



Höhenmedizinischer Intensivkurs für Ärzte

Teil I: Winterkurs

Zernez, Schweiz

13. – 19. März 2016

Leitung: Prof. em. P. Bärtsch
Universität Heidelberg



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:

Dr Buddha Basnyat M.D.
President
UIAA Medcom

Dr Fidel Elsensohn M.D.
President
ICAR Medcom

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 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 vermittelt zu medizinischen Aspekten, Training und Leistungsfähigkeit für die Bereiche Sportklettern und Sommertouren in Fels und Eis. Im Winterkurs werden Lawinenkunde, Höhenakklimatisation und Höhenkrankheiten sowie Höhentauglichkeit von Patienten 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 (ISSM), 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 Landesärztekammern 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 Tagestouren. Für den Winterkurs sind zusätzlich ein 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 (Rettungskolonne, Hubschrauber) eintrifft.

In der theoretischen Ausbildung werden fundierte Kenntnisse vermittelt, die zur korrekten Behandlung von medizinischen Problemen im Gebirge sowie zur Beratung von Bergsteigern oder Patienten im Hinblick auf Höhenexpositionen nötig sind.

Prof. Dr. med. P. Bärtsch
www.hoehenmedizin.eu

Informationen zum Winterkurs

Veranstalter:

Sportärztebund Baden, Landesverband Nordbaden
Langgewann 91, 69121 Heidelberg

Leitung:

Prof. em. Peter Bärtsch
Wibichstrasse 85
CH-8037 Zürich

Anmeldung:

Herr Leif Andersson, AMS medical services GmbH,
Robert-Koch-Str. 2, 82152 München-Planegg; Tel. 089 – 217 65 202
Email: 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 15. Februar 2016 zu überweisen. Bei Storno können bereits gezahlte Beträge nicht zurückerstattet werden. Der Abschluss einer Reiserücktrittskostenversicherung ist deshalb dringend zu empfehlen.

Kursgebühr:

1020 €, darin sind die Kosten des Kurses inklusive Halbpension mit 4-Gang Menü und Übernachtung im 4-Bettzimmer (Schlafsack mitbringen) enthalten. **100 €** Aufschlag für Zweibettzimmer mit Dusche und WC, **180 €** Aufschlag für Einzelzimmer 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 Mitgliedsausweises zugestellt werden.

Informationen zum Winterkurs

Zusatzbezeichnung „Sportmedizin“:

Anerkennung von 24 Stunden Sportmedizin (6 Std. Kat. B, 6 Std. Kat. C, 8 Std. Kat. E, 3 Std. Kat. H und 1 Std. Kat. I) sowie 24 Std. sportmedizinische Aspekte des Sports (Kat. 8) beantragt.

Fortbildung:

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

Kursort:

Hotel Baer & Post***, Curtins 108, CH-7530 Zernez, Schweiz

Homepage: www.baer-post.ch

Telefon: 0041 81 851 55 00, Fax: 0014 81 851 55 99

Anreise:

Über den Fernpass via Landeck oder über Klosters mit Autotransport durch den Vereinatunnel; für Bahnreisende via Landquart - Klosters bis Zernez.

Ausrüstung:

Tourenski und Felle können bei Sport Sarsura, Via Sura, CH-7530 Zernez, Tel 0041 81 856 14 34, Fax: 0051 81 856 22 89 gemietet werden.

Der vereinbarte Tarif für den Höhenkurs beträgt:

- Tourenski mit Fellen und Harscheisen 180.- CHF,
- Skitourenschuhe, Schaufel und Sonde 60.- CHF.

Eine frühzeitige Reservierung wird dringend empfohlen: info@sarsura.ch.

LVS (30 €), Lawinensonde (10€) und Lawinenschaufel (10€) können bei den Bergführern gemietet werden. Wenn Bedarf besteht, bitte bei Anmeldung vermerken.

Skifahrerische Voraussetzungen:

Sicheres Skifahren in allen Schneesverhältnissen.

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 13. und 14. März

Sonntag, 13.03.:

- | | |
|-------------------|---|
| 18.00 Uhr | Begrüßung, Orientierung, Gruppeneinteilung |
| 19.30 Uhr | Abendessen |
| 21.00 – 22.00 Uhr | 120 Jahre höhenmedizinische Forschung in der Margherita-Hütte
(P. Bärtsch) |

Montag, 14.03.:

- | | |
|-------------------|---|
| 08.00 – 11.00 Uhr | Schnee- und Lawinenkunde
- Theoretische Grundlagen
- Beurteilung der Lawinengefahr im Gelände
(M. Hoffmann) |
| 11.30 - 16.00 Uhr | Kleine Skitour mit praktischer Einweisung in den richtigen Umgang mit dem Verschütteten-Suchgerät |
| 16.30 - 19.00 Uhr | Höhenakklimatisation:
- Blut (H. Mairbäurl)
- Ventilation (P. Bärtsch)
- Herz (C. Dehnert)
- Zelluläre Mechanismen (H. Mairbäurl) |
| 19.30 Uhr | Abendessen |

