



FORUM ALPINUM

Schweizerische Gesellschaft für Gebirgsmedizin
Société suisse de médecine de montagne

02-2014

DIMM Nepal: SGGM-Engagement läuft aus

■ Unterstützung durch SGGM und SAC hat sich gelohnt

Speleo-Secours: Aufwändiger Einsatz unter Tag

■ Höhlenrettungen haben eigene Gesetze

Kletterkongress Pontresina (15. – 19. 9. 14):

■ Medizin, Technik und Forschung im internationalen Focus



Inhalt

- 02 **Inhalt** | Impressum
Ausgabe 02 – Mai 2014
- 03 **Philipp Hoigné** | Editorial
- 04 **Eckehart Schöll** | Anfragen
 - Mit Kindern in grosse Höhen: Auf was ist zu achten?
 - Hörsturz: Höhenbedingt oder eine Folge von Stress im Beruf?
- 07 **DIMM Nepal 2011 – 2014** | Gebirgsmedizin
«Aufbauarbeit in Nepal lohnt sich für alle Beteiligten»
- 11 **The lost pearls of Khumbu** | Gedanken zum Unglück am Everest 2014
Am Mount Everest droht Streik
- 12 **Höhlenforschung in der Schweiz** | Speläologie
200 Höhlenretter – immer bereit für den Fall der Fälle
- 17 **Interview mit Andreas Schweizer** | Internationaler Kletterkongress in Pontresina, 15. bis 19. September 2014
«Klettern heisst mehr als Bewegung an Fels und Eis»
- 21 **SGGM-Exponenten stellen sich vor** | Monika Brodmann
- 23 **SGGM** | Agenda

Titelseite: Kanjin Gompa (Nepal): Glückliche Gesichter beim 3. Diplomkurs für Gebirgsmedizin (DIMM) (Foto: Urs Hefti)

Impressum Forum Alpinum

Herausgeber / Éditeur

Schweizerische Gesellschaft für Gebirgsmedizin
Société suisse de médecin de montagne
Società Svizzera di Medicina di Montagna

Präsidium neu / Présidence nouveau

Philipp Hoigné
Email: praesident@sggm.ch / hoigne@hotmail.com

Kassier / Caissier

Eric Soehngen
Email: kassier@sggm.ch

Beitritts-Anmeldung / Inscription d'entrée

Sekretariat SGGM
Nadja Fässler, Rotbuchstrasse 49, 8600 Dübendorf
Email: sekretariat@sggm.ch

Redaktion / Rédaction

Tommy Dätwyler
Mobile: +41 79 224 26 39
Email: redaktion@sggm.ch
tommy.daetwyler@bluewin.ch

Layout / Mise en page

Druckform – die Ökodruckerei
Gartenstrasse 10, 3125 Toffen

Erscheinen

4 x Jährlich / par an

Redaktionsschluss Ausgabe 03 – 2014

15. Juli 2014

Druck / Impression

Druckform – die Ökodruckerei
Gartenstrasse 10, 3125 Toffen

Jahrgang

20, Nr. 2, Mai 2014



Schweizerische Gesellschaft
für Gebirgsmedizin
Société suisse
de médecine de montagne
Società svizzera
di medicina di montagna

Liebe SGGM-Mitglieder
 Liebe Freunde
 Liebe Leserinnen und Leser

Was macht Dich glücklich? Viele von uns sind glücklich wenn sie den Gipfel erreicht haben und in der Sonne die Aussicht geniessen können. Ok, bei gewissen Touren ist man erst wirklich glücklich, wenn man wieder heil im Tal ist. Aber nicht nur auf dem Berg gibt es beglückende Momente – auch im Berg kann sich die Natur von einer bezaubernden Seite zeigen. Die Schweiz birgt eine faszinierende Unterwelt, die das Wasser über unvorstellbar lange Zeit aus dem Gestein herausgelöst hat: Tropfen für Tropfen. In den letzten Jahren – einer geologisch gesehen lächerlich kurzen Zeit – wurden riesige Höhlensysteme entdeckt und vermessen. Während in unserem Land vor allem Höhlenforscher regelmässig in die Unterwelt abtauchen, ist Höhlentouren im Ausland eine verbreitetete Sportart. Eine Höhlenbegehung ist nicht zu unterschätzen. Sie erfordert in der Regel eine gute physische und psychische Verfassung und bei der Begehung von Schachtsystemen zusätzlich fundierte technische Kenntnisse. So schön die Höhlen sind – sie zu erkunden birgt stets eine gewisse Gefahr. Dass in der Schweiz Höhlenunglücksfälle selten sind, ist unter anderem die Frucht der guten Ausbildung von Höhlenforschern durch die Forschungsgesellschaften. Und wenn



es doch passiert? Eine Rettung aus einer Höhle ist eine grosse Herausforderung, derer sich ‚Spéléo Secours Suisse‘ annimmt. Die meisten Retter sind technische versierte Höhlenforscher, jedoch medizinische Laien. Im Ernstfall sind sie oft die erste und manchmal letzte medizinische Hilfe in der Unterwelt. Nach regelmässigen medizinischen Schulungen haben sich viele von ihnen in der Patientenbetreuung verdient gemacht. Es liegt an uns Ärzten, diese Retter und andere Laien auszubilden. Dies ist aus eigener Erfahrung eine bereichernde und sehr schöne Aufgabe.

Der weiterentwickelte Bergrettungskurs der SGGM wird deshalb ein Modul über Höhlenrettung beinhalten. Eine gute Gelegenheit für alle Interessierten, sich mit der Höhlenmedizin anzufreunden! Die Bergrettung mit all ihren Facetten wird auch an der 8. Schweizer Bergrettungsmedizin-Tagung am 8. November 2014 in Interlaken Thema sein. Wir hoffen, dass Du Dir dieses Datum bereits reserviert hast – die SGGM feiert an diesem Tag ihren 20. Geburtstag!

Ich wünsche allen abwechslungsreiche und unfallfreie Touren in die Berge.

Herzlich
 Philipp Hoigné
 Präsident SGGM

SGGM-Berater Dr. Eckehart Schöll antwortet

Anfragen an die SGGM

Ihre Fragen an: schoell@sggm.ch

Mit Kindern in grosse Höhen: Auf was ist zu achten?

Sehr geehrter Herr Schöll

erlauben Sie mir, dass ich mich mit einer Frage an Sie wende.

Ich betreue ein knapp 2jähriges Kind, dessen Vater aus Peru stammt und das die Eltern nun für einen mehrwöchigen Südamerika-Urlaub mit auf 3600 Meter Höhe nehmen wollen. Sie möchten nun wissen, was sie beachten müssen und welche Medikamente ggf. mitgenommen werden sollten, falls Probleme auftreten.

Ich habe mich bereits über die Höhenkrankheit, den AMS-Score und mögliche Medikamente informiert, bin aber natürlich kein Experte.

Irmgard Spannagl

henproblematik beitragen, sind neben der erreichten Höhe die Geschwindigkeit des Aufstieges, die persönliche Neigung zur Ausbildung höhenassoziierter Erkrankungen, körperliche Anstrengung sowie der damit verbundene erhöhte O₂-Verbrauch und die Vorakklimatisation. Auch ein vorhandenes oder eben nicht vorhandenes vermehrtes Ansprechen des Atemzentrums auf eine Hypoxie (HVR) beeinflusst die Entstehung von gesundheitlichen Höhenproblemen.

Wir finden bei Kindern andere physiologische Verhältnisse als bei Erwachsenen vor, was sich zumindest am ersten Tag der Höhenankunft in einer geringeren AMS-Prävalenz bemerkbar macht: Möglicherweise haben Kinder eine bessere Schlafqualität in der Höhe, was diesen Unterschied zum Teil erklärt.

Die medikamentöse Therapie einer Höhenproblematik bei Kindern ist nach heutigem Wissen entsprechend der bei Erwachsenen, allerdings mit gewichtsadaptierten Dosen. Nun, kleine Kinder wie dieses, welches Sie betreuen, können indes nicht dezidiert über Ihre Probleme in der Höhe

Sehr geehrte Frau Spannagl

ebenso wie Erwachsene haben Kinder mit zunehmender Höhe über dem Meer einen linearen Anstieg der AMS-Prävalenz. Wesentliche Faktoren, die zur Entstehung der Hö-



KOBLER & PARTNER
DIE BERGFÜHRER

Bergerlebnisse im Panorama-Format.

