

**Begegnungen Helfen als Berufung** Die Rega hilft überall da, wo es sie braucht. Unabhängig davon, ob es letztlich zu einem Rettungseinsatz kommt. **16**

**Horizonte Stütze in einer Schiefelage** Richtig aufatmen nach seinem missglückten Sprung ins Wasser kann Cornelius Heggli erst, als ihn die Rega-Crew auf der Insel Paros abholt. **22**



## Die weisse Gefahr

Geht nach einem Lawinenunfall bei der Rega der Alarm ein, steigt augenblicklich die Anspannung. Jede Minute, jeder Rettungsschritt der Beteiligten kann nun über das Leben des Verschütteten entscheiden. **8**



**Ausbildung der Crewmitglieder:** Bevor die neuen Rega-Notärzte an der Rettungswinde des EC 145 Patienten betreuen, lernen sie die Windenrettung selbst Schritt für Schritt kennen.

# «Hilfe kann viel mehr als eine reine Rettung beinhalten.»

Karin Hörhager  
Chefredaktorin



## Liebe Leserin, lieber Leser

Die Überzeugung, dass die Rega mir im Notfall immer und überall helfen könne, hat mich als Kind und als Jugendliche auf so manch kleinem Abenteuer und auf den ersten grösseren Reisen immer begleitet.

Natürlich weiss ich heute, dass auch die Rega keine Wunder wirken kann und dass unseren Crews

im Einsatz oft enge Grenzen gesetzt sind oder manchmal leider auch einfach jede Hilfe zu spät kommt. Ich darf aber immer wieder erleben, dass Hilfe eben auch viel mehr als eine reine Rettung beinhalten kann. Es sind vermeintlich kleine Gesten oder Taten, die für die Betroffenen die Welt bedeuten können. Deren Geschichten hinterlassen auch bei uns oft einen bleibenden Eindruck. Ab Seite 16 finden Sie drei Begebenheiten, die zeigen, dass meine kindliche Vorstellung über die Rega gar nicht mal so falsch war: Unsere Crews und Einsatzleiter sind im Notfall tatsächlich zur Stelle und helfen, wo sie nur können.

Die drei eher ungewöhnlichen Einsatzgeschichten verdeutlichen auch, dass es nie falsch ist, die Alarmnummer der Rega zu wählen. Wer unsere Hilfe braucht, kann sich darauf verlassen, dass alle Rega-Mitarbeitenden ihr Möglichstes tun – immer und überall.

Keinerlei Zweifel über die zu wählende Alarmnummer darf nach einem Lawinenunfall aufkommen. Da geht es um Minuten. Mehr zum Thema Lawinen, die Rolle der Rega bei einer Lawinenrettung sowie nützliche Tipps zur Prävention und wie Sie im Notfall richtig handeln, finden Sie ebenfalls in diesem Heft.

Ich wünsche Ihnen ein spannendes Lesevergnügen und bereits jetzt eine besinnliche Adventszeit.

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'KH' with a long horizontal stroke extending to the right.



**8**  
Gemeinsam  
gerettet



**22**  
Auf dem Weg  
zum Patienten



**13**  
Rundum  
zufrieden

**18**  
Nach dem  
Lawinenunglück



Rega-Magazin 1414 | Nummer 89,  
November 2017 | Erscheint zweimal  
jährlich | Gesamtauflage 1,85 Mio.

**Herausgeberin**

Schweizerische Rettungsflugwacht  
Rega  
Postfach 1414  
8058 Zürich-Flughafen  
www.rega.ch  
Postkonto 80-637-5

**Stiftungsrat**

Ulrich Graf\*, Präsident, Bäch |  
Christian Kern\*, Prof. Dr. med., Vize-  
präsident, Genf | Michael Hobmeier\*,  
Bäch | Gabi Huber\*, Dr. iur., Altdorf |  
Patrizia Pesenti\*, Zollikon |

Adrian Frutiger, PD Dr. med.,  
Trimmis | Andreas Berger, Dr. med.,  
Immensee | Heidi Hanselmann,  
Walenstadt | Thomas P. Emmerich,  
Riehen | Marco Maggiorini, Prof. Dr.  
med., Schindellegi | Adrian Amstutz,  
Sigriswil | Josef Meier, Wettingen |  
Gerold Biner, Zermatt | Thomas  
Holderegger, Waldstatt | Franz  
Stämpfli, Innertkirchen | Markus  
Mader, Vertreter SRK, Bern  
(\* = Mitglied des Ausschusses)

**Geschäftsleitung**

Ernst Kohler, CEO/Vorsitzender |  
Roland Albrecht, Dr. med., Chefarzt |  
Andreas Lüthi, Finanzchef | Sascha  
Hardegger, Helikopter Einsatz |

Karin Hörhager, Kommunikation und  
Gönner | Heinz Leibundgut,  
Helikopter Verfahren und Training |  
Urs Nagel, Jet Einsatz

**Redaktion**

Karin Hörhager, Chefredaktorin |  
Ariane Lendenmann, Leitung |  
Maria Betschart | Philipp Keller, Bild-  
verantwortung | Wanda Pfeifer |  
Adrian Schindler | Harald Schreiber

**Fotos**

Jacques-André Dévaud (S. 2) |  
Thomas Lüthi (S. 4, 5, 13–15, 21–22,  
25) | Massimo Pedrazzini (S. 28) |  
Christian Perret (S. 6) | Stefan  
Schlumpf (S. 1, 4, 7–9, 26) |

Rega-Fotoarchiv (S. 7, 10–12) | Johnér/  
Offset.com (S. 30) | zVg. (S. 7, 15)

**Konzept/Gestaltung/Prepress**  
Source Associates AG, Zürich

**Produktion**  
tutto fatto, Zürich

**Print**  
Swissprinters, Zofingen



Abdruck mit Quellenangabe erlaubt.



**6 Take off** in die Welt der Rega.

## Begegnungen

- 8 Geht wegen einer Lawine** in der Rega-Einsatzzentrale ein Notruf ein, steigt die Anspannung. Jetzt zählt jede Minute.
- 13 24 h Rega mit Carmen Spühler**, die als Pflegefachfrau Patienten aus aller Welt wohlbehütet wieder in die Heimat bringt.
- 16 Hilfe fängt bei Menschen an**, die sich für andere einsetzen wollen. Bei der Rega auch über den «normalen» Einsatz hinaus.
- 18 Im Fokus:** Nur jeder Zweite überlebt eine Lawinenverschüttung. Elementar sind der Faktor Zeit und eine reibungslose Rettung.
- 21 Meinung** über die direkte Alarmierung der Rega unter der Notrufnummer 1414.

5



**Wissen** signalisiert Ihnen, dass wir an dieser Stelle Wissenswertes zum Thema ausführen.



**Online** finden Sie über den aufgeführten Link weitere Infos oder einen visuellen Leckerbissen.



**Zusatzinformationen** zum Thema, die wir Ihnen auf keinen Fall vorenthalten wollen.

- Besuchen Sie uns auf unserer Webseite [www.rega.ch](http://www.rega.ch) oder auf [www.facebook.com/reg1414](https://www.facebook.com/reg1414).

## Horizonte

- 22 Er springt ins Meer** und taucht mit gebrochenen Wirbeln auf. Auf der Insel Paros bedeutet dies: eine Heimreise im Rega-Jet.
- 26 Im Dialog:** Aus der Versorgung Graubündens ist die Rega nicht wegzudenken, hält Regierungsrat Christian Rathgeb fest.
- 28 Einsatzprotokoll:** Nach einem Unwetter im Engadin ist die Helikopter-Crew der Basis Samedan in der Nacht gefordert.
- 29 Rega-Kids** gewinnen mit Spass und etwas Köpfchen tolle Wettbewerbspreise.

## Navigation

- 30 Wissen**, was abseits der Pisten das Risiko einer Lawinenverschüttung reduziert.
- 33 Im Rega-Shop** entdecken Sie das ganze Sortiment der beliebten Rega-Artikel.

# Take off

Kurz notiert

## Präzise Daten für eine wetter-unabhängige Luftrettung

Die Rega rückt ihrer Vision «Retten bei jedem Wetter» erneut einen Schritt näher: Mit der Inbetriebnahme der letzten Wetterkameras am Brünig sowie am Lago di Lucendro auf dem Gotthardpass hat sie im Sommer 2017 ihr mehrjähriges Wetterprojekt planmässig abgeschlossen. Rund 60 Messstationen und Wetterkameras im ganzen Land liefern den Helikopter-piloten der Rega nun laufend aktualisierte und rund um die Uhr verfügbare Wetterinformationen direkt ins Cockpit. Eine wichtige Voraussetzung für Flüge bei schlechter Sicht nach Instrumentenflugverfahren (IFR) ist somit erfüllt. Damit die Piloten der Rega die Daten als offizielles Flugwetter verwenden dürfen, fehlt einzig die überfällige Zustimmung des Bundesamts für Zivilluftfahrt (BAZL).



## Die Rega wünscht Ihnen ein unfallfreies neues Jahr

Schwarzeis auf dem Lago Bianco (Bild oben): «Rega 9», der Rettungshelikopter der Basis Samedan, ziert das Titelbild des neuen Rega-Kalenders. Auch 2018 begleitet Sie unser Kalender durchs Jahr – mit unvergesslichen Szenen und Stimmungen aus unserem Rettungsalltag, welche unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit der Kamera für Sie festgehalten haben.

► Bestellungen über den Rega-Shop ab Seite 33.

## Tierische Einsätze im Alpsommer

Die Einsatzzentrale der Rega hat diesen Sommer zugunsten der Schweizer Berglandwirtschaft rund 1'300 Einsätze für verletzte oder tote Rinder und Kühe organisiert. Die Rega gibt diese Aufträge jeweils an kommerzielle Helikopterunternehmen weiter, welche die tierischen «Patienten» aus dem unwegsamen Gelände fliegen.



## Eine neue Trage für schwere Fälle

Die Helikopter-Crews der Rega können nun auch schweren Menschen mit einem Körpergewicht von mehr als 150 Kilogramm zu Hilfe kommen: Seit Anfang Jahr sind auf den Rega-Basen in Bern und in Zürich speziell grosse, stabile Schwerlasttragen im Einsatz. Diese wurden eigens entwickelt und zertifiziert, um schwergewichtige Intensivpatienten in der ganzen Schweiz rasch und schonend im Rettungshelikopter ins Spital fliegen zu können.



### Wenn die Sommerferien frühzeitig enden

Die Einsatzzentrale der Rega war während der Sommerferien stark beansprucht: Gut 260 verletzte oder schwer erkrankte Patientinnen und Patienten mussten aus dem Ausland zurück in die Schweiz transportiert werden. Drei Viertel von ihnen brachte ein Ambulanzjet der Rega zurück in die Heimat, alle anderen konnten auf einem regulären Linienflug nach Hause fliegen – begleitet von einem Rega-Flugarzt und/oder einer -Pflegefachperson. Der Grossteil der Patienten war im Mittelmeerraum unterwegs, die meisten im Nachbarland Italien, gefolgt von Spanien, Frankreich und Griechenland.

### Bitte melden Sie der Rega tief liegende Luftfahrthindernisse

Kabel, Leitungen und Drahtseile, die sich in einer Höhe von weniger als 25 Metern befinden, sind beim BAZL nicht als Luftfahrthindernisse gemeldet – und somit in keiner Karte vermerkt. Für Helikopterpiloten bedeuten sie eine grosse Gefahr: Sie können zu Beschädigungen und schlimmstenfalls zum Absturz eines Helikopters führen. Bitte melden Sie uns solche tief liegenden Luftfahrthindernisse, damit wir sie in eine schweizweite Datenbank aufnehmen können und Helikopterpiloten künftig davor gewarnt werden.

► Weitere Infos: [www.luftfahrthindernisse.rega.ch](http://www.luftfahrthindernisse.rega.ch)



### Wie der «Fieseler Storch» das Landen in den Bergen lernte

Die Geschichte der Luftrettung in der Schweiz ist auch eng mit dem Fliegerschiessplatz Axalp im Berner Oberland verbunden, wie Rega-Mitarbeiter Markus Rieder im Buch «Cleared Hot» aufzeigt. Nur dank den ersten Gebirgslandungen der Luftrettungspioniere mit dem «Fieseler Storch» auf der Axalp, dem Ausbildungsplatz für Piloten der Schweizer Armee, war es 1946 möglich, verletzte Passagiere einer Douglas C-53 im Flugzeug vom Gauligletscher ins Tal zu fliegen.

► Infos unter [www.aeropublications.ch](http://www.aeropublications.ch)



### Die Zahlen dieser Ausgabe:

# 1'455

Einsätze im Kanton Graubünden führte die Rega im vergangenen Jahr durch, die meisten für verunfallte Wintersportler und für Patienten mit akuten Erkrankungen.

# 200

Mal mussten die Helikopter-Crews der Rega in den letzten fünf Jahren wegen eines Lawinenunfalls ausrücken.

# 43 PROZENT

der Schneesportler, welche von einer Lawine erfasst und vollständig verschüttet werden, finden gemäss des Instituts für Schnee- und Lawinenforschung den Tod.

### Profi-Spürnasen im Schnee sind eine Schweizer Erfindung

Bereits Anfang des 19. Jahrhunderts spürte Barry, der wohl bekannteste Bernhardinerhund aller Zeiten, am Grossen Sankt Bernhard Verschüttete auf. Die Schweiz war denn auch das erste Land, welches im Zweiten Weltkrieg begann, Lawinensuchhunde systematisch auszubilden. Noch heute sind die Spürnasen für die Suche im Schnee unverzichtbar: schweizweit stellen sich 150 Lawinensuchhundeteams freiwillig zur Verfügung, um Menschen aus Lawinen zu retten.

