

# Winter Expeditionskurs für Alpinärzte

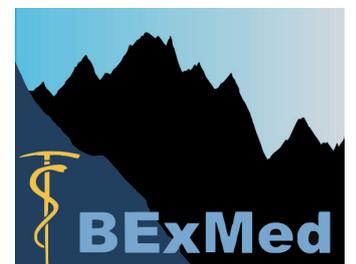
## Speciality Course Expedition and Wilderness Medicine

**Termin** Samstag, 18. April bis Samstag, 25. April 2020

**Ort** Hotel Bergfreund, Herbriggen, Schweiz  
([www.hotel-bergfreund.ch](http://www.hotel-bergfreund.ch))

**Kursleitung** Dr. med. Ulrich Steiner, Dr. med. Wolfgang Schaffert

**Kursgebühr** 1.830,-- €  
(mit Frühbucherrabatt bis 30.11.2019 nur 1.780,-- €)



# Kursinhalte

## Theorie und Praxis

### Kursziel

Um als verantwortlicher Arzt ein Trekking oder eine Expedition kompetent betreuen zu können, muss Frau / Mann heute eine ganze Reihe von Qualifikationen mitbringen. Neben profunden Kenntnissen in Allgemein-, Notfall- und Reisemedizin gilt dabei das Wissen um höhenbedingte Erkrankungen und deren Therapie als selbstverständlich. Aber was bringt der kompetenteste Mediziner, wenn er den Patienten nicht aus eigener Kraft erreichen kann? Gerade deshalb wird in diesem Kurs neben der medizinischen ein Schwerpunkt auf der alpinistischen Ausbildung der angehenden Expeditionsärzte liegen. Dieser Kurs soll den Teilnehmern das Rüstzeug für die medizinische Betreuung eines Trekkings oder einer Expedition an die Hand geben.

### Themenbereiche Höhen- und bergrettungsmedizinische Praxis

- Fixseilbegehung im Auf- und Abstieg zur medizinischen Bergung von Verletzten
- Behelfsmäßiger Abtransport mit Biwaksackverschnürung und Skischlitten
- Biwakhöhlenbau (medizinischer Umgang mit Unterkühlung, Erfrierung, Isolation)
- Anwendung von Certec-Bag und Wenoll-System (höhenmedizinische Notfallgeräte)
- Wiederholung: Umgang mit dem LVS-Gerät zur raschen Ortung von Lawinenopfern
- Medizinische Aspekte der Spaltenbergung
- Notfallsonographie in der Wildnis

### Themenbereiche Theorie

- Akklimatisationstaktik und Training
- Höhenphysiologie, Höhenkrankheit, Höhenlungenödem, Höhenhirnödem
- Therapie der Höhenkrankheiten
- Kälteschäden - Unterkühlung und Erfrierungen
- Aktuelle medizinische Forschungsansätze
- Chronische Krankheiten (u.a. Diabetes, Asthma) und Höhenbergsteigen
- Reise- und Tropenmedizin
- Krankheiten und medizinische Notfälle - Fallbeispiele von 10 Expeditionen
- Anforderungsprofil an den Expeditionsarzt
- die Expeditionsapotheke (Basislager, Hochlager, Rucksack)
- der Faktor Mensch auf Expedition – psychologische Aspekte
- Entwicklungen, Stile und Ethik beim Expeditionsbergsteigen
- Alpinistisches Anforderungsprofil an den Expeditionsteilnehmer
- Organisations- und Kommunikationsstrategien
- Juristische und finanzielle Aspekte für Expeditionsärzte

### Referenten und Bergführer

Peter **Albert**, Garmisch-Partenkirchen  
staatl. geprüfter Berg- und Skiführer

Dr. med. Georg **Kunze**, Villingen-Schwenningen  
Facharzt für Innere Medizin, Gastroenterologe

Dipl.-Psych. Jan **Mersch**, Rimsting  
staatl. geprüfter Berg- und Skiführer, Pionier der Snowcard

Hajo **Netzer**, Reitham  
staatl. geprüfter Berg- und Skiführer

Dr. med. Wolfgang **Schaffert**, Siegsdorf Obb.  
Facharzt für Innere Medizin, Notfall- und Sportmedizin

Dr. med. Ulrich **Steiner**, Garmisch-Partenkirchen  
Facharzt für Anästhesiologie, Notfallmedizin, staatl. geprüfter  
Berg- und Skiführer

# Zeitplan

Der Zeitplan soll als Orientierung dienen, Programmänderungen vorbehalten.