Eine **b r e i t e** Palette an nichtalltäglichen Angeboten finden Sie unter:
www.kobler-partner.ch

Infos bestellen können Sie bei:
Kobler & Partner, Die Bergführer
Neubrückstr. 166, CH-3012 Bern
+41 (0)31 381 23 33
office@kobler-partner.ch



berichten. Daher gilt prinzipiell, dass eine unklare gesundheitliche Problematik bis zum Beweis des Gegenteils als höhenassoziiert angesehen werden muss.

Ich hoffe, diese Aussagen können Ihnen nützen und verbleibe mit freundlichen Grüßen

Eckehart Schöll

Literatur:

- Kohler, M; Kriemler, S; Handke, E; Brunner-LaRocca, H; Bloch, K. (2008). Children increase nocturnal ventilation similar to adults but have less periodic breathing at high altitude *Europ Respir J*, 32, 189-196



Hörsturz: Höhenbedingt oder eine Folge von Stress im Beruf?

Guten Tag Herr Schöll

Ich (w. 41) war letzte Woche auf der «klassischen» Monte Rosa Tour. Übernachtet wurde jeweils auf 3000, 3500 und schliesslich auf 4554 m.ü.M. Die Tour war für mich konditionell nicht anspruchsvoll. Auf der Margheritahütte suchten holländische Ärzte Probanden, die bereit waren an einer Höhenstudie teilzunehmen, also habe ich spontan mitgemacht. Mir wurde dort eine Sauerstoffsättigung von 91% attestiert, der Blutdruck war auf 130/100, der Ruhepuls 81. Sämtliche Test, die weiter durchgeführt wurden, zeigten keine AMS oder Höhenkrankheit. Ausser, dass ich ein wenig Kopfschmerzen spürte und einen Schnupfen hatte, fühlte ich mich grundsätzlich o.k. Die Ärzte befanden, dass ich soweit gesund war. Am nächsten Tag sind wir abgestiegen und nach Hause zurück gekehrt. Tags darauf bemerkte ich, dass ich auf dem linken Ohr nicht gut höre. Für mich war das eine Folge des Schnupfens. Ich achtete nicht weiter darauf. Da das Taubheitsgefühl aber nicht nachliess und immer schlimmer wurde, suchte ich einen Hals-, Nasen und Ohren-Arzt auf. Er diagnostizierte einen Hörsturz (Höre aktuell noch 15%

bis 500 MHz). Er hat den Verdacht, dass sich in der Höhe ein Ödem entwickelt hat. Mir fällt es schwer, dies zu glauben, da es nicht die erste Hochtour war und ich auf Symptome achtete, die allenfalls auf eine Höhenkrankheit hätten hinweisen können. Kommt dazu, dass ich langsam aufgestiegen bin, genügend getrunken, auf Alkohol verzichtet und normal gegessen und auch gut geschlafen habe. Auch habe ich eine Höhenanpassung vorgenommen. Der Hörsturz wird mit Cortison Intravenös behandelt sowie mit Betahisitin-Mepha. Meine Frage: Ist es möglich, dass der Hörsturz aufgrund des Bergsteigens hervorgerufen wurde und wenn ja, wie kann ich dies zukünftig vermeiden? (Aufs Bergsteigen möchte ich nicht verzichten. Gerne möchte ich in Nepal auch ein Höhentrekking absolvieren.) Oder kann es sein, dass der Hörsturz stressbedingt (Beruf) ist und mit der Höhenexposition gar nicht im Zusammenhang steht?

Besten Dank für Ihre Antwort.
Mit freundlichen Grüßen
Francine

Liebe Francine

ein Hörsturz ist eigentlich keine Erkrankung an sich, sondern ein Symptom einer Schädigung der neurologischen Hörbahn aus unterschiedlichster Ursache. Obwohl es über hundert mögliche Gründe für einen Hörsturz gibt, kann man nur bei 15% der Betroffenen einen tatsächlichen Zusammenhang feststellen. Die restlichen 85% werden daher als idiopathisch klassifiziert, d.h. wir kennen den Grund nicht.

Wenn man einen Hörsturz überhaupt mit Höhenveränderungen in Verbindung bringen möchte, dann müssten sich hierbei rasche Druckveränderungen vollziehen, so wie man sie beim Tauchen oder beim Fliegen vorfindet. Sie müssten denn mit einem Lift auf die Signalkuppe gefahren sein. Soviel ich weiss, gibt es den aber (noch) nicht... Einen Helikopter haben Sie wohl auch nicht benutzt. Daher werden sich die Ihre Ohren umgebenden Luftdruckveränderungen allmählich vollzogen haben und

können daher nicht als Ursache für den Hörsturz angesehen werden. Ihre Sauerstoffsättigung war mit 91% für diese Höhe ebenfalls überdurchschnittlich gut. So wie es aussieht, waren Sie gut akklimatisiert, zumindest spricht auch die Symptom-Armut dafür.

Man nimmt an, dass virale Infektionen der häufigste Grund für einen Hörsturz sind. Da Sie über einen Schnupfen berichten, gehe ich davon aus, dass Sie eine solche Virusinfektion hatten – MERKE: Das Häufige kommt häufig vor und das Seltene selten... Allerdings wird meist das Herpes simplex-Virus mit einem viralen Hörsturz in Zusammenhang gebracht, nicht der typische Schnupfen-Erreger.

An Ihrer Stelle würde ich den Hörsturz so gut es eben geht ausbehandeln und das Bergsteigen nicht dafür verantwortlich machen. Weiterhin viel Freude in den Bergen!

Freundlich grüsst
Eckehart Schöll

La Estiŕge 5325 m | Cordillera Blanca | Peru

Timeline Production

unschlagbarer grip

Dani Moreno und Edu Marin erobern die Cordillera Blanca im neuen Terrex Scope GTX mit einzigartiger STEALTH Rubber Sohle.



STEALTH
R U B B E R

[adidas.com/outdoor](https://www.adidas.com/outdoor)

© 2014 adidas AG. adidas, the 3-Stripes logo and the 3-Stripes mark are registered trademarks of the adidas Group. STEALTH is a trademark of Stone Age Equipment, Inc.

Drei Jahre Engagement von SGGM und SAC: Ein Fazit

«Aufbauarbeit in Nepal lohnt sich für alle Beteiligten»

Im März ist mit dem Abschluss des dritten Diplomkurses in Gebirgsmedizin (DIMM) in Nepal ein wichtiges Ausbildungs- und Unterstützungsprojekt von SGGM und SAC ausgelaufen. Die Verantwortlichen kommen nach drei Jahren zum Schluss, dass sich das Engagement für alle Beteiligten gelohnt hat.

Vor fünf Jahren konnte in Nepal dank einer gut funktionierenden Zusammenarbeit der medizinischen Kommissionen von UIAA, IKAR und ISMM ein Start-up-Programm zur Einführung eines Diplomkurses in «Mountain Medicine» (DIMM) realisiert werden. Von Anfang an bei Planung und Durchführung mit dabei war auch die SGGM. Es wurde ein auf drei Jahre befristetes finanzielles und personelles Engagement beschlossen. Zudem konnte für die gleiche Dauer auch der Schweizerische Alpen Club «SAC» zu einem finanziellen Engagement bewegt werden.

Im März dieses Jahres ist im Langtang der dritte und letzte von der Schweiz unterstützte Gebirgsmedizin-Kurs in Nepal zu Ende gegangen. Auch beim dritten Ausbildungskurs waren von Seiten der SGGM als Ausbilder der Zürcher Bergführer Claude Raillard und die beiden Ärzte Reto Pezzoli (Hausarzt aus Minusio) und Urs Hefti (Orthopäde und Chirurg aus Bern) dabei.

