1. Kritik kaynaklar

Kritik kaynaklar belirlenmeli ve alternatifler hazır bulundurulmalıdır. Örnek:

Işık	Alternatif ışık kaynakları (ör. LED ışıklar, el feneri, güneş enerjili lamba) bulundurun.
Elektrik	Acil durum güç çözümlerinin (örneğin tıbbi ve terapötik cihazlar için) gerekliliğini değerlendirin ve yeterli miktarda pil ve taşınabilir şarj cihazı stoklayın.
Su	Yeterli (içme) suyu stoku bulundurun. Kişi başına günde en az 3 litre su (içme, yemek pişirme ve temel hijyen için).
Atık ve atık su bertarafı	Yeterli miktarda çöp torbası bulundurun ve su kesintisi durumunda alternatif çözümler (örneğin acil durum tuvaleti) düşünün.
Isıtma ve yemek pişirme	<ul style="list-style-type: none">○ Alternatif pişirme yöntemleri: Kamp ocağı, odun sobası, mangal vb.○ Alternatif ısıtma seçenekleri: Şömine, elektrikli ısıtıcı, uyku tulumları, kurtarma battaniyeleri vb.○ Kullanım sırasında güvenlik büyük önem arz etmektedir!<ul style="list-style-type: none">→ Pişirme ve ısıtma alanlarını asla gözetimsiz bırakmayın.→ Yeterli temiz hava girişi sağlandığından emin olun.→ Hayati tehlike arz ettiğinden, asla kapalı mekanlarda mangal yapmayın.→ Yangın güvenliğini sağlamak (yangın söndürücü, yangın battaniyesi vb.).→ Güvenlik kurallarına ve gerekli kontrollere uyun (örneğin şömine kullanırken).
İletişim	Bilgi edinme yolları, iletişim kanalları ve sorumluluklar açıkça tanımlanmalıdır (bkz. Bölüm 3.3.1).
Hareketlilik	Hareketlilik kısıtlamaları, örneğin kapalı yollar, kesintiye uğrayan ulaşım bağlantıları veya yakıt tedarikindeki aksaklıklar nedeniyle, bakım ve destek hizmetlerine erişimi önemli ölçüde zorlaştırabilir. Asansörlerin çalışmaması da göz önünde bulundurulmalı; aynı şekilde, kendi güvenliğiniz için kat değiştirmeniz gereken durumlar da (örneğin sel durumunda) dikkate alınmalıdır.



Pratik ipucu: Hafif tekerlekli sandalye

Hafif bir tekerlekli sandalye, yer değiştirme işlemlerini (örneğin katlar arası geçiş) ve tahliye işlemlerini kolaylaştırır.



Planlama aşamasında zorluklar ortaya çıkması veya evin riskli bir bölgede bulunması halinde, erken uyarılar ciddiye alınmalı ve akrabaların veya arkadaşların yanına erken bir şekilde taşınmak düşünülmelidir.

3.4.2. Acil durum çantaları

Bazı afet durumlarında hızlı bir tahliye gerekebilir. Önceden hazırlanmış bir acil durum çantası, alıştığınız ortamın dışında geçireceğiniz ilk günleri büyük ölçüde kolaylaştırır. Aynı evde yaşamıyor olsanız bile destek alabilirsiniz. Acil durum çantasında bulunması gerekenler:

Önemli içerik	<ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Önemli ilaçlar<input type="radio"/> Nakit para<input type="radio"/> Hava koşullarına dayanıklı ve sıcak tutan giysiler ve ayakkabılar<input type="radio"/> Hijyen ürünleri<input type="radio"/> Acil durum erzakları (su dahil)<input type="radio"/> Işık kaynağı (ör. el feneri)<input type="radio"/> Duygusal değeri olan eşyalar
Belge çantası	<p>En önemli belgeleri ve bilgileri içermektedir:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Pasaport, ehliyet, ikamet belgesi<input type="radio"/> Banka kartları, tasarruf defterleri, sigorta poliçeleri vb.<input type="radio"/> E-kart ve aşı cüzdanı<input type="radio"/> Hasta vasiyeti, önleyici tedbir vekaletnamesi, vasiyetname vb.<input type="radio"/> Önemli tıbbi bulgular ve güncel ilaç listesi<input type="radio"/> Acil durumlarda ulaşılabilecek kişiler (yasal vasiler, bakım veren yakınlar)



Pratik ipucu: Kolayca görülebilen belge dosyası

Tüm önemli belgeler, kolayca görülebilen ve üzerinde açıkça etiketlenmiş bir belge dosyasında, belirlenmiş ve kolay erişilebilir bir yerde saklanmalıdır. Bu, bir nakil veya tahliye durumunda eşyaların hemen taşınmasını kolaylaştırır.