## Samstag, 18. April 2020

(Übernachtung im Hotel Bergfreund)

- bis 13.00      Anreise  
Begrüßung, Kurseinführung, Zeitplan (Dr. U. Steiner)
- 13.00-14.45      Kurzvorstellung und Darstellung einer Beispielexpedition (Dr. W. Schaffert)
- Expeditionsvorbereitung (Dr. U. Steiner)
- Workshop interaktive Gruppenarbeit in Kleingruppen zum Thema:  
Expeditionsmedizinische Vorbereitung mit Reiseapotheke und Expeditionsapotheke,  
Doping im Bergsport, medizinische Untersuchung, Teilnehmer mit Vorerkrankungen,  
Teilnehmervoraussetzung, Akklimatisationstaktik, medizinische Leistungsfähigkeit, Training,  
reisemedizinische Besonderheiten des Gastlandes
- 14.45-15.00      Pause
- 15.00-17.00      Ergebnisvorstellung und Diskussion mit den Experten (Dr. U. Steiner, Dr. W. Schaffert)
- 17.00-18.30      Materialcheck und Verteilung (H. Netzer, J. Mersch, P. Albert)
- 18.30-20.00      Abendessen
- 20.00-21.00      Abendvortrag: Aufgaben des Expeditionsarztes (Dr. U. Steiner)

## Sonntag, 19. April 2020

(Übernachtung im Hotel Bergfreund)

- 08.30-09.00      Kurzvortrag: Höhenphysiologie - Höhenerkrankungen (Dr. W. Schaffert)
- 09.00-09.45      Workshop interaktive Gruppenarbeit in Kleingruppen zum Thema:
- Reisediarrhö
  - Medizinische Betreuung im Basecamps
  - Akklimatisation und Höhentaktik
  - Höhenspezifische Erkrankungen
- 09.45-10.15      Ergebnisvorstellung und Diskussion mit den Experten Teil 1 (Dr. U. Steiner, Dr. W. Schaffert)
- 10.15-10.30      Pause
- 10.30-12.00      Ergebnisvorstellung und Diskussion mit den Experten Teil 2 (Dr. U. Steiner, Dr. W. Schaffert)
- Vortrag: Medizinische Besonderheiten im Höhenlager und bei der Gipfelbesteigung  
(Rettungsoptionen, Traumatherapie) (Dr. U. Steiner)

- 
- 12.00-14.00      Mittagspause
  - 14.00-15.00      Einweisung in die höhenmedizinischen Notfallgeräte:  
Überdrucksack Certec-Bag und das Notfallsauerstoffgerät Wenollsystem (Dr. U. Steiner, Dr. W. Schaffert)
  - 15.00-16.00      Medizinische Bergrettung aus schwierigem Gelände (Fixseilbegehung, Jümar, Abseilen, Russenmethode)  
(Dr. W. Schaffert)
  - 16.00-17.00      Update Medizinische Notfalltherapie nach Lawinenverschüttung (Dr. U. Steiner)
  - 17.00-18.30      Update: Medizinische Notfalltherapie bei akuter Hypothermie und Erfrierungen (Dr. U. Steiner)
  - 18.30-20.00      Abendessen
  - 20.00-21.00      Vortrag: Therapie Höhenkrankheiten (Dr. W. Schaffert)

## Montag, 20. April 2020

(Übernachtung im Hotel Bergfreund)

- 07.00-17.00      Bergrettungsmedizinische Praxisausbildung in Kleingruppen unter Extrembedingungen  
(Bergung aus schwierigem Gelände, Bergung unter Kältebedingungen, Bergung aus großer Höhe, z.B. Breithorn)  
(Dr. U. Steiner, Dr. W. Schaffert, H. Netzer, J. Mersch, P. Albert)
- Pausen nach Maßgabe der Tutoren (ca. 2 h)
- 19.00-20.00      Notfallsonographie FAST und Lunge in der Höhe (Dr. G. Kunze)
- 20.00-21.00      Vortrag: Medizin - Juristische Aspekte für Expeditionsärzte (Dr. U. Steiner)

