

[www.drk-kv-wangen.de](http://www.drk-kv-wangen.de)

[www.drk-kv-wangen.de](http://www.drk-kv-wangen.de)

## Erste Hilfe Outdoor

... wenn Sie in einer  
besonderen Situation sind





## Unkonventionelle Notfallorte

### Der Notfall im Gebirge ...

„Der Unfallort im Gebirge unterscheidet sich von dem im Flachland dadurch, dass er zwar viel schöner ist, aber höher liegt, mühsamer zu erreichen ist, keine Waagerechten kennt, kein Dach hat, fast immer zu heiß, zu kalt, zu nass ist, ein Arzt nicht erreichbar ist und der Rettungsdienst nicht vordringen kann“.

Dr. med. Gottfried Neureuther

In vielen Bereichen von Outdoorsport kann sich das Eintreffen der Notfallrettung stark verzögern. Dadurch werden Sie in Notsituationen anders als im üblichen Alltag handeln müssen.

Viele Tricks und Tipps für den außergewöhnlichen Notfall helfen die Zeit bis zum Eintreffen der Notfallrettung sinnvoll zu überbrücken. Sie lernen behelfsmäßige Maßnahmen kennen, die sich in der Natur anbieten.

## Lernen Sie zu helfen!

Beim Nordic-Walking im Wald stürzt ein junger Mann und verdreht sich so stark seinen Fuß, dass ein „lautes Krachen“ zu hören ist.

Der Knöchel schwillt schmerzhaft an. Es sind keinerlei Verbandmittel vorhanden!

... und nun?

### Sie lernen:

- Psychische Erste Hilfe
- Beurteilung: Bewusstsein, Atmung, Puls
- Wunden, Verbände und starke Blutungen
- Bodycheck
- Notversorgung von Knochenbrüchen
- Informationen zu Zeckenstichen
- Schlangenbisse und andere Vergiftungen
- Transport aus unwegsamem Gelände
- Bewusstlosigkeit
- Herz-Kreislauf-Stillstand
- Allergische Reaktionen
- Unterkühlung/ Erfrierung
- Hitzeschäden
- Schädel-Hirn-Verletzungen

## Ihre Anmeldung

### DRK Kreisverband Wangen e.V.:

Bufflerweg 19  
88316 Isny im Allgäu  
Telefon: 07562-9709-0  
E-Mail:

[erste-hilfe@drk-kv-wangen.de](mailto:erste-hilfe@drk-kv-wangen.de)

[www.drk-kv-wangen.de](http://www.drk-kv-wangen.de)

Ihre Ansprechpartner:

Monika Brugger, Sachbearbeiterin  
Telefon: 07562 9709 33

E-Mail:

[monika.brugger@drk-kv-wangen.de](mailto:monika.brugger@drk-kv-wangen.de)

oder

Jörg Rusch, Ausbildungsleiter  
Telefon: 07562 9709 20

E-Mail:

[joerg.rusch@drk-kv-wangen.de](mailto:joerg.rusch@drk-kv-wangen.de)



## Bitte unbedingt beachten!

Wetterfeste Kleidung sowie gutes Schuhwerk muss zum Lehrgang getragen werden, weil die Übungen in der Natur stattfinden – bei jedem Wetter!