Planlama sırasında dikkat edilmesi gerekenler	<ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Saklama: Kuru ve kolay erişilebilir bir yerde<input type="radio"/> Nakliye: Kişinin fiziksel durumuna göre bagaj seçimi (örneğin sırt çantası veya tekerlekli valiz)<input type="radio"/> Yetki: Evde veya yakın çevrede en az bir güvenilir kişinin, valizin veya içindekilerin nerede olduğunu bilmesi gerekir.
--	--



Acil durumlarda yetki dağılımı açıkça belirlenmelidir. Ayrıca, acil durum çantasına hangi eşyaların konulduğu ile acil bir durumda nelerin eklenmesi gerektiği arasında ayırım yapılmalıdır.

3.4.3. Gıda stoğu

Elektrik kesintisi veya ulaşım yollarının tıkanması gibi kriz durumlarında gıda tedariki kısıtlı olabilir. Bu nedenle yeterli miktarda stok bulundurmaya çok önemlidir.

Kapsam	<input type="checkbox"/> İdeal olarak 10-14 gün, en az 3 gün yetecek kadar stok.
Gıda türü	<input type="checkbox"/> Dayanıklılık ve durumu düzenli olarak kontrol edin. <input type="checkbox"/> Yiyeceklerin hazırlanma seçeneklerinin sınırlı olduğunu göz önünde bulundurun veya yiyeceklerin hemen tüketilebileceğini unutmayın. <input type="checkbox"/> Kişisel beslenme alışkanlıklarını ve diyetleri (örneğin diyabet durumunda) dikkate alın. <input type="checkbox"/> Bebek maması ile özel ve sonda beslenmesine yönelik ihtiyaçları göz önünde bulundurun. <input type="checkbox"/> Ev hayvanları için yeterli miktarda mama bulundurmaya özen gösterin.
İçme suyu	<input type="checkbox"/> Kişi başına günde en az 3 litre su (içme, yemek pişirme ve temel hijyen için). <input type="checkbox"/> Evcil hayvanlar için suyu unutmayın.

3.4.4. Evde bulundurulan ilaçlar

İyi donanımlı ve düzenli olarak kontrol edilen bir ev ecza dolabı, acil durumlarda çok önemlidir. Evdeki ilk yardım çantası, kişinin kişisel ihtiyaçlarına göre düzenlenir.

Tıbbi malzemeler	Düzenli ihtiyaç durumunda yeterli stok; düzenli yara bakımı durumunda özel malzeme stoğu.
İlaçlar	Uzun süreli ilaçların yanı sıra ağrı kesici ve ateş düşürücü ilaçlar ile mide ve bağırsak rahatsızlıklarına yönelik ilaçlar.
Hijyen ürünleri	Yara ve el dezenfeksiyonu, ıslak mendiller, tek kullanımlık eldivenler vb.
Diğer	Ateş termometresi, steril şırıngalar ve kanüller, bandaj makası, solunum bezi, cilt ve vücut bakım ürünleri vb.



Pratik ipucu: Son kullanma tarihi kontrolü

Yıl içinde, kış saati ile yaz saati arasındaki geçiş günleri referans tarih olarak planlanabilir.

4. Acil Durum Planı Kontrol Listesi

Bu kontrol listesi, hasta bakımı yapan aile üyeleri için acil durum planlamasının en önemli unsurlarını açık ve öz bir şekilde özetler. Bu, kişisel planlamayı gözden geçirmek ve temel önlemleri takip etmek için pratik bir rehber görevi görür. Kontrol listesi düzenli olarak gözden geçirilmeli ve değişen duruma göre güncellenmelidir.

Acil Durum Planı Kontrol Listesi

Bakım veren aile üyeleri için önemli hususlar	İçerik ve Bilgilendirmeler
✓ Kriz senaryoları	
Olası tehlikeler	Doğal afetler: <ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Farklı tehlikelerin kontrol edilmesi: Sel, şiddetli yağmur, çığ, heyelan, deprem vb.<input type="radio"/> Bina güvenliği ve tedarik yolları üzerindeki etkiler<input type="radio"/> Tıbbi/hemşirelik hizmetlerine etkileri Teknik tehlikeler: <ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Farklı tehlikelerin kontrol edilmesi: Elektrik kesintisi, nükleer santral veya endüstriyel kaza<input type="radio"/> Elektrik kesintisi veya ağ arızasının tıbbi bakım ve hemşirelik hizmetlerine etkileri<input type="radio"/> Elektrik kesintisine karşı alınacak önlemler
Bilgi kaynakları ve erken uyarı sistemleri	Güvenilir bilgi kaynakları: <ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Belediyeler: Tehlike bölgeleri planına erişim ve Sivil Savunma görevlilerinden yerel acil durum planları ve koruma önlemleri hakkında bilgiler.<input type="radio"/> Eyaletlerin CBS portalları (Coğrafi Bilgi Sistemleri): https://www.geoland.at<input type="radio"/> HORA (Avusturya Doğal Afet Genel Bakış ve Risk Değerlendirmesi): https://hora.gv.at/<input type="radio"/> Orman Atlası: https://waldatlas.at/ Yerleşik ulusal erken uyarı sistemleri: <ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Hücre Yayını/AT-Alert: Doğrudan cep telefonuna uyarı mesajları https://www.at-alert.at<input type="radio"/> GeoSphere Austria: Güncel hava durumu uyarıları https://warnungen.zamg.at/<input type="radio"/> Siren uyarı sistemi: https://www.oesterreich.gv.at/de/themen/notfaelle_unfaelle_und_kriminalitaet/katastrophenfaelle/2<input type="radio"/> Diğer bilgi kaynakları (örneğin ORF, hava durumu uygulamaları ve diğer dijital erken uyarı sistemleri)<input type="radio"/> Engelli kişiler için engelsiz alternatifleri belirlemek<input type="radio"/> Uygulamaları önceden yükleyin, web sitelerini hızlı erişim listesine ekleyin ve kullanımlarını öğrenin