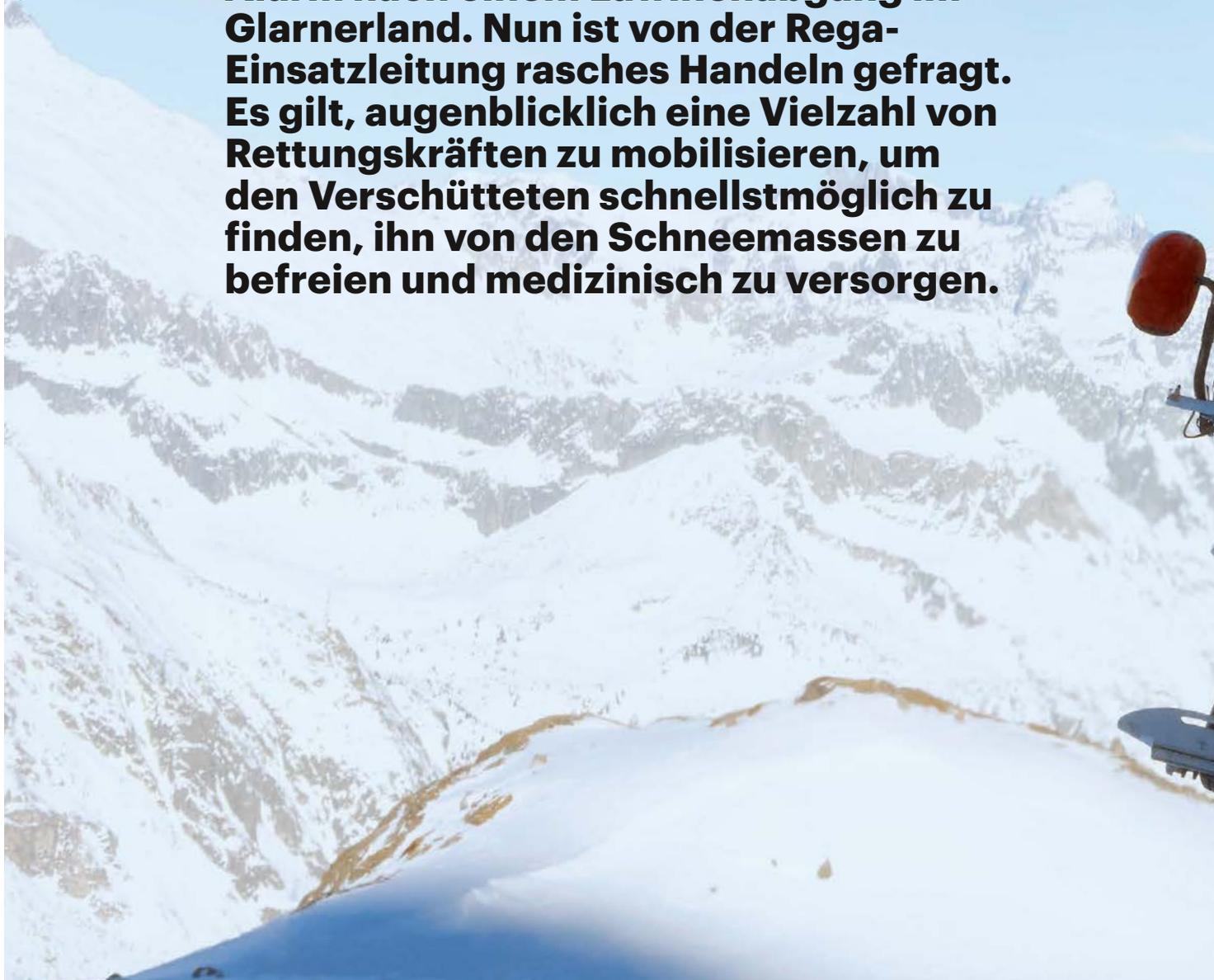
► Infos unter [www.alpinerettung.ch](http://www.alpinerettung.ch)



«Bei einer Lawine gehen wir immer vom Schlimmsten aus.»

8

**Alarm nach einem Lawinenabgang im Glarnerland. Nun ist von der Rega-Einsatzleitung rasches Handeln gefragt. Es gilt, augenblicklich eine Vielzahl von Rettungskräften zu mobilisieren, um den Verschütteten schnellstmöglich zu finden, ihn von den Schneemassen zu befreien und medizinisch zu versorgen.**





30

Schneesportlern, welche von einer Lawine verschüttet wurden, kommt die Rega jeden Winter zu Hilfe.

10

22. Januar 2017, der Wetterbericht verspricht für die Schweiz einen prächtigen Wintertag. Die Schneedecke ist nicht dick, aber in höheren Lagen reicht es allenthalben für eine Ausfahrt im Schnee. An solchen Sonntagen im Winter geht es in der Helikopter-Einsatzzentrale der Rega am Flughafen Zürich hoch zu und her. Mehrere Dutzend verletzte Wintersportler müssen allein an diesem Morgen von den Rega-Crews versorgt und ins Spital geflogen werden, und die Einsatzleiterinnen und Einsatzleiter haben alle Hände voll zu tun, Notrufe entgegenzunehmen und die Einsätze der Rettungshelikopter zu organisieren und zu leiten.

Um 11.44 Uhr geht ein weiterer Alarm ein. Über die Rega-App hat jemand «Ich benötige Hilfe in der Schweiz» ausgelöst. Umgehend erhält Rega-Einsatzleiterin Daniela Brunner auf ihrem Bildschirm eine Vielzahl von Informationen dazu: etwa, dass sich das Handy des Alarmierenden im näheren Umkreis der Swiss-Grid-Koordinaten 729 695 / 211 712 befindet, auf 2'091 m ü. M., und dass der halbvolle Akku für einen Anruf ausreicht. Ein Mausklick, und die Einsatzleiterin nimmt den Telefonanruf des Alarmierenden entgegen, der von der Rega-App automatisch ausgelöst wird, und erfährt, welche Hilfe er benötigt. Zwei weitere Klicks, und sie erkennt auf ihrer digitalen Landkarte, dass er sich in der Nähe des Murgsees im

Grenzgebiet der Kantone Glarus und St. Gallen befinden muss. «Ja, verstanden», wiederholt sie mit lauter Stimme, und hält dabei die Hand hoch, sodass ihre Arbeitskollegen aufmerksam werden, «eine Person wurde von einer LAWINE erfasst». Sie würden sich zu dritt auf einer Skitour befinden, berichtet der Alarmierende, eben sei sein Kollege, der ihnen vorausfuhr, von einem Schneebrett mitgerissen und vollständig verschüttet worden. Sie würden nun mit dem Lawinenverschüttetensuchgerät (LVS) zu suchen beginnen. Daniela Brunner gibt noch während des Gesprächs die Eckdaten des Lawinenunfalls ins System ein und löst den Alarm für die nächstgelegene, einsatzbereite Rega-Crew aus: die Bündner Basis Untervaz, Funkname «Rega 5».

**Eine aufwändige Rettung kommt ins Rollen**

200 Mal wurde die Rega in den letzten fünf Jahren wegen Lawinenunfällen alarmiert. Im Schnitt kommen die Helikopter-Crews pro Winter rund 30 Verschütteten zu Hilfe – bei fast jedem Fünften vergeblich. «Bei einer Lawine gehen wir immer vom Schlimmsten aus. Alles muss dann sehr schnell gehen», erklärt Einsatzleiterin Daniela Brunner. Denn je schneller eine verschüttete Person gefunden, ausgegraben und versorgt werden kann, desto grösser ist ihre Chance, den Unfall zu überleben (siehe Beitrag Seite 18). «Jede Minute könnte jetzt über Leben oder Tod entscheiden. Auf das Stichwort <Lawine> reagieren deshalb alle im Team sofort.»

Wer kann, hilft nun mit. Die Einsatzleiterin am Pult neben ihr hat bereits das Aufgebot an die terrestrischen Rettungskräfte in der Region abgesetzt. Für Lawineneinsätze in schwierigem Gelände werden jeweils mehrere lokale Bergretter des Schweizer Alpen-Club SAC hinzugezogen, die bei der Suche und Bergung helfen. Ist der Verschüttete nicht nur teilweise, sondern ganz von der Lawine begraben, kommt ein Lawinensuchhunde-Team hinzu. Überdies organisiert die Einsatzzentrale einen kommerziellen Helikopter aus der Region, der die Retter und das Material rasch zum Lawinenkegel transportieren kann.



**Effizient:** Für die grossflächige LVS-Suche nach Verschütteten kommt eine externe Antenne zum Einsatz.



**Bereit für den Lawineneinsatz:** Um keine Zeit zu verlieren, führt die Rega-Crew die nötige Ausrüstung im Helikopter immer mit.

Symbolbild Lawineneinsatz

Die Crew der Rega-Basis Untervaz ist da bereits in der Luft: Zwei Minuten nach Alarmeingang auf der Basis hatte der Rettungshelikopter abgehoben. «Um keine Zeit zu verlieren, führen wir im Winter die nötige Ausrüstung für einen Lawineneinsatz immer im Helikopter mit», erklärt Basisleiter und Rettungssanitäter Markus Adank. Dazu gehören Schaufeln, Sonden und ein LVS, das jedes Crewmitglied auf sich tragen muss – wer im Lawinengebiet retten will, darf die eigene Sicherheit nicht vernachlässigen. Auch eine grosse, gelb-schwarz-gestreifte Antenne – «Biene Maja» genannt – ist dabei, die der grossflächigen LVS-Suche nach Verschütteten mit dem Helikopter dient.

Nach gut zehn Minuten Flugzeit erreicht Rega 5 die Koordinaten, die von der Rega-App übermittelt wurden. Aus der Luft ist die Lawine gut zu erkennen: An einem schattigen Nordosthang unweit des Murgseefurggels hat sich ein rund 40 Meter breites und 250 Meter langes Schneebrett gelöst und dabei eine Person

vollständig unter sich begraben. Bevor er zur Landung ansetzt, überfliegt Rega-Pilot Arno Liesch die Lawine. «Wir fliegen diese Schlaufe, um uns einen Überblick über die Situation zu verschaffen», erklärt er. «Die Einfahrspuren und der Verlauf der Lawine geben uns Hinweise, wo sich der Verschüttete befinden und wie schwer er verletzt sein könnte.» Ausserdem muss die Rega-Crew ausschliessen, dass weitere Personen von derselben Lawine mitgerissen wurden – oder möglicherweise ein Stück weiter oben eine neue Lawine auslösen und dabei das Leben der Rettungskräfte gefährden könnten.

**Der Verschüttete atmet nicht, ist bewusstlos**

Auf einer Felsplatte unweit des Lawinenkegels landet Arno Liesch den Rega-Helikopter. Es ist minus 15 Grad kalt und windig. Rettungssanitäter Markus Adank, ausgebildeter Bergführer, steigt bei noch drehenden Rotoren als erster aus. Rasch schultert er den Rucksack mit der Ausrüstung für die Lawinenrettung, packt seine grosse Schaufel und stapft durch den hüft-hohen Schnee zur Unfallstelle. Dicht dahinter folgt in seiner Spur Rega-Notärztin Patrizia Kündig mit der medizinischen Ausrüstung.

Die beiden Tourengänger, welche die Rega alarmiert haben, schaufeln bereits an jener Stelle, zu der sie das Signal ihres LVS geführt hat. Soeben sind sie in einer Tiefe von 80 Zentimetern auf den Verschütteten gestossen. Er atmet nicht mehr, ist ohne Bewusstsein. ▶



**Wie die Rega-Crew in Lawinen** nach Verschütteten sucht, erfahren Sie im Video unter: [www.lawine.rega.ch](http://www.lawine.rega.ch).

**Bei Lawineneinsätzen werden jeweils mehrere Bergretter des SAC und Lawinensuchhundeteams aufgeboden, die bei der Suche und Bergung von Verschütteten im schwierigen Gelände helfen.**



**Daniela Brunner**  
42, Einsatzleiterin Helikopter

«Bei einer Lawine muss alles sehr schnell gehen. Jede Minute könnte über Leben oder Tod entscheiden.»



12

**Trainierte Spürnasen:** Um weitere Verschüttete auszuschliessen, sucht ein Lawinensuchhunde-Team des SAC den Lawinenkegel ab.

## W Alarmierung nach Lawinenunfall

Alarmieren Sie die Rega umgehend über die Rega-App (automatische Standortübermittlung) oder über die 1414, wenn Sie einen Lawinenunfall beobachtet haben. Die Einsatzzentrale benötigt möglichst folgende Informationen:

- 1 **Wo ging die Lawine nieder?** Koordinaten, Berg- oder Flurname, Höhe (m.ü.M.)?
- 2 **Was ist genau passiert?** Was haben Sie gesehen? Wie hat sich der Lawinenunfall ereignet?
- 3 **Wie viele Personen sind betroffen?** Anzahl der verunfallten und der unverletzten Personen?
- 4 **Wie sind diese Personen verschüttet oder verletzt?** Anzahl von der Lawine vollständig oder teilweise verschütteten Personen? Art der Verletzung?
- 5 **Notfallausrüstung?** Sind die Betroffenen mit einem LVS ausgestattet? Verfügen die unverletzten Personen zur Suche über LVS, Sonde, Schaufel?
- 6 **Wie sind die Bedingungen vor Ort?** Landung mit Helikopter möglich (Gefahren durch Kabel/Antennen)? Wetterverhältnisse (Sicht, Niederschlag, Wind)?

