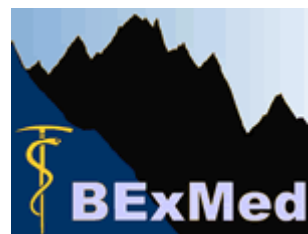


Expeditionskurs für Alpinärzte

Speciality Course Expedition and Wilderness Medicine

Veranstaltungs-Ort: Wallis, Schweiz

Termin: Samstag, 14. April bis Samstag, 21. April 2012



Kursleitung:

Dr. Ulrich Steiner, Dr. Wolfgang Schaffert, PD Dr. Tomas Jelinek

Bergführer: Hajo Netzer, Jan Mersch, Reiner Taglinger, Dr. Ulrich Steiner

Kontakt und Anmeldung:

Deutsche Gesellschaft für Berg- & Expeditionsmedizin

Kristin Krahl

Tassilostr. 2, D-85540 Haar

Telefon: +49 89 5160 7546

Fax: +49 89 5160 7572

Email: info@bexmed.de

Internet: www.bexmed.de

Kursziel:

Um als verantwortlicher Arzt ein Trekking oder eine Expedition kompetent betreuen zu können, muss Frau/Mann heute eine ganze Reihe von Qualifikationen mitbringen. Neben profunden Kenntnissen in Allgemein-, Notfall- und Reisemedizin gilt dabei das Wissen um höhenbedingte Erkrankungen und deren Therapie als selbstverständlich. Aber was bringt der kompetenteste Mediziner, wenn er den Patienten nicht aus eigener Kraft erreichen kann? Gerade deshalb wird in diesem Kurs neben der medizinischen Ausbildung ein ganz besonderer Schwerpunkt auf die alpinistische Ausbildung der angehenden Expeditionärzte gelegt. Dieser Kurs soll den Teilnehmern das Rüstzeug für die medizinische Betreuung eines Trekkings oder einer Expedition an die Hand geben. Daher steht die Ausbildung ganz klar im Vordergrund. Die Skibesteigung von schönen, hochalpinen Gipfelzielen rundet die Kurswoche ab.

Voraussichtlicher Ablauf:

In den ersten eineinhalb Tagen beschäftigen wir uns mit höhen- und reisemedizinischen Themen (Fallbeispiele und Gruppenarbeit im Seminarstil) in unserer gemütlichen Unterkunft in Herbriggen. Abgerundet werden die Abende durch Expeditionsvorträge unserer Bergführer (Nanga Parbat u.a.).

Im weiteren Verlauf beginnt unsere Expedition durch das Wallis mit Auffahrt zum Klein-Matterhorn wo wir im Rahmen einer großangelegten Fixseilübung die akute Höhenexposition am eigenen Leib erfahren dürfen. Am frühen Nachmittag geht es je nach Verhältnissen und individuellem Skikönnen über Theodul- bzw. Schwärzegletscher noch einmal hinunter ins Basislager im Mattertal. Am nächsten Morgen starten wir ausgeruht den nächsten Höhenvorstoß (voraussichtlich in zwei Gruppen) der uns neben weiteren Ausbildungsinhalten hoffentlich im weiteren Verlauf den ein oder anderen Gipfelerfolg einbringen wird. Mögliche Ziele könnten Allalinhorn, Alphubel oder Strahlhorn sein.

Am Donnerstag gilt es unter Anleitung im Team zwei bis drei geräumige Schneehöhlen zu bauen, in denen wir die nächste Nacht verbringen werden. Travellunch® versorgt uns auch dieses Mal wieder mit Original-Expeditionsnahrung. Die eine oder andere Flasche Fendant komplettiert das Biwakerlebnis. Am nächsten Morgen geht es weiter in Richtung Abschluss-Gipfel, der hoffentlich nach den Strapazen der langen Nacht von allen Teilnehmern erreicht wird. Eine lange Abfahrt bringt uns schließlich aus dem vergletscherten Hochgebirge wieder hinunter in den Walliser Frühling. Zurück im Basislager in Herbriggen erwartet uns bereits das freundliche Team von Rosi Almendinger. Dort feiern wir gediegen bei Käsefondue die erfolgreiche Kursabsolvierung.