Programm 15. und 16. März

Dienstag, 15.03.:

- 07.30 – 10.00 Uhr Medizinisch-traumatologische Aspekte des Lawinenunfalls, Hypothermie und lokale Kälteschäden, Verhalten bei Hubschraubereinsatz
(C. Kruis)
- 10.30 – 12.00 Uhr Chirurgische Notfälle mit Diskussion von Fallbeispielen
(C. Kruis)
- 12.00 - 16.00 Uhr Kleine Skitour
- 16.30 – 18.30 Uhr Praktische Übungen in Orthopädie/Traumatologie
(C. Kruis)
Übungen mit dem transportablen Überdrucksack
(P. Bärtsch)
- 19.00 Uhr Abendessen
- 20:30 Uhr Schweizerischer Nationalpark - 100 Jahre echt wild
(H. Lozza)

Mittwoch, 16.03.:

- Bis 16.30 Uhr Skitour mit praktischer Übung
- 17.00 - 18.30 Uhr Akute Bergkrankheit, Höhenhirnödem und Retinablutungen
(P. Bärtsch)
- 19.00 Uhr Abendessen
- 20.00 – 21.00 Uhr Diskussion von Fallbeispielen
(P. Bärtsch)

Programm 17. und 18. März

Donnerstag, 17.03.:

Bis 16.30 Uhr	Skitour mit praktischer Übung
17.00 - 18.30 Uhr	Höhenlungenödem (P. Bärtsch)
19.00 Uhr	Abendessen
20.00 – 21.00 Uhr	Diskussion von Fallbeispielen (P. Bärtsch)

Freitag, 18.03.:

Bis 16.30 Uhr	Skitour mit praktischer Übung
17.00 - 17.30 Uhr	Beurteilung der Höhentauglichkeit des Gesunden (P. Bärtsch)
17.30 – 18.30 Uhr	Höhentauglichkeit von Patienten mit kardio-vaskulären Krankheiten (C. Dehnert)
18.30 – 19.00 Uhr	Schlussbesprechung: - Tipps zur Berg- und Expeditionsausrüstung (alle Referenten) - Informationsquellen zur Höhenmedizin (P. Bärtsch)
19.00 Uhr	Abendessen

Programm 19. März

Samstag, 19.03.:

Bis 12.00 Uhr	Skitour mit praktischer Übung
13.00 - 15.00 Uhr	Abschluss des Kurses: <ul style="list-style-type: none">- Kursevaluation- Abschlussprüfung (fakultative Multiple Choice Prüfung für Teilnehmer, die das Diplom erlangen wollen)

Praktische Übungen auf Skitouren:

- Lawinenrettung
- Beurteilung der Lawinengefahr im Gelände
- Erstellen eines Notbiwaks
- Nottransporte
- Orientierung im Gelände

Kursskript und Literatur:

Am Kurs wird ein Skript mit den Vortragsfolien abgegeben. Ab dem 1. März 2016 kann ferner während eines Monats mittels eines passwortgeschützten Zugangs auf der Homepage www.hoehenmedizin.eu weiterführende Literatur heruntergeladen werden. Das Passwort wird den Teilnehmern per Email mitgeteilt.

Referenten und Bergführer

Referenten:

Prof. em. Dr. med. Peter Bärtsch, Universität Heidelberg, Medbase Sports Medical Center Zürich und Swiss Sport Clinic Bern

PD Dr. med. Christoph Dehnert, Facharzt Kardiologie und Sportmedizin, Medbase Sports Medical Center Zürich

Michael Hoffmann, Bergführer, Ottobrunn

Dr. med. Christoph Kruis, Unfallklinik, Murnau

Hans Lozza, Leiter Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit, Schweizerischer Nationalpark, Zerne

Prof. Dr. phil. Heimo Mairbäurl, Abteilung für Sportmedizin Medizinische Klinik und Poliklinik, Universität Heidelberg

Bergführer:

Lehrteam des Deutschen Alpenvereins:

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. 37 b, 82481 Mittenwal

Informationen über Referenten und Bergführer:

www.hoehenmedizin.eu



Anreise mit PKW nach Zernez:

- Via Landeck
- Via Rheintal – Landquart – Vereinatunnel mit Autotransport alle 30 min, evtl. Wartezeiten, Kosten pro PKW 33 CHF (Reduktion um 8 CHF, wenn Sie sich dazu über das Hotel Baer-Post anmelden), weitere Informationen zum Autoverlad: www.rhb.ch/de/autoverlad-vereina

Anreise per Bahn:

- Via Basel oder Bregenz - Landquart - Klosters - Vereinatunnel bis Zernez