► **Mehr zum Thema** ab Seite 18 sowie Seite 30.

«Sie waren daran, sein Gesicht vom Schnee zu befreien, als wir dazugekommen sind», erzählt Markus Adank. Augenblicklich beginnen Notärztin Patrizia Kündig und er mit der Beatmung, versorgen den Patienten mit Sauerstoff. Und kurze Zeit später – kaum 20 Minuten nach seinem Lawinenunfall – atmet der verschüttete Tourengänger wieder aus eigener Kraft.

### Kameradenhilfe ermöglicht schnelle Rettung

«Die rasche, richtige Reaktion der Kameraden nach dem Lawinenabgang war ausschlaggebend, dass der Verschüttete so schnell von uns medizinisch versorgt werden konnte», sagt Rettungssanitäter Markus Adank. «Minuten später wäre es vielleicht nicht mehr möglich gewesen, ihn wiederzubeleben.» Gemeinsam mit den Bergrettern der SAC-Rettungsstation Näfels, die inzwischen zur Lawine geflogen wurden, graben sie den Patienten ganz aus den Schneemassen, versorgen ihn und laden ihn in den Rega-Helikopter. Abschliessend sucht das Lawinensuchhunde-Team den Lawinenkegel ab, um auch wirklich auszuschliessen zu können, dass sich weitere Personen darin befinden.

«Während eines Einsatzes stehen wir regelmässig in Kontakt mit der Crew», sagt Rega-Einsatzleiterin Daniela Brunner. Aus diesem Grund weiss sie bereits, dass der Verschüttete geortet wurde und dass vor Ort keine weiteren Rettungskräfte mehr nötig sind. Erfreut nimmt sie die Meldung des Piloten entgegen, dass sie der Intensivstation des Kantonsspitals Chur einen zwar stark unterkühlten, aber stabilen Patienten anmelden könne. «Es gibt auch uns ein gutes Gefühl, wenn ein anspruchsvoller Einsatz klappt und die Rettung für den Verschütteten positiv ausgeht.»

Für Rega 5, die Crew der Basis Untervaz, geht der Nachmittag mit Rettungseinsätzen für verunfallte Wintersportler weiter. Schweizweit organisiert die Rega-Einsatzzentrale an diesem schönen Winterwochenende insgesamt rund 120 Einsätze, darunter auch einen weiteren Lawineneinsatz für einen verschütteten Schneeschuhläufer. Auch dieser Verschüttete wird von den Rettungskräften gefunden. Für ihn aber kommt leider jede Hilfe zu spät.

Ariane Lendenmann



### Rega-Tipp:

Alarmieren Sie per Rega-App, damit Ihr Standort automatisch an die Einsatzzentrale übermittelt wird. Weitere Infos: [www.app.rega.ch](http://www.app.rega.ch)

# 24h Rega

Carmen Spühler, 30, Intensivpflegefachfrau Jet

**Carmen Spühler weiss als Pflegefachfrau bei der Rega nie, was sie an einem Arbeitstag alles erwartet. «Für mich ist das ideal, denn Routine ist überhaupt nicht mein Ding.»**

Wohin ein Einsatz sie führen und wie lange er dauern wird, welche Diagnose ihr Patient aufweist und ob sie ihn im Ambulanzjet der Rega oder im Linienflugzeug zurück in die Heimat begleiten soll – all das erfährt Carmen Spühler erst kurz vor ihrem Abflug. Im Dienstplan der Pflegefachfrau sind die Einsatztage zwar im Voraus eingetragen, dann muss sie sich bereithalten. Ob sie von der Einsatzzentrale für eine Repatriierung aufgeboten wird, zeigt sich jedoch erst kurzfristig.

«Dies gehört zu den speziellen Herausforderungen, die meine Arbeit so spannend machen», sagt Carmen Spühler. Wie zum Beispiel auch jener Eingriff auf einem Flugfeld am Äquator, bei 40 Grad Celsius, im Rega-Jet: «Die Intubation musste dem Flugarzt und mir einfach gelingen, mit dem medizinischen Material, welches wir dabei hatten», erzählt die 30-Jährige. «Andere Optionen – ein Spital in der Nähe, zusätzliche Ärzte oder Gerätschaften wie in der Schweiz – gab es nicht.» In solchen Situationen gelte es, ruhig zu bleiben und sich auf das Wesentliche zu konzentrieren: für den Patienten zu tun, was menschenmöglich ist. «Wer auf der ganzen Welt unterwegs ist wie wir und die grossen Unterschiede in der medizinischen Versorgung sieht, wird genügsam.» Sie sei dann froh um die Ausrüstung



im Rega-Jet und bewundere ihre fremdländischen Berufskollegen, die oft mit wenig viel Gutes bewirken.

Bisweilen benötigt auch Carmen Spühler nicht viel, um ihren Patienten zu helfen: «Häufig brauchen wir im Ausland nur das Zimmer zu betreten, und unserem Patienten und seinen Angehörigen geht es gleich besser. Sie fühlen sich aufgehoben, können endlich erzählen, was geschehen ist. Es ist schön, diese Gefühle bei jemandem hervorrufen zu können.»

Falls es zum Ernstfall kommen sollte, ist die Expertin für Intensivpflege gut vorbereitet: Einen Tag pro Woche



**Die Pflegefachfrau mit Zusatzausbildung in der Intensivpflege kümmert sich um Patienten, die im Rega-Jet oder Linienflugzeug repatriert werden müssen.**

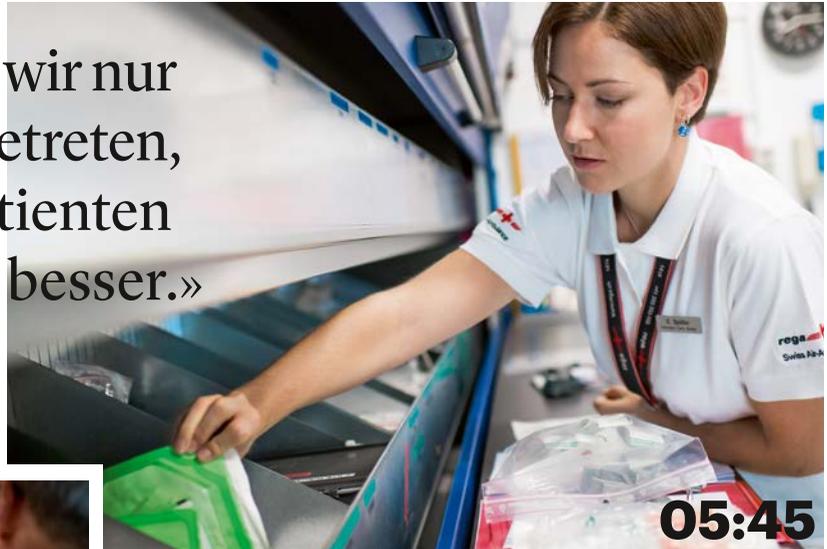
arbeitet sie auf der Intensivstation des Kantonsspitals Winterthur. Denn wer bei der Rega zum medizinischen Personal gehört, muss gleichzeitig auch in einem Spital tätig sein – damit die Fingerfertigkeiten und Fachkenntnisse auf dem neuesten Stand bleiben. «Mein spezielles Know-how benötige ich nicht in jedem Repatriierungseinsatz, aber wenn, dann muss jeder Handgriff auf Antrieb sitzen.»

Seit zwei Jahren fliegt sie nun für die Rega in fremde Länder und begleitet Patienten zurück nach Hause. «Das gibt mir mehr, als ich mir je erträumt habe.» Pensum reduzieren, Familie gründen? Sie schüttelt den Kopf. «Ich kann mir derzeit nicht vorstellen, je etwas anderes zu machen.»

Ariane Lendenmann

Lesen Sie weiter auf Seite 14 ►

«Häufig brauchen wir nur ein Zimmer zu betreten, und unserem Patienten geht es gleich besser.»



**05:45**

14



**07:00**

▲ Ausgerüstet für alle Fälle: Nicht immer sind die Informationen über den Zustand des Patienten ausreichend. Carmen Spühler packt nach Absprache mit der Flugärztin vor dem Einsatz das Material, um für alle Eventualitäten vorbereitet zu sein.

◀ Briefing: Von der Einsatzleitung erhält die Crew des Rega-Jets sämtliche Informationen, welche sie für den bevorstehenden Einsatz in der Türkei benötigt.

► Allrounderin: Zu den Aufgaben einer Rega-Pflegefachperson gehört auch, sich um das leibliche Wohl der Crewkollegen zu kümmern.

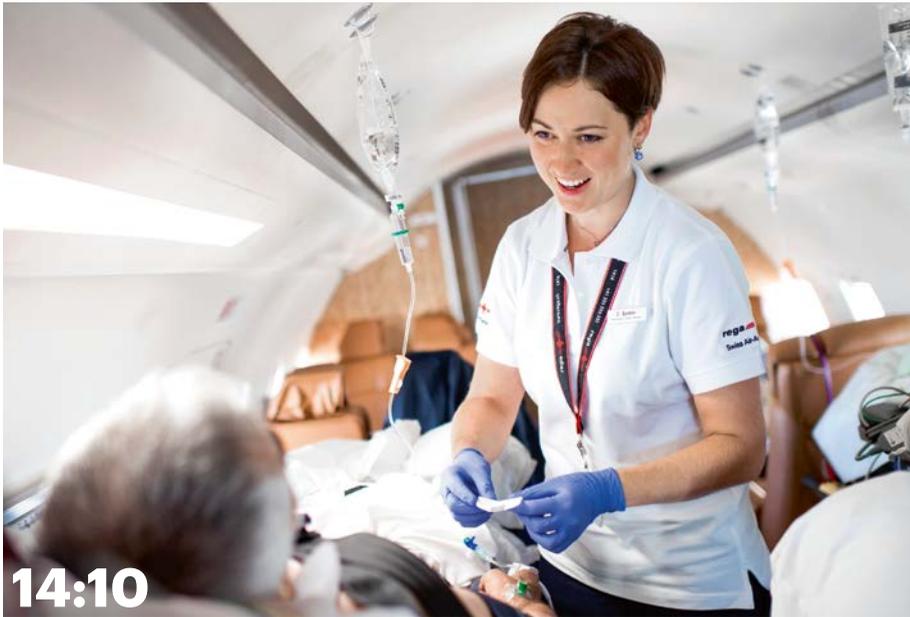


**10:50**



**12:20**

◀ Brücke in die Heimat: In der Türkei holen Carmen Spühler und die Flugärztin die Patienten im Spital ab. Sie schliessen sie an die Überwachungsgeräte an und stellen sicher, dass sie medizinisch gut versorgt sind, bevor sie in der Ambulanz bis vor den Rega-Jet gefahren werden.



◀ Betreuung: Wenn möglich, werden in einem Einsatz gleich mehrere Patienten an Bord des Rega-Jets in die Heimat geflogen. Auf diesem Flug sorgen Carmen Spühler und die Flugärztin für zwei Personen.

**14:10**

► Übergabe: Im Hangar des Rega-Centers am Flughafen Zürich werden die Patienten an die Kollegen der Ambulanz übergeben. Danach füllt die Pflegefachfrau im Rega-Jet das medizinische Material nach – damit er wieder bereit ist für einen nächsten Einsatz.



**16:45**



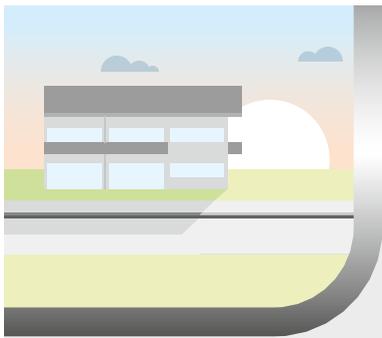
**19:00**

► Fliegen, auch in der Freizeit: Ihre einsatzfreie Zeit verbringt Carmen Spühler am liebsten beim Sport. Nach ihren Arbeitstagen zieht es sie oft an die frische Luft – so etwa auf einen Ausflug mit dem Gleitschirm.

# Helfen, wo es Hilfe braucht

**Auf der Strasse, in den Bergen, im Ausland – die Rega bringt medizinische Hilfe aus der Luft. Überall dorthin, wo es sie braucht. Manchmal aber steht nicht die medizinische Hilfe, sondern die Empathie, das Improvisationstalent und das Mitgefühl der Rega-Mitarbeitenden im Vordergrund. Wir teilen drei Ereignisse mit Ihnen, die uns als Redaktion zutiefst berührt haben. Sie zeigen, dass Hilfe immer bei Menschen beginnt, die sich für andere einsetzen wollen – und dass sie vielerlei Formen annehmen kann.**

16



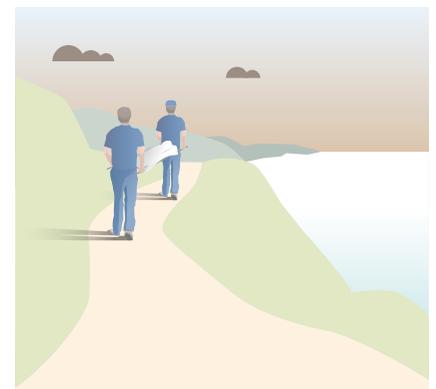
## Ein letzter Flug

Der Rega-Helikopter landet auf der grossen Wiese neben einem Mehrfamilienhaus. Der Rettungssanitäter öffnet die Türe zur Kabine und lädt gemeinsam mit seinen Crew-Kollegen eine 17-jährige Patientin aus. Sie liegt auf einer Trage, zahlreiche Schläuche sind mit mehreren tragbaren medizinischen Gerätschaften verbunden. Eine mobile externe Herz-Lungen-Maschine (ECMO) sorgt dafür, dass ihr Blut mit ausreichend Sauerstoff versorgt wird. Ohne all diese Geräte könnte die Patientin

nicht leben. Durch den Vorgarten, ins Haus hinein und in die Stube trägt die Rega-Crew die Patientin. Nun ist sie zurück – in ihrem Zuhause, bei ihrer Mutter, ihrem Bruder und der geliebten Katze. Im Haus, in dem sie aufgewachsen ist.