Im Zentrum der Unterstützung durch die SGGM stand die logistische Hilfe auch im Ausbildungsbereich. Der Einsatz von erfahrenen Gebirgsmedizinern als Ausbilder vor Ort hat sich, auch in Kombination mit dem (vom SAC mitfinanzierten) Schweizer Bergführer, sehr bewährt. So konnte die technische Ausbildung der Teilnehmer standardisiert und gestärkt werden. Weiter wurden in wechselnder Häufigkeit Stipendien für Studenten ausgegeben und lokale Bergführer unterstützt. In einem weiteren Schritt wurde viel gebirgstechnisches Material wie Steigeisen, Schuhe und Sitzgurte sowie Rettungsgerät (z. B. Stretcher)



Kanjin Gompa, der Kursort und die letzte grössere Ansammlung von Teehäusern im Langtang Tal, 3850 m (Foto: Urs Hefti)

nach Nepal gebracht. Die internationalen Anstrengungen (CH/UK/D), die Gebirgsmedizin in Nepal zu etablieren und das nepalesische Kurswesen tatkräftig zu unterstützen wurden im Himalaja-Staat mehr als geschätzt. SGGM und SAC wurden letztes Jahr dafür von der nepalesischen Gesellschaft für Gebirgsmedizin mit einem Anerkennungsdiplom geehrt.

Rückblick und kritische Würdigung

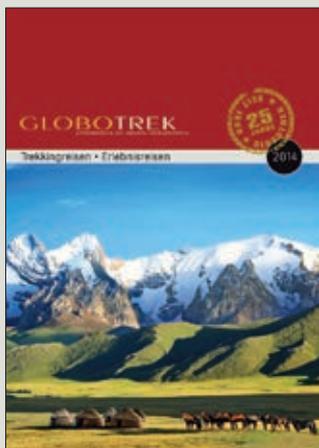
Die Organisation, die Inhalte der Ausbildungslektionen und die fachliche Besetzung des DIMM Nepal sind als sehr gut zu beurteilen. Der Stoffkatalog übertrifft ähnliche Kurse in der Schweiz oder anderen Kursen auf der

Welt, insbesondere die Ausbildung im Bereich von Infektionskrankheiten. Das technische Niveau dagegen ist deutlich tiefer, zudem wird der gesamte Skiteil nicht durchgeführt, da es in Nepal nicht möglich ist, Bergführer oder auch Studenten im Skifahren zu unterrichten.

Die Kurse zeichnen sich durch ein enormes Engagement der Teilnehmer und eine motivierte Organisationscrew aus. Das Kurswesen wird durch die motivierten Studenten, welche im Jahresrhythmus wechseln, und eine heranwachsende Crew von guten und bestens ausgebildeten jungen nepalesischen Gebirgsmedizinern geprägt, die aber alle noch am Anfang einer spezialisierten Ausbildung stehen.



Trekking- und Erlebnisreisen



Der Trekkingreisen-Spezialist bietet das umfassendste Reiseangebot der Schweiz in die schönsten Berggebiete der Welt.

Alle Informationen finden Sie auf **www.globotrek.ch** oder bestellen Sie unsere Reisekataloge.

GLOBOTREK
UNTERWEGS ZU NEUEN HORIZONTEN



Claude Raillard, Schweizer Bergführer, an allen drei Kursen dabei und eine grosse Bereicherung für den Kurs (Foto: Urs Hefti)

Kurskosten sind für Nepali eine grosse Hürde

Diese Rotation birgt auch Schwierigkeiten, da jedes Jahr gewisse Dinge neu diskutiert werden müssen. Das Gleiche gilt für die Bergführer aus Nepal, welche von Beginn weg ge-

fördert wurden. Da zeigt sich, dass es in diesem Schwellenland sehr schwierig ist, die personelle Kontinuität bei der Betreuung durch die gleichen Bergführer und Ärzte zu gewährleisten. Dies liegt primär daran, dass die finanziellen Anreize im Kurs nicht allzu gross sind. So verdient aktuell ein nepalesischer Bergführer rund 150 Franken pro Tag. An den DIMM-Kursen aber können derzeit nur knapp 70 Franken pro Einsatztag bezahlt werden. Auch für die lokalen nepalesischen Ärzte sind die Kurskosten immer wieder ein Problem. Die jungen einheimischen Mediziner haben einen Betrag von \$ 600 zu bezahlen. Was auf den ersten Blick als wenig erscheint, stellt sich unter Berücksichtigung des durchschnittlichen Grundlohnes für Ärzte in Nepal (\$ 300 bis höchstens \$ 1000 pro Monat) als grosse Herausforderung dar. Zudem ist oft keines oder nur schlechtes Ausrüstungsmaterial vorhanden. Erschwerend kommt dazu, dass die Akzeptanz der Gebirgsmedizin in der nepalesischen Ärzteschaft noch ge-

Zwischen 2011 und 2014 haben insgesamt 51 Ärzte aus verschiedenen Ländern die drei Gebirgsmedizin-Kurse in Nepal besucht. Zwei davon wurden in Thame (Khumbu-Region), der letzte in Kangjin Gompa (Langtang) durchgeführt. Die Schweiz. Gesellschaft für Gebirgsmedizin SGGM hat die Kurse und deren Aufbau mit insgesamt 30000 Franken unterstützt. Der Schweizer Alpenclub SAC hat 15000 Franken beigesteuert. Das Engagement der Schweizer Organisationen wird rückblickend von allen Beteiligten als wertvoll und sinnvoll beurteilt. (<http://mmsn.org.np/>)

ring ist und immer wieder viel Wissen «verloren» geht, weil rund 50 Prozent der ausgebildeten Ärzte ins Ausland abwandern.

Die internationalen Studenten bezahlen für den gleichen Kurs rund \$ 4'000. Bei einer Kursdauer von vier Wochen ist dieser Betrag vor allem



Kletter- und Boulderausbildung zusammen mit den nepalesischen Bergführern (Foto: Urs Hefti)

für Studenten aus Australien, Südafrika und aus UK sicher attraktiv, da nur einmal angereist werden muss und der Kurs in einem faszinierenden Land (Nepal) stattfinden kann. Vergleichbare Kurse in englischer Sprache existieren in England, in drei Wochenblöcke aufgeteilt, wobei dann ein Block noch in der Schweiz (Rolle) absolviert werden muss, was nur schon die Reisekosten enorm in die Höhe treibt.

Zukunft

Das Engagement von SGGM und SAC hat sich mehr als auszahlt, insbesondere konnten wir einmal mehr unsere solide und fundierte Ausbildung als Ärzte zur Verfügung stellen. Weiter ist es wichtig, dass die Schweiz auch weiterhin im Ausland in diversen Institutionen und Funktionen tätig ist, auch wenn dieses Engagement mit einer gewissen finanziellen Verpflichtung verbunden ist.

Die involvierten Ärzte und Bergführer beurteilen die Situation so, dass in Zukunft die Kurse auch ohne externe Unterstützung durchgeführt werden könnten. Die lokalen Ärzte wünschen jedoch noch weiter über die nächsten Jahre ein Engagement von interessierten Ärzten und Referenten, weil sie nicht alle Themen gut selber abdecken können. Deshalb ist zu überlegen, wie noch mehr nepalesische Ärzte dazu bewogen werden könnten, den Kurs zu absolvieren. Einerseits könnte das Kursgeld noch etwas reduziert und durch die internationalen Studenten «quersubventioniert» werden. Andererseits wäre es wichtig, dass die engagierten nepalesischen Ärzte und Ausbilder das Ausbildungsmaterial nicht vollumfänglich kaufen sondern mieten könnten. Erste Ansätze dazu wurden schon unter anderem auch durch das Swiss Team geleistet.

Insgesamt bietet der DIMM-Kurs Nepal eine Alternative zu den etablierten

Kursen in Europa und in Nordamerika. Der Kursaufbau ist ausgezeichnet, die Motivation der involvierten Teilnehmer sehr gross, und Nepal ein faszinierendes Land. Die Kurssprache ist Englisch. Das Swiss Team wird, sollte der Kurs wieder im Herbst stattfinden, allenfalls auf privater Basis, wieder in Teaching-Funktionen teilnehmen. Ein offizielles Engagement von Seiten der SGGM ist zum aktuellen Zeitpunkt nicht geplant. Es bleibt, den Initianten, der SGGM und dem SAC, welche den Kurs grosszügig unterstützt haben ein grosses Dankeschön auszusprechen.

Und ein spezieller Dank geht an Claude Raillard, Bergführer, welcher den Kurs nun konsequent über die letzten drei Jahre mit seiner motivierenden Art einen Schritt vorwärts gebracht hat und eine grosse Bereicherung im Kurskader war.

