

## Kurs Expeditionsmedizin für Ärzte, 9.-16.4. im Wallis, Schweiz

Nachdem ich mich am Freitag bereits von meiner Familie verabschiedet hatte, ging's dann los in die Schweiz, ins Wallis. An meinem Wohnort, südlich von Aschaffenburg, zwischen Frankfurt und Würzburg, hatte ich mich mit ein paar längeren Bergrad-Touren, das Wochenende davor dann auf Skitouren im Ötztal auf den Kurs vorbereitet. Es war herrliches Wetter, die Fahrt über die A5, Basel, Bern, Kandersteg zur Lötschberg-Verladung verlief sehr angenehm. In 15 Minuten war ich durch den Tunnel und kurze Zeit später in Herbriggen, am Hotel Bergfreund, wo ich sogleich herzlich von Rosi, der Hotelbesitzerin und „Mutter aller deutschen Bergführer“ sowie Dr. Ulrich Steiner, Dr. Wolfgang Schaffert und Jan Mersch begrüsst wurde. Die Kollegen aus dem Westen (Bayern/Tirol) steckten noch im Stau, so dass der Kurs erst mit ein wenig Verzögerung losging.



Am Samstag und Sonntag stand die Theorie im Vordergrund. In sehr interessanten Vorträgen und Gruppenarbeiten zu den Themen Höhenkrankheiten, Höhenakklimatisation, Rechtliche Aspekte für den Expeditionsarzt, sinnvolle und weniger sinnvolle Untersuchungen vor Expeditionen, „Ich packe meinen Expeditionsarsatzkoffer“ und nicht zuletzt Erfahrungsberichten zu Expeditionen der Vortragenden, die man sicherlich selten zu sehen bekommt, konnten wir unser Wissen erweitern.



Sonntag ging es dann erstmals nach Zermatt, zur Air Zermatt, wo wir Einblicke in die Konzeption der Flugrettung und Ausstattung der Station bekamen. Nachmittags wurde dann – man kann es nicht oft genug machen – die lose Rolle geübt. Der am Gletscher vorausgehende Bergführer möchte schliesslich von

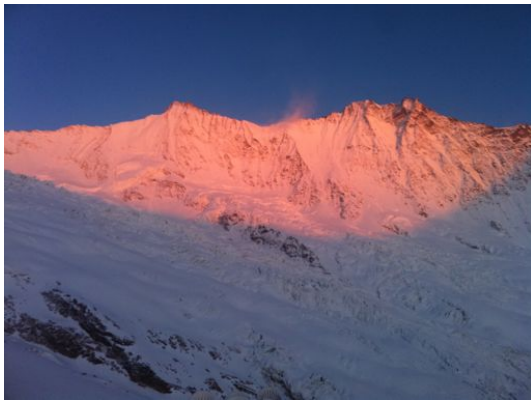
seiner Gruppe gerettet werden können. Am Abend Materialcheck für Montag, eine Fixseilbegehung des Breithorn Mittelgipfels, 4150m, stand auf dem Programm.



Mit der Luftseilbahn ging es auf 3820m zur Station Klein Matterhorn -- akute Höhenexposition! In Ruhe und unter Belastung wurde mit den mitgebrachten Pulsoxymetern die physiologischen Veränderungen in Ruhe und unter Belastung registriert. Nach Oxygenierungspause und nachlassen des Kribbelns in den Fingern überquerten wir den Gletscher zum Breithorn. Ulli und Hajo Netzer waren bereits dabei, ein Fixseil in die letzten etwa 200Hm zu legen, an dem sich die Gruppe dann zum Gipfel hochjumarte. Oben ein grandioser Ausblick, perfektes (ziemlich warmes) Wetter! Für einige Teilnehmer, u.a. mich, war es der erste 4000er. Um uns herum das Matterhorn, Dent Blanche, Zinalrothorn, Dom, Alphubel, Allalinhorn, Rimpfischhorn, Monte Rosa, Castor und Pollux. Ein paar dieser Gipfel durften wir im Verlauf der Woche noch persönlich kennenlernen. Das Pulsoxymeter zeigte Werte zwischen 70% und 85%. Nach dem Abstieg am Fixseil ging es mit den Ski runter nach Zermatt (2200Hm Abfahrt!) und zurück zur Rosi, wo es (wie

übrigens jeden Abend) mal wieder ein hervorragendes Menü gab.