Bakım veren aile üyeleri için önemli hususlar	İçerik ve Bilgilendirmeler
✓ İlgili kişi ve kuruluşların tanımı	
Risk altındaki / etkilenen kişiler	Evde hangi savunmasız kişiler bulunuyor? Örneğin, şu durumlara sahip kişiler: <ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Fiziksel kısıtlamalar<input type="radio"/> Hafıza sorunları<input type="radio"/> Anlama veya yön bulma konusunda zorluklar<input type="radio"/> Kronik hastalıklar<input type="radio"/> Nörodejeneratif hastalıklar<input type="radio"/> Ruhsal hastalıklar<input type="radio"/> Kanser hastaları veya palyatif bakım altında olan hastalar<input type="radio"/> Engelli veya kronik hastalığı olan çocuklar ve gençler<input type="radio"/> Evdeki diğer savunmasız kişiler (örneğin çocuklar, yaşlılar veya dil engeli olan 24 saat bakım verenler) de göz önünde bulundurulmalıdır
Bakım / destek sağlayan kişiler	Planlama açısından önemli hususlar: <ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Ana irtibat kişinin tanımı: ilk irtibat ve karar mercii<input type="radio"/> Vekilin tanımı: ana irtibat kişinin görevini yerine getirememesi durumunda. Temsilciler planlamaya dahil edilmeli ve eğitim almalıdır.<input type="radio"/> Yerel ve sosyal ağları dahil etmek (arkadaşlar, komşular vb.)
Mobil bakım hizmetleri	Bakım planlaması sırasında dikkate alınması gereken önemli hususlar: <ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Gerekli önlemler<input type="radio"/> Acil durumlarda izlenecek prosedürler<input type="radio"/> Temel yaşam hizmetleri <p>Bu düzenlemeler, özellikle sağlık durumundaki değişiklikler veya bakım ihtiyaçları söz konusu olduğunda, düzenli olarak gözden geçirilmeli ve güncellenmelidir.</p>

Bakım veren aile üyeleri için önemli hususlar	İçerik ve Bilgilendirmeler
✓ İletişim ve Bilgilendirme	
Tedbir amaçlı önlemler	<ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Pille çalışan ve kranklı radyoları hazır bulundurun<input type="radio"/> Acil durumlar için iletişim şeklinin (örneğin elektrik veya ağ kesintisi durumunda) belirlenmesi<input type="radio"/> Yetki alanlarının tanımlanması<input type="radio"/> Acil durum iletişim listesi (yerel irtibat noktaları dahil)
Acil durum iletişim listesi	<p>Tüm önemli kişiler, hizmet sağlayıcılar vb. içeren liste (ad, adres, telefon numarası):</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Ana irtibat kişisi<input type="radio"/> Vekil<input type="radio"/> Komşular ve arkadaşlar<input type="radio"/> Kişisel bakıcılar<input type="radio"/> Doktorlar ve uzman poliklinikleri<input type="radio"/> Eczane / Bandajcı<input type="radio"/> Mobil bakım ve destek hizmetleri<input type="radio"/> Yemek teslimatı gibi mobil teslimat hizmetleri<input type="radio"/> Tıbbi cihaz üreticisi<input type="radio"/> Psikolog / Dini Cemaat<input type="radio"/> Evcil hayvanlar için: Veteriner hekimler vb. <p>Acil durum iletişim listesi güncel tutulmalı ve kolayca ulaşılabilir bir yerde saklanmalıdır.</p>
Yetkili kurumlar ve irtibat bilgileri	<p>Önemli yerel irtibat noktalarını adresleriyle birlikte not edin:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Belediyelerin Vatandaş Hizmetleri<input type="radio"/> Bilgi noktaları / Kriz durumlarında bölgesel başvuru noktaları olarak hizmet veren yardım merkezleri<input type="radio"/> Bölgesel müdahale ekipleri: tehlike durumuna göre yetki alanları farklılık gösterir (İtfaiye, polis, su kurtarma ekipleri vb.)