Urs Hefti, Langtang und Bern
Frühling 2014



Eis Ausbildung auf dem Gletscher; zunehmend schwierige Bedingungen auch in Nepal, da sich die Gletscher immer mehr zurück ziehen (Foto: Urs Hefti)

The lost pearls of Khumbu

«Sherpas planen Boykott...», «Schlimmste Katastrophe am Everest...», «Nach Sherpa-Unglück: Am Mount Everest droht Streik...».

Das schwere Unglück am Mount Everest in Nepal hat einmal mehr zu grossen Diskussionen über Sinn und Unsinn von Höhenbergsteigen geführt. Diese Diskussionen sind legitim, aber nicht immer sehr konstruktiv und auch nicht mehr ganz so spannend.

Was aber ein solches Unglück einmal mehr aufzeigt und viel häufiger diskutiert werden sollte, sind die eklatanten Schwächen, welche die nepalesische Tourismus- und Bergsteigerindustrie nach wie vor auszeichnet.

So sind die enormen Gipfelgebühren (geschätzte 10 Millionen Dollar pro Jahr alleine am Everest), die man für irgend eine Bergbesteigung in Nepal zahlen muss, und die diverse Untergebühren für Abfallentsorgung, Verbindungsoffiziere etc. Geldanlagen, welche auf dubiose Art und Weise in die Taschen der nach wie vor korrupten Beamten Phletora und somit der Regierung fließen, und nicht zu den arbeitenden Sherpas oder Trägern.

Natürlich sind die Hochträger und Bergführer mit einem Saison-Job am Everest und einem Lohn von bis zu 8000 \$ privilegiert. (Zum Vergleich: Das durchschnittliche Jahreseinkommen liegt in Nepal pro Kopf bei rund 600 \$, der Monatslohn eines Assistenzarztes zwischen 300 und 900 Dollar pro Monat.). Aber die Gefahren sind gross. Bei Tod, Erkrankung oder Verletzung ist die Zukunft der ganzen Familie in Frage gestellt.

Nepal ist zudem nach wie vor eines der ärmsten Länder der Welt, und wir Bergsteiger sollten uns dieser Problematik mit allen Formen der Korruption, der Probleme und Risiken bewusster werden.

Zudem ist in den letzten Jahren, bei den Sherpas genauso wie ganz allgemein bei den im Tourismus arbeitenden Nepali, ein Wandel festzustellen: Die Nepali werden selbstbewusster, wollen mehr Verantwortung übernehmen am Berg, wollen mehr mit-

reden, und wollen natürlich mehr Geld verdienen an den Bergsteigern. Diese Entwicklung ist zu begrüssen, soll sich Nepal unbedingt entwickeln, und mit ihm seine Menschen. Aber die «Emanzipation der Sherpas» schafft auch Probleme, weil andere Macht abgeben müssen, sei es die Regierung, seien es westliche Reiseunternehmer. Und insgesamt wird es noch teurer werden, weil man Menschen nicht mehr zu Hungerlöhnen arbeiten lassen darf. Ein Träger verdient heute knapp 10 Dollar, um eine 25 kg schwere Last in die Höhe zu schleppen. Ohne Versicherungsschutz meistens.

Und wahrscheinlich werden leider auf die Dauer immer mehr Touristen nicht mehr bereit sein, Gebühren zu zahlen und gleichzeitig zu wissen, dass dieses Geld nicht an der richtigen Stelle ankommt.

Eine Tragödie bringt immer viel Leid, und meine Gedanken sind bei Freunden in Nepal, bei unserem verstorbenen Sherpa, der noch an der Himlung Himal unsere Forschungsexpedition begleitet hat.

Aber eine Tragödie bietet auch immer die Möglichkeit, die Dinge zu überdenken, neue Ansätze zu finden, und die Zukunft besser zu gestalten, und somit die Hochträger, Bergführer und Träger bei unserem nächsten Besuch mit grösstem Respekt zu begegnen, aber auch alle nötigen Versicherungen zu finanzieren, und sich vor der Reise Gedanken zu machen, was die Zukunft für die lokalen Freunde vor Ort bringt.

Urs Hefti
(Expeditionsleiter Swiss-Exped-Forschungsexpedition Himlung Himal 2013)

*Sherpas und Climbing-Sherpas:
Die unermüdbaren Helfer am Berg.
Fotos von der Swiss-Exped-Forschungsexpedition am Himlung Himal im Herbst 2013 (Matthias Gutmann)*



«Speleo-Secours Schweiz»: Die Höhlenrettungsorganisation

200 Höhlenretter – immer bereit für den Fall der Fälle

Höhlen sind natürlich entstandene Hohlräume im Boden, welche in der Schweiz am häufigsten durch das Wasser im Kalk oder Dolomit geschaffen wurden. Die typische Landschaftsform mit Dolinen und Senken wird als Karst bezeichnet. Etwa 20 % der Schweiz sind solche Karstgebiete (Teile des Jura, der Voralpen, Nördliche Alpen aber auch inneralpin in Teilen der Ost- und Südostschweiz) und ungefähr ein Viertel der schweizerischen Haushalte werden mit Karstwasser versorgt. (1) In der Schweiz sind aktuell etwa 9'000 Höhlen bekannt. Davon entfallen allein auf die Kantone Bern und Waadt jeweils mehr als 1'500 Objekte. (2)

Es befinden sich nicht nur erstaunlich viele, sondern auch grosse Höhlen in der Schweiz, darunter einige, welche zu den weltweit grössten Höhlensystemen zählen. Im Muotathal (SZ) befindet sich mit dem *Hölloch* das grösste Höhlensystem des Landes mit einer vermessenen Ganglänge

von über 200 Kilometern und einer Höhendifferenz von über 900 Metern. (3) Im Berner Oberland liegt ein weiteres grosses Höhlennetz, das *Réseau der Siebenhengste-Höhlgang*, welches über 157 Kilometer vermessene Höhlengänge und eine Höhendifferenz von über 1300 Metern aufweist. Dieses Höhlensystem verfügt über 35 miteinander verbundene Eingänge und entwässert als natürliches Kanalisationssystem eine Fläche von ungefähr 32 Quadratkilometern. (2)

Neben der Längen- und Horizontalausdehnung unterscheiden sich die Höhlen auch in ihren Gangformen, Grössen und Ausrichtungen. Die Grösse der Gänge, Schlotte und Hallen beeinflusst wesentlich die Fortbewegungsart von Höhenforschern und Rettern (aufrechter Gang, Kriechen, Klettern am Fels, Auf- oder Abstieg am freihängenden Seil, Schwimmen, Tauchen,...) und damit auch die Fort-



Vorbereitung der «Schwarzerbahnre» für den Patiententransport (Foto: SSS)

bewegungsgeschwindigkeit. Das Vorwärtkommen kann in Höhlen gerade in Schächten oder engen Stellen sehr mühsam und kräfteaufwendend sein. Im Vergleich zur Oberfläche kommt man in einer Höhle nur sehr langsam voran.

Ganze Höhlen oder einzelne Gangabschnitte können permanent oder zeitweise mit Wasser geflutet sein (*Siphons*). Mechanismen, welche in Höhlen zu einem Wasseranstieg führen können, sind durch den Laien oft nur schwer oder gar nicht zu erkennen und können bei einem Einschluss hinter einem Siphon sogar zur tödlichen Gefahr werden. Geflutete Höhlengänge sind Höhlentauchern vorbehalten. Forschungsvorstösse in Schächten hinter Siphons gehören zu den anspruchsvollsten und heikelsten überhaupt. Höhlentaucher sind in der Schweiz schon bis Tiefen von -160 Metern und über Tauchstrecken von 930 Metern Länge vorgedrungen. (4) In der Schweiz gibt es etwa 1000 aktive Höhlenforscher welche in aller Regel in regionalen Klubs und der *Schweizerischen Gesellschaft für Höhlenforschung (SGH)* organisiert sind. Höhlenforscher suchen Hohlräume unter dem Boden, richten diese für Begehungen ein, vermessen diese und erstellen Pläne. Auf die Höhlenpläne aufbauend finden eine Vielzahl von weiteren Forschungen und Untersuchungen statt (z.B. Klimaforschung, Paläontologie, Geologie, Bodenstabilität, Siedlungsgeschichte u.v.m.). Für den Höhlenforscher stellen neben den physischen Hindernissen auch die in Höhlen besonderen Umweltbedingungen eine besondere Herausforderung und Belastung dar. Dunkelheit und die «relative Nähe» zur Zivilisation machen besondere Stressfaktoren aus. Zudem ist es mit einer Luftfeuchtigkeit von 90 – 100 % sehr feucht. Die Temperatur liegt mit unter 10° Celsius (sie entspricht der Jahresdurchschnittstemperatur der jeweiligen Höhenlage) nur knapp im Komfort-Bereich und kann ebenfalls ein Problem darstellen. Erkrankt oder verunglückt ein Höhlenforscher, so hat er schlechtere Voraussetzungen für eine Rettung als wenn im das Gleiche an der Oberfläche zugestossen wäre. Bereits banale Verletzun-



Training von medizinischen Interventionen durch Höhlenretter vor Ort – Anlegen von Infusionen (Foto: A.Nauer)

gen oder Erkrankungen können eine aufwändige Rettungsaktion erforderlich machen.

