

Camp 12: Erste Hilfe nach Lawinenunfall

Was tun, wenn der Verschüttete Ausgegraben ist?

Was tun nach einem Lawinenunfall? Meist wird die Kameradenrettung nach einem Lawinenunfall mittels LVS-Gerät, Lawinensonde und Lawinenschaufel bis ins Detail trainiert. Doch die wesentlich schwierigere Aufgabe erwartet uns erst, nachdem der Kopf freigelegt ist. Für dieses Notfallszenario bedarf es ebenso viel Übung, wie für die Verschüttetensuche selbst. Genau deshalb benötigen alle Skitourengeher, Freerider und Schneeschuhwanderer spezifische Erste-Hilfe-Kenntnisse, wie nach einem Lawinenunfall vorzugehen ist. Denn nur mit diesem Wissen als Ersthelfer am Berg, können wir Leben retten. Nur leider wird das nicht, oder nur sehr unzureichend, thematisiert - geschweige denn - trainiert. Mit diesem spezifischen „Erste-Hilfe-Kurs nach Lawinenunfall“ schließen wir die Lücke und trainieren einen kompletten Tag die wichtigsten Notfall-Algorithmen nach dem ABCDE-Schema. Wir üben die Cardiopulmonale Reanimation mit einer Puppe, wiederholen die stabile Seitenlage und Schocklage, üben die Herstellung einer planmäßigen und behelfsmäßigen Hibler Wärmepackung nach den aktuellen Richtlinien der „International Commission for Alpine Rescue (ICAR)“. Jetzt kann (fast) nichts mehr schiefgehen!

Auf einen Blick

- Alpiner Notfall beim Skitourengehen, Freeriden und Schneeschuhwandern
- Sofortmaßnahmen nach einem Lawinenunfall
- ABCDE Schema, Stabile Seitenlage, Schocklage
- Hypothermie (Allgemeine Unterkühlung und örtliche Erfrierungen)
- Planmäßige und Behelfsmäßige Wärmepackung nach Hibler
- Erste Hilfe Maßnahmen bei lokalen Erfrierungen
- Was muss/soll in die persönliche Notfallapotheke?
- Erstklassiges Ausbildungsgebiet für alle Wintersportler am Spitzingsee

Preis

75,00 €

Teilnehmer

6 – 10 Personen

Leistungen

Kursorganisation und Durchführung durch staatl. gepr. Berg- und Skiführer Lawinencamp-Bayern/Rettungssanitäter/Arzt; bei Bedarf Leihausrüstung für den gesamten Kurs Erste Hilfe nach Lawinenunfall: LVS-Gerät, Lawinenschaufel, Lawinensonde; Kurszertifikat Lawinencamp-Bayern.

Voraussetzungen

Für diesen speziellen Erste-Hilfe-Kurs für Wintersportler sind keine spezifischen Vorkenntnisse erforderlich. Basiskenntnisse Erste Hilfe wünschenswert.

Ablauf

TEILNEHMERUNTERLAGEN

1 Woche vor Beginn des Kurses erhalten Sie abschließende Informationen zum Treffpunkt, sowie die Telefonnummer des Bergführers der Alpinwerkstatt per Email.

Treffpunkt: Ausgangspunkt ist die Alte Wurzhütte am Spitzingsee, Deutschland. Ihr Kursleiter vom Lawinencamp-Bayern erwartet Sie um 08:30 Uhr im Kursraum der Alten Wurzhütte. Sollte Sie sich verspäten, benachrichtigen Sie bitte Ihren Kursleiter.

Kursablauf: Begrüßung im Ausbildungsraum in der Alten Wurzhütte. Der Schwerpunkt für diesen Tag liegt bei den elementaren Erste-Hilfemaßnahmen für Laien, die nach einem Lawinenunfall zur Anwendung kommen könnten. Bei den meisten Lawinenkursen ist nach dem erfolgreichen Ausgraben der Verschütteten wegen Zeitmangel der Kurs zu Ende. Genau hier starten wir mit unserem Erste-Hilfe-Kurs. Wir zeigen das richtige Vorgehen anhand des ABCDE Schemas und üben die richtige Herangehensweise nach dem Ausgraben. Herz-Lungen-Wiederbelebung bei Herz- und Atemstillstand, Lagerungsarten bei Bewusstlosigkeit und Schockzustand, aber auch die so wichtige Wärmepackung bei allgemeiner Unterkühlung. Denn im Winter können bei tiefen Temperaturen Verletzungen jeglicher Art lebensbedrohlich sein. Dagegen sind örtliche Erfrierungen zwar nicht lebensbedrohlich, können aber auch von Laien sehr gut behandelt werden, um größere Schäden zu vermeiden. Wie genau das geht, zeigen wir anhand der lehrbuchmäßigen Herangehensweisen, aber auch wie wir - mit den uns zu Verfügung stehenden Ausrüstungsmitteln - improvisieren können.