(Programmänderungen vorbehalten)

Themenbereiche Praxis:

- Fixseilbegehung im Auf- und Abstieg
- Behelfsmäßige Erstversorgung und Abtransport mit Biwaksackverschnürung
- Biwakhöhlenbau
- Anwendung von Certec-Bag und Wenoll-System
- Wiederholung: Umgang mit dem VS-Gerät
- Einführung und Anwendung des GPS im Gelände
- Spaltenbergung Verbesserung des persönlichen Könnens (auch Selbstrettungsverfahren)

Themenbereiche Theorie:

- Akklimatisationsstaktik und Training
- Höhenphysiologie, Höhenkrankheit, Höhenlungenödem, Höhenhirnödem
- Therapie der Höhenkrankheiten
- Kälteschäden - Unterkühlung und Erfrierungen
- Aktuelle medizinische Forschungsansätze
- Chronische Krankheiten (u.a. Diabetes, Asthma) und Höhenbergsteigen
- Reise- und Tropenmedizin
- Krankheiten und medizinische Notfälle - Fallbeispiele von 10 Expeditionen
- Anforderungsprofil an den Expeditionsarzt
- Die Expeditionsapotheke (Basislager, Hochlager, Rucksack)
- Der Faktor Mensch auf Expedition – psychologische Aspekte
- Entwicklungen, Stile und Ethik beim Expeditionsbergsteigen
- Alpinistisches Anforderungsprofil an den Expeditionsteilnehmer
- Organisations- und Kommunikationsstrategien
- Juristische und finanzielle Aspekte für Expeditionsärzte
- Aktuelle Lawinenkunde

Voraussetzungen:

- Gute alpinistische Grundausbildung.
- Skihochtourenenerfahrung und skifahrerisches Können in „schwierigem“ Schnee mit schwerem Rucksack. Kondition für Touren über 6 - 8 Stunden!
- Vorausgesetzt werden insbesondere Kenntnisse im Umgang mit dem LVS-Gerät, Anseilen am Gletscher und einfache Spaltenbergungsverfahren (lose Rolle)
- Aufgrund der besonderen Anforderungen in den Westalpen wird zur Auswahl der Teilnehmer ein Tourenbericht der letzten zwei Jahre benötigt.
- Diplom für Mountain Medicine oder Absolvierung aller Alpinärztekurse im Sommer und Winter (Nachweise beilegen).
- Mitgliedschaft in der BExMed oder ÖGAMH (Nachweis beilegen)

Kursgruppe: 15 - 20 Teilnehmer in 3 Gruppen, je mit einem Bergführer und einem Referenten.

Kursgebühr und Versicherung: 1.200,-- Euro (Frühbucherrabatt von 10% bis 31.12.2011)

Die Kursgebühr enthält Hotel- und Hüttenkosten mit Halbpension, Kosten für Bergführer, Referenten, Transfers. Eventuell genutzte Seilbahnen sind nicht im Preis inbegriffen. Aufpreis für Einzelzimmerbelegung im Hotel Bergfreund.

Im Preis eingeschlossen ist ebenfalls eine Bergführer-Haftpflichtversicherung. Zusätzlich empfohlen wird eine Reiserücktrittskostenversicherung sowie eine Mitgliedschaft bei der REGA/Air-Zermatt oder ein vergleichbarer Versicherungsschutz.

In der Teilnahmegebühr ist kein Versicherungsschutz enthalten. Bitte schließen Sie zu Ihrer eigenen Sicherheit eine Reiseunfall- bzw. Auslandskrankenversicherung ab. Die gesetzliche Unfallversicherung haftet nicht für die Folgen aus Unfällen, die während sportmedizinischer Weiterbildungsveranstaltungen im Ausland erlitten werden.