Höhlenrettungen enorm aufwändig

Höhlenrettungsaktionen sind relativ seltene Ereignisse. Seit der Zusammenarbeit mit der *Rettungsflugwacht* (1981) wurden durch die *Speleo-Secours* insgesamt 77 Höhleneinsätze nötig (4). Im Rahmen einer Diplomarbeit konnten für den Zeitraum von 1952 bis 2013 im Zusammenhang mit der Schweiz total 117 Höhlenrettungseinsätze identifiziert werden. (5) Die Höhlenrettung wird in der Schweiz – mit wenigen Ausnahmen – gesamtschweizerisch seit 1973 durch die *Speleo-Secours Schweiz (SSS)* organisiert. Die *Speleo-Secours* gehört zur *Schweizerischen Gesellschaft für Höhlenforschung (SGH)* und ist in acht regionalen Rettungskolonnen organisiert. Diese verfügen über erfahrene Retter und Fachpersonal wie Ärzte, Sprengfachleute, Höhlentaucher oder Pumpenspezialisten welche ihrerseits wiederum in eigenen Kolonnen organisiert sind. Alles sind freiwillige Helfer die ehrenamtlich arbeiten. Seit 1981 werden Rettungseinsätze der

SSS via die Alarmzentrale der Rega über die Notrufnummer 1414 ausgelöst. Die SSS ist auch Mitglied bei den *Kantonal Walliser Rettungsorganisationen (KWRO)* und der *Nationalen Rettungskommission*, arbeitet mit dem SAC, der ARS sowie der *Direktion für Entwicklung und Zusammenarbeit (DEZA)* zusammen und pflegt auch zu weiteren wichtigen Partnern wie der *Schweizerischen Gesellschaft für Notfall- und Rettungsmedizin (SGNOR)* und der *Schweizerischen Gesellschaft für Gebirgsmedizin (SGGM)* engen Kontakt. (4)(6)

Die *Speleo-Secours Schweiz* sorgt auch dafür, dass für Rettungseinsätze adäquates technisches und medizinisches Material vorhanden ist. Ebenso ist dafür gesorgt, dass sich die Retter in Übungen das entsprechende Know-how aneignen und in einer funktionierenden Organisationsstruktur eingegliedert sind.

Das Risiko der Retter klein halten

In den Rettungskolonnen des SSS sind etwas mehr als 200 Höhlenretter organisiert. Sie betreiben in ihrer Freizeit regelmässig Höhlenforschung und verfügen in den Höhlen



Rettungsübung: Patiententransport mit Hilfe der Schwarzerbahre (Foto: A.Nauer)

ihrer Region über gute Ortskenntnisse. Das hilft ihnen, bei einem Einsatz das eigene Risiko möglichst gering halten und adäquat auf Gefahren wie Hypothermie, Absturzgefahr, instabiles Gelände, Wasser, Engstellen und andere Besonderheiten zu reagieren.

Die Ausrüstung der einzelnen Rettungskolonnen ist standardisiert und in der ganzen Schweiz identisch. Somit können alle Höhlenretter überall eingesetzt werden und sie sind mit dem Material vertraut. Zusätzlich zum Standard-Material (Spezialbahre, verschiedene Säcke mit Seilen und technischem Material, Medizinisches Material, Kommunikationsmittel, Markierungen u. a.) gibt es noch weiteres Material wie grosse Zelte, Flexible Bahren, Pumpen, Tauchgehäuse und Arztsäcke die nicht an ganz allen Materialstandorten zur Verfügung stehen aber bei Bedarf beigezogen werden können.

Höhlenrettungen brauchen viel Zeit

Dauert es in der Regel nur schon bis zur Alarmauslösung nach einem Höhlenereignis Stunden, so ist auch der Zeitrahmen von Höhlenrettungen im Allgemeinen ein Anderer als in der sonst üblichen präklinischen Patientenversorgung. Bei Höhlenrettungen wird nicht über Minuten sondern über Stunden und Tage diskutiert.

Kommt es zu einer Rettungsaktion, wird diese durch den Einsatzleiter koordiniert und die Retter werden entsprechend ihrer Verfügbarkeit, Ausbildung und Erfahrung in verschiedene Gruppen eingeteilt, üblicherweise sind dies eine Erste-Hilfe-Gruppe (EHG), eine Kommunikationsgruppe, mehrere Technikgruppen sowie eine Bahrentransportcrew. Je nach Bedarf kommen weitere Spreng-, Tauch- oder Pumpen-Spezialisten dazu. Die EHG versucht dabei so rasch als möglich zum Patienten zu gelangen und diesen zu versorgen. Dabei markiert sie unterwegs zusätzlich den Weg für die nachfolgenden Gruppen. Bis zum Abtransport des Patienten vergehen oft Stunden, weil nicht selten zuerst Hindernisse beseitigt oder mit technischen Einrichtungen versehen werden müssen. Daher

ist es möglich dass medizinische Interventionen und Behandlungen oft sofort und unter erschwerten Bedingungen noch in der Höhle stattfinden müssen. Im Rahmen von Höhlenrettungen können Dinge wie eine frühe Antibiose, das Blasenmanagement, die Wundreinigung oder Dekubitus- und Thromboseprophylaxen neben der adäquaten Kalorienzufuhr eine Rolle spielen.

In den meisten Fällen müssen die Höhlenretter und ihr Patient die Höhle wieder auf dem Selben Weg verlassen, wie sie hereingekommen sind. Alternativrouten gibt es nur selten. Muss eine Person, welche sich hinter einem Siphon befindet, gerettet werden, so ist ein tauchender Bahrentransport durch Höhlentauchspezialisten möglich. (7)

Der beste Rettungseinsatz: Die «verhinderte Rettung»

Bei allen genannten Möglichkeiten ist der beste Höhlenrettungseinsatz wohl jener, der verhindert werden kann. Die Schweizerische Gesellschaft für Höhlenforschung (SGH) sowie die Speleo-Secours Schweiz engagieren sich in der Unfallprävention und Ausbildung von Höhlenforschern. Ein wesentlicher Punkt spielt dabei das Einbinden der Höhlenforscher in die Rettungsorganisation, was das Bewusstsein vor möglichen Gefahren schärft sowie im Falle eines Ereignisses die ersten Helfer vor Ort – nämlich die Tourenpartner – befähigt, möglichst adäquat auf die Situation zu reagieren.



Andreas Nauer, Höhlenretter
Speleo-Secours Schweiz
e-mail: andynauer@gmx.net

Referenzen:

Dieser Text wurde zu einem Grossen Teil aus Passagen der Diplomarbeit des Autors erstellt wo dies nicht anders gekennzeichnet ist. Originalquellen sind im Text angegeben.