Sie war schon monatelang nicht mehr hier. Ihr Gesundheitszustand hat es nicht zugelassen, es ging ihr immer schlechter. Ihre Krankheit stellte sich im Verlauf als nicht heilbar heraus – sie wird ihren Kampf verlieren. Da äussert die junge Frau im Spitalbett den Wunsch, einmal noch ihr Daheim, ihre Katze zu sehen. Um Abschied nehmen zu können. Die Mutter spricht mit dem Behandlungsteam auf der Intensivstation. Es wird abgeklärt, ob ein Flug mit dem Rega-Helikopter infrage kommt. Die Rega gibt grünes Licht und fliegt die Patientin mit dem Personal und den Geräten der Intensivstation ins geliebte Zuhause. Nun sitzt sie mit ihrer ganzen Familie im Wohnzimmer, nimmt Abschied. Einige

Zeit später startet der Rega-Pilot die Turbinen erneut, die Patientin liegt wieder auf der Trage des Rettungshelikopters und schaut aus dem Kabinenfenster. Es wird ihr letzter Flug sein.



## Das Ferngespräch

Gemeinsam erkunden sie seit Tagen die Wanderwege der Region. Das pensionierte Ehepaar aus der Schweiz verbringt Wanderferien an der italienischen Küste. Sie geniessen

das mediterrane Klima, das feine Essen. Heute ist es besonders heiss, der Aufstieg steil. Dann passiert es: Der Mann bricht plötzlich zusammen. Die lokalen Rettungskräfte können nach ihrem Eintreffen nur noch seinen Tod feststellen.

Die Frau, die soeben ihren Ehemann verloren hat, steht unter Schock. Weit weg von Zuhause, umgeben von fremdsprachigen Rettern. Offenbar wartet man auf Unterstützung von weiteren Personen, um den Verstorbenen ins Tal zu transportieren. Mittlerweile hat die Wanderin per Mobiltelefon ihren Sohn in der Schweiz kontaktiert. Dieser ruft die Einsatzzentrale der Rega an: Ob man ihr denn nicht helfen könne? Die Rega sei doch weltweit im Einsatz? Die Einsatzleiterin reagiert schnell – und muss improvisieren. Denn bei einem Todesfall im Ausland ist klar: Zu einem Einsatz der Rega wird es nicht mehr kommen, hier muss die Schweizer Botschaft übernehmen. Aber sie könne seine Mutter mit dem Sozial- und Betreuungsdienst der Rega verbinden. Dessen Leiterin ist in verschiedenen Care-Teams aktiv und zeigt viel Gespür für Menschen in schwierigen Situationen.

Kurz darauf kommt die Verbindung zwischen der Frau des Verstorbenen und der Rega-Mitarbeiterin zustande. Diese hört zu, lässt sich die Situation vor Ort schildern und kümmert sich am Telefon um die Frau, die gerade auf einem Wanderweg in Italien alleine hinter den Rettern herläuft, die ihren verstorbenen Mann ins Tal tragen. Einige Wochen später, zurück in der Schweiz, meldet sich die Frau wieder beim Rega-Betreuungsdienst: Das Gespräch habe ihr in diesem schwierigen Moment der Fassungslosigkeit, Wut und Trauer sehr geholfen.

## Der grosse Fang des Tages

Ein älterer Mann fischt an einem Steg an der Hafenmole einer Stadt im Süden Italiens: Die Rutenspitze biegt sich nach unten, er setzt den Anhieb und beginnt zu kurbeln. Das muss etwas ganz Grosses sein, der obere Teil der Rute droht unter der Belastung zu brechen. Nur langsam gelingt es ihm, die Schnur einzuholen. Dann erscheint etwas Dunkles an der Wasseroberfläche: Der Haken hat sich in einer schwarzen Reisetasche verfangen.

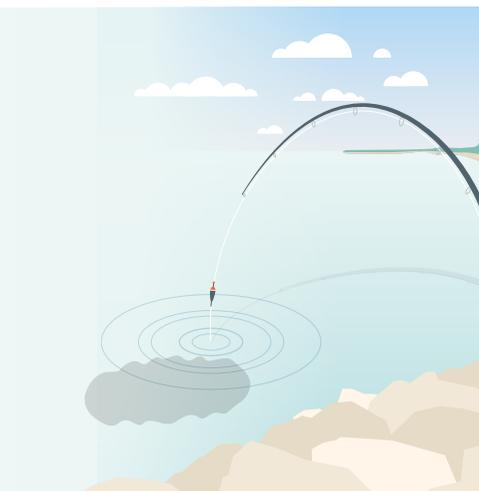
Enttäuscht hievt er die Tasche auf den Steg, öffnet den Reissverschluss. Kleider, Schuhe und ein Portemonnaie in nassem, aber einwandfreiem Zustand finden sich darin. Auf einem Ausweis ist eine Telefonnummer aufgedruckt: +41 333 333 333. Er wählt die Nummer. «Schweizerische Rettungsflugwacht Rega, Grüezi», meldet sich die Einsatzleiterin. Sie spricht italienisch, also erzählt ihr der Fischer vom Ausweis und von seinem grossen Fang. Aufgrund der Gönnernummer identifiziert die Einsatzleiterin den Besitzer des Ausweises. Im Internet macht sie die Festnetz-Telefonnummer des Gönners ausfindig, wählt die Nummer und erreicht ihn – dank einer aktivierten Rufumleitung – glücklicherweise auf seinem Mobiltelefon.

Der Rega-Gönner befindet sich gerade in den Familienferien in Italien, worum es denn ginge? «Wie bitte, unsere Tasche haben Sie gefunden?», fragt er hocherfreut. Sie sei ihm erst vor wenigen Stunden gestohlen worden. Die Einsatzleiterin organisiert umgehend eine Konferenzschaltung mit dem freundlichen Fischer an der Hafenmole, übersetzt

und vermittelt zwischen den beiden. Eine Stunde später überreicht der Fischer dem Schweizer Familienvater am Hafen seine verloren geglaubte Tasche: Sie ist nass, aber der Inhalt abgesehen von einigen Euro-Noten vollständig, inklusive seiner Ausweise. Sein Ferientag nimmt ein glückliches Ende.

Keines dieser drei Ereignisse passt ins herkömmliche Schema eines Rega-Einsatzes. Für solche Vorfälle existieren keine Vorgaben, Checklisten oder Algorithmen. Und gerade deshalb stehen sie sinnbildlich für das, was die Rega und ihre Mitarbeitenden ausmacht: der Wille, Menschen in jeder Situation zu helfen und zu unterstützen, mit denjenigen Mitteln, die zum jeweiligen Zeitpunkt zur Verfügung stehen. Und sei es bloss eine Telefonverbindung.

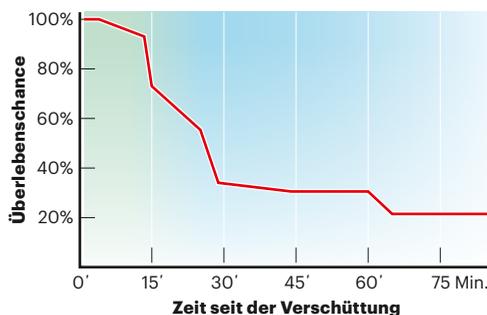
*Adrian Schindler*



# Wettlauf gegen die Zeit

Mehr als 100 Lawinenunfälle registriert das Institut für Schnee- und Lawinenforschung jeden Winter in der Schweiz. Von den vollständig verschütteten Personen überlebt rund die Hälfte – 20 bis 30 Menschen pro Jahr verlieren in einer Lawine ihr Leben. Entscheidend fürs Überleben ist die schnelle Rettung: Für alle Beteiligten zählt nach einem Lawenniedergang deshalb jede Minute.

## Die Überlebenschance sinkt innerhalb von Minuten



Von einer Lawine erfasst zu werden, ist lebensbedrohlich: 43 Prozent der Verschütteten, die vollständig von den Schneemassen bedeckt werden, erliegen unmittelbar ihren Verletzungen oder finden den Erstickungstod. Nur wer **innerst kürzester Zeit gefunden und gerettet wird, hat intakte Chancen** zu überleben (siehe Grafik links).

18



## ① Alarmierung der Rega nach einem Lawinenunfall

Wer beobachtet, wie sich eine Lawine löst und Menschen mitreisst, soll sofort die Rega über die **Alarmnummer 1414** oder die **Rega-App** alarmieren. Die Einsatzleitung der Rega bietet augenblicklich alle Rettungskräfte und -mittel auf, die für den Lawineinsatz nötig sind: **Rega-Helikopter**, welche zum Unfallort fliegen, um die Verschütteten zu orten und medizinisch zu versorgen, sowie **Lawinensuchhunde-Teams** und **Bergretter des Schweizer Alpen-Club SAC**, die mit kommerziellen Helikoptern zum Einsatzort geflogen werden.

## ② Kameradensuche

Ausschlaggebend bei einem Lawinenunfall ist die **Hilfe der Kameraden**: Verschüttete, die von Kollegen umgehend mit dem Lawinenverschütteten-suchgerät geortet und ausgegraben werden, haben die besten Überlebenschancen. Deshalb gilt: **Sofort nach der Alarmierung der Rega mit der Suche beginnen!** Wo das Signal am stärksten ist, die Lage des Verunfallten mit der Sondierstange bestimmen und mit Ausgraben beginnen. Vergessen Sie dabei nicht, auf Ihre eigene Sicherheit zu achten.



**Erfahren Sie mehr**  
über die grossflächige  
Suche der Rega-Crews  
nach Verschütteten im  
Video unter:  
[www.lawine.rega.ch](http://www.lawine.rega.ch).

► **Mehr zum Thema**  
lesen Sie ab Seite 30.

### ③ Suche auf dem Lawinenkegel

Die **grossflächige, zeitsparende Suche** auf der Lawine – etwa wenn niemand den Niedergang beobachtet hat – **führt die Rega-Crew** aus der Luft mittels Lawinenverschüttetensuchgerät oder Recco-Detektor durch. Bei der Feinsuche helfen der Crew **ausgebildete Lawinenhunde** und Bergretter des SAC.



### ④ Medizinische Versorgung durch die Rega-Crew

Einmal von den Schneemassen befreit, müssen vollständig verschüttete Personen nicht selten **vom Notarzt und vom Rettungssanitäter der Rega reanimiert** werden. Die Rega-Crew kümmert sich noch am Unfallort um die **medizinische Erstversorgung der Patienten**, welche häufig gleich mehrere Verletzungen aufweisen und an Unterkühlung leiden.



Machen Sie den ersten Schritt –  
holen Sie sich das SPHAIR Zertifikat:

[sphair.ch](https://sphair.ch)

# Werden Sie Militärpilot

Verwirklichen Sie Ihren Berufsraum – werden Sie  
Militärpilot oder Militärpilotin. SPHAIR schätzt  
Ihr Potenzial ehrlich ein, zeigt auf, was es bedeutet,  
den Weg zu gehen und bereitet Sie auf den  
genialsten Job der Welt vor.

 Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

 **SPHAIR**

# Meinung

Ernst Kohler

«Zögern Sie nie, die Rega in einer Notsituation direkt zu alarmieren. Schliesslich sind wir für Sie da.»

Als CEO der Rega werde ich regelmässig als Gastredner zu öffentlichen Veranstaltungen eingeladen. Wenn immer möglich, nehme ich diese Einladungen an. Einerseits geben sie mir die Möglichkeit, die Rega vorzustellen und die Wichtigkeit einer Gönnerschaft herauszustreichen. Andererseits kann ich so den Puls in der Bevölkerung fühlen. Spüren, wo der Schuh drückt. So fragte mich kürzlich ein junger Mann im Nachgang eines Referats, ob und in welchen Fällen er die Rega direkt alarmieren dürfe.

Die Fragestellung, wann die direkte Alarmierung der Rega angebracht ist, höre ich des Öfteren. Und obwohl die Alarmierung mit der Notfall-App der Rega nur eine Fingerbewegung benötigt, stelle ich fest, dass die Hemmschwelle, die Rega direkt zu alarmieren, hoch ist. Das hat zwar sein Gutes – es gibt kaum Fehlalarme. Dennoch möchte ich bei dieser Gelegenheit in Erinnerung rufen, dass die Rega für ihre Gönnerinnen und Gönner und die Schweizer Bevölkerung rund um die Uhr mit einer eigenen Einsatzzentrale zur Verfügung steht: Wer die Hilfe der Rega benötigt, erhält sie auch.

Selbstverständlich gibt es Empfehlungen, wann welches Rettungsmittel zu alarmieren ist. In gewissen Notfällen braucht es den Rettungshelikopter, wie zum Beispiel bei Verletzungen oder Erkrankungen in unwegsamem Gelände. Oder wenn ein rascher, schonender Transport in ein Zentrumsspital nötig ist, etwa bei Verdacht auf Schlaganfall oder Herzinfarkt. Genauso gibt es aber auch Situationen, in denen

eine Ambulanz schneller vor Ort sein kann, oder Verletzungen und Erkrankungen, die in die Hände eines Hausarztes gehören. Doch welcher Laie kann schon «sur place» die treffende Verdachtsdiagnose stellen – und das noch in einer Notsituation und unter Stress? Die Wahl des richtigen Rettungsmittels darf nicht in der Verantwortung des Alarmierenden liegen. Wichtig in einer Notsituation ist vielmehr, keine Zeit zu verlieren und rasch Hilfe anzufordern. Deshalb gilt: Eine «falsche» Alarmierung gibt es im Notfall nie – nur keine Alarmierung ist falsch.

