

# Inhalt

<b>VORWORT</b>	<b>9</b>
<b>TEIL I: VOM NOTFALL BIS ZUR UNTERKUNFT</b>	<b>11</b>
<b>1. Rund ums Wetter</b>	<b>11</b>
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 Chili-Faktor (Kühleffekt des Windes) 27 • Der Wechsel zwischen Land- und Seewind 28	
<b>2. Wind- und Wetterschutz</b>	<b>29</b>
Verhalten bei Gewitter 29 • Lawinengefahr 31	
<b>3. Orientierung</b>	<b>35</b>
Natürliche Orientierungsmittel 35 • Karte und Gelände 39 • Kompass 45 • GPS-Empfänger 63 • Höhenmesser 76	
<b>4. Suchen</b>	<b>77</b>
Kettensuche 77 • Spiralsuche 77	
<b>5. Wassergewinnung und -aufbereitung</b>	<b>79</b>
Wassergewinnung in heißen Gebieten 79 • Süßwassergewinnung aus Salzwasser 80 • Grobfilterung von Wasser 81 • Feinfilterung 82 • Tipps zur Wasserreinigung 82 • Wasser im Winter 83	

## **6. Feuer** \_\_\_\_\_ 84

Grundlegendes 84 • Feuerstarter 85 • Zubereitung von Brennholz 85 • Schärfen von Macheten 86  
• Schärfen 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

## **7. Unterkünfte** \_\_\_\_\_ 95

Die Zweighütte 95 • »Iglu«-Hütte 96 • Poncho-Unterkunft 96 • Stangenzelt 98 • Schneebehausungen 99 • Verhalten im Notbiwak 101

## **TEIL II: ERSTE HILFE IN DER WILDNIS** \_\_\_\_\_ 102

### **8. Erste Hilfe** \_\_\_\_\_ 102

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 153 • Stromschlag 154  
• Flüssigkeitsmangel, Durstgefühl 155 • Durchfall 156  
• Unterzuckerung 157 • Unterkühlung 158 • Erfrierungen 159 • Vergiftungen 160 • Höhenkrankheit 162  
• Seekrankheit 164 • Zahnerkrankungen 164 • Wildnisapotheke 168 • Injektion von Medikamenten 173 • Impfungen 175 • Notrufnummern 175 • Handy-Ortung 177

## **TEIL III: ERNÄHRUNG IN DER NATUR** \_\_\_\_\_ 178

### **9. Fallenbau** \_\_\_\_\_ 178

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. Absellen</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 270 • Kreuzverschlag 271 • Hufrehe 272 • Schlauchödem 273 • Nesselsucht 273 • Kreislaufprobleme 274 • Hitzschlag 275 • Austrocknung (Exsikkose) 276 • Giftpflanzen 277 • Stecken bleiben bzw. Einbrechen 278 • Pferdemedikamente 279  
• Hufbeschlagkontrolle 280 • Ersetzen eines Nagels 280  
• Verlust eines Hufeisens 281 • Tipps zur Hufarbeit 262

## **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 • Herzmassage 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>	<b>298</b>
<b>26. Hilfe für Offroader</b>	<b>298</b>
Grundregeln des Geländefahrens	298 • Ausrüstung 299
• Kleines Brennstoffwörterbuch	308 • Winden und Bergen 309
• Hangfahren	316 • Brückenbau 322
• Radwechsel	337 • Reifenpanne 339 • Kühlerschlauch-Reparatur 347
• Wasserfahrten	348 • Floßbau (Schwimmbaubau) 351
<b>TEIL X: SIGNALE UND ZEICHEN</b>	<b>363</b>
<b>27. Notsignale und Nachrichtenübermittlung</b>	<b>363</b>
Alpines Notsignal	363 • SOS – Internationales Notsignal 363
• Mayday – gesprochener internationaler Notruf der Luft- und Seefahrt	363 • Das Morsealphabet 364
• Das Phonetische Alphabet ( von NATO und Luftfahrt)	364
• Bodenzeichen für Flugzeuge	365 • Flugzeugantworten 365
• Improvisierte Notsignale	365 • Körpersignale für die Luftsuche 367
<b>TEIL XI: MASSEINHEITEN</b>	<b>368</b>
<b>28. Verschiedene Maßeinheiten</b>	<b>368</b>
Die Umrechnung von Fahrenheit in Celsius	368
• Umrechnungstabelle für deutsche, englische und amerikanische Maße und Gewichte	369
<b>TEIL XII: HERSTELLUNG VON HILFSMITTELN</b>	<b>370</b>
<b>29. Improvisierte Hilfsmittel</b>	<b>370</b>
Anfertigung einer Schneebrille	370 • Rucksack- und -Tragenbau 370
• Bau einer Säge	370
<b>DANKSAGUNG</b>	<b>372</b>
<b>DER AUTOR</b>	<b>373</b>
<b>Stichwortverzeichnis</b>	<b>375</b>