- (1) SSKA (2005) Unter unseren Füssen... der KARST, Kalklandschaften kennen und schützen
- (2) Filipponi M., Parriaux. A, Schmassmann S., Jeannen P-Y. (2012) KarstALEA: Wegleitung zur Prognose von karstspezifischen Gefahren im Untertagbau; Schweizerisches Institut für Speläologie und Karstforschung SSKA, Eidgenössisches Departement für Umwelt, Verkehr, Energie und Kommunikation UVEK, Bundesamt für Strassen
- (3) Christen A. (2013) Offizielle Vermessungswerte Arbeitsgemeinschaft Höllochforschung AGH, Stand der Daten: 24.05.2013; Datenbasis auf AGH-Plan/AC
- (4) Wenger R. (2013) Speleo-Secours Schweiz, 30 Jahre Rettungen und Zukunftsperspektiven, Zeitschrift der Schweizerischen Gesellschaft für Höhlenforschung, Stalactite; 63. Jg., N° 2, 2013
- (5) Nauer A. (2014) Notfallmedizin für die Höhlenrettung, Diplomarbeit, Schweizer Institut für Rettungsmedizin Sirmed
- (6) SSS, SGH (2005) Manuel du secouriste – Handbuch für Höhlenretter, Kurs SGH Nr.3, Redaktion: Rémy Wenger, Ausgabe 2005, ISBN 2 88374 014 3
- (7) FFS SSF (2008) Une plongée d'exception, Exercice civière plongée SSF sur 1400 m, Goule de la Tanière, Ardèche, Avril 2008



Schweizerische Gesellschaft für Gebirgsmedizin
Société suisse de médecine de montagne

Einladung zu Generalversammlung 2014 und Jubiläumsfeierlichkeiten

Samstag 8. November 2014

(im Rahmen der 8. Bergrettungsmedizin-Tagung in Interlaken, Aula Sekundarschulhaus)

Generalversammlung –
statutarischer Teil:
12 – 13 Uhr

Traktanden sind ab Anfangs Oktober auf der Homepage der SGGM einzusehen (www.sggm.ch)

Jubiläumsfeierlichkeiten:

15.30 – ca. 17.15 Uhr mit diversen Rednern und Vortrag des Spitzenalpinisten Ueli Steck

Ab ca. 17.15 Uhr Apéro für alle

Ab 17.30 Uhr: Jubiläumsnachtessen

(nur für angemeldete SGGM-Mitglieder -

Anmeldung bis 5. Oktober per Mail an: sekretariat@sggm.ch)



8. Bergrettungsmedizin - Tagung
8. Rencontre suisse de médecine
de sauvetage en montagne
SA 8.11.2014, Interlaken





2. Internationaler Kletterkongress 15.-19. September 2014 Rondo Kongresszentrum Pontresina

Sportklettern, Eisklettern und Bergsteigen fasziniert nicht nur Aktive, sondern auch Mediziner und Wissenschaftler gleichermaßen. Daher bringen wir im Herzen des Berninagebietes zum zweiten Mal Interessierte und Experten aus der Medizin, Physiologie, Sportwissenschaft und dem Ingenieurwesen zusammen, um neuste Erkenntnisse und zukünftige Entwicklungen in folgenden Bereichen zu erörtern:

- 🔗 **Physiologische Aspekte des Sportkletterns und Bergsteigens**
- 🔗 **Verletzungen, Rehabilitation und Prävention**
- 🔗 **Trainingsparadigmen für Breiten-, Nachwuchs- und Spitzensportler**
- 🔗 **Psychologische Komponenten**
- 🔗 **Leistungsdiagnostik und biomechanische Faktoren**
- 🔗 **Ausrüstung und Material**

Gastredner werden u.a. Prof. V. Schöffl (Klinikum Bamberg), Prof. K. Fuss (RMIT University Melbourne), Dr. G. Köstermeyer (Universität Erlangen-Nürnberg) und Prof. L. Vigouroux (Aix-Marseille Université) sein - und auch Euer Beitrag ist herzlich willkommen.

Der Kongress wird abgerundet durch Vorträge über jüngste Expeditionen von Alpinisten und Forschern, u.a. der Swiss-Exped Expedition am Himlung Himal 2013. Und auch wir werden aktiv: Nebst einem geleiteten Bouldertraining ist die Besteigung des Piz Palü geplant.

Wir freuen uns, Euch in Pontresina begrüßen zu dürfen,
Mit sportlichen Grüßen
Urs Hefti, Andreas Schweizer, Urs Stöcker und Peter Wolf

Details und Anmeldung unter www.climbing.ethz.ch

Unterstützt durch:



uniklinik
balgrist

ETH zürich



SwissSportClinic
Beyond Motion



Internationaler Kletterkongress in Pontresina (15. bis 19. September 2014)

«Klettern heisst mehr als Bewegung an Fels und Eis»

Vom 15. Bis 19. September 2014 findet in Pontresina der 2. Internationale Kletterkongress statt. Fachleute aus der ganzen Welt geben einen aktuellen Einblick über die medizinischen und technischen Entwicklungen in der boomenden Sportart und bringen Sport, Medizin, Psychologie, Materialwissenschaft und Ingenieurs-Kunst unter einen Hut. Ein Interview mit dem Mit-Initianten Andreas Schweizer (Klinik Balgrist Zürich).

Andreas Schweizer, welches sind die Hauptziele des internationalen Kletter- und Bergsport-Kongress in Pontresina für Dich als Mitinitiant und Organisator?

Andreas Schweizer: Das Interesse der «International Rock Climbing Research Association» (IRCRA) und ihrer Mitglieder ist es, Forschende verschiedener Richtungen (Trainingsphysiologie, Biomechanik, Engineering, Materialwissenschaft, Medizin, Psychologie) mit dem gemeinsamen Nenner Klettersport zusammenzubringen und so aktuelles Wissen und Erfahrungen austauschen zu können. Gleichzeitig stellt es eine der wenigen Möglichkeiten dar, sich gegenseitig kennen zu lernen und gemeinsame Forschungsprojekte zu planen.

Im Zentrum stehen die unterschiedlichsten Themen, die alle eine Gemeinsamkeit haben: Ihre Verbindung zum Klettersport. Dazu gehören zum Beispiel Trainingsphysiologie und Biomechanik, Sicherungstechnik und Material

aber auch Medizin und Verletzungen sowie psychologische Aspekte des Kletterns. Somit sind auch Teilnehmer verschiedenster Richtung angesprochen. Es sind dies nicht nur Forscher, sondern auch Physiotherapeuten, Trainer, Psychologen, Ärzte, Ingenieure usw.

Weiter werden wir auch selber sportlich aktiv sein und klettern gehen, falls das Wetter passt auch eine alpine Tour unternehmen. Um den Bezug zur Praxis wahren zu können, wird auch der Dialog zu Spitzenkletterern gesucht, welche wir für Vorträge und Diskussion eingeladen haben.

Welche Bedeutung hat der Kongress international?

Die international gut vernetzte Gruppe trifft sich drei Jahre nach dem ersten Kongress in Neuseeland nun in Pontresina. Wir sind nicht zuletzt aufgrund unseres spannenden Programms überzeugt, dass das Interesse gross und die Präsenz am Kongress attraktiv sein wird.

Wo liegen die besonderen Schwierigkeiten beim Aufbau einer so grossen Veranstaltung mit internationaler Ausstrahlung?

Bei der ersten Austragung in Neuseeland war ich lediglich Besucher und Redner, ich konnte mich also gut zurücklehnen. Jetzt sind wir zusammen mit Peter Wolf (ETH Zürich), Urs Stöcker (Nationaltrainer Sportklettern) und Urs

Fortsetzung Seite 19

EINLADUNG ZUR BUCHVERNISSAGE

BUNG

Freitag, 16. Mai 2014 um 18.30 Uhr
Alpines Museum Bern, Helvetiaplatz 4

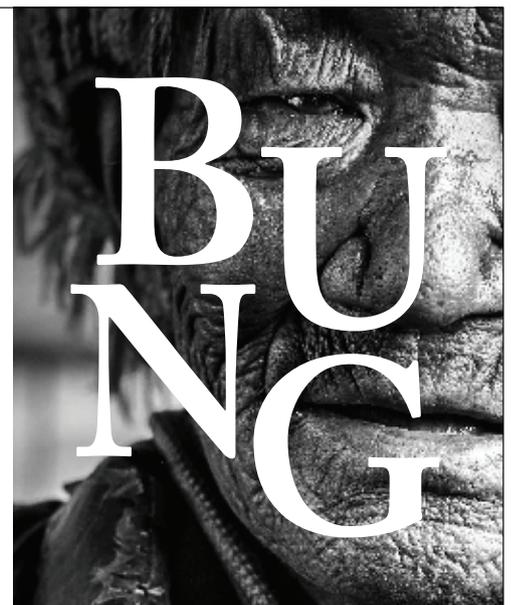
Im Dezember 2013 führte das PLNN Pasang Lhamu – Nicole Niquille Hospital Lukla, Nepal und die Alpine Rescue Foundation, Zermatt im Rahmen des Projekts LUHMA (Lukla Helicopter Medical Assistance) ein Health Camp in Bung durch.

