



**SGGM | SSMM**

Schweizerische Gesellschaft für Gebirgsmedizin  
Société Suisse de Médecine de Montagne  
Società Svizzera di Medicina di Montagna

---

## Gebirgsärzte-Basiskurse SGGM-SSMM 2026

### Sommer & Wintermodul Deutsch

Dr. med. Edith Oechslin und Dr. med. Marc Maurer, Kursleiter Winter

Dr. med. Isabel Danoth und Dr. med. Melina Tatalias, Kursleiterinnen Sommer

Die zwei sich thematisch ergänzenden Kurse finden jedes Jahr Ende Winter und Ende Sommer statt. Die Teilnehmerzahl schwankt zwischen 50 und 56 pro Kurs. Nebst Ärztinnen und Ärzten nehmen gelegentlich auch RettungssanitäterInnen oder SportphysiotherapeutInnen teil. Die technische Ausbildung erfolgt in Gruppen von sechs Teilnehmenden, die durch einen Bergführer geleitet werden. Als Basis dienen die SAC-Bücher Bergsport Sommer und Winter. Das Programm wird jeweils am Abend vorher im Kurskader abgesprochen und dem Wetter angepasst. Nebst allgemeinen alpintechnischen Ausbildungen stehen rettungstechnische Aspekte im Vordergrund (improvisierte Rettungen, Vorgehen bei Lawinenunfällen, etc.). Die bergmedizinischen Theorien werden durch die Kursleitung und externe Referenten vermittelt. Im Sommer werden schwergewichtig die Themen Höhe, Expeditionen, Traumatologie inklusive Sportklettern sowie Beratung für Bergsportler behandelt. Der Winterteil behandelt Themen wie Kälte, Lawinen sowie sportmedizinische Aspekte. Nebst der kompletten Teilnahme an beiden Kursteilen, Bestehen der theoretischen Prüfungen und der praktischen Voraussetzungen gemäss Anforderungsprofil, braucht es mind. 20 zusätzliche Credits (entsprechen z.B. einem weiteren 4-tägigen Zusatzkurs) zur Erlangung des „International Diploma in Mountain Medicine“. Alle weiteren Kursmodule der SGGM bauen auf diese Basiskurse auf.

#### Kursdaten und –orte 2026

Winterteil: 07.-13. März 2026 in Disentis

Sommerteil: 12.-18. September 2026 im Steingletscher

#### Preis Kurse 2026

CHF 1950.00 (SGGM-Mitglieder), CHF 2000.00 (Nicht-Mitglieder)

#### Voraussetzungen für die Kursteilnahme

Allgemein: gute Kondition, Schwindelfreiheit.

**Winterkurs:** **Sicheres Skifahren im freien Gelände (mind. Stemmschwung).** Grundkenntnisse Lawinen.

**Sommerkurs:** Grundkenntnisse in Seiltechnik, Klettern im 3. Schwierigkeitsgrad und Steigeisengehen.

#### International Diploma in Mountain Medicine bzw. International Certificate in Mountain Medicine

Für die Erlangung des Diploms gibt es ein Creditsystem, es wird gefordert: Vollständiger Kursbesuch Sommer und Winter, Bestehen der beiden theoretischen Prüfungen und Erfüllen der praktischen Anforderungen (es gibt Credits für die technischen Anforderungen pro Grundkurs). Die nicht-bestandenen technischen Credits können auch in einem anderen Kurs, zB im Höhenmedizinkurs oder im Refresherkurs nachgeholt werden können.

Zur Erlangung des Diplomes braucht es nach Abschluss der Grundkurse noch den Besuch mind. eines zusätzlichen Kurses der SGGM. Skifahren ist nicht mehr Voraussetzung zur Erlangung des Diplomes, es gibt einen Eintrag im Logbuch, Kurs mit Ski bestanden. Der Kurs darf auch mit Splitboard besucht werden,



---

zur Erlangung des Eintrages „mit Ski bestanden“ muss der Teilnehmer aber zwingend 2 Tage mit Skiern unterwegs gewesen sein.

## Credits (Stand 2026)

SGC: 20 Credits Winter und Sommer  
SGAIM: 9/10 kernspezifische Forbildungscredits Winter und Sommer  
SGNOR: 36 Credits Winter und Sommer  
SEMS : 13/18 Credits Winter und Sommer  
SSAPM: 15 Credits Winter und Sommer

## Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt über die Homepage der Schweizerischen Gesellschaft für Gebirgsmedizin SGGM [www.sggm-ssmm.ch](http://www.sggm-ssmm.ch). Die Kursadministration erfolgt über das Sekretariat der SGGM, wobei deren Allgemeine Geschäftsbedingungen verbindlich sind. Die Anmeldung ist definitiv mit dem Abschicken der Anmeldung und wird durch das Kurssekretariat bestätigt.

## Gebirgsärzte-Basiskurse SGGM-SSMM Sommermodul Deutsch

### 1. Praktische Ausbildung im Gelände/Workshops

#### 1.1. Alpintechnik

Bergausrüstung, objektive und subjektive Gefahren im Gelände, Karten-, Kompasskunde, Routenwahl, sicheres Fortbewegen im Gelände, Knoten, Anseilen Fels, Anseilen Gletscher, Seilverkürzung, Auf- und Absteigen in Fels und Eis (Steigisen), verschiedene Möglichkeiten der Sicherung und Selbstsicherung, Verankerungen im Fels und Eis, Abseilen, Anwendung auf Touren in entsprechenden Schwierigkeitsgraden, mind. Vorsteigen im 3. Schwierigkeitsgrad.