Achtung: Bei Rücktritt, Abmeldung oder Nichterscheinen können bereits eingezahlte Beträge (Anzahlungen, Restzahlungen) nicht zurückgezahlt oder auf andere Lehrgänge umgewidmet werden. Der Abschluss einer Reiserücktrittskostenversicherung mit entsprechender Deckung wird daher dringend empfohlen.

Anerkennung durch die Ärztekammer

Der vom Programm vergleichbare Kurs 2011 wurde von der Bayerischen Landesärztekammer als Weiterbildungsveranstaltung auf den **Erwerb der Zusatzbezeichnung Sportmedizin** mit 31 Stunden sportmedizinische Aspekte des Sports und 13 Stunden Sportmedizin sowie als ärztliche **Fortbildungsveranstaltung** mit insgesamt 54 Fortbildungspunkten anerkannt. Einen Antrag für 2012 werden wir stellen.

Übernachtungen:

Am Tourenbeginn und Ende im Hotel Bergfreund in Herbriggen (in gemütlichen Mehrbett-Lagern, Einzelzimmerbelegungen sind gegen Aufpreis möglich). Ansonsten 3 Nächte auf Hütten und eine Nacht in Schneehöhlen.

Anfahrt:

Über Basel, Bern Richtung Spiez/Thun, Kandersteg, Lötschbergautoverladung (alternativ via Zürich, Gotthardautobahn und Furkabahnverladung ins Wallis), Rhonetal, Visp, Mattertal, Richtung Zermatt, Herbriggen, Hotel Bergfreund (www.hotel-bergfreund.ch)

Referenten und Bergführer:

Dr. med. Ulrich **Steiner** (Kursleitung), Bäumlstr. 71, 82178 Puchheim
Facharzt für Anästhesie, Notfallmedizin, staatl. geprüfter Berg-und Skiführer

PD Dr. med. Tomas **Jelinek**, Berliner Centrum für Reise- und Tropenmedizin, Jägerstr. 67-69
10117 Berlin
Facharzt für Innere Medizin, Tropenmedizin und Infektiologie

Dr. med. Wolfgang **Schaffert**, Siegsdorf Obb.
Facharzt für Innere Medizin, Notfall- und Sportmedizin

Hajo **Netzer**
staatl. geprüfter Berg-und Skiführer

Dipl.-Psych. Jan **Mersch**
staatl. geprüfter Berg-und Skiführer, Stuhlrain

Reiner **Taglinger**
staatl. geprüfter Berg-und Skiführer

Ausrüstungsliste für Expeditionskurs

- Unterwäsche kurz, Thermo
- 1 Unterwäsche lang, Thermo
- 1 T-Shirt
- 1 Rollkragenhemden, oder Powerstretch-Fleece
- 1 Skitourenhose
- 1 Paar Gamaschen, sofern kein dichter Hosenabschluss
- 1 Überhose mit durchgängigem Reißverschluss
- 1 Faserpelz
- 1 Tourenanorak
- 2 Paar Skisocken
- 1 Paar Fingerhandschuhe, dünn
- 1 Paar Skihandschuhe
- 1 Paar Überhandschuhe, Fäustlinge
- 1 Mütze + Sturmhaube

- 1 Paar Leicht- bzw. Normalsteigeisen
- 1 Eisschraube
- 2 HMS und Verschlusskarabiner, keine Twistlock
- 2 Bandschlingen, 120cm
- Reepschnur (5mm) 1x4 m, 1x2 m
- 1 Steigklemme (besser mit Griff)
- 1 Gurtkombination (Hüftsitzgurt Minimum)
- 1 Leichtpickel (kein Holz !)
- 1 Kletterhelm
- 1 Gletscherbrille
- 1 Skibrille
- 1 Paar Skistöcke
- 1 Paar Skitourenschuhe
- 1 Paar Harscheisen

