

# Wasser in PET-Flasche abkochen – geht das im Notfall?

Die Überschrift klingt erstmal total verrückt, oder?

Als ich das in mehreren Survival-Büchern gelesen habe, konnte ich es kaum glauben.

Ich musste es einfach selbst ausprobieren – und es funktioniert tatsächlich!

Das Wasser schmeckte sogar vollkommen normal, ganz ohne Plastikgeschmack.

## So funktioniert die Notfallmethode

Der Grund, warum es überhaupt geht: PET schmilzt erst bei etwa 260 °C, während Wasser schon bei 100 °C kocht. Das gibt uns ein sicheres Temperaturfenster.

### Die Schritte:

1. Flasche nur zu etwa 80 % füllen (die Flasche schrumpft beim Erhitzen)
2. Flasche ohne Verschluss etwa 12–15 cm über der Glut platzieren – in der Glut geht aber auch
3. Warten, bis Blasen aufsteigen (kann etwas dauern)
4. Etwa 1–2 Minuten weiter erhitzen
5. Abkühlen lassen

Hier das passende Kurzvideo dazu:

**Profi-Tipp:** Die Flasche fast ganz vollzumachen (80 %), ist ideal! Je weniger Luft in der Flasche ist, desto weniger verformt sich der Kunststoff. Das macht die ganze Methode sicherer und einfacher.

## Risiken und Abwägungen im Notfall

Ich kann mir schon denken, was deine Bedenken zu der Methode sein könnten:

Geht da nicht Mikroplastik in das Wasser über?

Ja, in der Tat kann das passieren (das Wasser habe ich aber nicht untersuchen lassen). Dennoch möchte ich hier ganz klar die Vor- und Nachteile der Methode auflisten:

### Das Problem mit unbehandeltem Wasser:

- Schwerer Durchfall und Erbrechen
- Extremer Flüssigkeitsverlust
- In der Wildnis schnell lebensgefährlich
- Ohne medizinische Hilfe kritisch

### Die PET-Methode:

- Ja, etwas Kunststoff könnte ins Wasser übergehen
- Einmaliger Konsum ist aber weniger gefährlich als verseuchtes Wasser
- Nur für echte Notfälle geeignet

Fakt ist also: Das Risiko von etwas Mikroplastik ist geringer als an verseuchtem Wasser zu sterben.



Die gleiche Flasche sollte nicht mehrfach verwendet werden, da mit jedem Erhitzen mehr Chemikalien freigesetzt werden können. Auch dünne Flaschen funktionieren, dickere halten aber länger.

**Wichtig zu wissen:** Wichtig: Dies ist eine absolute Notfallmethode - zum Beispiel wenn man eine Wunde desinfizieren muss oder von Dehydrierung bedroht ist. Für den normalen Gebrauch ist sie nicht geeignet. Trage stattdessen immer einen kleinen [Edelstahlbecher](#) oder eine Edelstahlflasche (ohne BPA-Beschichtung) mit.

## Vergleich der Wasseraufbereitungsmethoden

Ich möchte dir noch eine kleine Übersicht über die Wasseraufbereitungsmethoden geben. So siehst du, welche Methoden ideal sind und wofür diese nützlich sind:

Methode	Entfernt Bakterien	Entfernt Viren	Entfernt Schwermetalle	Entfernt Chemikalien	Besonderheiten
Abkochen	Ja	Ja	Nein	Nein	Energieaufwändig, aber sehr sicher
Selbstgebauter Filter	Nein	Nein	Nein	Nein	Abhängig von Filterqualität
Wasserfilter (industriell hergestellt)	je nach Produkt	je nach Produkt	Nein	Nein	Abhängig von Porengröße auch Viren oder Bakterien



Methode	Entfernt Bakterien	Entfernt Viren	Entfernt Schwermetalle	Entfernt Chemikalien	Besonderheiten
Destillation	Ja	Ja	Ja	Meist	Sehr aufwendig, aber am sichersten
UV-Licht	Ja	Ja	Nein	Nein	Benötigt klares Wasser und dauert lange

## Abkochen (Wasserentkeimung) vs. Filtern (Wasserklärung)

### Abkochen:

- Tötet zuverlässig alle Krankheitserreger
- Funktioniert auch bei sehr trübem Wasser
- Braucht nur Hitze und ein hitzebeständiges Gefäß
- Entfernt keine Schwermetalle oder Chemikalien

### Filtern:

- Filtert Schwebstoffe und größere Partikel
- Manche Filter entfernen auch Schwermetalle
- Viren sind oft zu klein für normale Filter
- Filter können verstopfen oder versagen

**Merke:** Die sicherste Methode ist die Kombination aus Filtern (für Schwebstoffe) und anschließendem Abkochen (für Krankheitserreger).



Ein selbstgebauter Wasserfilter filtert Schwebstoffe und Dreck aus dem Wasser, kann aber keine Bakterien oder Viren entfernen.

Lies auch

[So baust du deinen eigenen Survival-Wasserfilter \[Survival Basics\]](#) – Du lernst, wie du einen einfachen Wasserfilter selbst baust. Außerdem zeige ich dir noch zwei weitere Filter, die einfach Outdoor umzusetzen sind.

## Letzte Worte zum Notfall

Klar ist: Die PET-Flaschen-Methode ist nicht ideal. Aber wenn du draußen bist, dein Wasser alle ist und du nur eine Plastikflasche hast – dann ist **abgekochtes Wasser definitiv besser als verseuchtes Wasser** zu trinken.



Merke: Wasser abkochen ist eine sehr sichere Methode!

Für die Zukunft: Plane deine Touren gut. Nimm genug Wasser mit. Aber wisse auch: Manchmal gerät man in unvorhergesehene Situationen. Dann ist dieses Wissen Gold wert.

Hier findest du weitere Verweise, um dich schlau zu lesen:

- [Trinkwasser finden, sammeln, filtern und trinkbar machen – der ultimative Wasser-Guide](#)
- [Überlebenszeit ohne Wasser: Wie lange kann der Körper ohne Flüssigkeit durchhalten?](#)
- [Die 11 besten Outdoor-Wasserfilter 2025 für sauberes Trinkwasser beim Camping](#)
- [Wasser abkochen ohne Topf: Diese 8 Methoden helfen dir, um an trinkbares Wasser zu kommen](#)
- [Kann dich das Trinken von Salzwasser oder Meerwasser krank machen oder sogar töten?](#)

Und wenn du dein Wissen testen möchtest, dann schaue dir das [Wasser-Survival-Quiz](#) an.

Was meinst du – überraschend, dass das wirklich funktioniert?

*PS: In meinem Test hat das Wasser übrigens vollkommen normal geschmeckt. Kein Plastikgeschmack, keine Veränderung – nur ganz normales abgekochtes Wasser.*



## Über den Autor des Ratgebers

### Martin Gebhardt



Hey, ich bin Martin und ich bin Wildnis-Mentor. Auf meinem Blog lernst du die Basics sowie zahlreiche Details zum Outdoor-Leben. Schnapp dir meine [35 einfach umsetzbaren Survival-Hacks](#), um ab morgen nicht mehr planlos im Wald zu stehen. Lies mehr über mich auf meiner [“Über mich”-Seite](#).

Besuche ihn auf seiner Website <https://survival-kompass.de>