Meine Antwort an den jungen Herrn lautete: «Wenn Sie die Hilfe der Rega brauchen, alarmieren Sie uns direkt.» Denn eine Alarmierung löst nicht zwingend einen Helikoptereinsatz aus; wenn Sie die «1414» wählen, beginnen nicht automatisch die Rotoren zu drehen. Ihr Notruf wird in der Rega-Einsatzzentrale rund um die Uhr von speziell ausgebildeten Einsatzleiterinnen und -leitern entgegengenommen. Diese Profis organisieren im Jahr mehr als 11'000 Helikoptereinsätze und wissen genau, was im Notfall zu tun ist. Sie werden Ihnen die richtigen Fragen stellen und dann entscheiden, welches das geeignete Rettungsmittel ist. Entweder bieten sie den nächsten, geeigneten Rettungshelikopter auf oder sie leiten Ihre Alarmierung umgehend an die Kollegen der Polizei, Sanitätsnotrufzentralen oder Feuerwehr weiter.

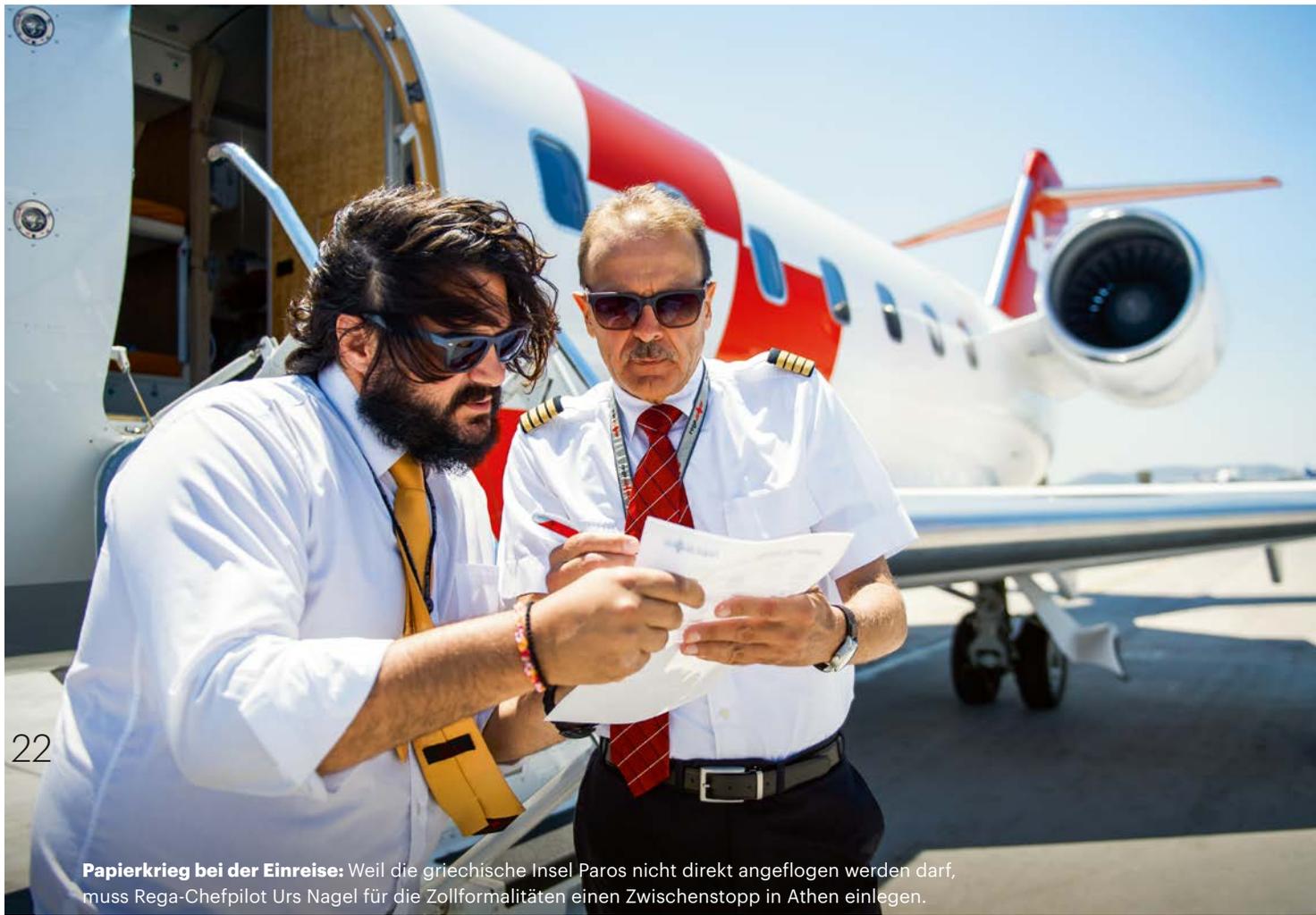
Zögern Sie deshalb nie, die Rega in einer Notsituation direkt zu alarmieren – schliesslich sind wir für Sie da.

**Die Wahl des Rettungsmittels darf nicht in der Verantwortung des Alarmierenden liegen.**



**Ernst Kohler**

54, ist seit 2006 CEO der Rega. Der ehemalige Flugplatzchef und Bergführer ist vierfacher Vater und wohnt in der Region Luzern.



22

**Papierkrieg bei der Einreise:** Weil die griechische Insel Paros nicht direkt angeflogen werden darf, muss Rega-Chefpilot Urs Nagel für die Zollformalitäten einen Zwischenstopp in Athen einlegen.



**Betreut und stabilisiert:** Auf einer Vakuummatratze wird Patient Cornelius Heggli in einem Ambulanzfahrzeug zum Rega-Jet auf das Flugfeld von Paros gebracht.

# Gemeinsam den Rücken stärken

Ein starker Schmerz durchzuckt Cornelius Heggli, als er mit den Füßen voran in das warme Mittelmeer eintaucht und das Wasser über seinem Kopf zusammenschlägt. Noch weiss der 33-Jährige nicht, dass dieser Schmerz den Beginn seiner Rückreise im Rega-Jet markiert, doch ihm ist sofort klar, dass etwas mit seinem Rücken ganz und gar nicht in Ordnung ist. Von der Schwimmweste wird der Luzerner an die Wasseroberfläche gezogen. Er schnappt nach Luft, der Aufprall hat ihm den Atem verschlagen.

Es ist Mitte Juli 2017. Mit sechs Freunden verbringt Cornelius Heggli zwei Wochen auf der griechischen Insel Paros, wo zwei von ihnen ein Ferienhaus besitzen. Sie sind gekommen, um die Insel zu erkunden, aber auch, um das Windsurfen zu erlernen. An diesem Tag ist der Wind für die Surfanfänger jedoch zu stark. Stattdessen buchen sie eine Abenteuer-tour bei einem lokalen Veranstalter. Die Tour beinhaltet eine einstündige Wanderung im Süden der Insel, hin zu einer Höhle am Meer, wo die Felsen zum Klettern und zu Sprüngen ins Wasser einladen. Alle Teilnehmer der Tour



Dr. med. Oliver Boekels  
50, Rega-Beratungsarzt

«Machen Sie sich keine Sorgen, wir holen Sie morgen im Rega-Jet zurück in die Schweiz.»

**Ein Sprung ins Meer beendet schlagartig die Ferien von Rega-Gönner Cornelius Heggli auf der griechischen Insel Paros. Mit einer doppelten Wirbelfraktur ist er auf die Unterstützung einer Freundin und die schnelle Hilfe der Rega angewiesen.**

23

tragen Schwimmwesten, so verlangen es die Sicherheitsvorschriften der beiden Tourführer. Cornelius Heggli ist der zweite der Gruppe, der von einem acht Meter hohen Felsvorsprung ins Meer springt.

Als die beiden griechischen Guides das Stöhnen des Schweizers hören, springen sie sofort ins Wasser und schwimmen zu ihm. Zu dritt erreichen sie das Ufer, wo Cornelius Heggli gestützt von seinen Freunden an Land klettert. Eine von ihnen ist die italienische Ärztin Maddalena Bianchi, die in der Schweiz als Gynäkologin arbeitet. Besorgt untersucht sie seinen Rücken, kann jedoch keine Verletzungen oder blauen Flecken entdecken. «Der Sprung war unspektakulär, das Wasser tief genug», wird Cornelius Heggli später erzählen. Seine Schmerzen sind jedoch so stark, dass die Gruppe die Tour abbricht und sich auf den einstündigen Fussmarsch zurückmacht. Im Kleinbus wird Cornelius Heggli zum einzigen ▶

Abwechselnd liegen seine Freunde links und rechts von ihm, um ihn zu stabilisieren und sicherzustellen, dass er nicht vom Rettungsbrett rutscht.

öffentlichen Spital der Insel in die Hauptstadt Parikia gefahren, wo er nach längerem Warten geröntgt wird. Der behandelnde Arzt entdeckt auf dem Röntgenbild keine Verletzungen. Maddalena Bianchi hingegen, die während ihrer Ausbildung ein Jahr auf der Chirurgie gearbeitet hat, erkennt auf dem Bild zwei gebrochene Wirbel. Auf ihr Drängen hin zieht der Arzt einen Orthopäden einer Privatklinik hinzu. «Mein italienisches Temperament hat mir sicherlich geholfen, mich durchzusetzen», wird sie später erzählen.

#### Das Spital gibt keine Medikamente aus

Der Spezialist führt eine Computertomografie durch und bestätigt ihren Befund: Cornelius Heggli hat eine Fraktur des dritten und neunten Brustwirbels erlitten. Er darf seinen Rücken keinesfalls bewegen. Um seinen Rücken notdürftig zu stabilisieren, liegt er im Spitalbett auf einer Plastikbahre, einem sogenannten Rettungsbrett. Medikamente und Essen werden im Spital nicht ausgegeben, darum müssen sich die Freunde kümmern. Noch am selben Abend alarmieren sie die

Rega-Einsatzzentrale am Flughafen Zürich. Dr. med. Oliver Boekels, Beratungsarzt der Rega, versucht in Telefongesprächen mit dem griechischen Arzt und mit Cornelius Heggli Informationen über dessen Gesundheitszustand sowie über die medizinische Versorgung vor Ort zu erfahren. Das Medical Center in Paros entspricht einer gut ausgestatteten Arztpraxis. Der Entscheid fällt schnell: «Der Rücktransport muss sofort erfolgen», sagt Oliver Boekels, der als diensthabender Arzt in der Einsatzzentrale die Repatriierungseinsätze anordnet. «Mit dieser Rückenverletzung kann er ohne Stabilisierung der Frakturen nicht auf der Insel bleiben.» Zur Fixierung müsste er ein Korsett tragen, das auf ganz Paros nicht verfügbar ist. Der Beratungsarzt übergibt den Einsatz an die Einsatzleiter Jet, die nun innerhalb von Stunden einen der drei Ambulanzjets der Rega, eine Crew und die notwendigen Flugberechtigungen für den Flug nach Paros organisieren. «Machen Sie sich keine Sorgen», sagt Oliver Boekels, als er den Patienten informiert, «wir holen Sie morgen im Rega-Jet zurück in die Schweiz.»



## Ferienzeile der Bevölkerung bestimmen die Einsätze der Rega im Ausland

### Was sind die häufigsten Ursachen für Repatriierungseinsätze der Rega?

Am häufigsten fliegen wir schwer erkrankte Patienten vom Ausland zurück in die Schweiz. Dabei stehen medizinische Probleme in Zusammenhang mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen an erster Stelle, gefolgt von Schlaganfällen. Weitere Ursachen sind Verletzungen nach Verkehrs- oder Sportunfällen. Soziale Kriterien, etwa die Familiensituation bei einem kranken Kind, werden bei der Entscheidung über eine Repatriierung miteinbezogen. Im Zentrum unseres Handelns steht das Wohl des Patienten.

### Aus welchen Ländern repatriiert die Rega die meisten Patienten?

Grundsätzlich widerspiegeln unsere Einsatzdestinationen die aktuellen Reiseziele der Schweizer Bevölkerung. Über die Jahre kommt es da immer wieder zu Verschiebungen. Ein wichtiger Faktor ist die medizinische Versorgung vor Ort: Ähnelt sie jener in der Schweiz, sind Repatriierungen seltener notwendig als

aus Ländern, in denen die Versorgung weniger gut ist.

### Gibt es einen Unterschied zwischen Sommer und Winter?

Früher war es so, dass uns im Sommer die Einsätze meist ans Mittelmeer und im Winter nach Asien geführt haben. Heute ist das weniger ausgeprägt: Langstrecken-Einsätze nach Asien oder Südamerika kommen auch in den Sommermonaten immer wieder vor.

### Wie überwinden die Ärzte der Rega allfällige Sprachbarrieren im Kontakt mit den Ärzten im Ausland?

Unsere Beratungsärzte am Telefon wie auch unsere Flugärzte verfügen über breite Sprachkenntnisse – häufig können sie deshalb mit dem Arzt vor Ort in seiner Sprache kommunizieren. Ansonsten erfolgt die Verständigung in einer für beide Parteien fremden Sprache wie zum Beispiel Englisch. Wenn auch das nicht möglich ist, greifen wir bei der Abklärung auf professionelle Dolmetscher zurück, die uns unterstützen.