- 1 Paar Ski mit Tourenbindung
- 1 Paar gut klebende Steigfelle

- 1 Apotheke
- 1 Sonnenschutz Kopf, Lippe, Haut

- 1 Isomatte
- 1 guter Schlafsack
- 1 Biwaksack

- 1 Feuerzeug
- 1 Taschenmesser
- 1 Löffel
- 1 Stirnlampe
- 1 LVS - Gerät
- 1 Sonde
- 1 Schaufel

- 1 Thermosflasche
- Tourenproviant, tagsüber für 5 Tage
- Zahnbürste, Waschlappen
- Notizbuch, Stift

- 1 Tourenrucksack 35 bis max. 50 ltr.

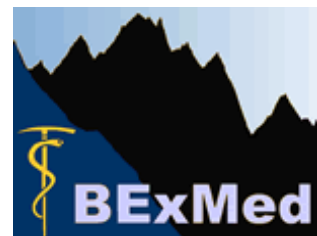
- falls verfügbar: kleines tragbares Pulsoxymeter

- 1 kompakter Gaskocher
- 1 Campingtopf mit Deckel

BExMed | Kristin Krahl | Tassilostrasse 2 | D-85540 Haar

Frau
Kristin Krahl
Tassilostr. 2
85540 Haar

Fax: 03212-1079 387
Email: Info@bexmed.de



BExMed
Deutsche Gesellschaft für
Berg- und Expeditionsmedizin e.V.

Kristin Krahl – Maria Kerscher
Geschäftsstelle
Tassilostr. 2 | D-85540 Haar

Telefon: +(0) 89 5160 7546
Telefax: +(0) 89 5160 7572
E-Mail: info@bexmed.de

Vereinsitz: Haar

Präsident: PD Dr. Rainald Fischer
Vize-Präsident: Helga Rek

Bankverbindung
Deutsche Apotheker- und
Ärztebank München
Ko 4351 347
BLZ 300 606 01
IBAN DE29300606010004351347
BIC DAAEDED

www.bexmed.de

Expeditionsmedizin für Alpinärzte 2012

Veranstaltungs-Ort: Wallis Schweiz

Termin: 14. bis 21. April 2012

Titel	Geburtsdatum
Name	Vorname
PLZ	Wohnort
Straße und Nr.	Berufl. Tätigkeit
Telefon privat	Telefon beruflich

Email

Mitglied in der BExMed Mitglied in der ÖGAHM

Ich möchte Mitglied in der BExMed werden

Voraussetzungen:

- Dipl. of Mountain Medicine oder die erfolgreiche Absolvierung der 3 Alpinärztekurse oder gleichwertiger Ausbildungsstand (bitte legen Sie Ihrer Anmeldung entsprechende Kopien bei)
- formloser, detaillierter Tourenbericht im Bereich Skihochtouren über die letzten 2 Jahre
- Kondition für 6-8 Stunden mit schwerem Rucksack
- sofortige Anzahlung von 50% der Kursgebühr, 2. Rate spätestens 3 Wochen vor Kursbeginn

Hiermit melde ich mich verbindlich an:

14. bis 21. April 2012 im Wallis (Teilnahmegebühr 1.200,- €) (Die Kursgebühr beinhaltet Hotel- und Hüttenkosten mit Halbpension, Kosten für Bergführer, Referenten.)
- die Anzahlung von 600,- € habe ich auf das Konto der BExMed bei der Apotheker- und Ärztebank München überwiesen.

Achtung: Bei Rücktritt, Abmeldung oder Nichterscheinen - aus welchen Gründen auch immer - können bereits eingezahlte Beträge (Anzahlungen, Restzahlungen) nicht zurückgezahlt oder auf andere Lehrgänge umgewidmet werden. Der Abschluss einer Stornoversicherung (Reiserücktrittsversicherung) mit entsprechender Deckung wird daher dringend empfohlen.

Datum:

Unterschrift:

BExMed BExMed BExMed