#### 1.2. Rettungstechnik

Improvisierte Rettung in der Seilschaft: Abseiltechnik, Flaschenzug, Spaltenrettung. Organisierte Rettung: Terrestrisch, grosse Abschlussübung am Ende des Kurses. Helikopterrettung: Alarmierung, Möglichkeiten und Grenzen, Einweisung, Heli-Demonstration mit Windentechnik. Möglichkeiten und Grenzen der med. Erstversorgung am Unfallort, improvisierte Expeditionsmedizin. **Die alpin- und rettungstechnische Ausbildung basiert auf dem SAC-Buch Bergsport Sommer.**

#### 1.3 Workshops

Praktische Expeditionsmedizin, traumatologische Fallbeispiele, KED, Sam Splint, Navigation im Gebirge, Ausrüstung allgemein, Vorbereitung auf Sportklettern, die Rucksackapotheke, Erfahrungsaustausch, etc.

### 2. Theorien

Siehe auch Wochenprogramm:

- Höhenmedizin-Basics
- Aktuelle Forschung in Gebirgsmedizin
- Höhenmedizin: Beratung in der Praxis
- Höhenmedizin: Fallbeispiele
- Expeditions- und Trekkingmedizin
- Alpine Sportunfälle
- Rettungsmedizin Traumatologie
- Terrestrische Rettung und Luftrettung
- Material (Seiltypen etc.) und Physik



- 
- Verschiedenes (Blitz, Sonne, Schlangen etc.)

### 3. Technische Anforderungen für das Erlangen des International Diploma in Mountain Medicine

- Komplette Teilnahme am Sommerkurs inkl. allen Theorien
- Soziale Integration in einer Gruppe
- Kondition für eine Ausbildungswoche mit Tagesstouren von 5 bis 7 Std.
- Sicheres Gehen und Verhalten in alpinem Gelände
- Kenntnisse über Alarmierung, Rettung und Abtransport
- Standortbestimmung auf der Karte und im Gelände
- Beherrschung der notwendigen Knoten und Seiltechniken
- Verankerungen und Standplätze im Fels, Eis und Schnee
- Kenntnisse der alpinen Gefahren
- Sicheres Gehen mit Steigeisen und Pickel
- Abseilen in Fels und Eis
- Sicheres Klettern im Vorstieg mit Bergschuhen im 3. Grad

## Gebirgsärzte-Basiskurse SGGM-SSMM Wintermodul Deutsch

### 1. Praktische Ausbildung im Gelände, Vorträge, Workshops

#### 1.1. Alpintechnik

Objektive und subjektive Gefahren im winterlichen Gelände, Karten-, Kompasskunde, prakt. Schne- und Lawinenkunde, Routenwahl, sicheres Fortbewegen in allen Schneeverhältnissen (mind. Stemmschwung mit Skiern, alternativ Schneeschuhe erlaubt), Überleben im Winter

#### 1.2. Rettungstechnik

Lawinenrettung auf Niveau Kameradenhilfe und organisierter Rettung, prakt. Arbeiten mit Verschüttetensuchgeräten, Sondierstangen und Schaufeln, ärztliche erste Hilfe und Triage auf dem Lawinenfeld, Abtransport improvisiert und mit Helikopter, Alarmierung, Funk, Möglichkeiten, Grenzen und Handling des Helikopters, Zielspital.

#### 1.3 Workshops

Praktische Lawinenrettung, traumatologische Fallbeispiele, Sam Splint, Navigation im Gebirge, Ausrüstung allgemein, die Rucksackapotheke, Erfahrungsaustausch, etc.

Die alpin- und rettungstechnische Ausbildung basiert auf dem SAC-Buch Bergsport Winter.

### 2. Theorien

Siehe auch Wochenprogramm:

- Lawinentheorie, das 3x3 der Lawine, LVS-Suche, Entstehung des Lawinenbulletins
- Kälte, Allgemeine Unterkühlung im Gebirge, lokale Erfrierungen
- Hypothermie, Lawinen
- Hypothermie Fallbeispiele
- Präklinische Analgesie
- Meteorologie
- Erstversorgung im Gelände
- Frauen und Kinder in der Höhe
- Juristische Fragen
- Aussergewöhnlicher Todesfall
- Stressmanagement



**SGGM | SSMM**

Schweizerische Gesellschaft für Gebirgsmedizin  
Société Suisse de Médecine de Montagne  
Società Svizzera di Medicina di Montagna

---

### **3. Technische Anforderungen für das Erlangen des International Diploma in Mountain Medicine**

- Komplette Teilnahme am Winterkurs inkl. allen Theorien
- Soziale Integration in einer Gruppe
- Kondition für eine Ausbildungswoche mit Tagestouren von 5-7 Std
- Meteorologische Grundkenntnisse
- Standortbestimmung auf der Karte und im Gelände
- Beherrschung der notwendigen Knoten und Seiltechniken
- Verankerungen und Standplätze im Fels, Eis und Schnee
- Kenntnisse der alpinen Gefahren