### Wie erleben Sie die Zusammenarbeit mit den Ärzten im Ausland?

Wichtig für uns ist, dass wir mit den Arztkollegen vor Ort stets einen respektvollen Umgang pflegen. Dies gilt für die Abklärungen am Telefon durch unsere Beratungsärzte genauso wie für die Übernahme der Patienten in den Spitälern und Kliniken im Ausland durch unsere Teams aus Flugärzten und Intensivpflegefachpersonen. Voraussetzung dafür ist sicher auch unsere Wertschätzung für die Arbeit der Arztkollegen, die in ihrem Land oft unter ganz anderen Bedingungen arbeiten müssen als wir hier in der Schweiz. Letztlich haben wir ein gemeinsames Ziel: die möglichst optimale medizinische Versorgung des Patienten. Dabei unterstützen wir uns gegenseitig.



**Dr. med. André Keisker**  
50, stellvertretender  
Chefarzt Jet der Rega

Die Nacht im Spital in Paros dauert für Cornelius Heggli und seine Freunde eine Ewigkeit. Kein Arzt und keine Schwester kommen vorbei, um nach dem Rechten zu sehen. Abwechselnd liegen die Freunde links und rechts neben dem Patienten, um sicherzustellen, dass er nicht seitlich vom Rettungsbrett rutscht. Die Medikamente aus der Apotheke lindern die Schmerzen des Luzerners nur bedingt. Nur für kurze Zeitabschnitte gelingt es ihm, sich in einen unruhigen Schlaf zu flüchten.

#### **Auf der Vakuummatratze zurück nach Hause**

Der Ambulanzjet der Rega startet um neun Uhr Richtung Griechenland. Mit an Bord sind neben den beiden Jetpiloten der Flugarzt Dr. med. Marcel von Dach und die Intensivpflegefachfrau Stephanie Seiler. Ihre medizinische Ausrüstung umfasst auch eine spezielle Vakuummatratze: Sie passt sich durch Absaugen der Luft exakt den Körperkonturen an und verhindert so, dass der verletzte Patient während des Transports seine Position verändert.

Auf Paros angekommen, wird die medizinische Rega-Crew von Cornelius Heggli und seinen Freunden bereits sehnsüchtig erwartet. Flugarzt Marcel von Dach verabreicht seinem Patienten ein starkes Schmerzmittel und überprüft bei seiner Untersuchung vorsichtig, ob dieser die Beine noch spürt und seine Arme bewegen kann. Nach einem genauen Blick auf die Röntgenbilder bestätigt auch er die Diagnose. Unterstützt von Stephanie Seiler und dem Spitalpersonal platziert er den erschöpften Rückenpatienten vorsichtig auf der Vakuummatratze. Sie wird ihn fortan während der ganzen Rückreise stabil halten.

Nach einer schnellen Verabschiedung von seinen Freunden geht es im Ambulanzfahrzeug zum Flughafen Paros, wo er in den Rega-Jet eingeladen wird. Erleichtert darüber, endlich das harte Rettungsbrett aus dem Spital in Paros losgeworden zu sein, verbringt Cornelius Heggli einen grossen Teil seines Repatriierungsfluges schlafend. Dazwischen wacht er kurz auf und isst dankbar ein Stück Kuchen – mit der Erleichterung kehrt auch der Hunger zurück. «Ich bin schon lange Gönner der Rega, weil mir das Solidaritätsprinzip sehr



**Wohlbehütet:** Rega-Pflegefachfrau Stephanie Seiler und Maddalena Bianchi lassen den erschöpften Patienten nicht aus den Augen.



**Organisiert:** Flugarzt Marcel von Dach übergibt Cornelius Heggli an die Kollegen der Ambulanz, welche ihn ins Spital nach Luzern fahren.

am Herzen liegt», sagt er zu Rega-Pflegefachfrau Stephanie Seiler. «Nur hätte ich nie gedacht, dass ich die Hilfe der Rega selbst einmal in Anspruch nehmen muss.» Den Unfall kann er sich nicht erklären. «Ich bin schon oft aus dieser Höhe ins Wasser gesprungen und habe mir dabei nie wehgetan.»

Am frühen Abend landet der Rega-Jet bereits wieder auf dem Flughafen Zürich. Nun übernimmt eine Ambulanz den Weitertransport von Cornelius Heggli ins Kantonsspital nach Luzern, wo er die nötige medizinische Behandlung erhält, damit sein Rücken über die kommenden Monate wieder heilen kann.

Harald Schreiber

A man in a dark suit, white shirt, and blue tie stands on a paved area in front of a modern building with a grid-like facade. He is smiling and has his hands in his pockets. The building has large windows and a repetitive architectural pattern.

«Gäbe es die Rega nicht, müsste man sie erfinden.»

**Er ist im flächenmässig grössten Kanton der Schweiz für die Gesundheit zuständig: Dr. Christian Rathgeb, Regierungsrat des Kantons Graubünden. Im Interview erläutert er die Bedeutung der Rega für die medizinische Versorgung des Bergkantons und was er sich vom Bundesamt für Zivilluftfahrt erhofft.**

## Herr Rathgeb, welche Bedeutung hat die Rega für Graubünden?

Die Topografie Graubündens mit seinen Bergen und abgelegenen Tälern ist für die medizinische Versorgung eine grosse Herausforderung. Meist ist der Helikopter der Rega im Notfall das schnellste Rettungsmittel und für uns entsprechend wichtig. Auch für den Tourismus, den bedeutendsten Wirtschaftszweig im Kanton, ist eine gut funktionierende Luftrettung zentral: Gäste aus aller Welt verbringen ihre Ferien bei uns – und zählen im Notfall auf die Rega. Dass die Rega als gemeinnützige Stiftung nicht nach wirtschaftlichen Gesichtspunkten, sondern im Sinne der Patienten handelt, ist für unsere Region von grösster Bedeutung.

## Wie meinen Sie das?

Ein Beispiel: Die Rega betreibt in Graubünden in Untervaz und in Samedan zwei Helikopterbasen. Gerade im Engadin, wo die meisten Rega-Einsätze in den Sommer- und Wintermonaten anfallen, «lohnt» es sich aus finanzieller Sicht nicht, per-

manent eine dreiköpfige Crew und einen Rettungshelikopter einsatzbereit zu halten. Die Rega aber hat sich zum Ziel gesetzt, die medizinische Versorgung aus der Luft rund um die Uhr flächendeckend sicherzustellen – davon profitieren die Bündner Bevölkerung und unsere Gäste.

## Und wenn es die Rega nicht gäbe?

Dann müsste man sie erfinden! Ohne Rega müsste der Staat die flächendeckende Luftrettung sicherstellen, denn kommerzielle Helikopterunternehmen würden sich nur auf die lukrativen Standorte beschränken. Dann stünde in den grossen Wintersportorten wohl in der Ferienzeit ein

Helikopter, nicht aber in der Zwischensaison. Das wäre für den Kanton Graubünden fatal, weil wir nicht mehr über eine vernünftige Versorgung verfügen würden. Deshalb wollen wir keine «Rosinenpicker».

## Sie sprechen sich also gegen eine Kommerzialisierung des Rettungswesens aus?

Ja, ganz entschieden. Mein Auftrag ist es, die medizinische Grundversorgung im Kanton sicherzustellen. Diese ist oft nicht rentabel, da dafür entsprechend Personal und Infrastruktur benötigt werden und die Auslastung stark variiert. Kommerzielle Anbieter würden die Versorgung nie flächendeckend gewährleisten.

## Welchen Herausforderungen stehen Sie gegenüber?

Wir kämpfen mit den gleichen Problemen wie andere dünn besiedelte Bergkantone. Bis 2030 rechnen wir mit einer weiteren Abwanderung

aus abgelegenen Talschaften. Dort nimmt die Bevölkerung ab – und wird gleichzeitig immer älter. Auch der Tou-

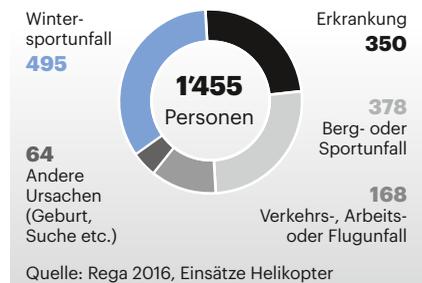
rismus ist eine Herausforderung: Unser Gesundheitssystem muss in der Lage sein, während wenigen Monaten im Jahr das Mehrfache der eigenen Bevölkerung zu versorgen. Wir wollen aber auch in abgelegenen Tälern die ambulante und die stationäre medizinische Grundversorgung sicherstellen. Deshalb setzen wir auf ein regionales Gesundheits- und Spitalversorgungssystem, in welchem die Rega eine zentrale Rolle einnimmt.

## Wie sieht dieses aus?

In zehn Regionalspitalern werden die häufigsten Krankheiten und Verletzungen behandelt. Für Diagnosen,



## Rega-Einsätze in Graubünden 2016



die mit hohem medizintechnischem Aufwand verbunden sind und spezialisiertes Personal benötigen, verfügen wir mit dem Kantonsspital Graubünden in Chur über ein hochmodernes Zentrumsspital. Dieses dezentrale System führt dazu, dass ein Patient bei einer Verschlechterung seines Zustands vom Regional- ins Zentrumsspital verlegt werden muss. Für solche Patiententransporte kommen oft die Rega-Helikopter zum Einsatz – sofern es das Wetter zulässt.

## Die Rega möchte in Zukunft ja auch bei schlechtem Wetter fliegen, etwa auf einer Instrumentenflugroute von Samedan über den Julierpass nach Chur.

Ich begrüsse diese Bemühungen sehr und hoffe für die Bündner Bevölkerung, dass die Rega als Blaulichtorganisation nun bald die notwendigen Bewilligungen vom Bundesamt für Zivilluftfahrt erhält. Eine allwettertaugliche Luftrettung wird abgelegene Regionen wie etwa das Engadin oder die Südtäler noch näher an die Zentrumsspitäler bringen und die Versorgungssicherheit erhöhen. Die Rega ist ein zentrales Element unseres Systems und ich erhoffe mir auch für die Zukunft eine enge, partnerschaftliche Zusammenarbeit zugunsten einer optimalen Gesundheitsversorgung unseres Landes.

Interview: Adrian Schindler

# Hilfe nach dem Sturm

**Ein heftiges Unwetter im Unterengadin führt im Val S-charl zu mehreren Murgängen. Das Dorf ist von der Umwelt abgeschnitten, Autos sind auf der Strasse blockiert – gut ein Dutzend Personen müssen von der Rega evakuiert werden.**



28

## S-charl (GR), 29.07.2017

Der Himmel über dem Unterengadin verdunkelt sich an diesem Abend noch vor Sonnenuntergang: Eine gewaltige Gewitterfront liegt über der Region und entlädt sich, als gäbe es kein Morgen. «Gegen halb zehn Uhr flogen wir durch den strömenden Regen ins Val S-charl», sagt Giorgio Faustinelli, Pilot und Leiter der Rega-Basis Samedan. Im abgelegenen Tal bei Scuol hat das Unwetter besonders gewütet. Murgänge haben die Strasse ins Dorf meterhoch verschüttet. «Aus der Luft sahen wir mehrere Personen in ihren Autos. Sie konnten weder vor noch zurück, waren zwischen den Rufen blockiert.» Und jederzeit könnte sich weiteres Geröll von den Bergflanken lösen.

Bei der Rega gehen mehrere Notrufe ein: Ausflügler wie Einheimische sind vom Gewitter überrascht worden – und müssen aus ihrer Notlage befreit werden. Kommerzielle Helikopter fliegen in der Nacht nicht. Nach dem Eindunkeln kommen deshalb die Rettungshelikopter der Rega auch bei Evakuationen nach

Naturkatastrophen oder zur Brandbekämpfung zum Einsatz.

Giorgio Faustinelli fliegt tief, orientiert sich mit Hilfe des Nachtsichtgeräts oder der Scheinwerfer seines Helikopters. Als erstes wird ein Förster evakuiert, dann drei Frauen, die nach dem Melken auf der Alp blockiert sind, und ein Wanderer. Danach verschlechtert sich das Wetter, der Helikopter muss am Boden

bleiben. «In dieser Nacht regnete es entweder in Strömen oder alles versank im Nebel. Dazwischen blitzte es, und wir mussten warten, bis die Störung weiterzog.»

Nach Mitternacht werden weitere acht Personen aus der Schlucht geflogen. Da im schwierigen Gelände keine Landung möglich ist, werden sie an der Rettungswinde evakuiert. «Nächtliche Windenrettungen im Scheinwerferlicht sind wegen des limitierten Sichtfeldes besonders anspruchsvoll», sagt Giorgio Faustinelli. Bis halb zwei Uhr morgens ist die Rega-Crew unterwegs, um 13 Personen aus dem verwüsteten Val S-charl zu fliegen – allesamt unverletzt.

Ariane Lendenmann

Giorgio Faustinelli, Rega-Pilot

«In der Nacht sind Einsätze mit der Winde besonders anspruchsvoll.»

## Auf der Pilzsuche verunfallt

**Frutigen (BE), 21.08.2017** Eine 60-jährige Frau sammelt gemeinsam mit ihrer Tochter Pilze, als ihr schwarz vor Augen wird. Sie stürzt mehrere Meter den Hang hinunter. Dabei verletzt sie sich an der Halswirbelsäule und muss von der Crew der Basis Wilderswil mit der Winde gerettet und zur weiteren Behandlung ins Insspital Bern geflogen werden.

