

Erste Hilfe im Gebirge

***Wie verhalte ich mich persönlich,
wenn ich zu einem Unfall
gerufen werde oder komme***

Erste Hilfe im Gebirge

Grundgedanke muß sein:

- **Erkennen**
- **Überlegen**
- **Handeln**

Es ist etwas passiert – was nun

- Kein Telefon
- Handy bekommt keine Verbindung
- Fernab jeder schnellen Hilfe
- Völlig auf sich alleingestellt
- Jämmerlicher Zustand der Rucksacknotausrüstung

Oberste Gebot
Keine Panik – Keine Hektik

Unternehmen Sie keine überstürzten kopflosen
Aktionen

- Sich bewusst werden:

**WIRKLICH HELFEN –
KANN JETZT NUR ICH SELBST**

Zuerst – Überlegen – dann handeln

- **Ruhe bewahren**
 - Es eilt fast nie so sehr wie man glaubt
- **Ruhe ausstrahlen**
 - Unruhe, Panik stellt für den Verunglückten eine katastrophale Belastung dar
 - Gefühl der Geborgenheit ist für den Verunglückten besonders wichtig
- **Gelassen über den Dingen stehen**
 - auch wenn einem in Wirklichkeit ganz anders zumute ist
- **Aufmunternde Worte können Verunglückten sogar zum Lächeln bringen**
 - Auch wenn die Situation zum Heulen ist
- **Verletzten unter keinen Umständen alleine lassen**

Erfassen der Unfallsituation



Erfassen der Unfallsituation

- **Zuerst überlegen**
 - Was ist passiert
 - Besteht weitere Unfallgefahr
 - Ist **Sofortbergung** nötig
 - Ist fremde Hilfe nötig
- Danach Hilfskonzept zurecht legen
- **Erst dann um den Verunglückten kümmern**
Sonst gefährdet man womöglich sich selbst und
den Verunglückten

Reihenfolge der Maßnahmen im Notfall

- **Bergung aus unmittelbaren Gefahrenbereich**
 - Sofern möglich
- **Lebensrettende Sofortmaßnahmen**
 - Bei Kreislaufstillstand, Bewusstlosigkeit o. Schock
- **Notruf**
- **Abtransport unter Berücksichtigung lebenswichtiger Funktionen**
 - Puls, Atmung, Wiederherstellung der Transportfähigkeit, Richtige Lagerung

- **Alpines Notsignal:** (findet kaum noch Anwendung)
 - Notruf: **6/min** dann **1min** Pause – Antwort: **3/min**
- **Alarmierung:** Handy, Funk, Bote
 - **Wo** von wo meldet er sich
 - **Was** ist wo geschehen
 - **Wann** ist es geschehen
 - **Wie viele** Verletzte
 - **Wer** meldet (wichtig bei Rückfragen)
 - **Warten** auf eventuelle Rückfrage

Hubschrauberrettung

- **Verhalten wenn Hubschrauber kommt**
 - Sichern aller lose herumliegender Kleidungsstücke und leichter Gegenstände
 - Sonst Gefahr für alle Beteiligte durch herumfliegende Sachen
- **Signalgebung an Hubschrauberpiloten**
 - Wenn Hilfe nötig – beide Arme erheben (Y Stellung)
 - Wenn keine Hilfe nötig – ein Arm heben, den anderen Arm senken
- **Einweisung des Rettungshubschraubers**
 - Einweisender steht immer mit dem Rücken zum Wind
 - Steht mindestens 10m vor dem Aufsetzpunkt
- **Annäherung an den Rettungshubschrauber**
 - Annähern bzw Entfernen immer von vorn im Sichtbereich des Piloten
 - Möglichst Handzeichen vom Piloten abwarten