Ziel des Health Camps war es, der teils in ärmlichen Verhältnissen lebenden Bevölkerung der «Bung Area», medizinische Versorgung durch Ärzte des Spitals zukommen zu lassen. In den zwei Tagen fanden sich über 700 Menschen aus Bung und Umgebung im Camp ein um sich medizinisch behandeln zu lassen.

Im Rahmen ihres Engagements für das Spital von Nicole Niquille haben Rob Lewis (Fotograf) und Rolf Loepfe (Kommunikation) das Health Camp in Bung fotografisch und textlich dokumentiert. Während des Camps sind in einem improvisierten Fotostudio 60 Portraits von Patienten entstanden.

Im Kunstband BUNG werden Portraits von Rob Lewis und Texte von Rolf Loepfe zu einem Ganzen vereint.

Zu Gast: Nicole Niquille, Fondation Nicole Niquille | Bruno Jelk, Air Zermatt / Alpine Rescue Foundation | Dr. Monika Brodmann, Projektleiterin LUHMA



BUNG Kunstband (280 x 245 mm)
104 Seiten mit Schuber | 28 Portraits mit Lyriktexten

Um Anmeldung wird gebeten: info@jethamaila.ch

Jetha
maila

Lauteraarhütte

2393 mÜM



Bei uns treffen sich:

- Wanderer
- Bergsteiger
- Kletterer
- alle, welche die wunderschöne Natur und die imposante Bergwelt erleben möchten

Achtung: Neuer einfacherer Hüttenweg!

Wir freuen uns auf euren Besuch

Katrin und Heinz Müller

Telefon Hütte: +41 (0)33 973 11 10

www.lauteraarhuetten.ch

lauteraar@sac-zofingen.ch

Tierberglhütte



Eure Hütte am Sustenpass für Ausbildungen in Fels & Eis, Hochtouren, Skitouren, Gletschertouren und Wanderungen

Die Hütte für Bergsteiger, Tourengänger, Klettersteiggeher, Gipfelstürmer, Wanderer, Naturfreunde, Geniesser...

Auf Euren Besuch freuen sich Hampi & Tina Imboden

www.tierbergli.ch

info@tierbergli.ch

Telefon Hütte: +41(0)33 971 27 82

Telefon Privat: +41(0)33 822 62 22

Hefti (Swiss Sport Clinic) eine motivierte und tatkräftige Mannschaft und können die vielfältigen Aufgaben gut aufteilen. Trotzdem muss an jedes Detail, vom Pausensnack über den funktionierenden Beamer bis zur Planung der Hochtour, gedacht werden.

Wie gestaltet sich die Suche nach den Referenten?

Wir sind sehr zufrieden. Wir hatten keinerlei Probleme, auch international bekannte Forscher für einen Auftritt in Pontresina zu gewinnen. Noch ist offen, wie viele freie Beiträge dazu kommen werden. Die Eingabefrist läuft am 1. Juli ab.

Was wird im Engadin anders sein als bei der ersten Austragung in Neuseeland?

Obschon Neuseeland ein aussergewöhnlich schöner Ort ist, dürfte Pontresina für viele vor allem aus Europa leichter erreichbar sein, sodass wir mit mehr Teilnehmern rechnen dürfen. Wie bei der ersten Austragung dauert auch der Kongress in Pontresina eine Woche. Das erlaubt es uns,

neben Theorie und Forschungsalltag auch Outdoor-Aktivitäten anzubieten. Neben einem geleiteten Bouldertraining ist auch die Besteigung des Piz Palü geplant.

Auf was freust Du Dich am meisten?

Besonders freue ich mich die Kollegen vom Kongress in Neuseeland wieder zu treffen, Freundschaften aufzufrischen und neue zu knüpfen. Für mich als Mitorganisator steht natürlich im Vordergrund, dass etliche namhafte Forscher sofort ihre Teilnahme zugesagt haben und wir dem Publikum hochkarätige Vorträge bieten können. Das Zusammenkommen und Austauschen von Forschern aus verschiedenen Richtungen ist für mich besonders interessant und anregend, da unterschiedliche Blickwinkel und Betrachtungsweisen neue Ideen und Projekte kreieren.

Details und Anmeldung: www.climbing.ethz.ch

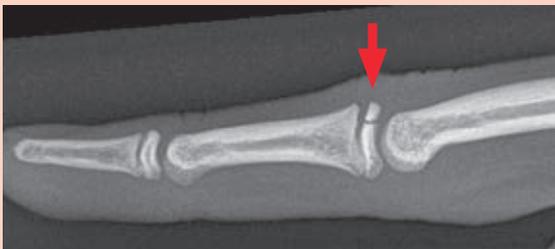
Interview: Tommy Dätwyler

Kletterkongress in Pontresina

Über was wird referiert? Einige Beispiele:

Ermüdungsbruch der Wachstumsfugen bei jugendlichen Kletterern.

Diese Verletzung kommt praktisch nur beim Klettersport vor und war bislang weitgehendst unbekannt.



Nicht erkannt und ohne Behandlung kann ein schwerer Gelenkschaden die Folge sein. Wir zeigen was man machen muss.

Magnesium im Klettersport

Bringt der Gebrauch von Magnesium beim Klettern auch objektiv gesehen Vorteile? Untersuchungen über das Reibungsverhalten zwischen Haut und Fels beeinflusst durch Magnesiumanwendung zeigt, dass mit Magnesium zwar die Haut besser trocken gehalten wird aber durch «die Verschnitzung des Fels» der Reibungskoeffizient deutlich verkleinert wird.

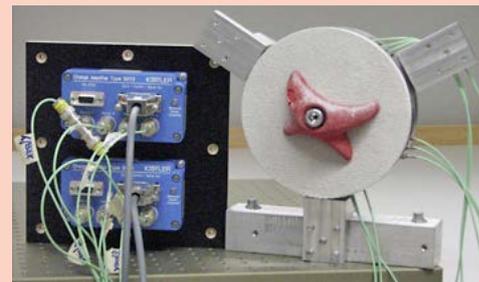
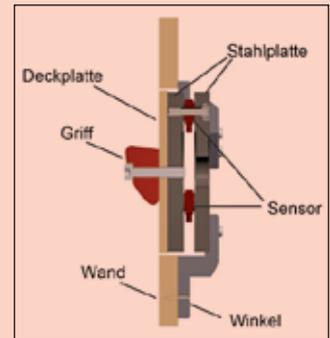


Maximalkrafttraining

Beim Maximalkrafttraining der Fingerkraft kann mit einer Periodisierung (1. Phase mit progressiver Zusatzlast, 2. Phase mit stufenweiser Verkleinerung des Griffes) ein optimaler Kraftzuwachs erzielt werden.

Instrumentierte Klettergriffe

Sensoren, die an die Rückseite von Kletterwänden montiert werden, erlauben das Erfassen der Interaktionskräfte zwischen Kletterer und beliebigen Griffen/Tritten, und somit eine kletterspezifische Leistungsdiagnostik.



On-sight und top-rope

Während Hobbykletterer deutlichen Stress beim Vorstieg verspüren, konnte bei Elitekletterern kein Unterschied der Stressfaktoren (O₂-Verbrauch, Kortisolspiegel, Pulsrate, Blutlaktat) gemessen werden.



Kontakt:
 PD Dr. med. Andreas Schweizer
 Leitender Arzt Handchirurgie
 Forchstrasse 340
 CH-8008 Zürich
andreas.schweizer@balgrist.ch

100 PROZENT SCHWEDISCH



Roc High Q Jacket



Rando Q Flex Pant



Essens II Q Down Jacket

HAGLÖFS ist offizieller
Ausrüstungspartner
der «SGGM».



ACE alpine & climbing
equipment AG
Postfach 62
8873 Amden
info@acesport.ch
Tel. 055 611 61 61

www.haglofs-swiss.ch



HAGLÖFS

«An zahlreichen Operationen beteiligt»

Monika Brodmann (52) gehört zu den Gründungsmitgliedern der SGGM und hat das Kurswesen der SGGM als langjährige Basiskurs-Verantwortliche wesentlich mitgeprägt. Sie engagiert sich im In- und Ausland im Bereich Ärzte-Ausbildung, Gesundheitsversorgung und Höhenmedizin.