Alle Maßnahmen werden im Seminarraum mittels Powerpoint-Präsentation erklärt und anschließend im freien Gelände unter einfachen und erschwerten Bedingungen in der Gruppe geübt.

Kursende: Der Kurs endet gegen 16:00 Uhr im Ausbildungsraum der Alten Wurzhütte.

Unterkunft

Für das Camp 12: „Erste Hilfe nach Lawinenunfall“ benötigen Sie keine Übernachtung. Wenn Sie von weit her anreisen und/oder am darauffolgenden Tag noch an einem anderen Lawinenkurs teilnehmen möchten bietet sich aber eine Übernachtung nach dem Kurs an.

Die Alte Wurzhütte ist ein gemütlicher Standort in bayerischer Atmosphäre. Die Speisekarte ist reichhaltig und es gibt auch Übernachtungsmöglichkeiten, bitte fragen Sie direkt an unter www.alte-wurzhuetten.de

Ansonsten stehen über unseren Partner, die Alpenregion Tegernsee-Schliersee, zahlreiche Übernachtungsmöglichkeiten in verschiedenen Preiskategorien zur Auswahl. Information und Buchung direkt hier: www.tegernsee-schliersee.de/unterkuenfte-angebote

Hinweise

ZUSATZKOSTEN

An- und Abreise, ggf. Übernachtung, Tagesverpflegung.

LITERATUREMPFEHLUNG

Bergrettung/Erste Hilfe von Alexander Römer, AM-Berg Verlag.

ANFAHRT

Reiseroute unter www.viamichelin.de. Bei extremen Schneefall bitte an Schneeketten denken!

VERSICHERUNG

In diesem Arrangement sind keine Versicherungen eingeschlossen. Bitte sorgen Sie selbst für ausreichenden Versicherungsschutz. Wir raten zum Abschluss einer Reiserücktrittskostenversicherung, sowie einer Reiseunfall-/Bergungskostenversicherung.

SCHLECHTWETTER

Die Durchführung der Veranstaltung ist auch von äußeren Einflüssen (Wetter, Schneeverhältnisse, etc.) abhängig, die sich schnell verändern können. Deshalb behalten wir uns aus Sicherheitsgründen vor den Ablauf der Veranstaltung zu ändern oder notfalls ganz abzusagen. Selbstverständlich sind wir bemüht, die Veranstaltung wie geplant durchzuführen.

RISIKOHINWEIS

Bitte beachten Sie, dass sportliche Aktivitäten auch bei größtmöglicher Sorgfalt durch Veranstalter und die ausführenden Personen Risiken bergen, die nicht zu 100% ausgeschlossen werden können. Eine Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

BENÖTIGTE AUSTRÜSTUNG UND BEKLEIDUNG

Warme Winterschuhe, Wander-/Teleskopstöcke, LVS-Gerät, Lawinenschaufel und Lawinsonde, wind- und wasserdichte Bergjacke, warme Berghose, warme Funktionsunterbekleidung, Wichtig für die Übungen ist Wechselwäsche wie Funktionsshirt, Funktionsunterhose; Tagesrucksack ca. 35 Liter (Tipp: Ein großer Müllbeutel in den Rucksack - schützt den Inhalt vor Nässe), 2 Paar Handschuhe, **Mund-Nasen-Bedeckung (Hygienemaßnahme)**, warme Mütze, Sturmhaube, Sonnenbrille, Sonnencreme und Lippenchutz, Thermosflasche mit heißem Tee, Tourenverpflegung (Brotzeit, Energieriegel, Schokolade), Erste-Hilfe-Bag mit Alu-Rettungsdecke, persönliche Medikamente.

Wir freuen uns, Sie bald persönlich auf diesem Kurs zu begrüßen.

Herzlichst, Ihre Alpinwerkstatt - Die Bergsportagentur