## Dienstag, 21. April 2020

(Übernachtung in SAC-Hütten)

- 07.00-17.00      Bergrettungsmedizinische Praxisausbildung in Kleingruppen unter Extrembedingungen  
(Medizinische Versorgung von Spaltensturzopfern Stabilisierung eines Patienten nach Spaltensturz,  
Erstversorgung von Traumapatienten unter Extrembedingungen), Notfallsonographie in der Widnis)  
(Dr. U. Steiner, Dr. W. Schaffert, Dr. G. Kunze, H. Netzer, J. Mersch, P. Albert)
- Pausen nach Maßgabe der Tutoren (ca. 2 h)
- 20.00-21.00      Vortrag: Medizinische Probleme der Krankentransporte in Ländern der Dritten Welt,  
Abwicklung von Rückholtransporten aus dritte Welt Ländern (Dr. U. Steiner)

## Mittwoch, 22. April 2020

(Übernachtung in SAC-Hütten)

- 07.00-17.00 Bergrettungsmedizinische Praxisausbildung in Kleingruppen (Immobilisierung nach Oberschenkelfraktur mit Abtransport, Wiedererwärmungsstrategien bei akuter Hypothermie im Gelände, Notfallmedizinischer Skischlittenbau, Medizinische Versorgung beim improvisierten Abtransport) (Dr. U. Steiner, Dr. W. Schaffert, H. Netzer, J. Mersch, P. Albert)
- Pausen nach Maßgabe der Tutoren (ca. 2 h)
- 19.00-20.00 Vortrag: Sportmedizinische Trainingsphysiologie für Expeditionsbergsteiger (Dr. W. Schaffert)
- 20.00-21.00 Vortrag: Ernährungsmedizinische Aspekte auf Expedition (Dr. W. Schaffert)

## Donnerstag, 23. April 2020

(Übernachtung in SAC-Hütten)

- 07.00-17.00 Bergrettungsmedizinische Praxisausbildung in Kleingruppen (Medizinische Aspekte der Unterkühlung, medizinische Notfalltherapie beim Notbiwak, Umgang mit Tod und Sterben in Extrembedingungen, Biwakorganisation) (Dr. U. Steiner, Dr. W. Schaffert, H. Netzer, J. Mersch, P. Albert)
- Pausen nach Maßgabe der Tutoren (ca. 2 h)
- 19.00-20.00 Vortrag: Todesursachen auf Expedition (Dr. U. Steiner)
- 20.00-21.00 Medizinisches Management im Todesfall (Dr. U. Steiner)

## Freitag, 24. April 2020

(Übernachtung im Hotel Bergfreund)

- 07.00-17.00 Bergrettungsmedizinische Praxisausbildung in Kleingruppen (Schienung von Frakturen, Reposition von Gelenkluxationen - Schulter, Sprunggelenk u.a., Lagerung von Traumapatienten, Vorbereitung zum terrestrischen oder luftgebundenen Abtransport) (Dr. U. Steiner, Dr. W. Schaffert, H. Netzer, J. Mersch, P. Albert)
- Pausen nach Maßgabe der Tutoren (ca. 2 h)
- 18.00-19.30 Gemeinsames Abschlussdinner mit Käsefondue
- 19.30-20.30 Spezielle Tropenmedizin: Giftschlangen (Dr. W. Schaffert)
- 20.30-21.30 Spezielle Tropenmedizin: Spinnen und Parasiten (Dr. W. Schaffert)