Forum Alpinum: Was ist in deinem Geburtsjahr geschichtsträchtiges passiert?

Monika: International war sicher die Kubakrise das prägende Ereignis. Und an meinem Geburtstag wurde das Volksbegehren «Verbot von Atomwaffen» bachab geschickt. Vielleicht war das der Grund, warum ich es bis in den internationalen Vorstand der «International Physicians for the Prevention of Nuclear War» schaffte und damit einen Mikroanteil an einem Friedensnobelpreises habe.

Wie riecht es, wenn Du an Deinem Arbeitsplatz das Fenster öffnest?

Ich rieche den typischen Stadtgeruch, zur Zeit kombiniert mit einer Beinote von frisch angemachtem Beton und aufgeworfener Erde. Und hin und wieder mischt sich etwas Kerosen-Duft in diese Kombination.

Wer macht in Deinem Haushalt die Einkäufe?

Sowohl mein Mann als auch ich. Was manchmal dazu führen kann, dass wir beide das Gleiche einkaufen und dummerweise auch hin und wieder das Gleiche vergessen einzukaufen.

Was liegt auf Deinem Nachttisch?

Zur Zeit das Buch «Der letzte Mensch» von Albert Camus, das wir im nächsten Literaturzirkel besprechen werden sowie das Buch von Nicole Niquille «Et soudain une montagne dans le ciel», das im übrigen auch auf Deutsch herausgekommen ist.

Ein unvergesslicher Höhepunkt in Deinem Leben?

Da gibt es viele, gute und belastende. Aber mein letzter unvergessliche Augenblick war das erste sogenannte Medical Camp von LUHMA (Lukla Helicopter Medical Assistance) im letzten Dezember in Bung in Nepal: Ein Platz draussen mit rund zweihundert Nepali, vor allem Rai, die auf die nepalesischen ÄrztInnen vom Spital Lukla warten. Die Einwohner der Region hatten seit 18 Jahren keinen Arzt mehr gesehen.

Wann stellst Du Dein Handy ab?

Es ganz abzustellen ist heikel, da ich immer wieder Zugangscodes vergesse. Die Stummtaste verwende ich aber häufig und gerne, wenn ich nicht gerade Hintergrunddienst habe.

Wie alt sind Deine Skier im Keller?

Meine Tourenskier sind mindestens vier Jahre alt.

Was suchst Du, wenn Du in den Bergen unterwegs bist?

Die Einfachheit des Lebens und die Möglichkeit, mich auf nur eine einzige Sache ganz konzentrieren zu können.

Deine letzte Berg- oder Skitour?

Keine eigentliche Bergtour, aber ebenso anstrengend: Letzten Dezember ein viertägiges Trekking im Khumbu in Nepal von Lukla nach Bung mit mehreren Pässen bis zu 3600 m und Abstiegen und Wiederaufstiegen von über tausend Höhenmetern.

Ein Grund, weshalb Du bei der SGGM bist?

Ich bin Gründungsmitglied der SGGM und finde die Organisation nach wie vor aktiv und engagiert. Dank der Kurse, wo viele neue Mitglieder geworben werden, ist die SGGM sehr jung geblieben. Die SGGM ermöglicht mir, Beruf und Hobby zu kombinieren.

Ein Grund, weshalb Andere dies werden sollten?

Weil es einfach eine gute Organisation ist mit guten Angeboten und spannenden Personen, die mitmachen.

Deine Funktion in der SGGM?

Als «Medical Educator» bin ich bin zur Zeit noch die Hauptverantwortliche der deutschsprachigen Basiskurse und innerhalb des Vorstandes verantwortlich für die Ärztekurse.

Kontakt: Monika Brodmann Maeder, Dr. med (Uni Bern)

e-mail: mobro@bluewin.ch





PRÜFSTEIN.

Je spektakulärer der Plan, desto wichtiger die Qualität der Ausrüstung. 28 Top-Alpinisten wurden eingeladen, am Ago del Torrone das Equipment live zu prüfen. Fazit: Qualität und Funktionalität top. Selbst unter härtesten Bedingungen vereint das umfangreiche alpine Angebot von Mammut Sicherheit und maximalen Komfort. Mehr entdecken: www.mammut.ch



Phoenix



Trion Guide



Monolith GTX® Men



MAMMUT
Absolute alpine.

Datum	Anlass	Kosten/Diverses	Infos/Anmeldung
Freitag, 16. Mai 2014 18.30 Uhr	Buchvernissage BUNG (Rob Lewis/Rolf Löpfle) Alpines Museum Bern (Helvetiaplatz 4) Projekt LUHMA – Lukla Helicopter Medical Assistance (PLNN – Nicole Niquille Hospital Lukla und Alpine Rescue Fondation , Zermatt)	Kosten: keine	auf Anmeldung: info@jethamaila.ch
Sonntag, 25. – Samstag, 31. Mai 2014	X World Congress on High Altitude Medicine and Physiology Bozen/Italien	Siehe Seite 20/21	www.ismm2014.org/Pages/default.aspx
Mittwoch, 25. – Sonntag, 29. Juni 2014	Höhenmedizinkurs im Expeditionsstil Akkreditierter Kurs zur Erlangung des Diploms «Wilderness and Expedition Medicine» der UIAA-ICAR-ISMM Teilnehmer: Ärzte, cand. med. Kursinhalt: Theoretische und praktische Kenntnisse im Bereich der Höhen- und Expeditionsmedizin	Programm folgt Hochtourenausrüstung und Erfahrung erforderlich	Ort: Engadin (Diavolezza-Hütte), CH Information, Programm und Anmeldung unter www.sggm.ch
Samstag, 13. – Freitag, 19. September 2014	Gebirgsärzte-Basiskurs Sommer Steingletscher	Fr. 1850.– Stud. Fr. 1500.–	Infos/Anmeldung: www.sggm.ch www.mountainmedicine.ch
Montag, 15. – Freitag, 19. September 2014	2. Internationaler Kletter- und Bergsportkongress Pontresina, Switzerland Kongresszentrum Rondo		Details und Anmeldung: www.climbing.ethz.ch
Samstag, 8. November 2014	8. Bergrettungs-Medizin-Tagung Interlaken Aula Sekundarschulhaus Interlaken	Kosten: keine (Call for Papers – Deadline: 31.8.2014 per Email an bd@caremed.ch)	Infos unter: www.climbing.ethz.ch Keine Anmeldung nötig
Samstag, 8. November 2014 12.00 – 13.00 Uhr 15.30 – 17.30 Uhr ab 17.30 Uhr	Generalversammlung SGGM 2014 (statutarischer Teil im Rahmen der 8. Bergrettungsmedizin-Tagung) Jubiläumsfeierlichkeiten 20 Jahre SGGM mit diversen Rednern, Vortrag Ueli Steck und Apéro (im Rahmen 8. Bergrettungsmedizin-Tagung) (Details folgen) Jubiläum 20 Jahre SGGM: Essen für SGGM-Mitglieder (auf Anmeldung)	Kosten: keine	Ort: Aula Sekundarschulhaus Interlaken Anmeldung (nur für Nachtessen nötig): Sekretariat@sggm.ch
Samstag, 15. – Donnerstag, 20. März 2015	Refresher/Advanced-Kurs Winter (Ort noch nicht bekannt)	Fr. 1600.–	Infos/Anmeldung: www.sggm.ch
Samstag, 22. – Freitag, 28. März 2015	Gebirgsärzte-Basiskurs Winter Andermatt	Fr. 1850.– Stud. Fr. 1500.–	Infos/Anmeldung: www.sggm.ch www.mountainmedicine.ch
Samstag, 5. – Freitag, 11. September 2015	Cours de médecine de montagne module été	Fr. 1850.– Stud. Fr. 1500.–	Infos/Anmeldung: www.sggm.ch
Samstag, 12. – Freitag, 18. März 2016	Cours de médecine de montagne module hiver	Fr. 1850.– Stud. Fr. 1500.–	Infos/Anmeldung: www.sggm.ch

LOWA
simply more...



EIN GIPFELSTÜRMER MIT WIDERSTANDSKRAFT.
MIT TECHNISCH ÜBERLEGENEN DETAILS.



Weisshorn GTX® | Alpin www.lowa.ch