

# Inhalt

VORWORT	9
TEIL I: VOM NOTFALL BIS ZUR UNTERKUNFT	11
<b>1. Rund ums Wetter</b>	11
Allgemeine Wetterregeln 11 • Vorzeichen für gutes Wetter 12 • Kältezunahme 12 • Anzeichen für schlechte Witterung 12 • Die Wolken-Wetterbedeutung 13 • Kleine Wolkentabelle 15 • Wetterkarten-Symbole 21 • Luftdruckmessung mit dem Taschenbarometer 22 • Luftdruckregeln 22 • Die Zirkulation im Hoch- und Tiefdruckgebiet 23 • Windregeln 24 • Windgeschwindigkeiten 26 • Der Chill-Faktor (Kühleffekt des Windes) 27 • Der Wechsel zwischen Land- und Seewind 28	
<b>2. Wind- und Wetterschutz</b>	29
Verhalten bei Gewitter 29 • Lawinengefahr 31	
<b>3. Orientierung</b>	35
Natürliche Orientierungsmittel 35 • Karte und Gelände 38 • Kompass 44 • GPS-Empfänger 62 • Höhenmesser 75	
<b>4. Suchen</b>	76
Kettensuche 76 • Spiralsuche 76	
<b>5. Wassergewinnung und -aufbereitung</b>	78
Tipps zur Wasserreinigung 79 • Grobfilterung 79 • Feinfilterung 80 • Wassergewinnung in heißen Gebieten 80 • Süßwassergewinnung aus Salzwasser 82 • Tipps zur Wasserreinigung 83 • Wasser im Winter 83	

<b>6. Feuer</b>	<b>84</b>
Grundlegendes 84 • Feuerstarter 85 • Zubereitung von Brennholz 85 • Schärpen von Macheten 86	
• Schärpen der Axt 87 • Feuer ohne Streichhölzer anzünden 88 • Feuermachen mit Hilfe einer Feuerinsel 89	
• Feuergrube zum Schlafen 91 • Einfacher Reflektor 91	
• U-förmiger Reflektor 92 • Feuerstellen in geschlossenen Unterkünften 92 • Trocknen von Kleidung 93	
<b>7. Unterkünfte</b>	<b>95</b>
Die Zweighütte 95 • »Iglu«-Hütte 96 • Poncho-Unterkunft 96 • Stangenzelt 98 • Schneebehausungen 99 • Verhalten im Notbiwak 101	
<b>TEIL II: ERSTE HILFE IN DER WILDNIS</b>	<b>102</b>
<b>8. Erste Hilfe</b>	<b>102</b>
Grundregeln 102 • Lebensbedrohliche Zustände 103	
• Wunden 112 • Brüche, Verrenkungen, Verstauchungen 124 • Akute Schmerzzustände 130 • Verletzungen und Erkrankungen im Kopfbereich 135 • Bisse und Stiche giftiger Tiere 141 • Tropenerkrankungen 151	
• Hitzschlag 153 • Sonnenstich 154 • Stromschlag 154	
• Flüssigkeitsmangel, Durstgefühl 155 • Durchfall 156	
• Unterzuckerung 157 • Unterkühlung 158 • Erfrierungen 159 • Vergiftungen 160 • Höhenkrankheit 162	
• Seekrankheit 164 • Zahnerkrankungen 165 • Wildnisapotheke 168 • Injektion von Medikamenten 173 • Impfungen 175 • Notrufnummern 175 • Handy-Ortung 177	
<b>TEIL III: ERNÄHRUNG IN DER NATUR</b>	<b>178</b>
<b>9. Fallenbau</b>	<b>178</b>
Allgemeines 178 • Eichhörnchenfalle (aus Drahtschlingen) 179 • Verschiedene Schlingenfallen 179 • Fallenkasten (für Vögel) 181 • Schlagfalle 181 • Fischfalle 183	

<b>10. Verhalten bei Bärenkontakt</b>	184
<b>11. Verarbeitung der erbeuteten Tiere</b>	187
Hase, Kaninchen	187
• Geflügel	187
• Größeres Haarwild (Rotwild, Rehwild usw.)	187
• Fleischfressendes Haarwild	189
• Ausnehmen und Abbalgen	189
• Messer schleifen	192
<b>12. Nahrungskonservierung</b>	193
Möglichkeiten der Fleischkonservierung	193
• Herstellung von »Pemmikan«	193
<b>13. Versorgung mit Fisch</b>	194
Allgemeines	194
• Ausrüstung	194
• Reviere	196
• Angeltechniken	197
• Versorgung des Fanges	200
• Haltbarmachung	203
• Giftige Fische	204
• Verletzungen durch Angelhaken	205
<b>14. Brot selbst gemacht</b>	206
Von den Zutaten bis zur Teigherstellung	206
• Backen in der Alufolie	207
• Die »Stein«-Methode	207
• Das Ganze im Topf ...	207
• ... und in der Pfanne	207
<b>15. Aufbewahren von Nahrung</b>	208
Schutz der Lebensmittel	208
• Abfallbeseitigung	208
<b>16. Wildwachsende Pflanzen</b>	209
<b>17. Kochstellen- und Ofenbau</b>	210
<b>TEIL IV: SEILE UND KNOTEN</b>	214
<b>18. Seile und Knoten</b>	214
Mastwurf	214
• Seilverbindung oder Kreuzknoten	214
• Achterknoten	215
• Klemmknoten	215
• Palstek	216