Bakım veren aile üyeleri için önemli hususlar	İçerik ve Bilgilendirmeler
<p>✓ Bakım, gözetim ve destek</p>	
Bakım ve gözetim hizmetleri	<p>Temel bakım ve destek hizmetlerinin tanımı ve sorumluluklar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Sürekli bakım ve gözetim hizmetleri (7/24) <input type="radio"/> Hayati önem taşıyan hizmetler <input type="radio"/> Yetki: Kim hangi görevleri üstlenecek? <input type="radio"/> Vekil: Vekiller belirlenmiş ve eğitilmiştir
Mobil hizmetler	<p>Hangi hizmetler kullanılıyor?</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Mobil bakım ve destek hizmetleri <input type="radio"/> Sosyal hizmetler ("Yemek Dağıtımı", kişisel bakım görevlileri vb.)
Hane halkı üyeleri	<p>Özellikle diğer savunmasız gruplar, örneğin:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Yaşlılar <input type="radio"/> Çocuklar <input type="radio"/> 24 saat hizmet veren bakıcılar (dil engelli) <input type="radio"/> Evcil hayvanlar
Mevcut kaynaklar	<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Bakım ve gözetim altındaki kişinin kaynakları <input type="radio"/> Hane halkının veya ailenin kaynakları <input type="radio"/> Sosyal çevre (komşular, arkadaşlar vb.)
<p>✓ Tıbbi ve terapötik hizmetler</p>	
(Hayati) öneme sahip tedaviler	<p>(Yaşam için) gerekli tedavilerin tanımı, örneğin:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Evde solunum tedavisi <input type="radio"/> Evde diyaliz <input type="radio"/> Oksijen tedavisi <input type="radio"/> Beslenme pompaları <input type="radio"/> Ağrı pompaları
Tedbir amaçlı önlemler	<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Yeterli stok <input type="radio"/> Çalışır durumda olan aküler ve piller <input type="radio"/> Uzman personel ve üretici firma ile yakın iletişim <input type="radio"/> Hastalar ve yakınlarına yönelik eğitim <input type="radio"/> Kullanım kılavuzlarını (basılı olarak) hazır bulundurun

Bakım veren aile üyeleri için önemli hususlar	İçerik ve Bilgilendirmeler
<h2>✓ İlaç planlaması ve özel beslenme</h2>	
İlaç planlaması	<ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> İlaçları güvenli bir şekilde almanıza yardımcı olması için haftalık ilaç kutusu kullanın<input type="radio"/> Güncel İlaç Listesi<input type="radio"/> En az 2 haftalık stok (özellikle hayati öneme sahip ilaçlar için)<input type="radio"/> Hayati öneme sahip ilaçları işaretleyin<input type="radio"/> Doğru saklama koşullarına dikkat edin<input type="radio"/> Son kullanma tarihini düzenli olarak kontrol edin<input type="radio"/> İlk açılma tarihini not edin
Özel beslenme	<ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Stok oluşturun<input type="radio"/> Doğru saklama koşullarına dikkat edin<input type="radio"/> Son kullanma tarihini düzenli olarak kontrol edin<input type="radio"/> Beslenme pompaları için aküler ve piller<input type="radio"/> Elektrikli pompaların arızalanması durumunda manuel kullanım
<h2>✓ Tıbbi yardımcı malzemeler ve yardımcı araçlar</h2>	
Tıbbi yardımcı malzemeler ve yardımcı araçlar	<p>Gerekli tüm yardımcı araç ve tıbbi yardımcı malzemelerin listesi, örneğin:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Tekerlekli sandalye, yürüteç, yürüme desteği<input type="radio"/> Gözlükler, işitme cihazları, protezler<input type="radio"/> Bakım yatağı, transfer yardımcıları, hasta kaldırma cihazları<input type="radio"/> Konuşan bilgisayarlar, okuma-konuşma cihazları, dokunmatik ve sesli yardımcı araçlar<input type="radio"/> Bandajlar<input type="radio"/> Diyabetikler için gerekli ürünler
Tedbir amaçlı önlemler	<ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Yeterli stok (en az 1 hafta)<input type="radio"/> İşlevselliğin düzenli olarak kontrol edilmesi<input type="radio"/> Kullanım kılavuzlarını (basılı) hazır bulundurun<input type="radio"/> Şarj edilebilir piller ve piller<input type="radio"/> (Akıllı) cihazların arızalanması durumunda alternatifler (ör. kan şekeri ölçümü)