## Samstag, 25. April 2020

- 09.00-11.00 Lernzielkontrolle MC-Test, Kursevaluation und Kursabschluss

# Organisatorisches

## Voraussetzungen und Teilnahmebedingungen

- Gute alpinistische Grundausbildung.
- Skihochtourenenerfahrung und skifahrerisches Können in „schwierigem“ Schnee mit schwerem Rucksack und Kondition für Touren über 6 - 8 Stunden!
- Vorausgesetzt werden insbesondere Kenntnisse im Umgang mit dem LVS-Gerät, Anseilen am Gletscher und einfache Spaltenbergungsverfahren (lose Rolle)
- aufgrund der besonderen Anforderungen in den Westalpen wird zur Auswahl der Teilnehmer ein Skitourenbericht der letzten zwei Jahre benötigt.
- Dipl. of Mountain Medicine (DIMM), Absolvierung aller 3 Alpinärztekurse oder vergleichbare Ausbildung (Nachweis beilegen)
- Mitgliedschaft in der Bexmed oder ÖGAMH

Der Kurs richtet sich an Ärztinnen und Ärzte, ist aber auch für andere Personengruppen im Bergrettungsdienst offen. Aufgrund des angestrebten Abschlusses werden Ärztinnen und Ärzte bevorzugt behandelt.

### **Bitte beachten:**

Eine anschließende Zulassung zur Prüfung zum Diploma in Expedition and Wilderness Medicine setzt das DiMM voraus.

## CME Fortbildung

Der Kurs wurde 2019 von der Schweizerischen Gesellschaft für Allgemeine Innere Medizin SGAIM mit 54 Credits für Kernfortbildung in Allgemeiner Innerer Medizin für das Fortbildungs-Zertifikat anerkannt.

Einen Antrag für 2020 werden wir stellen.

Der Kurs ist von der UIAA/ICAR/ISMM für die Ausbildung Wilderness und Expedition Medicine anerkannt.

## Übernachtungen

Am Tourenbeginn und Ende im Hotel Bergfreund in Herbriggen (in gemütlichen Mehrbett-Lagern, Einzelzimmerbelegungen sind gegen Aufpreis möglich). Ansonsten 2 Nächte auf Hütten und eine Nacht in Schneehöhlen.

## Anfahrt

via Lötschberg Autoverlad oder Furka Autoverlad Richtung Zermatt, in Herbriggen - Hotel Bergfreund ([www.hotel-bergfreund.ch](http://www.hotel-bergfreund.ch))

cave: die Strecke über den Oberalp- und den Nufenenpass ist im April noch wegen Wintersperre geschlossen

## Kontakt und Anmeldung

Deutsche Gesellschaft f. Berg- & Expeditionsmedizin

Kristin Krahl | Tassilostr. 2 | D-85540 Haar

Info@bexmed.de | [www.bexmed.de](http://www.bexmed.de) | [facebook.com/bexmed](https://facebook.com/bexmed)

# Anmeldebedingungen und Gebühren

## Kursgebühr und Versicherung 1.830,-- € (mit Frühbucherrabatt bis 30.11.2019 nur 1.780,-- €)

Die Kursgebühr enthält Hotel- und Hüttenkosten mit Halbpension, Kosten für Bergführer, Referenten.

Eventuell genutzte Seilbahnen und Transfers sind nicht im Preis inbegriffen, erfahrungsgemäß fallen dafür ca. 180,-- € an. Ggf. Aufpreis für Einzelzimmerbelegung im Hotel Bergfreund.

In der Teilnahmegebühr ist kein Versicherungsschutz enthalten. Bitte schließen Sie zu Ihrer eigenen Sicherheit eine Reiseunfall- bzw. Auslandsrankenversicherung ab. Die gesetzliche Unfallversicherung haftet nicht für die Folgen aus Unfällen, die während sportmedizinischer Weiterbildungsveranstaltungen im Ausland erlitten werden.

## Anmeldebestätigung und Zahlungsbedingungen

Die erfolgreiche Anmeldung bestätigen wir Ihnen nach Eingang der vollständigen Anmeldeunterlagen. Daraufhin sind 50% des Kursbeitrags umgehend fällig und auf das Konto der BExMed zu überweisen. Die Restzahlung erfolgt rechtzeitig bis spätestens 3 Wochen vor Kursbeginn.

