



## Weiterbildung

# Erste Hilfe Outdoor

**Referent:** Michael Thüringer – Leiter Ausbildung und Notfallsanitäter DRK Mühlhausen

Dieses zielgruppenorientierte Angebot richtet sich an Personen, die sich in ihrer Freizeit oder im Beruf viel in der freien Natur aufhalten und somit oft weit entfernt von Anfahrtsstraßen sind. Bei Notfalleinsätzen in der Zivilisation mit „normaler“ Eintreffzeit des Rettungsdienstes von 10-15 Minuten kann diese Zeit mit den allgemeinen Maßnahmen der Ersten Hilfe bewältigt werden. Bei länger andauernder Hilfsfrist ist bei einem Verletzten oftmals eine erweiterte Erste Hilfe notwendig. In den Bergen, abgelegenen Waldgebieten oder im unwegsamem Gelände kann es teilweise ein paar Stunden dauern, bis der Verletzte aufgefunden und professionell versorgt werden kann.

### Inhalte:

- Wie erkläre ich dem Rettungsdienst wo sich der Notfallort befindet?
- Psychische Erste Hilfe – Besonderheiten im Outdoorbereich
- Beurteilung und Aufrechterhaltung von Bewusstsein, Atmung, Kreislauf
- Wunden und Verbände, stark blutende Wunden
- Bodycheck und Versorgung von Frakturen
- Insektenstiche, allergische Reaktionen
- Vergiftungen
- Transport aus unwegsamem Gelände
- Bewusstlosigkeit, stabile Seitenlage
- Erkrankungen des Atem- und des Kreislaufsystems
- Unterkühlung, Erfrierung, Wärmeerhalt
- Hitzeschäden
- Schädel-Hirn-Verletzungen
- Notfallset Erste Hilfe-Outdoor – Welches Material sollte ich dabeihaben?

**Die Veranstaltung ist vom TLUBN als Weiterbildung für Zertifizierte Natur- und Landschaftsführer\*innen anerkannt.**

Für weitere Informationen stehen Hans-Joachim Petzold (0176/44 46 80 17) und Thomas Pohler (0176/96 84 92 35) gern zur Verfügung.

### Termin:

Sonnabend, 28.01.2023  
09:00 – 16:00 Uhr

### Ort:

36466 Dermbach, OT Zella  
Goethestraße 1  
BR-Verwaltung, Seminarraum

### Kosten:

10 € Teilnehmerbeitrag

### Anmeldung:

[znl@heimatbund-thueringen.de](mailto:znl@heimatbund-thueringen.de)

### Anmeldeschluss:

24.01.2023