Bakım veren aile üyeleri için önemli hususlar	İçerik ve Bilgilendirmeler
<p> Kritik kaynaklar</p>	
Işık	<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> El fenerleri <input type="radio"/> LED ışıklar <input type="radio"/> Güneş enerjili aydınlatma <input type="radio"/> Yedek piller
Elektrik	<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Powerbank (dolu halde) <input type="radio"/> Aküler ve piller, özellikle tıbbi cihazlar için <input type="radio"/> Acil durum güç kaynaklarını kontrol edin
(İçme) suyu	<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Yeterli miktarda içme suyu stoğu (kişi başına günde en az 3 litre içme, yemek pişirme ve temel hijyen ihtiyaçları için)
Atık ve atık su bertarafı	<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Yeterli sayıda çöp torbası (evsel atıklar için) <input type="radio"/> Alternatif atık su bertaraf seçenekleri örneğin acil durum tuvaleti
Isıtma ve maliyetler	<p>Alternatif pişirme yöntemleri, örneğin:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Kamp ocağı ve gaz kartuşu <input type="radio"/> Odun sobası <input type="radio"/> Izgara <input type="radio"/> Yakıt macunlu fondü seti <p>Alternatif ısıtma seçenekleri, örneğin:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Şömine <input type="radio"/> Elektrikli ısıtma <input type="radio"/> Uyku tulumları, battaniyeler <input type="radio"/> Acil durum battaniyeleri, vücut ısı yastıkları <p>Güvenlik:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Ocağı veya ısıtma cihazını asla gözetimsiz bırakmayın <input type="radio"/> Yeterli temiz hava girişi sağlandığından emin olun <input type="radio"/> Hayati tehlike arz ettiğinden, asla kapalı mekanlarda mangal yapmayın <input type="radio"/> Yangın güvenliğinin sağlanması (yangın söndürücü, yangın battaniyesi vb.) <input type="radio"/> Güvenlik kurallarına ve gerekli kontrollere uyun (örneğin şömine kullanırken)
İletişim	<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Bkz. „İletişim ve Bilgi“ (Sayfa 18)
Hareketlilik	<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Mobil bakım hizmetleri veya aile üyeleri tarafından sağlanan bakımdaki kısıtlamalar <input type="radio"/> Mobil hizmetlerin kesintiye uğraması veya ana bakım görevlisinin devamsızlığı durumunda yedek kişinin belirlenmesi <input type="radio"/> Örneğin sel durumunda gerekli kat değişikliklerini göz önünde bulundurun – erken taşınmayı düşünün

Bakım veren aile üyeleri için önemli hususlar	İçerik ve Bilgilendirmeler
 Acil durum çantaları	
Önemli içerik	<ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Önemli ilaçlar<input type="radio"/> Nakit para<input type="radio"/> Hava koşullarına dayanıklı ve sıcak tutan giysiler<input type="radio"/> Hijyen ürünleri<input type="radio"/> Acil durum erzakları (su dahil)<input type="radio"/> Işık kaynağı (ör. el feneri)<input type="radio"/> Duygusal değeri olan eşyalar<input type="radio"/> Belge çantası
Duygusal değeri olan eşyalar	<ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Fotoğraflar, fotoğraf albümleri<input type="radio"/> Aile yadigarları<input type="radio"/> Takılar<input type="radio"/> Duygusal değeri yüksek diğer eşyalar
Belge çantası	<p>Görünür bir yerde saklanan ve aşağıdaki belgelerin asıllarını veya kopyalarını içeren dikkat çeken ve üzerinde açıkça yazılar bulunan bir dosya:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Pasaport<input type="radio"/> E-kart, aşı cüzdanı<input type="radio"/> Kayıt formu<input type="radio"/> Ehliyet<input type="radio"/> Banka kartları ve tasarruf hesapları<input type="radio"/> Sigorta poliçeleri vb.<input type="radio"/> Hasta vasiyeti, önleyici tedbir vekaletnamesi, vasiyetname vb.<input type="radio"/> Önemli tıbbi bulgular<input type="radio"/> Güncel İlaç Listesi<input type="radio"/> Acil durumlarda ulaşılabilecek kişiler: yasal temsilciler, hasta bakımı yapan aile üyeleri vb. (ad, telefon numarası, adres)
Depolama	<ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Kuru ve kolay erişilebilir bir yerde
Taşıma	<ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Kişinin fiziksel durumuna göre bagaj seçimi (örneğin sırt çantası veya tekerlekli valiz)
Yetki	<ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Evde veya yakın çevrede en az bir güvenilir kişinin, çantanın yerini ve içindekileri bilmesi gerekir.<input type="radio"/> Acil durum çantasının içeriğine genel bakış ve acil durumlarda eklemeniz gereken önemli eşyalar.

Bakım veren aile üyeleri için önemli hususlar	İçerik ve Bilgilendirmeler
✓ Gıda stoğu	
Kapsam	<input type="radio"/> İdeal olarak 10–14 gün yetecek kadar stok
Gıda türü	<input type="radio"/> Son kullanma tarihine dikkat edin <input type="radio"/> Hazırlık aşamalarını göz önünde bulundurun <input type="radio"/> Kişisel beslenme alışkanlıklarını ve diyetleri dikkate alın <input type="radio"/> Bebek maması, özel mamalar ve sonda mamalarına olan ihtiyacı göz önünde bulundurun <input type="radio"/> Ev hayvanları için mama
İçme suyu	<input type="radio"/> Yeterli miktarda içme suyu stoğu (kişi başına günde en az 3 litre içme, yemek pişirme ve temel hijyen ihtiyaçları için) <input type="radio"/> Ev hayvanlarını dikkate alın
✓ Evde bulundurulacak ilaçlar	
Tıbbi sargı malzemeleri	<input type="radio"/> Yeterli stok <input type="radio"/> Düzenli yara bakımında kullanılan özel malzemeler
İlaçlar	<input type="radio"/> Uzun süreli ilaç tedavisi (en az 2 hafta) <input type="radio"/> Mide-bağırsak rahatsızlıklarına karşı ilaçlar <input type="radio"/> Ağrı kesici ve ateş düşürücü ilaçlar <input type="radio"/> Son kullanma tarihini düzenli olarak kontrol edin
Hijyen ürünleri	<input type="radio"/> Yara ve el dezenfektanı <input type="radio"/> Islak mendil <input type="radio"/> Tek kullanımlık eldivenler <input type="radio"/> Çöp torbası <input type="radio"/> Tuvalet kağıdı veya mutfak havlusu
Diğer	<input type="radio"/> Steril şırınga ve kanüller <input type="radio"/> Dezenfektan veya tek kullanımlık alkollü mendil <input type="radio"/> Cilt ve vücut bakım ürünleri <input type="radio"/> Ateş ölçmek için termometre <input type="radio"/> Tülbent makası <input type="radio"/> Solunum bezi <input type="radio"/> Tıbbi cihazlar ve yardımcı araçlar <input type="radio"/> Evde yaşayan tüm kişilerin bakım ihtiyaçlarına yönelik diğer ürünler

