



# Höhenmedizinischer Intensivkurs für Ärzte

## Teil 2: Sommerkurs

Alpin Center Hotel Steingletscher

Sustenpass, Schweiz

**20. – 26. August 2016**

**Leitung:** Prof. em. Dr. med. P. Bärtsch

Universität Heidelberg



**DGSP**

Deutsche Gesellschaft  
für Sportmedizin und  
Prävention · seit 1912  
(Dt. Sportärztebund) e.V.  
(Landesverband Nordbaden)

## Kursanerkennung durch ISMM, UIAA und IKAR



# Certificate for Courses in Mountain Medicine

This is to certify that the courses in Mountain Medicine organised by:

**Nordbadischer Sportaerztebund**

are in accordance with the minimum requirements of the Medical Commissions of Union Internationale Des Associations D'alpinisme (UIAA) and International Commission for Alpine Rescue (ICAR), and the International Society for Mountain Medicine (ISMM). The organisation is entitled to use the UIAA, ICAR and ISMM logos for their courses for four years from **January 2012**, and award the title UIAA/ICAR/ISMM Diploma/Certificate in Mountain Medicine to successful candidates as set out in the Diploma in Mountain Medicine regulations agreed in Aviemore, Scotland in October 2007.

Signed:

Handwritten signature of Dr Buddha Basnyat.

Dr Buddha Basnyat M.D.  
President  
UIAA Medcom

Handwritten signature of Dr Fidel Elsensohn.

Dr Fidel Elsensohn M.D.  
President  
ICAR Medcom

Handwritten signature of Dr Marco Maggiorini.

Dr Marco Maggiorini MD  
President  
ISMM

## Höhenmedizinische Intensivkurse

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

der höhenmedizinische Intensivkurs wird für approbierte Ärzte ausgerichtet. Er soll Grundlagen in Physiologie, Pathophysiologie und klinischen Aspekten (Training, Prävention und Therapie) der Berg- und Höhenmedizin vermitteln. In zwei Kursen werden die wichtigsten Disziplinen des Bergsportes berücksichtigt:

- Bergwandern/Trekking
- Skitouren
- Hochtouren in Fels und Eis
- Alpines Klettern
- Sportklettern

Im Sommerkurs werden den Teilnehmern praxisnah relevante Kenntnisse zu medizinischen Aspekten, Training und Leistungsfähigkeit für die Bereiche Sportklettern und Sommertouren in Fels und Eis vermittelt. Im Winterkurs werden Höhenakklimatisation, Höhenkrankheiten und Höhentauglichkeit von Patienten sowie Lawinenkunde behandelt.

Die höhenmedizinischen Intensivkurse vermitteln praktische und theoretische Grundlagen der Berg- und Höhenmedizin. Sie sind aber nicht in der Lage, die Teilnehmer zu qualifizierten Expeditions- oder Bergrettungsärzten/innen auszubilden. Dazu sind nebst gutem alpinistischem Können und Erfahrung weiterführende Spezialkurse notwendig, wie sie z. B. durch die Bergwacht (Bergrettung) oder durch die Deutsche Gesellschaft für Berg- und Expeditionsmedizin (Expeditionsarzt) angeboten werden.

Bei der Zusammenstellung des Programms wurde auf ein ausgewogenes Verhältnis von Theorie und Praxis Wert gelegt. Das Curriculum beider Kurse zusammen entspricht den Anforderungen, die von der International Society for Mountain Medicine sowie von der Union Internationale des Associations d'Alpinisme (UIAA) und von der Internationalen Kommission für Alpine Rettung (IKAR) zur Ausbildung in Höhenmedizin gestellt werden.

## Höhenmedizinische Intensivkurse

Nach Absolvierung beider Kurse kann deshalb approbierten Ärzten ein *internationales Diplom*, das von der ISMM, UIAA und IKAR anerkannt wird, ausgestellt werden, sofern die fakultativen Prüfungen, die jeweils am Ende jedes Kurses durchgeführt werden, bestanden wurden.

Pro Kurswoche können deutschen Ärztinnen und Ärzten etwa 24 Stunden Sportmedizin (Kategorien im Kursprogramm aufgeführt) und 24 Stunden sportmedizinische Aspekte des Sports (Kategorie 8) zur Erlangung des *Zusatztitels Sportmedizin* anerkannt werden.

Für die *ärztliche Fortbildung* werden von den zuständigen Landesärztekammern auf Antrag maximal 33 CME-Punkte als Fortbildung im Ausland angerechnet.

Die alpinistischen Techniken werden durch Bergführer des Ausbildungsteams des Deutschen Alpenvereins in Gruppen vermittelt, die nach Leistungsklassen abgestuft sind, so dass Vorkenntnisse und Können adäquat berücksichtigt werden können. Die Mindestanforderungen für beide Kurse sind eine ausreichende Kondition für Tages-touren. Für den Winterkurs ist zusätzlich gutes skifahrerisches Können auf der Piste Voraussetzung. Erfahrene Snowboarder können ebenfalls am Kurs teilnehmen. Für den Sommerkurs wird Trittsicherheit im Gelände und Schwindelfreiheit vorausgesetzt.