Nach Instruktion durch die Bergführer und Austeilen der Rationen an Travellunch®, Beerensäften und anderen Leckereien ging es am Dienstag schwer bepackt für 4 Tage zur „Expedition“. Neben dem Essen hatten wir Kocher, Schlafsack und Isomatte am Mann (bzw. Frau), von Donnerstag auf Freitag war ein Schneebiwak geplant. Der Wetterbericht sagte allerdings kein gutes Wetter voraus, es sollte kälter werden und mit Niederschlag war zu rechnen. Von Saas Fee (Rosis Mann, Rudi, brachte uns mit selbstgeblasener Alphorn-Untermalung dorthin) ging es mit der Bahn und Metro Alpin von Felskin zu Mittel Allalin und von dort in tatsächlich nicht mehr allzu schönem Wetter zunächst mit Ski, später zu Fuss auf das Allalinhorn (4027m), der zweite 4000er. Bereits jetzt zeigte sich, dass die gesamte Gruppe von der Kondition und vom Können her recht homogen war. Bei der Abfahrt durch verspaltetes Gelände und Nebel



war Spurfahren und Konzentration angesagt – alle kamen heil beim Nachtlager auf der Längfluh-Hütte (2870m) bei Marco an, wo wir nach einer kurzen Warmwerde-Phase den „lustigsten Hüttenabend seit langem“ (Marco) verbrachten – offensichtlich konnten wir den Vortrag von Jan Mersch zur Gruppendynamik und -psychologie am Berg sofort praktisch umsetzen. Vielleicht lag es auch an Dr. Wolfgang Schafferts unglaublicher Erzähl- und Vortragskunst, die aus einem breit gefächerten, tiefen Fundus an Erfahrung und Wissen schöpfen kann.

5.30 aus den „Federn“. Auf dem Tagesprogramm stand der Alphubel (4206m), von der Hütte aus gut 1300Hm. Das Wetter machte trotz der schlechten Vorhersage keine Zicken, in drei Gruppen wurden wir durch die imposante Gletscher- und Sérac-Landschaft geführt. Der Anstieg verlief problemlos und so konnten alle 13 Teilnehmer um die Mittagszeit auf dem Gipfel stehen und wieder einmal die gigantische Bergwelt der Westalpen auf sich einwirken lassen.



Nach der Abfahrt vom Gipfel zurück ins



Schigebiet von Saas Fee war unser nächstes Ziel die Britannia-Hütte auf 3030m, die wir am Nachmittag erreichten. Unser Proviant, den wir am Felskin deponiert hatten, war schon größtenteils von Hajo auf die Hütte gebracht und sicher verstaut worden. Die Wettersituation für die nächsten Tage war nicht ganz



klar, Kälte und Niederschlag war vorhergesagt, aber wie wir in den Tagen davor gelernt haben, „ist es dann Abenteuer, wenn man sich wünscht, dass es vorbei ist“. So schlimm war das Wetter dann doch nicht. Voll bepackt ging es am nächsten Morgen bei leichten Schneefall über den Allalingletscher zu einem Felsriegel zwischen Allalinhorn und Fluchthorn. Hier fanden wir ideale Schneebedingungen um Schneehöhlen zu bauen. Wolfgang setzte in der Zwischenzeit eine edle

Steinküche. Vom Höhlenbauen durchnässt kam der Ruf nach einer kleinen „Aufwärm-Tour“ auf, die überraschend erst auf dem Gipfel des Fluchthorns (3795m) zum Ende kam. Den ganzen Tag schon hatte es leicht geschneit und so hatten wir hier bei der Abfahrt unser erstes „Pulverglück“! Am Biwak auf etwa 3200m wieder angekommen, ging dann die große Kocherei los – Schnee schmelzen, kochen und ab in den Beutel oder die Teekanne. Gestärkt verkrochen sich dann die Grüppchen in die Höhlen, draussen wurde es kalt und in der Höhle war es



wesentlich angenehmer – nicht nur wegen der Temperatur, sondern auch aufgrund des mitgebrachten Weins! Die Nacht überstanden alle gut – verschiedene Strategien zur Erledigung der Bedürfnisse bzw. deren Vermeidung wurden erfolgreich geprobt. Am nächsten Morgen war es bitter kalt, dafür wurden wir mit einem absolut klaren Himmel belohnt. Der Adlerpass, zwischen Strahlhorn und Rimpfischhorn auf 3789m war unser letzter Aufstieg. Auf der anderen Seite konnten wir unser Glück kaum fassen – fast 2000 Hm frische,



unverspurte Powderabfahrt über den Adlergletscher und Findelgletscher – ein absoluter Leckerbissen. Die Schneelage erlaubte gerade noch eine Abfahrt bis ins Zermatter Schigebiet. Wieder zurück in Herbriggen freute sich Rosi über unsere gesunde Rückkehr. Nach einer Einweisung in Certec-Bag und verschiedene Wenoll-Systeme gab es dann obligatorischen Käsefondue sowie Fendant. Rudi überraschte uns am Abend noch mit einer Alphorn-Darbietung, perfekt in die Kulisse von Zermatter Tal und Breithorn eingerahmt. Samstag traten wir die Heimreise an.



Vielen Dank an Dr. Wolfgang Schaffert, Dr. Ulrich Steiner, Hajo Netzer, Jan Mersch für eine sehr lehrreiche, anstrengende, atemberaubende, interessante Woche!

Florian Bofinger