5. Acil durumlarda bakım ve destek hakkında bilgiler

Özellikle acil durum ve kriz anlarında, bakıma ve desteğe muhtaç kişilerin hastalık tablosu, bakım ve destek ihtiyaçları hakkında iyi belgelenmiş bilgilere sahip olmak hayati önem taşır. Aşağıda, yazdırıp doldurabileceğiniz faydalı planlama şablonları bulunmaktadır. Bu belgeler, güncel bir ilaç listesi ve acil durum irtibat listesi ile birlikte kolayca ulaşılabilecek bir yerde saklanmalıdır. Bu örnek şablonlar, GEKO Viyana'nın belgelerine ([GeKo Viyana - Viyana'da Sağlık ve İletişim](#)) ve Vorarlberg Eyalet Hükümeti'nin Hastane Kimliğine ([Hastane Kimliği](#)) göre hazırlanmıştır.

Bu şablonların, doldurma kılavuzu da dahil olmak üzere genişletilmiş bir versiyonu, uzun metin halinde (https://www.alles-clara.at/ressource/katastrophenvorsorge-langfassung_de/) mevcuttur.



5.1. Yazdırma şablonu: Acil Durum İletişim Formu

Adı:

Tarih:

Gizli danışman veya acil durum irtibat kişisi

Adı:	Telefon:
Adres:	
E-posta:	
Notlar:	

Yasal temsilci (örneğin, reşit olmayanların temsilcisi)

Adı:	Telefon:
Adres:	
E-posta:	
Notlar:	

Bakım veren yakınlar

Adı:	Telefon:
Adres:	
E-posta:	
Notlar:	

Bakım veren aile üyelerinin temsil edilmesi

Adı:	Telefon:
Adres:	
E-posta:	
Notlar:	

Aile hekimi

Adı:	Telefon:
Adres:	
E-posta:	
Notlar:	

Uzman hekim

Adı:	Telefon:
Adres:	
E-posta:	
Notlar:	

Eczane

Adı:	Telefon:
Adres:	
E-posta:	
Notlar:	

Ortopedi ve Protez Uzmanı, Tıbbi Malzeme Mağazası

Adı:	Telefon:
Adres:	
E-posta:	
Notlar:	

Mobil bakım ve destek hizmetlerinin iletişim bilgileri

Kurum:	
İrtibat kişisi:	Telefon:
Adres:	
E-posta:	
Notlar:	

Kurumun iletişim bilgileri (ör. gündüz bakım merkezleri, uzman poliklinikler, diyaliz merkezleri)

Kurum:	
İrtibat kişisi:	Telefon:
Adres:	
E-posta:	
Notlar:	

Şirket iletişim bilgileri (ör. evde diyaliz cihazı, oksijen tedavisi)

Şirket adı:	
İrtibat kişisi:	Acil durumlarda ulaşılabacak kişi:
E-posta:	Telefon:
Adres:	
Notlar:	

Diğer iletişim bilgileri

Adı, Kuruluş, Şirket adı:	
E-posta:	Telefon:
Adres:	
Notlar:	

5.2. Yazdırma şablonu: Tıbbi bakım hakkında bilgi

Hastanın adı:

Tarih:

Tıbbi tanı:

Alerjiler, intoleranslar ve riskler:

Tıbbi/hemşirelik bilgileri ve bakım:

Hangi tıbbi cihazlar elektrikle çalışır?

- Solunum cihazları
- Elektrikli tekerlekli sandalye
- Kaldırma sistemleri, merdiven asansörü
- Tansiyon aleti, kan şekeri ölçüm cihazı
- Isıtma: Hareket etmekte zorluk çeken kişiler için soğuk hava tehlikeli olabilir.
- Yatak yaralarını önleyen, pozisyon değiştirme motorlu yataklar
- Hayati öneme sahip ilaçlar için soğutma
- Örneğin, bitkisel hayatta olan kişiler için kişiye özel tasarlanmış tekerlekli sandalyeler önemlidir. Bunlar asansör kullanılmadan da dışarıya taşınabilmelidir.
- El blenderi ve mutfak robotu çalışmıyor, bu nedenle püre haline getirilmiş ürünleri stokta bulundurun.