<b>TEIL V: ÜBERWINDEN VON GEWÄSSERN</b>	217
<b>19. Hindernis Fluss</b>	217
Gesicherte Flussüberquerung 217 • Berechnung der Seilkräfte 220 • Bau eines Flaschenzuges 221 • Flussüberquerung am Hängeseil 222 • Seilspannung ohne Flaschenzug 224 • Die »Einfach-Seilspann-Methode« 224 • Brückenbau 225 • Das richtige Fällen von Bäumen 226 • Das Überqueren von Eisflächen 230	
<b>20. Fortbewegungsmöglichkeit Wasser</b>	235
Anfertigen eines Notbootes 235 • Bau eines Floßes mit Auftriebskörpern 239 • Auftriebsfähigkeit luftgefüllter Gegenstände 239 • Hilfsmittel Luftballon 241 • Holzfloß 242 • Tragfähigkeit von Holz 242 • Schwimmhilfen 243 • Die Strömungsgeschwindigkeit 243 • Geschwindigkeitsberechnung eines Wasserfahrzeuges vom Fahrzeug aus 244	
<b>TEIL VI: ABSEILEN UND BERGEN</b>	246
<b>21. Abseilen</b>	246
Grundlegendes 246 • Abseilen mit Halbmastwurf und Karabiner 248 • Abseilen mit Abseilachter und zusätzlicher Klemmknoten-Sicherung 248 • Sichern mit Abseilachter 249 • Sichern mit Halbmastwurf 250 • Die Seilverlängerung 250 • Der Dülfersitz 251 • Bruchlasten von Kernmantel-Reepschnüren 253 • Verankerungen im Schnee, Schlamm oder Erdreich (sog. »Toter Mann«) 253	
<b>22. Bergen</b>	255
Die Selbstbergung (Auf- und Absteigen am Seil) 255 • Spaltenbergung 256 • Bergung mit Hilfe eines Flaschenzuges 259	
<b>23. Queren von Schneefeldern</b>	261

**TEIL VII: MIT DEM PFERD UNTERWEGS** ..... 262

**24. Hilfsmaßnahmen für draußen** ..... 262

- Maßnahmen zur Ablenkung des Tieres 262 • Verhinderung des Ausschlagens 262 • Öffnen des Mauls 263
- Ruhewerte des Pferdes 263 • Verletzungen 263
  - Augenerkrankungen 269 • Nasenbluten 269
  - Schlundverstopfung 270 • Kolik 271 • Kreuzverschlag 272 • Hufrehe 273 • Schlauchödem 274 • Nesselsucht 274 • Kreislaufprobleme 274 • Hitzschlag 276 • Austrocknung (Exsikkose) 277 • Giftpflanzen 278 • Stecken bleiben bzw. Einbrechen 279 • Pferdemedikamente 280
  - Hufbeschlagkontrolle 280 • Ersetzen eines Nagels 281
  - Verlust eines Hufeisens 282 • Tipps zur Hufarbeit 282

**TEIL VIII: MIT DEM HUND AUF TOUR** ..... 283

**25. Soforthilfe bei Krankheiten und Verletzungen** \_\_\_\_ 283

- Allgemeines 283 • Verhindern des Beißens 283
- Schockbehandlung 284 • Normalwerte beim Hund 285
  - Pulsmessen 285 • Wundversorgung 285
  - Nähen von Wunden 286 • Ohrverletzungen 287
  - Brust- und Bauchverletzungen 287 • Wunden an den Läufen (Beinen) 287 • Verletzungen an den Pfoten 288
  - Krallenbruch 288 • Bissverletzungen 288 • Anfertigung einer Halskrause 289 • Knochenbrüche 289 • Künstliche Beatmung 290 • Herzdruckmassage bei Kreislaufstillstand 290 • Innere Erkrankungen 291 • Zahnerkrankungen 293 • Augenerkrankungen 294 • Ertrinken 295
  - Erfrierungen 295 • Unterkühlung 295 • Hitzschlag 295 • Zecken 296 • Insektenstiche 296 • Schlangenbisse 297 • Medikamententipps 297

<b>TEIL IX: MIT DEM AUTO UNTERWEGS</b>	298
<b>26. Hilfe für Offroader</b>	298
Grundregeln des Geländefahrens	298
• Ausrüstung	300
• Kleines Brennstoffwörterbuch	308
• Winden und Bergen	309
• Hangfahren	320
• Brückenbau	326
• Radwechsel	341
• Reifenpanne	343
• Kühlerschlauch-Reparatur	351
• Wasserfahrten	351
• Floßbau (Schwimmautobau)	355
<b>TEIL X: SIGNALE UND ZEICHEN</b>	367
<b>27. Notsignale und Nachrichtenübermittlung</b>	367
Alpines Notsignal	367
• SOS – Internationales Not-	
signal	367
• Mayday – gesprochener internationaler Not-	
ruf der Luft- und Seefahrt	367
• Das Morsealphabet	368
• Das Phonetische Alphabet (von NATO und Luftfahrt)	368
• Bodenzeichen für Flugzeuge	369
• Flugzeugantworten	369
• Improvisierte Notsignale	369
• Körpersignale für	
die Luftsuche	371
<b>TEIL XI: MASSEINHEITEN</b>	372
<b>28. Verschiedene Maßeinheiten</b>	372
Die Umrechnung von Fahrenheit in Celsius	372
• Umrechnungstabelle für deutsche, englische	
und amerikanische Maße und Gewichte	373
<b>TEIL XII: HERSTELLUNG VON HILFSMITTELN</b>	374
<b>29. Improvisierte Hilfsmittel</b>	374
Anfertigung einer Schneebrille	374
• Rucksack- und	
Tragenbau	374
• Bau einer Säge	374
<b>ANHANG AUS AKTUELLEM ANLASS</b>	375
<b>Verhalten bei Wolfskontakt</b>	375
<b>DANKSAGUNG</b>	379
<b>DER AUTOR</b>	380
<b>Stichwortverzeichnis</b>	381