## Einsatz für drei Kälbchen

**Marmorera (GR), 08.09.2017** Just in der Nacht vor dem Alpabzug kommen auf der Alp Ses drei Kälber auf die Welt. Da sie den angekündigten Wetterwechsel nicht überleben würden, kontaktiert die Bauernfamilie die Rega-Einsatzzentrale. Diese lässt die Kälber sofort von einer kommerziellen Helikopterfirma evakuieren.

## Frühgeburt von Zwillingen

**Luzern, 15.08.2017** Nachteinsatz für die Rega-Basis Bern: Eine 36-jährige, schwangere Frau muss wegen einer drohenden Frühgeburt ihrer Zwillinge notfallmässig vom Spital Interlaken ins Insspital Bern geflogen werden, wo sie zur Überwachung umgehend in die Neonatologie gebracht wird.

## W Im Einsatz für Förster, Jäger und Pilzsucher

**8** Personen rettete die Rega letztes Jahr nach einem Unfall beim Pilze sammeln.

**21 Einsätze** für verunfallte Jägerinnen und Jäger flogen die Helikopter-Crews der Rega im 2016.

**72** Menschen mussten 2016 von der Rega ins Spital geflogen werden, weil sie sich bei der Forstarbeit schwer verletzt haben.

# Rega-Kids

**Wettbewerb** Rechne die lange Rechnung Schritt für Schritt bis zum Ziel und nimm an unserem Wettbewerb teil.

**Lösung:** =

**Sudoku** Füge das fehlende Rettungsmittel ein – und achte darauf, dass in jeder senkrechten und waagerechten Reihe ein Helikopter, eine Ambulanz, ein Polizei- und ein Feuerwehrauto steht.


**Worträtsel** Suche die fehlenden vier Begriffe zum Thema Lawinenrettung.

R	A	L	Q	W	T	A	R	Z	E
E	S	M	D	L	O	T	E	L	F
G	F	E	O	A	A	S	T	R	O
A	N	U	C	W	Y	R	T	W	H
N	Z	N	U	I	W	N	U	A	L
X	E	M	O	N	O	F	N	E	N
U	T	V	Y	E	G	L	G	H	Z
A	O	H	Z	N	O	E	A	U	E
I	K	S	C	H	A	U	F	E	L
A	U	O	U	P	Q	C	K	C	
S	C	H	N	E	E	W	D	R	
P	A	W	D	E	R				

29

**Wettbewerb**

**Schreibe die Lösung auf eine Postkarte und sende diese bis 31. Dezember 2017 an:**

Schweizerische Rettungsflugwacht Rega  
«Wettbewerb» Rega-Magazin 1414  
Postfach 1414  
8058 Zürich-Flughafen

Unter den richtigen Antworten verlosen wir zehn Rettungsspiele «Alarm 1414», in denen sich jeder als Rega-Pilot versuchen und zu verschiedenen Einsätzen ausdrücken kann. **Viel Glück!**



**Lösung aus Nr. 88: 16**

**Je ein Badetuch haben gewonnen:**

R. Stämpfli, Muri | P. Wetter, Bühler | G. Inauen, Appenzell | R. Egli, Degersheim | R. Nussbaumer, Grüningen | Z. Grandi, Arbedo | G. Lodigiani, Lugaggia | N. Léchet, Péry | F. Manzoni, Travers | G. Augstburger, Biel

**Wir gratulieren!**

# Wissen

30

## Von einer Lawine verschüttet zu werden, ist lebensgefährlich. So reduzieren Sie das Risiko.

Wer den Abgang einer Lawine einmal beobachtet hat, kennt die ungeheure Kraft, welche diese Naturgefahr entwickelt. Wobei das Wort «Naturgefahr» fast vergessen lässt, dass rund 90 Prozent der verschütteten Tourengänger, Freerider oder Schneeschuhläufer die Lawine selbst auslösen. Mit einer guten Vorbereitung, der aufmerksamen Beurteilung der Lawinengefahr vor Ort und einem Verhalten, das den Verhältnissen angepasst ist, könnten viele der jährlich mehr als 100 Lawinenunfälle in der Schweiz vermieden werden. Prävention, also möglichst gar nicht von einer Lawine erfasst zu werden, ist daher das A und O. Und doch sollte man für den Fall einer Lawinenverschüttung vorbereitet sein, denn auch mit der besten Rettung kann nicht allen Lawinenopfern geholfen werden.

### Basiswissen und Vorbereitung

Am Anfang steht die Sensibilisierung: Nur wer sich der grundsätzlichen Gefahr bewusst ist, wird sich

das nötige Wissen aneignen und sich vor einer Tour über die Lawinengefahr informieren.

Über Lawinen im Allgemeinen und die verschiedenen Arten und Faktoren, welche die Lawinenbildung beeinflussen, informiert das Institut für Schnee- und Lawinenforschung (SLF) in Davos. Wer über das nötige Grundlagenwissen verfügt, kann später im Gelände mögliche Gefahrenstellen erkennen und entsprechend

handeln. Die aktuelle Lawinengefahr wird dem Lawinenbulletin des SLF entnommen. Es erscheint zweimal täglich und schätzt die Gefährdung mittels fünfstufiger Gefahrenskala ein (siehe unten). Da die Lawinengefahr je nach Gebiet stark variieren kann, empfehlen wir, sich vor Ort im Bergsteigerzentrum oder bei den Bergbahnen nochmals über die lokalen Bedingungen zu informieren. Ein erfahrener Tourengänger wird

## W Die europäische Lawinengefahrenskala

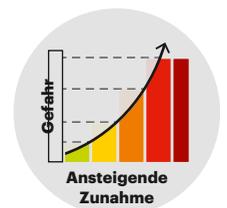
**5 Sehr gross - Katastrophensituation:** Viele spontane, grosse Lawinen sind zu erwarten, selbst in mässig steilem Gelände. Verzicht auf Skitouren empfohlen.

**4 Gross - Akute Lawinensituation:** An Steilhängen sind Lawinen leicht auslösbar. Grosse Lawinen sehr wahrscheinlich. Nur mässig steiles Gelände befahren.

**3 Erheblich - Kritische Lawinensituation:** Lawinen können an Steilhängen (ab 30°) leicht ausgelöst werden. Spontane Lawinen und Fernauslösungen sind möglich. Die Hälfte aller tödlichen Lawinenunfälle ereignen sich bei dieser Gefahrenstufe.

**2 Mässig - Mehrheitlich günstige Lawinensituation:** Lawinen können an sehr steilen Hängen (> 35°) ausgelöst werden. Grössere spontane Lawinen sind nicht zu erwarten. Gute Tourenverhältnisse bei vorsichtiger Routenwahl.

**1 Gering - Allgemein günstige Lawinensituation:** Lawinen können nur vereinzelt an extrem steilen Hängen (steiler als 40°) ausgelöst werden.



zudem während der Tour laufend eine Neubeurteilung der Situation vornehmen und je nach Tageszeit auch die Erwärmung nicht ausser Acht lassen. Erst dieses gesammelte Wissen und die sorgfältige Vorbereitung ermöglichen unterwegs eine Risikominimierung durch ein den Verhältnissen angepasstes Handeln.

**Ausrüstung für den Notfall**

Daneben gehört zur Prävention auch die richtige Ausrüstung: Die Standard-Notfallausrüstung für Schneesportler, die sich abseits von gesicherten Pisten und Wegen bewegen, besteht aus Lawinenschutzgerät (LVS), Schaufel und Sonde. Empfohlen wird ein modernes 3-Antennen-LVS, mit welchem auch wenig Geübte eine verschüttete Person schnell finden können – vorausgesetzt, deren LVS ist auf «Senden» eingestellt. Zusätzlich dazu verringert ein Lawinen-Airbag das Risiko, von einer Lawine ganz

**Rega-Tipp**

«Informieren Sie sich vor Ort im Bergsteigerzentrum oder bei den Bergbahnen über die aktuellen Bedingungen.»

oder teilweise verschüttet zu werden. Diese Notfallausrüstung bietet zwar keinen Schutz vor Lawinen, kann aber im Notfall die Überlebenschance erhöhen. Weiter sind im Rucksack sinnvoll: Aufstieghilfen, Notfallapotheke, Mobiltelefon oder Funkgerät, Orientierungshilfen sowie Sonnen- und Kälteschutz.

**Alarmieren Sie umgehend die 1414**

Aller guten Planung und Umsicht zum Trotz kann es passieren, dass Sie von einer Lawine erfasst oder Zeuge einer Verschüttung werden. Wie Sie sich dabei am besten verhalten, finden Sie als Übersicht im Kasten unten. Die Chance, lebend

gefunden zu werden, nimmt nach 15 Minuten drastisch ab – die Kameradenrettung hat deshalb höchste Priorität. Alarmieren Sie umgehend die Rega über die Notrufnummer 1414 oder mittels Rega-App. Und beginnen Sie sofort mit der LVS-Suche (nicht benötigte LVS ausschalten). Suchen Sie den Lawinenkegel auch mit den Augen ab: Ausrüstungsgegenstände liegen oft nahe bei den Verschütteten. Wenn Sie die Person geortet haben, schaufeln Sie die Person frei und beginnen Sie mit Erste-Hilfe-Massnahmen. Vergessen Sie bitte nicht, das LVS nach der Suche wieder auf «Senden» zu stellen.

Wir wünschen Ihnen einen unfallfreien Winter mit viel Sonne, besten Schneeverhältnissen und vor allem vielen schönen Schneesporterlebnissen.

*Karin Hörhager*

► **Mehr zum Thema** Lawinenrettung finden Sie ab Seite 8 sowie ab Seite 18.

**W Was können Sie tun, wenn sich eine Lawine löst?**



**Wenn Sie selbst von einer Lawine erfasst werden:**

- Versuchen Sie, der Lawine seitlich zu entkommen, lassen Sie Stöcke los
- Bedienen Sie mögliche Schutzausrüstungen (Airbag etc.)
- Solange der Schnee fliesst: Versuchen Sie, sich an der Oberfläche zu halten
- Bevor der Schnee zum Stillstand kommt: Bilden Sie mit den Händen einen Hohlraum vor Mund und Nase, und versuchen Sie, die Atemwege möglichst frei zu halten.



**Wenn Sie Zeuge eines Lawinenunglücks werden:**

- Beobachten Sie den Lawinnennieder-gang und die erfassten Personen genau (Zeitpunkt/Ort des Verschwindens)
- Achten Sie auf Ihre eigene Sicherheit
- Verschaffen Sie sich einen Überblick
- Alarmieren Sie die Rettungskräfte (Alarmnummer 1414 oder Rega-App)
- Beginnen Sie die Kameradenrettung

**1. Suche**

- Suchbereich festlegen (in Fliessrichtung unterhalb des Verschwindepunktes)
- Suche mit Augen/Ohren, zeitgleich Suche mit LVS
- Punktsuche mit Sonde
- Sobald die LVS-Suche abgeschlossen ist, alle LVS auf «Senden» schalten

**2. Bergung**

- Grosszügiges Schaufeln (Schneeförderband)
- So rasch als möglich Kopf und Brust freilegen, Atemwege frei machen

**3. Erste Hilfe**

- Kontrolle der Vitalfunktionen (allenfalls Beginn der Reanimation)
- Schutz vor weiterer Auskühlung
- Intensive Überwachung und Betreuung

Dieser Artikel entstand in Zusammenarbeit mit der Alpinen Rettung Schweiz.

► Quellen und weiterführende Informationen unter: [www.slf.ch](http://www.slf.ch), [www.whiterisk.ch](http://www.whiterisk.ch), [www.bfu.ch](http://www.bfu.ch)

«UND AUF EINMAL  
SACKTE ICH VOR  
SCHMERZ ZUSAMMEN.»



Hören Sie die Rega-Geschichte  
von Cindy Essl, 35.  
[meinerettung.ch/cindy](https://meinerettung.ch/cindy)

Jetzt Gönner werden.



# Rega-Shop

Geschenkideen und Fanartikel für Freizeit,  
Ferien und Wintersport

UNSERE  
HIGH-  
LIGHTS

NEU



## 1 Sport- und Reisetasche 49.—

Das geräumige Hauptfach der Tasche lässt sich seitlich durch zwei zusätzliche Reissverschlüsse erweitern. Schwarz/rot.

- Volumen: 50 l (bis max. 70 l)
- Aussenmasse: 50 × 35 × 30 cm (L × H × T); kann auf 68 cm verlängert werden
- Weit öffnendes Hauptfach mit Bodenplatte
- Fronttasche mit 2 Schlüsselhaltern, kleine Innentasche mit Reissverschluss und Kugelschreiberhalterung
- Auf jeder Seite ein reflektierender Streifen
- Material: Polyester 600D
- Gewicht: 1200 g

► **Extras:** Inklusive Wäschebeutel und Zahlenschloss

33

## BESTSELLER



## 2 Digitale Gepäckwaage 29.—

Wie schwer das Gepäck vor der Reise und vor dem Rückflug ist, zeigt die Digitalanzeige der Gepäckwaage (max. Tragkraft 50 kg). Waage (ca. 16 × 10 cm gross) aus robustem Kunststoff mit Stoffgurt.



## 3 Skibrille 119.— statt 139.—

Die Schneesportbrille uvex downhill 2000 sorgt mit der dezentrierten sphärischen Doppelscheibe für den klaren Durchblick und verzerrungsfreie Sicht. Sie schützt 100% vor UV-Strahlung. Damenmodell weiss, Herrenmodell schwarz, inklusive Aufbewahrungsbeutel. Made in Germany.

