

Inhaltsverzeichnis

| | |
|---|-----------|
| Dank des SAC ... | 7 |
| Zum Geleit | 8 |
| Vorwort der Autorenschaft | 9 |
| Autorenschaft | 10 |
| | |
| 1. Verhalten in Notfallsituationen | 11 |
| 1.1 Prävention | 12 |
| 1.2 Notfall – was muss ich machen? | 12 |
| 1.3 Erste Hilfe/BLS (Basic Life Support) | 15 |
| 1.4 Gesamtbeurteilung | 17 |
| 1.5 Erweiterte Erste Hilfe | 19 |
| 1.6 Lagerung | 20 |
| 1.7 Überwachung | 21 |
| 1.8 Improvisierter Transport | 21 |
| | |
| 2. Unfälle | 23 |
| 2.1 Verletzungen des Bewegungsapparates | 24 |
| 2.2 Schädel-Hirn-Trauma (SHT) | 30 |
| 2.3 Rückenverletzungen | 34 |
| 2.4 Verletzungen im Brustbereich | 36 |
| 2.5 Verletzungen im Bauchbereich | 37 |
| 2.6 Wunden, Blutungen | 38 |
| | |
| 3. Akute Erkrankungen | 44 |
| 3.1 Übersicht | 45 |
| 3.2 Bewusstseinsstörung mit/ohne Kopfschmerz | 46 |
| 3.3 Schmerz mit/ohne Atemstörung im Brustraum | 52 |
| 3.4 Atemstörung | 55 |
| 3.5 Schmerz im Bauchraum | 58 |

| | |
|---|----|
| 4. Spezielle Probleme im Gebirge | 60 |
| 4.1 Kälteschäden | 61 |
| 4.2 Allgemeine Unterkühlung | 61 |
| 4.3 Lokaler Kälteschaden/Erfrierungen | 65 |
| 4.4 Lawinenunfall | 66 |
| 4.5 Höhenkrankheiten | 68 |
| 4.6 Formen der Höhenkrankheiten | 72 |
| 4.7 Sturz ins Seil/Hängen im Seil | 76 |
| 4.8 Schlangenbiss | 77 |
| 4.9 Blitzunfall | 79 |
| 4.10 Sonnenbrand | 81 |
| 4.11 Schneebblindheit | 81 |
| 4.12 Sonnenstich/Hitzschlag | 82 |
| 5. Notfallapotheke | 84 |
| 5.1 Allgemeines | 85 |
| 5.2 Module | 86 |
| Anhänge/Stichwortverzeichnis | 92 |