Bei der praktischen bergmedizinischen Ausbildung liegt der Schwerpunkt in der Vermittlung von Rettungstechniken, die unmittelbar vor Ort mit improvisierten Mitteln durchgeführt werden und welche eingesetzt werden können, bevor die organisierte Rettung (Rettungskolonnen, Hubschrauber) eintrifft. In der theoretischen Ausbildung werden fundierte Kenntnisse, die zur korrekten Bewältigung von medizinischen Problemen im Gebirge sowie zur Betreuung und Beratung von Bergsteigern oder Patienten bezüglich Risiken einer Höhenexposition nötig sind, vermittelt.

*Prof. em. Dr. med. P. Bärtsch*

## Informationen zum Sommerkurs

### **Veranstalter:**

Sportärztebund Baden, Landesverband Nordbaden  
Langgewann 91, 69121 Heidelberg

### **Leitung:**

Prof. em. Dr. med. P. Bärtsch  
Wibichstrasse 85  
8037 Zürich

### **Anmeldung:**

Herr Leif Andersson, **AMS** medical services GmbH,  
Robert-Koch-Str. 2, 82152 München-Planegg; Tel. 089 – 217 65 202;  
e-mail: [kontakt@ams-die-akademie.de](mailto:kontakt@ams-die-akademie.de); Fax 089 – 217 65 204

Nur schriftliche Anmeldungen mit vollständig ausgefüllten Unterlagen, die Sie per Fax, Email oder Post zustellen können, werden in Reihenfolge des Eingangsdatums bearbeitet. Danach erhalten Sie eine Bestätigung mit einer Rechnung. Erst nach Eingang der Kursgebühren ist die Anmeldung verbindlich erfolgt. Wegen begrenzter Teilnehmerzahl ist eine frühzeitige Anmeldung zu empfehlen!

*Die Kursgebühr ist bis spätestens 1. Juli 2016 zu überweisen. Bei Storno können bereits gezahlte Beträge nicht zurückerstattet werden. Der Abschluss einer Reiserücktrittskostenversicherung ist deshalb dringend zu empfehlen.*

### **Kursgebühr:**

**1190 €** Darin sind die Kosten des Kurses (Bergführer, Referenten, ausgedrucktes Kursskript) inklusive Vollpension (mittags Lunchpaket) und Übernachtung im Matratzenlager (Schlafsack) enthalten. **190 €** Aufschlag für 2-Bettzimmer mit Dusche und WC.

*Für Mitglieder der DGSP wird eine Reduktion von 50 € gewährt. Wenn diese Reduktion in Anspruch genommen wird, muss mit der Anmeldung die Kopie eines für das laufende Jahr gültigen Mitgliederausweises zugestellt werden.*

## Informationen zum Sommerkurs

### **Zusatzbezeichnung „Sportmedizin“:**

Anerkennung von 22 Stunden Sportmedizin (7 Std. Kat. A, 7 Std. Kat. B, 1 Std. Kat. C, 5 Std. Kat. E, je 1 Std. Kat. G und Kat I) sowie 24 Std. sportmedizinische Aspekte des Sports (Kat. 8) beantragt.

### **Fortbildung:**

Von den Landesärztekammern werden maximal 33 CME-Punkte als Fortbildung im Ausland angerechnet. Die Beantragung muss durch die Teilnehmer erfolgen. Unterlagen für den Antrag werden während des Kurses ausgehändigt.

### **Kursort:**

Alpincenter Sustenpass, CH - 3863 Steingletscher  
Tel.: 0041-(0) 33 975 1222; Fax: 0041-(0) 33 975 1422  
Email: hotel@sustenpass.ch

### **Anreise:**

Mit dem PKW über A2 bis Göschenen und über Sustenpass zum Hotel Steingletscher oder über A 1 bis Bern, dann Autobahn nach Brienz und via Meiringen zum Sustenpass. Anfahrt mit öffentlichen Transportmitteln (Postauto ab Göschenen oder Meiringen) möglich.

### **Ausrüstung:**

Sommerausrüstung für Fels und Eis: Anseilgurt, steigeisenfeste Schuhe, Steigeisen, Eispickel.