Notlar:

- Cihaz hayati önem taşıyorsa, tıbbi cihazın üreticisiyle iletişime geçin.
- Elektrik kesintisi durumunda cihazın çalışması hakkında açıklama. Cihazda pil özelliği var mı?
- Acil durum numaralarını elinizin altında bulundurun.

5.3. Yazdırma şablonu: Acil durumlar için bakım bilgileri

Hastanın adı:

Bakım seviyesi:

Hazırlayan:

İlişki:

Tarih:

Kriterler	Sorun	Kaynak	Önem	Destekleyen...
-----------	-------	--------	------	----------------

1 İletişim ve Yönlendirme

Yönlendirme				
Duygular				
Konuşma				
Görme				
Dinleme				

Kriterler	Sorun	Kaynak	Önlem	Destekleyen...
-----------	-------	--------	-------	----------------

2 Hareket ve mobilite

Yatalaklık				
Hareket				
Düşme tehlikesi				

3 Besin ve sıvı alımı

Yiyecek ve sıvı alımı				
-----------------------	--	--	--	--

4 Kişisel bakım ve giyim

Kişisel bakım: saç, ayak ve tırnak bakımı dahil				
Giyinmek				

Kriterler	Sorun	Kaynak	Önlem	Destekleyen...
-----------	-------	--------	-------	----------------

5 Vücut atımları

İdrar veya dışkı kaçırma				
Kusma, Terleme...				

6 Solunum

7 Uyku

--	--	--	--	--

8 Ağrı

--	--	--	--	--

6. İlgili bağlantılar

Alles Clara – bakım işlerini kolaylaştıran uygulama	https://www.alles-clara.at/
Vorarlberg Eyalet Hükümeti Hastane Kartı	https://www.behinderung-vorarlberg.at/angebote/angebote-nach-themen/hilfsmittel-und-heilbehelfe/item/946-krankenhaus-pass
Avusturya Federal Şansöyeliği oesterreich.gv.at – Halk uyarısı	oesterreich.gv.at
Halk uyarısı	https://www.oesterreich.gv.at/de/themen/notfaelle-unfaelle_und_kriminalitaet/katastrophenfaelle/2/Seite.29500311
Federal İçişleri Bakanlığı: AT Uyarısı	https://www.bmi.gv.at/204/at-alert/
DCNA – Avusturya Afet Yetkinlik Ağı	https://dcna.at/
GEKO Viyana: Viyana'da Sağlık ve İletişim	https://www.geko.wien/
Eyaletler Coğrafi Veri Ağı – Eyaletlerin CBS (Coğrafi Bilgi) Portalları	https://www.geoland.at
• Burgenland: Burgenland Coğrafi Verileri	https://geodaten.bgld.gv.at/
• Kärnten: KACBS (Kärnten Coğrafi Bilgi Sistemi)	https://kagis.ktn.gv.at
• Aşağı Avusturya: NÖ Atlas / NÖCBS	https://www.noel.gv.at/noel/Karten-Geoinformationen/Karten-Geoinformationen.html
• Yukarı Avusturya: DORIS (Yukarı Avusturya Dijital Coğrafi Bilgi Sistemi)	https://www.doris.at
• Salzburg: SACBS (Salzburg Coğrafi Bilgi Sistemi)	https://www.salzburg.gv.at/themen/salzburg/sagis
• Styria: CBS-Steiermark	http://www.gis.steiermark.at/
• Tirol: titris (Tirol Coğrafi Bilgi Sistemi)	https://www.tirol.gv.at/sicherheit/geoinformationen-karten/
• Vorarlberg: VoCBS (Vorarlberg Coğrafi Bilgi Sistemi)	https://vogis.vorarlberg.at/
• Viyana: ViennaCBS	https://www.wien.gv.at/inhalt/viennagis
GeoSphere Avusturya	https://www.geosphere.at/de/themen/katastrophenschutz/wetter
HORA (Avusturya Doğal Afet Genel Bakış ve Risk Değerlendirmesi)	https://hora.gv.at/
Bakım Veren Aile Üyeleri Derneği	https://ig-pflege.at/
Lobby4Kids – Çocuk Lobisi	http://www.lobby4kids.at/?id=1&view=page
Bakım veren aile üyeleri için doğal afetlere karşı hazırlık kılavuzu (Uzun versiyon, 2. baskı)	https://www.alles-clara.at/ressource/katastrophenvorsorge-langfassung_de/
Avusturya Eczacılar Odası	https://www.apothekerkammer.at/
Avusturya Kızılhaç: Acil durum kutusu	https://www.rotekreuz.at/wien/notfall-dose
pflege.gv.at – Bakım ve destek için bilgi platformu	https://pflege.gv.at/
Orman Atlası	https://waldatlas.at/
Wasseraktiv	https://www.wasseraktiv.at/ich-schuetze-mich/
WISA (Avusturya Su Bilgi Sistemi)	https://www.bmluk.gv.at/themen/wasser/wisa.html
Avusturya Sivil Savunma	https://zivilschutz.at/

7. Kaynakça

APCC, 2025: D. Huppmann, M. Keiler, K. Riahi, H. Rieder ve diğeri; Politika yapıcılar için özet. "Avusturya İklim Değişikliği Paneli'nin (APCC) İklim Değişikliği Konusundaki İkinci Avusturya Değerlendirme Raporu (AAR2)".

