

Inhalt

1 Vorwort 6

Zum Titel 9

2 Der Zweck des Buches 10

Die Grundprinzipien des (Archaic) Survival... 12

Das Messer im Notfall 14

3 Verhalten im Notfall..... 16

Selbsthilfe 16

Prioritäten bei verschiedenen

Witterungsbedingungen 17

Hitze..... 18

Trockene Kälte 18

Nasse Kälte 19

Feuchte Hitze 19

4 Messer 21

Das richtige Messer 22

Verwendungsbereich 25

Schärfen 27

Grobschliff 27

Feinschliff 28

Aufrichten 29

Messerpflege..... 29

Messertechniken..... 30

Schneidetechnik 30

Abtrennen von Hölzern 31

Ablängsschnitt 31

Kraftschnitt 31

Präzisionsschnitt 32

Gegenschnitt 32

Kappschnitt 33

Lochschnitt 33

5 Das Survivalkit 34

6 Behelfe..... 38

Grabhölzer 38

Hammer, Keulen..... 40

Spaltkeile 41

Zangen 41

Rahmen 42

Biegen und Richten 43

Härten 43

Schnüre 44

Fasergewinnung..... 44

Kordeln 46

Knoten 48

Messerersatz 49

Knochen, Horn, Zähne 50

Stein..... 51

Persönliche Hygiene 52

7 Primitive Notfallmedizin 53

Akute Belastungsreaktion 54

Schock 55

Unterkühlung 56

*Tabelle: Windchill bei tiefen Temperaturen
und mäßigen Windgeschwindigkeiten..... 56*

Überhitzung und

Dehydration..... 58

Entzündungen 61

Parasiten..... 63

Schnittverletzungen 66

Arterielle Blutungen 68

Augenverletzungen..... 69

Brüche..... 71

8 Feuer 73

Feuer als psychologischer Faktor..... 73

Die Feuerstelle..... 76

Plattformen..... 76

Feuerarten..... 78

Brennmaterial..... 79

*Tabelle: Bewährte Zunder-Mediator-
Kombinationen 81*

Feuerhütte..... 82

Feuerholz 83

Tabelle: Wert verschiedener Holzarten..... 84

Rauch	85
Insektenschutz	86
Signalpyramide	87
Licht	89
Kohle und Asche	91
Entzündungsmethoden	94
Feuer bohren	94
Bohren mit dem Bogen	94
Tabelle: Beispiele geeigneter Holzkombinationen	102
Feuer bohren mit der Handspindel	107
Probleme beim Feuerbohren	110
Tabelle: Häufige Fehler beim Feuerbohren	111
Feuer schlagen	112
Feuer anblasen	114
Feuernest	115
Feuer transportieren	116

9 Wasser 118

Finden von Wasser	119
Wasseranzeiger	120
Wassergewinnung	123
Aufbereitung	125
Chemikalien	126
Krankheitserreger und Parasiten	126
Abkochen	127
Entsalzen	129
Filter	130
Alternativen	132
Pflanzen	132
Urin	133

10 Notnahrung – Bush Tucker 134

Pflanzliche Notnahrung	136
Testmethoden	136
Faustregeln	137
Pilze	138
Essbare Pflanzen	138
Tabelle: Nährwert versus Risiko	138
Einkeimblättrige	139
Zweikeimblättrige	142
Baumfrüchte wie Esskastanien, Bucheckern, Eicheln	146
Farne, Schachtelhalme: Sporenpflanzen	147

Tabelle: Häufige, einfach erkennbare und essbare Pflanzen	148
--	-----

Tierische Notnahrung	149
Insekten	149
Würmer	150
Spinnen	151
Weichtiere	151
Krebstiere	152
Zubereitung	152
Kochen	153
Backen	155
Grillen und Rösten	156
Nahrungsaufnahme	158

11 Notunterkunft 159

Lagerplatzwahl	160
Bodenisolation	162
Biwakhütten	163
Baumkoje	164
Debris Hut	165
Schrägdach	168
Sonderformen	171
Schneehöhle	171
Tropenhütte	173
Latrine	174
Übernachten im Notbiwak	176

12 Wege zur Rettung 179

Vorbereitungen	179
Aufbruch	180
Signale	180
Orientierung	181
Rettung	185

13 Epilog 186

Dank	188
Supplements	188
Kontakt	188
Weitere Bücher zum Themenkomplex	189

14 Glossar 192