**4 Solararmbanduhren Rega** jeweils 289.—



Einzigartig: Die neusten Solararmbanduhren im Rega-Sortiment wurden exklusiv für unsere Gönnerinnen und Gönner designt. Sportlich wirkt der Zeitmesser «Commander» mit schwarzer Lunette. Beim roten Modell «Passenger» setzen die Ziffern ausgeprägte Akzente: Diese Uhr begeistert mit einem legeren, modernen Stil.

34 Solarzellen wandeln Licht in Energie um, die benötigt wird, um das Schweizer Quarzwerk anzutreiben. Der Lithium-Ionen-Akku hat eine Gangreserve von bis zu vier Monaten. Die weissen Stunden- und Minutenzeiger leuchten im Dunkeln, ein weiss-roter Zeiger zeigt die Sekunden an. Eine Datumsanzeige bei 6 Uhr ergänzt die Zeitangaben. Lunetten aus eloxiertem Aluminium, Abdeckung aus gehärtetem Mineralglas.

- Schwarzes Gummiband mit Reifenprofil
- Gehäusedurchmesser: 42 mm
- Wassergeschützt 5 Atm/50 m
- 2 Jahre Garantie auf Fabrikations- und Materialfehler

► **Spezielles:** SWISS MADE

**KLASSIKER**

**5 Victorinox «Traveller»**  
99.— statt 112.—

Alles in einem Werkzeug: Taschenmesser, Höhenmesser, Thermometer, Barometer. Gratis dazu ein hochwertiges Lederetui.

► **Weihnachtsaktion:** der Klassiker zum vergünstigten Preis.



**6 Sporttowel** 39.—

Das Badetuch aus Mikrofaserqualität ist saugstark, leicht (wiegt nur 500 g) und klein zusammenfaltbar.

- Farbe: anthrazit
- Material: 85% Polyester, 15% Nylon
- Masse: 150 x 75 cm (L x B)
- Pflege: separat waschen bei max. 50 °C

**Marktplatz**

7



9



8



10



11



12



13



**7 Sportsonnenbrille** 149.—

Mit photochromatischen, polarisierenden Brillengläsern.

**8 Velohelm** 119.—

uvex city i-vo S (52–57 cm).

**9 Nécessaire** 29.—

**10 Bildband Rega-Backstage** 45.—

120 ausdrucksstarke Fotos auf 128 Seiten.

**11 Tagesrucksack** 79.—

25 l, Masse: 46 x 33 x 21 cm (H x B x T).

**12 Baseballcap** 15.—

**13 Schlüsselanhänger** 15.—

Mit abnehmbaren Ringen.

Nur noch wenige Exemplare an Lager

Nur solange Vorrat



**14 Wander-Taschenschirm 49.—**

Der handliche, leichte Wandschirm ist aus modernsten Materialien gefertigt, widerstandsfähig und von langer Lebensdauer.

- Auf- und zu-Automatik
- Farbe: rot, mit Sicherheitsreflektoren
- Gewicht: 350 g
- Masse: Durchmesser 98 cm (geschlossen 29 cm)



**15 Ratgeber «Erste Hilfe leisten – sicher handeln» 32.—**

Für alle, die sicher Erste Hilfe leisten wollen. Praktische Hilfestellungen und Informationen auf 296 Seiten. Careum Verlag.



**16 Alarm 1414 – Das Schweizer Rettungsspiel 49.—**

Die Spieler werden beim Rega-Würfelspiel mit ihrem Rettungshelikopter aufgeben, um medizinische Hilfe aus der Luft zum Patienten zu bringen. Sie müssen die Unfallorte mit den jeweilig benötigten Spezialisten und Rettungstools schnell erreichen. Wer zuerst drei Ereignisse erfolgreich abgeschlossen hat, gewinnt. Für 2 bis 4 Spieler von 8 bis 99 Jahren.

**NEU**



**17 Wandkalender 2018 22.—**

Rega-Mitarbeitende haben einzigartige Szenen mit der Kamera festgehalten: 12 aussergewöhnliche Aufnahmen begleiten durch das Jahr 2018. Format 48 x 33 cm. Bildlegenden D/F/I/E.



**18 AgustaWestland Da Vinci 29.—**

Sammlermodell Da Vinci (kein Kinderspielzeug) im Massstab 1:43, 27 cm, Metall.



**19 Challenger CL-604 22.— statt 29.—**

Der zweistrahlige Ambulanzjet (kein Kinderspielzeug) im Massstab 1:95, 22 cm, Kunststoff, als Sammlermodell.



**20 Airbus Helicopters EC 145 29.—**

Sammlermodell EC 145 (kein Kinderspielzeug) im Massstab 1:45, 22 cm, Metall.

## BESTSELLER



### 21 Outdoor-Notfallset 89.—

Die wichtigsten Erste-Hilfe-Artikel für draussen, von Rega-Ärzten zusammengestellt. Das Set ist mit erstklassigem Material (von IVF Hartmann) ausgerüstet und beinhaltet innovative Mittel für die feuchte Wundversorgung. Dank zusätzlichem Reissverschluss mehr Raum für weitere Produkte.

#### Packungsinhalt

- Notfallbeatmungstuch
- Zeckentferner (Karte)
- Steriliumtücher für Händedesinfektion
- Reinigungstücher für Wunden
- reissfeste Nitril-Handschuhe
- wasserfestes Sprühpflaster 21,5 ml
- Pflasteretui
- Schürf- und Brandwundenpflaster
- Blasenpflaster
- sterile Kompressen
- kühlende Verbandsbinde 6 cm x 4 m
- Verbandsbinde selbstklebend 6 cm x 3 m
- Fingerverband Gaze 4 x 50 cm
- Wundnahtstreifen 6 x 76 mm
- Set mit Schere, Pinzette und Sicherheitsnadel
- Heftpflasterrolle zum Fixieren 2,5 cm x 5 m
- Alu-Rettungsdecke
- Dose für Medikamente
- Erste-Hilfe-Checkliste
- Aussenmasse: Etui 20 x 13 x 6 cm (L x H x T)
- Gewicht: 595 g

#### Online-Shop

Sie können Ihre Bestellung im Rega-Shop bequem online und rund um die Uhr abwickeln.

[www.shop.rega.ch](http://www.shop.rega.ch)

#### Telefonisch oder per Fax bestellen

Gerne nehmen wir Ihre Bestellung auch direkt über unsere Rega-Shop-Nummern entgegen.

Bestelltelefon: **0848 514 514**

Bestellfax: **0848 514 510**

#### Bestellbedingungen

- Artikel werden solange Vorrat geliefert.
- Ihr Porto- und Verpackungskostenanteil beträgt für die Schweiz CHF 8.80.
- Artikel können innerhalb von 7 Tagen retourniert werden.

Die Artikel des Rega-Shops sind von hoher Qualität und wurden sorgfältig für unsere Gönnerinnen und Gönner ausgesucht. Beim Kauf eines Artikels helfen Sie mit, dass die Rega an 365 Tagen im Jahr Menschen in Not medizinische Hilfe aus der Luft bringen kann.

**Shopartikel über unseren Online-Shop [www.shop.rega.ch](http://www.shop.rega.ch) bestellen oder das ausgefüllte Bestellformular in ein frankiertes Couvert legen und an Rega-Shop, Postfach, 3076 Worb senden.**

Absender (bitte in Blockschrift)

Frau  Herr

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

Gönner-Nr. \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

**Vielen Dank für Ihre Bestellung.**



# Für die kleinen Rega-Fans



mein Wunsch zu Weihnachten

## 22 Rega-Helikopter und -Jet aus Holz jeweils 15.—

Beim Helikopter oder Jet aus Ahornholz gibt es viel zu entdecken: abgerundete Formen, bewegliche Propeller und Räder. Für Kinder ab 10 Monaten. Hergestellt von Hape Toys. Artikel entsprechen den europäischen Spielzeugnormen. 12,7 cm lang, 8,8 cm hoch.

## KLASSIKER

### 23 Rega-Memo 39.—

Wer gewinnt zuerst? Charmantes Spiel, das mit bezaubernden Illustrationen Gross und Klein begeistert. 80 Kunstkarten mit 40 Rega-Sujets, liebevoll gestaltet von Mo Richner.

### 24 Teddybär 20.— statt 29.—

Rega-Teddy mit Helm und Einsatzbekleidung zum An- und Ausziehen, 30 cm gross.

► **Spezielles:** Aktion ist gültig im November.

### 25 Plüschjet 10.—

Für die Kleinsten zum Kuscheln und Liebhaben.

### 26 27 Globi-Buch und -Malbuch Preise siehe Bestellkarte

Buch «Globi bei der Rettungsflugwacht», 99 Seiten. Malheft, 6 Sujets zum Ausmalen, 23 x 16 cm gross.

## Bestellkarte



Ausfüllen, abtrennen und in einem frankierten Couvert verschicken.

Nr.	Artikel	Preis (CHF)	Anzahl	Art.-Nr.	Nr.	Artikel	Preis (CHF)	Anzahl	Art.-Nr.
1	Sport- und Reisetasche	49.—	_____	90010	14	Taschenschirm	49.—	_____	90065
2	Digitale Gepäckwaage	29.—	_____	90039	15	Ratgeber «Erste Hilfe»	32.—	_____	10012
3	Skibrille, Modell Damen, statt 139.—	119.—	_____	90071	16	Alarm 1414 - Brettspiel	49.—	_____	40034
	Skibrille, Modell Herren, statt 139.—	119.—	_____	90072	17	Wandkalender 2018	22.—	_____	90001
4	Solararmbanduhr schwarz		_____		18	AgustaWestland Da Vinci, 1:43	29.—	_____	50006
	«Commander»	289.—	_____	60004	19	Challenger CL-604, 1:95, statt 29.—	22.—	_____	50003
	Solararmbanduhr rot «Passenger»	289.—	_____	60012	20	Airbus Helicopters EC 145, 1:45	29.—	_____	50002
5	Victorinox «Traveller», statt 112.—	99.—	_____	90002	21	Outdoor-Notfallset	89.—	_____	90040
6	Sporttowel	39.—	_____	30046		<b>Für die kleinen Rega-Fans</b>			
	<b>Marktplatz</b>				22	Rega-Helikopter aus Holz	15.—	_____	40028
7	Sportsonnenbrille	149.—	_____	90038		Rega-Jet aus Holz	15.—	_____	40029
8	Velohelm city-i-vo, S (52–57 cm)	119.—	_____	70011	23	Rega-Memo	39.—	_____	40013
9	Nécessaire	29.—	_____	90011	24	Teddybär, nur im November, statt 29.—	20.—	_____	40007
10	Bildband Rega-Backstage	45.—	_____	10017	25	Plüschjet	10.—	_____	50005
11	Tagesrucksack	79.—	_____	90045	26	Globi-Buch, deutsch	20.—	_____	40002
12	Baseballcap	15.—	_____	30001	27	Globi-Malbuch, 6 Sujets	4.—	_____	40001
13	Schlüsselanhänger	15.—	_____	90024					

Weitere Artikel aus unserem Sortiment unter [www.shop.rega.ch](http://www.shop.rega.ch)

● Neu ● Bestseller ● Klassiker

# Immer für Sie da!

**Sie benötigen unsere medizinische Hilfe in der Schweiz oder wissen im Ausland im Krankheitsfall oder nach einem Unfall nicht mehr weiter? Die Rega-Einsatzzentrale ist für Sie da – rund um die Uhr.**

**So alarmieren Sie die Rega in der Schweiz und weltweit:**



**24/7**



**1414**

Alarmieren Sie die Rega immer dann, wenn Sie sofortige Hilfe durch einen Rettungshelikopter benötigen. Zum Beispiel:

- in unwegsamem, schwer zugänglichem Gelände;
- wenn ein rascher, schonender Transport in ein Zentrumsspital notwendig ist (bei Verdacht auf Schlaganfall, Herzinfarkt, Rückenverletzung, schweren Verbrennungen u.a.);
- bei einem Lawinenunfall.



**+41 333 333 333**

Rufen Sie uns an, wenn Sie im Ausland medizinischen Rat brauchen oder eine Behandlung nicht oder nur teilweise möglich ist.

In vielen Fällen können Ihnen unsere Beratungsärzte bereits am Telefon weiterhelfen. Oder wir sorgen dafür, dass Sie im Ambulanzjet der Rega oder an Bord eines Linienflugzeugs professionell betreut in die Heimat zurückfliegen.

### Die Rega hilft, wo sie kann

Zögern Sie in einer Notsituation nicht, die Rega direkt zu alarmieren. Unsere Einsatzleiterinnen und Einsatzleiter wissen, was im Notfall zu tun ist und werden die notwendigen Schritte in die Wege leiten. Nicht nur in der Schweiz, sondern weltweit.

#### Notfallnummern

Alarmnummer Schweiz **1414**  
 Alarmnummer Ausland **+41 333 333 333**

#### Gönner-Center

Anliegen zur Gönnerschaft  
 Telefon Schweiz **0844 834 844**  
 Telefon international **+41 44 654 32 22**

Montag–Freitag  
 8.30–12.00 Uhr, 13.00–16.30 Uhr

#### Rega-Newsletter

[www.newsletter.rega.ch](http://www.newsletter.rega.ch)

#### Rega-Shop

Telefon Schweiz **0848 514 514**  
 Webseite **[www.shop.rega.ch](http://www.shop.rega.ch)**

#### Allgemeine Informationen

Telefonzentrale **+41 44 654 33 11**  
 Webseite **[www.info.rega.ch](http://www.info.rega.ch)**