Bügelmayr-Blaschek, M., Wittholm, J., Baumüller, J., Leitner, M., Schneider, M., Imgrüth, D., Typelt, V., Kienberger, S., Offenzeller, M. 2024: Sağlam bir iklim riski ve kırılganlık analizi gerçekleştirilmeye yönelik kılavuz. İşletmeler, danışmanlık ve denetim kurumları için pratik kılavuzlar ve öneriler.

IPCC, 2021: Masson-Delmotte, V., P. Zhai, A. Pirani, S.L. Connors, C., Péan, S., Berger, N., Caud, Y., Chen, L., Goldfarb, M.I. Gomis, M. Huang, K. Leitzell, E. Lonnoy, J.B.R. Matthews, T.K. Maycock, T., Waterfield, O., Yelekçi, R., Yu, R. ve Zhou, B.; Karar Alıcılar İçin Özet. Kaynak: İklim Değişikliği 2021: Fiziksel Bilimsel Temeller. Hükümetlerarası İklim Değişikliği Paneli'nin Altıncı Değerlendirme Raporu'na I. Çalışma Grubu'nun Katkısı

UNDRR – Birleşmiş Milletler Afet Riskini Azaltma Ofisi 2017: Afet Riskinin Azaltılmasına İlişkin Sendai Çerçeve Terminolojisi. "Güvenlik açığı". Erişim tarihi 6 Aralık 2025. Çevrimiçi: <https://www.undrr.org/terminology/vulnerability>

Yasal Uyarı

2. Baskı – Özet

Mart 2026, Almanca

Ortak çalışma:

Alles Clara
Avusturya Afet Yetkinlik Ağı
Bakım Veren Akrabalar Derneği
Lobby4Kids – Çocuk Lobisi
Avusturya Eczacılar Odası
Avusturya Sivil Savunma Birliği

Yazarlar:

Mag.a (FH) Isabel Anger, MA

Avusturya Afet Yetkinlik Ağı

Müh. Laura Essl, MA

Avusturya Afet Yetkinlik Ağı

Josef Farda

Avusturya Sivil Savunma Birliği

Almira Geosev, MA.

Avusturya Sivil Savunma Birliği

Michaela Greifeneder, teknik asistan

Alles Clara gemeinnützige GmbH

Ecz. Dr. Irene Promussas

Lobby4Kids – Çocuk Lobisi

Mag. (FH) Christian Resch, M.Eng.

Avusturya Afet Yetkinlik Ağı

Anita Sackl, MPH, MAS

Gesundheit Österreich GmbH

Mag.a Nicole Traxler

Alles Clara gemeinnützige GmbH

Müh. Susanna Wernhart

Avusturya Afet Yetkinlik Ağı

Tasarım:

Julia Hametner, BSc.

Alles Clara gemeinnützige GmbH

Destekleyen :

Birgit Meinhard-Schiebel

Bakım Veren Akrabalar Derneği

ERSTE Vakfı

Yayın sahibi:

Alles Clara Gemeinnützige GmbH –

Bakım veren yakınlarla destek sağlayan dernek

Am Belvedere 1, 1100 Viyana

E-posta: info@alles-clara.at

Avusturya Afet Yetkinlik Ağı

Viyana Ofisi

Viyana Tarım Üniversitesi

Gregor-Mendel-Straße 33, 1180 Viyana

E-posta: office@dcna.at

Sorumluluk Reddi: Bu belgede yer alan bilgiler ve öneriler, kriz, acil durum ve afet önleme alanındaki önde gelen uzmanlarla iş birliği içinde, elimizden gelen en iyi bilgiye ve vicdana göre hazırlanmıştır; ancak her bir durum için ve tüm kişiler açısından aynı derecede geçerli olmayabilir. Ancak bu "afet önleme" tedbirleri, uzman kurumlar ve uzmanlar tarafından sunulan daha ayrıntılı bilgi ve kişisel danışmanlığın yerini tutamaz; sağlık, ilaçlar ve tıbbi cihazlarla ilgili sorular için ise doktorlar veya eczacılara danışılmalıdır. İçeriklerin doğruluğu, güncelliği ve eksiksizliği konusunda herhangi bir garanti verilmez; ayrıca, niteliği ne olursa olsun her türlü zarar ve kayıp için sorumluluk, yasaların izin verdiği ölçüde kabul edilmez.