

Inhalt

| | |
|----------------|---|
| VORWORT | 9 |
|----------------|---|

| | |
|---|----|
| TEIL I: VOM NOTFALL BIS ZUR UNTERKUNFT | 11 |
|---|----|

| | |
|---------------------------|----|
| 1. Rund ums Wetter | 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

| | |
|----------------------------------|----|
| 2. Wind- und Wetterschutz | 29 |
|----------------------------------|----|

Verhalten bei Gewitter 29 • Lawinengefahr 31

| | |
|------------------------|----|
| 3. Orientierung | 35 |
|------------------------|----|

Natürliche Orientierungsmittel 35 • Karte und Gelände 38 • Kompass 44 • GPS-Empfänger 62 • Höhenmesser 75

| | |
|------------------|----|
| 4. Suchen | 76 |
|------------------|----|

Kettensuche 76 • Spiralsuche 76

| | |
|---|----|
| 5. Wassergewinnung und -aufbereitung | 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

| | |
|---|-----|
| 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 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 | |
| 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 | |

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

TEIL V: ÜBERWINDEN VON GEWÄSSERN _____ 217

19. Hindernis Fluss _____ 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

20. Fortbewegungsmöglichkeit Wasser _____ 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

TEIL VI: ABSEILEN UND BERGEN _____ 246

21. Abseilen _____ 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

22. Bergen _____ 255

Die Selbstbergung (Auf- und Absteigen am Seil) 255 • Spaltenbergung 256 • Bergung mit Hilfe eines Flaschenzuges 259

23. Queren von Schneefeldern _____ 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 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 • Schlangengisse 297 • Medikamententipps 297

TEIL IX: MIT DEM AUTO UNTERWEGS _____ 298

26. Hilfe für Offroader _____ 298

Grundregeln des Geländefahrens 298 • Ausrüstung 300
• Kleines Brennstoffwörterbuch 308 • Winden und
Bergen 309 • Hangfahren 316 • Brückenbau 322
• Radwechsel 337 • Reifenpanne 339 • Kühlerschlauch-
Reparatur 347 • Wasserfahrrten 347 • Floßbau (Schwimm-
autobau) 351

TEIL X: SIGNALE UND ZEICHEN _____ 363

27. Notsignale und Nachrichtenübermittlung _____ 363

Alpines Notsignal 363 • SOS – Internationales Not-
signal 363 • Mayday – gesprochener internationaler Not-
ruf 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

TEIL XI: MASSEINHEITEN _____ 368

28. Verschiedene Maßeinheiten _____ 368

Die Umrechnung von Fahrenheit in Celsius 368
• Umrechnungstabelle für deutsche, englische
und amerikanische Maße und Gewichte 369

TEIL XII: HERSTELLUNG VON HILFSMITTELN _____ 370

29. Improvisierte Hilfsmittel _____ 370

Anfertigung einer Schneebrille 370 • Rucksack- und -
Tragenbau 370 • Bau einer Säge 370

DANKSAGUNG _____ 372

DER AUTOR _____ 373

Stichwortverzeichnis _____ 375