## Stornierung

Sie können jederzeit vor Kursbeginn durch Erklärung gegenüber der BExMed vom Kurs zurücktreten. Maßgeblich ist dafür der Zugangstermin der Rücktrittserklärung bei BExMed. Das sollten Sie in Ihrem Interesse aus Gründen der Beweissicherung schriftlich tun. Bei Rücktritt kann die BExMed, soweit der Rücktritt nicht von ihr zu vertreten ist oder ein Fall höherer Gewalt vorliegt, anstelle der konkreten Berechnung der Rücktrittsentschädigung die nachfolgend aufgeführte pauschale prozentuale Entschädigung, bezogen auf den Gesamtpreis, in Rechnung stellen:

Bei Rücktritt bis 62 Tage vor Reisebeginn entsteht lediglich eine Bearbeitungsgebühr von 50,-- € pro Person, bis zum 46. Tag: 20%, ab dem 45. – 31. Tag: 25%, ab 30. – 15. Tag: 50%, ab 14. – 5. Tag: 70%, ab 4 Tage vor Kursbeginn oder Nichtantritt: 95% des Kurspreises.

Der Abschluss einer Reiserücktrittskostenversicherung mit entsprechender Deckung wird daher dringend empfohlen.

## Sicherheit und Risiko

Alle Kurse werden von uns gewissenhaft vorbereitet. Bitte beachten Sie, dass gerade im Bergsport ein erhöhtes Unfall- und Verletzungsrisiko besteht (Absturzgefahr, Lawinen, Steinschlag, Spaltensturz, Höhenkrankheit, Kälteschäden etc.), dass auch durch umsichtige und fürsorgliche Betreuung der von der BExMed eingesetzten Bergführer nicht vollkommen reduziert und ausgeschlossen werden kann. Es wird dem Teilnehmer deshalb empfohlen, sich bereits vor Kursbeginn intensiv mit den Anforderungen und Risiken auseinanderzusetzen, die mit dem von ihm gebuchten Programm verbunden sein können.

## Informationspflichten nach der DS-GVO

Datenschutz ist Vertrauenssache und Ihr Vertrauen ist uns sehr wichtig, deshalb nehmen wir auch den Schutz Ihrer persönlichen Daten sehr ernst. Wir möchten daher an dieser Stelle über die Verarbeitung und Speicherung der, im Rahmen der Anmeldung und Durchführung der Veranstaltung erfassten personenbezogenen Daten, informieren. Wir nutzen und speichern personenbezogene Daten unserer Teilnehmer ausschließlich für die im Rahmen der Anmeldung und Durchführung der Veranstaltung notwendigen Vorgänge. Wir übermitteln personenbezogene Daten an Dritte (Vertragspartner) nur dann, wenn dies im Rahmen der Vertragsabwicklung notwendig ist, z.B. Teilnehmerliste an Referenten. Eine darüberhinausgehende Weitergabe Eurer Daten an Dritte, ohne ausdrückliche Einwilligung, etwa zu Zwecken der Werbung, erfolgt nicht. Sofern dem nicht anderweitige gesetzliche Vorgaben entgegenstehen, werden personenbezogene Daten nach Abschluss der Veranstaltung gelöscht. Die Verarbeitung erfolgt auf Grundlage von Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO, der die Verarbeitung von Daten zur Erfüllung eines Vertrags oder vorvertraglicher Maßnahmen gestattet.

# Ausrüstungsliste

- 1 Unterwäsche kurz
- 1 Unterwäsche lang
- 1 T-Shirt
- 1 Rollkragenhemd, oder Powerstretch-Fleece
- 1 Skitourenhose
- 1 Überhose mit durchgängigem Reißverschluss
- 1 Daunen- oder Primaloftjacke
- 1 Hardshelljacke
- 2 Paar Skisocken
- 1 Paar Fingerhandschuhe, dünn
- 1 Paar Skihandschuhe
- 1 Paar Überhandschuhe, Fäustlinge
- 1 Mütze + Sturmhaube
  
