



**Deutscher Alpenverein
Sektion Nahegau**

Behelfsmäßige Bergrettung

Text: Frank Kühn

Fotos: Frank Kühn, Volker Brand, Franzi Hahn,
Monika Purvin

Während man gestürzte Radfahrer einfach von der Straße oder umgeknickte Wanderer aus der Wegfurche sammeln kann, stellt sich beim Klettern bei Unfällen ein großes zusätzliches Problem: die Höhe. Oftmals muss man diese erst einmal überwinden, bevor man mit „richtigen“ Hilfsmaßnahmen beginnen kann. Um die dafür notwendigen Techniken, die man mit „Bordmitteln“ anwenden kann, zu erlernen, fand im April 2024 ein Ausbildungswochenende in Kirn statt.

Unter der Führung von Frank Kühn und Jonas Scheidtweiler traf sich im April bei bestem Wetter eine sehr motivierte Gruppe, deren Teilnehmer nicht nur aus Rettungsgründen, sondern z.T. auch aus Spaß an direkt erlebter Physik viel verstehen, üben und internalisieren wollten.



Zunächst lief es sich ganz lässig an: Wir saßen im Sonnenschein auf faltstühlen am Fels und erörterten grundlegende Dinge und ließen uns zeigen, wie man Leute, die z.B. mit dem Fuß umgeknackst sind, im Gehgelände transportieren oder tragen kann. Hierzu erfuhren wir, wie man aus einer Rettungsdecke, einem Rucksack oder aus Seilen Transporthilfen improvisiert und mussten feststellen, dass man eine Person zu zweit ja noch irgendwie schleppen kann, aber alleine ist das eine echte Herausforderung und es müsste schon wirklich sehr dringend sein, dass man das über eine längere Strecke schafft.

Etwas erholsamer (zumindest körperlich) waren dann Übungen am Seil, wobei wir die nächsten Stunden spezielle Knoten und Konstruktionen erlernten und ganz oft übten, in der Hoffnung, dass sich alles irgendwie tief in das Gehirn einbrennt, um nie vergessen zu werden. Frank und Jonas mussten ständig unsere Arbeit kontrollieren oder seltsame Konstruktionen korrigieren oder alles nochmal von vorne erklären – was für ein Geduldstraining für die beiden, die dabei aber nie die Nerven verloren.



Als wir der Meinung waren, dass wir das Entscheidende beherrschten, ging es an den Fels. Angenommen war, dass ein Nachsteiger einer Dreier-Seilschaft irgendwo unterhalb des Standes in hilfloser Lage hängt und einer ihn von oben einsammelt und beide dann nach unten abgelassen werden. Wegen der doppelt so schweren Last (zwei Personen am Seil) war es notwendig, alles speziell vorzubereiten. Dann wurde der „Retter“ abgelassen und musste sich zur hilfebedürftigen Person manövrieren. Dort musste er sich dann die Person auf den Rücken laden und dann sollte die obere Person beide langsam ablassen. Eine sehr spannende Übung, denn der Moment, in dem man als hilfebedürftige Person aus der Selbstsicherung genommen wird und nur noch an einer Bandschlinge fixiert auf dem Rücken des anderen baumelt, ist tatsächlich sehr



aufregend. Da man ja hilfebedürftig ist, muss man darauf vertrauen, dass alles richtig läuft, was in einer ausgesetzten Lage mit viel Luft unter dem Hintern wirklich eine Leistung ist. Zumindest ich fand es ziemlich anstrengend, dabei locker und entspannt zu bleiben und es einfach so hinzunehmen, dass ich auch einmal mit meinem Retter an die Wand kippte. Da wir aber alle Rollen getauscht haben, war ich auch einmal in der Retterrolle, die ich als sehr interessant und spannend empfunden habe. Anscheinend ist es wirklich so, dass, wenn man eine

komplizierte Aufgabe zu bewältigen hat, wenig Raum für panische Zwischengedanken bleibt.

