

# **Erste Hilfe Alpin**

## **Ausbildung mit Dr. Uli Steiner**

*Bernd Pörtl*

Warum zwei Tage mit Erster Hilfe verschwenden? Das war doch schon beim Führerschein nur langweilige Pflichterfüllung. Möchte man meinen. Stimmt aber nicht ganz: Zum einen wird das Thema durch die Erweiterung „alpin“ deutlich interessanter, zum anderen sind wir in den Bergen öfter auf uns alleine gestellt. Und mal ehrlich: Wie viele Jahre liegt Eure Führerscheinprüfung zurück?

Wenn's passiert, geht's ganz schnell und keiner fragt, ob Ihr wir grade in der richtigen Stimmung für einen Unfall seid. Er ist einfach da.

- Der Vorstiegssturz im scharfem Wettersein-Kalk, der einigen Fingerkuppen die Haut kostet und zum blutigen Rückzug zwingt;
- Die Kletterpartnerin, die sich vor Magenkrämpfen kaum mehr bewegen kann. Noch 4 SL bis zur Abseilpiste, und natürlich beginnt es genau jetzt zu regnen;
- Das Schneebrett, bei dem eben kein Flugwetter ist und Bodentruppen der Bergwacht sind eben langsamer.

Alle haben eins gemeinsam: eine vollkommen unvorhergesehen Situation, die wir irgendwie bewältigen müssen. Möglichst ohne Panik aufkommen zu lassen.

Man kann Unfälle im Detail natürlich nicht vorhersehen. Aber einige Komponenten zu deren Bewältigung kommen immer wieder vor. Unter Stress ist man für jeden gut geübten und automatisierten Handgriff dankbar.

Wir haben uns an diesem Wochenende den alpinen Schwerpunkt „Klettern“ ausgesucht. Hier die Details:

### **Fels**

- Standplatzbau (Ordnung am Zentralpunkt, Safebiner, Reihenschaltung, Selbstsicherungsschlinge);
- Anseilen, Partnercheck;
- Schleifknoten Körpersicherung, Tube abbinden;
- Schleifknoten Fixpunktsicherung;
- Seilverlängerung Körpersicherung „Klettergarten Seil zu kurz“ (HMS-Durchlauf, Tube auf Tube in Reihe);
- Seilverlängerung Fixpunktsicherung 2 Retter;

- Seilverlängerung Fixpunktsicherung 1 Retter;
- Ablassen von 2 Personen (Prusik Hintersicherung, doppelter HMS, alt. HMS plus Tube);
- Dreimannbergetechnik;
- Zweimannbergetechnik;
- Einmannbergetechnik Standplatzwechsel;
- Expressflaschenzug (SK, Kurzprusik alt. T-Bloc);
- Lose Rolle bei mehreren Rettern und 2/3 Seillänge (Rücklaufsperrung klassisch oder in Fixpunkt Tbloc, Minitraxion);



*Behelfsmäßiger Abtransport im Seilsitz*

- Schweizer Flaschenzug HMS SK, Hilfsschlinge Ankerstich in FP, T-Bloc vorn, verschiedene Rücklaufsperrungen, Garda, Reverso etc.);
- Fallbeispiel (Vorstiegssturz Überhang aus der Falllinie / Nachsteigersturz aus der Falllinie);
- behelfsmäßiger Abtransport: Biwaksacktrage, Seilsitz, Seiltrage etc.

## Medizin

- Notruf;
- Hubschraubereinweisung;
- Bodycheck;
- Lagerung von Unfallpatienten;
- Reanimation mit praktischen Übungen;
- Rucksackapotheke;
- Erstversorgung von Frakturen und Luxationen (Schulterverband, Rucksackverband, Samsplints USG, UA, Druckverband).

Das Wetter war leider nur mäßig gut. Den großen Regen konnten wir zum Glück in der Übungshalle der Fa. Krah (u.a. Petzl Vertrieb) in Garmisch-Partenkirchen überbrücken. Danach folgten die medizinischen Einheiten am und um das Kreuzeckhaus. Für den Felsteil besetzen wir den unteren Teil des nassen Mauerläufer Klettersteiges. Schaulustige sind hier garantiert.



*Reanimation durch Herzdruckmassage*

Und was hat's gebracht? Viel. Ein Schweizer Flaschenzug unter realen Bedingungen ist etwas anders als im Sofa-Nordwand-Biwak. Auch wenn er vor allem Energie in Form von Reibungsverlusten vernichtet, ist er in manchen

Fällen die einzig verbleibende Methode. Auch Reanimieren regelmäßig zu üben, kann nicht schaden; zudem ändern sich die Richtlinien immer wieder (Puls fühlen wurde abgeschafft: es wird nur noch die Atmung kontrolliert. 30x drücken; 5-6cm tief; 2x beatmen).

Der Baukasten im Kopf ist wieder aufgefrischt. Bleibt die Hoffnung, ihn möglichst selten zu brauchen.



*Lagerung eines Unfallpatienten*

Das Interesse der Bayerländer war mäßig. Der Kurs war mit sechs Personen zwar voll, zwei Absagen konnte ich aber nur durch sektionsfremde Teilnehmer ersetzen. Eine Wiederholung wäre möglich, allerdings werde ich diese erst organisieren, nachdem sich ausreichend Teilnehmer bei mir gemeldet haben.

Ausbilder: Uli Steiner (Bergführer, Bergretter und Arzt);

Ort: Kreuzeckhaus und Übungshalle in Garmisch-Partenkirchen;

Zeit: 11./12. Juni 2011;

Teilnehmer: Bernd Pörtl, Kinga und Till Rehm, Kathrin Redl und die Nicht-Bayerländer(innen) Petra Demmel und Sybille Seiler.