### **Unfallversicherung:**

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

## Programm 20. und 21. August

### Samstag, 20.08.:

- 17.00 Uhr Begrüßung, Orientierung, Gruppeneinteilung  
19.00 Uhr Abendessen  
20.30 Uhr Leistungsfähigkeit in großer Höhe (P. Bärtsch)

### Sonntag, 21.08.:

- 08.00 – 11.00 Uhr Theorie Block I:  
Sportklettern (C. Schlegel)  
11.30 - 16.00 Uhr Ausbildung in Fels und Eis  
Theorie Block II:  
16.30 – 18.00 Uhr - Repetitorium Höhenmedizin (P. Bärtsch)  
18.00 – 19.00 Uhr - Wetterkunde (H. C. Hocke)  
  
19.15 Uhr Abendessen

## Programm 22. und 23. August

### Montag, 22.08.:

- 08.00 – 09.30 Uhr Theorie Block III  
- Erfassung der Ausdauerleistungsfähigkeit  
(P. Bärtsch)
- 10.00 - 11.00 Uhr - Orientierung (J. Wittmann)
- 11.30 – 16.00 Uhr Ausbildung in Fels und Eis
- 16.30 – 18.00 Uhr Theorie Block IV:  
- Ausdauertraining (P. Bärtsch)
- 18.00 – 19.00 Uhr - Materialkunde (B. Eberle)
- 19.15 Uhr Abendessen

### Dienstag, 23.08.:

- Ganztägige Tour
- 17.00 – 18:00 Uhr Theorie Block V:  
- Kinder in der Höhe (S. Kriemler)
- 18:30 – 19:30 Uhr - Arzt auf Trekkings und Expeditionen (U. Wiget)
- 20:00 Uhr Abendessen



## Programm 24. und 25. August

### Mittwoch, 24.08.:

Ganztägige Tour

Theorieblock VI:

17:00 – 17:30 Uhr - Muskelkater (P. Bärtsch)

17:30 – 19:00 Uhr - Besonderheiten der Bergnotfälle (K. Blunski)

19:15 Uhr Abendessen

20.30 – 21.30 Uhr Einführung in das GPS (R. Bolesch)

### Donnerstag 25.08.:

Ganztägige Tour

Theorieblock VII:

17.00 – 17.45 Uhr - Ernährung im Gebirge (P. Bärtsch)

18.00 – 19.30 Uhr - Bergrettungspraxis (B. Durrer)

19.30 Uhr Abendessen

## Programm 26. August

### Freitag, 26.08.:

- 08.00 – 13.00 Uhr Behelfsmäßige Rettung  
(Marc Berger und Bergführer)
- 13.00 - 15.00 Uhr Schlussbesprechung:  
- Kursevaluation  
- Abschlussprüfung  
(fakultative Multiple Choice Prüfung für  
Teilnehmer, die das Diplom erlangen wollen)
- 15.00 Uhr Ende des Kurses

### Praktische Übungen auf Touren:

- Sicherungstechnik
- Spaltenbergung
- Orientierung im Gelände
- Tourenplanung

### Kursskript und Literatur:

Ab dem 1. August 2016 kann während eines Monats mittels eines passwortgeschützten Zugangs auf der Homepage [www.hoehenmedizin.eu](http://www.hoehenmedizin.eu) das Kursskript mit den Vortragsfolien und weiterführende Literatur heruntergeladen werden. Das Passwort wird den Teilnehmern per Email mitgeteilt. Am Kurs wird ein USB Stick mit dem Kursskript abgegeben. Für 17 € kann bei der Anmeldung einen Farbausdruck des Kursskripts in Ringbindung bestellt werden, der am Kurs ausgehändigt wird.

## Referenten und Bergführer

### Referenten:

**Prof. em. Dr. med. Peter Bärtsch**, vormals Ordinarius für Sportmedizin an der medizinischen Universitätsklinik, Heidelberg. Medbase Sports Medical Center, Zürich, und Swiss Sport Clinic Bern.

**PD Dr. med. Marc Berger**, Leitender Oberarzt, Klinik für Anästhesiologie, Universitätsspital, Salzburg, Österreich

**Dr. med. Kathrin Blunschi**, Fachärztin Anästhesie FMH, Regionalspital Thun, CH – 3600 Thun

**Dr. med. Bruno Durrer**, FMH Allgemeinmedizin, Doktorhus, CH – 3822 Lauterbrunnen, Schweiz

**PD Dr. med. Susi Kriemler**, FMH Pädiatrie, Sportmedizin, Institut für Sozial- und Präventivmedizin, Universität Zürich, Seilergraben 49, CH - 8001 Zürich, Schweiz

**Dr. med. Christian Schlegel**, *FMH Rheumatologie, Medizinisches Zentrum, CH - 7310 Bad Ragaz, Schweiz*

**Dr. med. Urs Wiget**, *FMH Allgemeinmedizin, Notfallmedizin, Reavita AG, Haldenstr. 40, CH - 8142 Uitikon Waldegg, Schweiz*

### Bergführer: Lehrteam des Deutschen Alpenvereins:

**Peter Albert**, Prof. Carl-Reiser-Str. 40, 82467 Garmisch-Partenk.

**Rainer Bolesch**, Gotzinger Platz 3, 81371 München

**Bernd Eberle**, Obermarkt 38, 82481 Mittenwald

**Hans Christian Hocke**, Essbaum 2, 83346 Bergen

**Michael Hoffmann**, Rubensstr.7, 85521 Ottobrunn

**Jochen Hollfelder**, Fränkische-Schweiz-Str. 20, 96110 Scheßlitz

**Jürgen Wittmann**, Dammkarstr. 37b, 82481 Mittenwald