Entscheidend ist bei allem aber, dass man immer genau überlegt und prüft, ob das sinnvoll und logisch ist, was man gerade tut und plant. Selbst in der Übungssituation hatte ich öfters so viel Adrenalin im Blut, dass ich erstmal mir

selbst und dem Partner, dem ich helfen wollte, gut zureden musste, um „runter zu kommen“ und Klarheit zu gewinnen. Manchmal hat man eine gute Idee und merkt dann irgendwann zwischendurch, dass eine Lücke im Plan ist und man gezwungen ist, das Konzept zu ändern oder abzuwandeln, was zusätzlich Zeit und Mühe kostet. Beim Üben gab es Trainer, die entweder gesagt haben „Gut, dass Du den Fehler bemerkt hast. Dann können wir das ja überspringen und da weitermachen, wie Du es Dir eigentlich überlegt hattest.“ oder sie haben (gefühlte oder tatsächlich?) feixend auf den ganzen Seilverbau geschaut und gesagt: „Da musst Du dann jetzt schauen, wie Du aus der Nummer rauskommst.“ Angeblich lernt man ja mehr bei der zweiten Version, aber sie ist definitiv härter und nur im Sonnenschein zu ertragen.



Hiermit waren einige Stunden vergangen, so dass wir am späten Nachmittag zum letzten Tagespunkt kamen: mit Prusikschlingen am Seil hochklettern. Drei Seile wurden von oben eingehängt und das Ziel war, mindestens den ersten Klebehaken zu erreichen, damit man umbauen und wieder selbst abseilen konnte. Seltsamerweise hatten manche Teilnehmer eine derartig seltsame Lage ihres Schwerpunktes, dass sie immer wieder umgekippt sind und nur mit Hilfe von engagierten Teilnehmern, die zur Stabilisierung am Seil als Gewicht hingen, den Aufstieg schafften. Geklappt hat es insgesamt ganz gut, aber das Ganze ist so mühsam, dass niemand aus Spaß versuchen wollte, die ganze Strecke hoch zu prusiken.



Die Rettung nach oben ist, wie sich hier schon klar andeutete, die unbequemste und unbeliebteste Option. Dies sollte sich dann ganz deutlich am folgenden Tag zeigen, wo das Hauptthema der Bau von Flaschenzügen war.

Dabei hing die hilfebedürftige Person irgendwo unterhalb des Standes und die Person am Stand sollte sie nun nach oben ziehen. Mit Hilfe von Flaschenzügen ging dies auch einigermaßen, aber man musste sich dabei immer mit seinem ganzen Körpergewicht nach unten werfen und gleichzeitig am Seil nach oben ziehen, damit sich etwas bewegt hat. Unten schrammte währenddessen die

hilfebedürftige Person an der Wand entlang, bis sie dann endlich nach vielen Mühen oben angekommen ist. Fünf oder sechs Meter waren so zu schaffen, aber die Aussicht, das Ganze 20 m oder 30 m machen zu müssen, ließ alles deutlich dramatischer erscheinen.

Manchmal wird in Diskussionen die Meinung vertreten, dass es „die Ehre gebietet“ sich als Seilschaft selbst zu retten, aber realistischere ist die Hubschrauber-Option vermutlich die deutlich vernünftiger, denn ein völlig erschöpfter Retter nützt der Rettung auch nichts – im Gegenteil. Schwierig ist die behelfsmäßige Bergrettung sowieso auch deshalb, weil es keinen Schema F gibt, nach dem man immer vorgehen kann, sondern es gibt so viele spezielle unterschiedliche Situationen, dass man immer alles selbst durchdenken muss – und zwar bis zum Ende und nicht nur bis zum nächsten Schritt.

Am Schluss diskutierten wir noch auf der Basis von einer Literaturrecherche intensiv über die „Hängetrauma“-Problematik. Ein Hängetrauma ist das Kreislaufversagen bei Personen, die länger frei im Gurt hängen. Trotz viel aktueller Forschung konnten bisher leider keine Vorwarnzeichen identifiziert werden, nur ein paar Ratschläge: Falls die hängende Person dazu in der Lage ist, sollte sie sich mit Hilfe von Prusikschlingen eine Art Sitz bauen, damit die Beine möglichst horizontal sind – ansonsten sollten sich die Retter beeilen, dabei aber dringend immer den Eigenschutz beachten.

Insgesamt war die Ausbildung vor allem ein großer, sehr lehrreicher Spaß, auch wenn ich manchmal Mitleid mit den Trainern hatte, denen ich gelegentlich mehrfach die gleiche Frage stellen musste, weil ich es einfach nicht kapiert hatte. Im Hintergrund war aber auch immer der Gedanke, dass man das Gelernte hoffentlich nicht anwenden muss.