

>> kapitel 5

: Maßnahmen bei einem Lawinenunfall

: Rettung und erste Hilfe



Mächtiges Schneebrett. Zwei Skifahrer wollten den steilen Osthang befahren – beide wurden getötet. Der Lawinenlagebericht hatte an diesem Tag ausdrücklich vor dem Befahren ostexponierter Hänge gewarnt. Der Unfall ereignete sich bei Gefahrenstufe „groß“ auf ca. 1600 m Höhe!
 ☞ Archiv Lawinenwarndienst Bayern ⚠ Chiemgauer Alpen

: Verhalten in einer Lawine

Ein Lawinenunfall kann trotz aller Vorsichtsmaßnahmen nie ausgeschlossen werden. Darum sollte man unbedingt versuchen, durch verschiedene Maßnahmen die eigenen Überlebenschancen zu erhöhen. Ein Lawinenabgang stellt eine Extremsituation dar, das eigene Verhalten in solchen Situationen ist nur schwer planbar. Ein Grundsatz gilt immer und uneingeschränkt:

Versuche alles, um eine Verschüttung zu vermeiden!

> > Denke nicht, es wird schon gut gehen. Setze dich mit der Möglichkeit eines Lawinenabgangs auseinander und bereite dich auf eine Lawinenauslösung vor! Nur dann hast du die Chance, geistesgegenwärtig und schnell zu reagieren, um dein Leben zu retten.

> Bei einem „unguten Gefühl“ [**Intuition**]: Umdrehen oder Ausweichen! Ist dies unter keinen Umständen möglich, kannst du dir Halstuch, Schal o.ä. vor Mund und Nase binden. Denn: 95% der Lawinenopfer ersticken!

> Hast du die Möglichkeit zur Flucht, versuche der Lawine zu entkommen. Erreichst du zumindest noch den seitlichen Lawinenrand, sind deine Chancen, nicht oder „nur“ teilverschüttet zu werden, deutlich besser als im Lawinenzentrum.

> Ist es für eine „Schussflucht“ zu spät – und das ist leider sehr häufig der Fall –, versuche

Snowboard oder Ski zu lösen, denn es wirkt in der Lawine wie ein Anker und du wirst noch tiefer verschüttet. Snowboarder sind gegenüber Skifahrern im Nachteil, da es derzeit keine selbstauslösenden Sicherheitsbindungen gibt.

> In einer Lawine wird man – in einer gigantischen walzenden und schiebenden Masse – herumgeschleudert. Versuche dennoch, durch Kämpfen an der Schneeoberfläche zu bleiben.

> Besonders wichtig: Kopf an der Oberfläche halten. Merkst du, dass die Lawine langsamer wird, kauere dich zusammen und halte wie beim Boxen die Arme vor das Gesicht, um dir Atemraum zu verschaffen.

> Verschaffe dir unbedingt Atemraum! Gehörst du zu den wenigen, denen dies gelingt, hast du gute Chancen, bis zu deiner Rettung genügend Sauerstoff zur Verfügung zu haben.

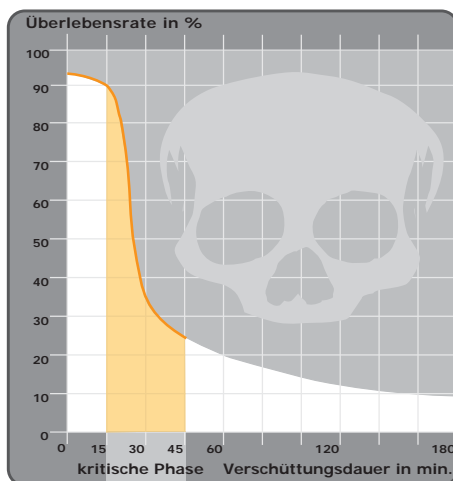
> Bei Stillstand der Lawine Ruhe bewahren! Schreien kostet dich wertvollen Sauerstoff und Kraft – und es nützt nichts, da man dich voraussichtlich nicht hören wird. Stelle fest, wo oben und wo unten ist, durch Spucken oder Urin ablassen. Solltest du kein Verschüttetensuchgerät tragen, kann ein eventuell eingesetzter Lawinensuchhund dich schneller und besser riechen und daher zügiger finden.

> Versuche, ob nicht eine Selbstbefreiung möglich ist. Bemerkest du, dass ein Retter genau über dir steht, kannst du versuchen, durch Schreien auf dich aufmerksam zu machen. Allerdings ist die Chance, dass man dich hört, gering, da die Schneemassen keinen Schall an die Oberfläche lassen. Der Verschüttete hört dennoch sehr gut, was auf der Lawinenoberfläche gesprochen wird.

Obwohl für viele Opfer die Hilfe zu spät kommt, niemals aufgeben, denn „Wunder“ geschehen auch hier. Viele bereits Totgeglaubte wurden wider Erwarten lebend gerettet.

Es wurde schon ein Verschütteter nach 13 Tagen gerettet.

: Überleben bei einem Lawinenunfall



Die Kameradenhilfe entscheidet!
Bis die organisierte Rettung am Unfallort eintrifft, vergehen im Durchschnitt 35-45 Minuten.
Für die meisten Verschütteten ist es dann bereits zu spät.

Die Überlebenschancen sinken extrem schnell. Zeit ist Leben!

: Kameradenhilfe

Grundsätzlich gilt: Nur sofortige Hilfe durch die eigenen Freunde hat Aussicht auf Erfolg, denn nur sie können ohne Zeitverlust sofort am Unglücksort suchen. Jeder Freerider trägt also nicht nur die Verantwortung für sich selbst, sondern auch für seine Kameraden. Diese Verantwortung kann im Ernstfall nicht auf Dritte abgeschoben werden!

Voraussetzung für eine schnelle und erfolgreiche Suche ist, dass alle mit LVS-Geräten ausgerüstet sind. Jede Minute ist extrem kostbar, da die Überlebenschance schnell sinkt. Gelingt es, den Verschütteten innerhalb von 15 Minuten nach dem Lawinenabgang zu orten und auszugraben, sind die Überlebenschancen groß.

Nur wenn alle mit LVS-Gerät, Lawinenschaufel und Sonde ausgerüstet sind, kann die Kameradenhilfe erfolgreich sein. Der Umgang mit dem LVS-Gerät muss erlernt und trainiert werden. Es gibt wohl nichts Schlimmeres, als bei einem Lawinenunfall der einzige „Helfer“ zu sein, aber nicht helfen zu können, da man mit der eigenen Ausrüstung nicht umgehen kann. Deshalb: **üben, üben, üben!!!**

> > Jeder Lawinenunfall ist unterschiedlich, es gibt daher wenige fixe Regeln, wie man im Unglücksfall vorgehen muss – aber folgende Richtlinien können helfen, in einer Situation, in der es um Leben und Tod geht, die richtigen Entscheidungen zu treffen.

Zum Krisenmanagement aller Notfallsituationen solltest du folgendermaßen vorgehen:

- > **1. aufmerksam beobachten**
- > **2. genau überlegen**
- > **3. konkret entscheiden**
- > **4. entschieden und beherzt handeln**

Werden bei einem Lawinenabgang Personen verschüttet, gilt es zuerst, sich einen Überblick zu verschaffen. Man muss unbedingt feststellen, wie viele Personen verschüttet worden sind. Ruhe bewahren! Mit Umsicht eine Entscheidung treffen, anstatt panisch und ohne Plan einfach draufloszusuchen.