- 1 Paar Leicht- bzw. Normalsteigeisen
- 1 Eisschraube
- 2 Schraubkarabiner plus 2 Normalkarabiner
- 2 Bandschlingen, 120cm
- 2 Prusiks (5mm) 1x3 m, 1x2 m
- Abseilgerät z.B. Petzl Reverso
- 1 Steigklemme mit Griff
- 2 m Seilstück dynamisch 11 mm
- Petzl Connect Adjust (variable Selbstsicherungsschlinge)
- 1 Hüftsitzgurt
- 1 Leichtpickel (kein Holz !)
- 1 Kletterhelm
- 1 Gletscherbrille
- 1 Skibrille
- 1 Paar Skistöcke
- 1 Paar Skitourenschuhe
- 1 Paar Harscheisen
- 1 Paar Ski mit Tourenbindung
- 1 Paar gut klebende Steigfelle
  
- 1 Apotheke
- 1 Sonnenschutz Kopf, Lippe, Haut
  
- 1 Isomatte
- 1 Schlafsack (Komfortbereich mindestens -5 °C)
- 1 Zweimann-Biwaksack / 2 TN
  
- 1 Feuerzeug
- 1 Taschenmesser
- 1 Löffel
- 1 Stirnlampe
- 1 modernes LVS – 3 Antennengerät z.B. Pieps DSP Sport
- 1 Sonde
- 1 Schaufel
  
- 1 Thermosflasche
- Tourenproviant, tagsüber für 5 Tage
- Zahnbürste, Waschlappen
- Notizbuch, Stift
  
- 1 Tourenrucksack 35 bis max. 50 ltr.
  
- falls verfügbar: kleines tragbares Pulsoxymeter
  
- 1 kompakter Gaskocher (1x/4 TN)
- wasserdichter Packsack ca. 50 l



BExMed | Kristin Krahl | Tassilostr. 2 | D-85540 Haar

Frau  
Kristin Krahl  
Tassilostr. 2  
85540 Haar

Fax: 03212-1079 387  
Email: [Info@bexmed.de](mailto:Info@bexmed.de)

## Expeditionskurs für Alpinärzte 2020

Veranstaltungs-Ort: Herbriggen, Wallis Schweiz

Termin: 18. bis 25. April 2020

### BExMed

Deutsche Gesellschaft für  
Berg- und Expeditionsmedizin e.V.

Kristin Krahl  
Tassilostr. 2 | D-85540 Haar

Telefon: +49 (0) 89-3265 3672  
Telefax: +49 (0) 3212-1079 387  
E-Mail: [info@bexmed.de](mailto:info@bexmed.de)

Vereinsitz: Haar

Präsident: Prof. Dr. med. Rainald Fischer  
Vize-Präsidentin: Helga Vollendorf

Bankverbindung:  
Deutsche Apotheker-  
und Ärztebank München

IBAN: DE29 3006 0601 0004 3513 47  
BIC: DAAEEDXXX

[www.bexmed.de](http://www.bexmed.de)

.....

Titel Geburtsdatum

.....

Vorname Name

.....

Stasse und Hausnummer

.....

PLZ - Ort Berufliche Tätigkeit

.....

Mobiltelefon

.....

E-Mail

- Mitglied der BExMed  Mitglied der ÖGAHM (Nachweis beilegen)
- Ich möchte Mitglied der BExMed werden (Antrag liegt bei)

**Voraussetzungen erfülle ich:** gute alpinistische Grundausbildung, Skihochtourenenerfahrung und skifahrerisches Können in „schwierigem“ Schnee mit schwerem Rucksack mit Kondition für Touren über 6 - 8 Stunden, Kenntnisse im Umgang mit dem LVS-Gerät, Anseilen am Gletscher und einfache Spaltenbergungsverfahren

#### Nachweise liegen bei:

- Skitourenbericht der letzten zwei Jahre
- Dipl. of Mountain Medicine, Teilnahmebescheinigungen der Alpinärztekurse oder vergleichbare Ausbildung
- Mitgliedschaft in der Bexmed oder ÖGAMH (Nachweis beilegen)

#### Hiermit melde ich mich verbindlich zum Expeditionskurs an:

Teilnahmegebühr 1.830,- € (1.780,- € bei schriftlicher Anmeldung bis zum 30.11.2019)

Hiermit bestätige ich mit meiner Unterschrift, dass ich die Anmeldebedingungen gelesen und akzeptiert habe. Alle nötigen Kopien habe ich beigelegt.

Datum:

Unterschrift:

**BExMed BExMed BExMed**