

Inhalt

1 Vorwort	6	Spaltkeile	41
Zum Titel	9	Zangen	41
2 Der Zweck des Buches	10	Rahmen	42
Die Grundprinzipien des (Archaic) Survival...	12	biegen und Richten	43
Das Messer im Notfall	14	Härten	43
3 Verhalten im Notfall	16	Schnüre	44
Selbsthilfe	16	Fasergewinnung	44
Prioritäten bei verschiedenen Witterungsbedingungen	17	Kordeln	46
Hitze	18	Knoten	48
Trockene Kälte	18	Messerersatz	49
Nasse Kälte	19	Knochen, Horn, Zähne	50
Feuchte Hitze	19	Stein	51
4 Messer	21	Persönliche Hygiene	52
Das richtige Messer	22	7 Primitive Notfallmedizin	53
Verwendungsbereich	25	Akute Belastungsreaktion	54
Schärfen	27	Schock	55
Grobschliff	27	Unterkühlung	56
Feinschliff	28	Überhitzung und Dehydratation	58
Aufrichten	29	Entzündungen	61
Messerpflege	29	Parasiten	63
Messertechniken	30	Schnittverletzungen	66
Schneidetechnik	30	Arterielle Blutungen	68
Abtrennen von Hölzern	31	Augenverletzungen	69
Ablängschnitt	31	Brüche	71
Kraftschnitt	31	8 Feuer	73
Präzisionsschnitt	32	Feuer als psychologischer Faktor	73
Gegenschnitt	32	Die Feuerstelle	76
Kapschnitt	33	Plattformen	76
Lochschnitt	33	Feuerarten	78
5 Das Survivalkit	34	Brennmaterial	79
6 Behelfe	38	Tabelle: Bewährte Zunder-Mediator- Kombinationen	81
Grabhölzer	38	Feuerhütte	82
Hammer, Keulen	40	Feuerholz	83
		Tabelle: Wert verschiedener Holzarten	84

Rauch	85	Tabelle: Häufige, einfach erkennbare und essbare Pflanzen.....	148
Insektschutz.....	86	Tierische Notnahrung	149
Signalpyramide.....	87	Insekten	149
Licht.....	89	Würmer.....	150
Kohle und Asche.....	91	Spinnen	151
Entzündungsmethoden.....	94	Weichtiere.....	151
Feuer bohren	94	Krebstiere.....	152
Bohren mit dem Bogen	94	Zubereitung	152
Tabelle: Beispiele geeigneter Holzkombinationen	102	Kochen.....	153
Feuer bohren mit der Handspindel	107	Backen.....	155
Probleme beim Feuerbohren	110	Grillen und Rösten	156
Tabelle: Häufige Fehler beim Feuerbohren	111	Nahrungsaufnahme	158
Feuer schlagen.....	112	11 Notunterkunft.....	159
Feuer anblasen	114	Lagerplatzwahl.....	160
Feuernest.....	115	Bodenisolation.....	162
Feuer transportieren	116	Biwakhütten	163
9 Wasser	118	Baumkoje.....	164
Finden von Wasser.....	119	Debris Hut.....	165
Wasseranzeiger.....	120	Schrägdach	168
Wassergewinnung	123	Sonderformen	171
Aufbereitung.....	125	Schneehöhle.....	171
Chemikalien.....	126	Tropenhütte	173
Krankheitserreger und Parasiten.....	126	Latrine	174
Abkochen.....	127	Übernachten im Notbiwak	176
Entsalzen.....	129	12 Wege zur Rettung.....	179
Filter.....	130	Vorbereitungen.....	179
Alternativen	132	Aufbruch	180
Pflanzen	132	Signale	180
Urin.....	133	Orientierung	181
10 Notnahrung – Bush Tucker.....	134	Rettung	185
Pflanzliche Notnahrung	136	13 Epilog	186
Testmethoden	136	Dank	188
Faustregeln	137	Supplements	188
Pilze	138	Kontakt	188
Essbare Pflanzen	138	Weitere Bücher zum Themenkomplex.....	189
Tabelle: Nährwert versus Risiko	138	14 Glossar	192
Einkeimblättrige	139		
Zweikeimblättrige	142		
Baumfrüchte wie Esskastanien, Bucheckern, Eicheln	146		
Farne, Schachtelhalme: Sporenpflanzen	147		