

Quelle Fürther Nachrichten vom 05. 02. 2008
Seite 3
Ressort Lokalmeldungen
Autor Volker Dittmar |
Copyright (c) 2008 Fürther Nachrichten

Was ein Medizinmann wissen sollte

Die Fürtherin Dr. Kerstin Heller vermittelt Weltenbummlern praktische Heilkunde

Der Urlaub könnte so schön sein, wären nicht diese bösen Überraschungen wie Fieber, Zahnweh, Magenkrämpfe, der Knochenbruch oder die Platzwunde. Daheim wäre das alles kein Problem, hilft meist doch umgehend der ärztliche Notdienst oder das Krankenhaus. Unterwegs jedoch ist guter Rat oft teuer. Dabei kann man sich fernab von Arztpraxen und Krankenhäusern durchaus selbst helfen. Das entsprechende Know how vermittelt eine Fürther Globetrotterin neuerdings in Seminaren: Outdoormedizin.

FÜRTH - Am Anfang war es ein Abenteuer. Als Bernd Heller 1999 seine Fürther Spedition verkauft hatte und aus Konkurrenzschutzgründen fünf Jahre lang keine neue eröffnen durfte, ergriff er die Gelegenheit beim Schopf, mit Ehefrau Kerstin die eigentlich erst fürs Rentnerdasein geplante Weltreise zu anzugehen. Die in der EuromedClinic tätige Gynäkologin Dr. Kerstin Heller befand sich damals in Mutterschutz und Tochter Luca musste noch nicht zur Schule.

Geld genug war nach dem Firmenverkauf da und ein hochseetaugliches Segelboot wartete in der Adria nur drauf, in See stechen zu können. Die vom Fernweh gepackten Fürther waren bei regelmäßigen Segeltörns in den zehn Jahren davor bereits mit allen Wassern gewaschen worden.

Im April 2001 wurde der Anker gelichtet. Durch die Straße von Messina ging es zu den Balearen und weiter nach Gran Canaria. Im Verband mit der Atlantic Rallye for Cruisers segelten die Hellers im November dann über den Großen Teich. Die Karibischen Inseln, der Panamakanal, Galapagos, Polynesiern und Tahiti waren die weiteren Stationen, bevor die Hurrican-Saison zur fünfmonatigen Pause zwang.

Über Tonga, Samoa und Neukaledonien ging es nach Australien, wo erneut Hur-

ricans eine längere Pause nötig machten. In Puket ankerten die Hellers ausge-rechnet während des Tsunami. Von der Katastrophe bekamen sie beim Einkauf in der Stadt allerdings kaum etwas mit. «Wir wunderten uns nur über die vielen Sanitätsautos», berichtet die Ärztin.

Unter Piraten

Das Boot war inzwischen so gut vertäut worden, dass es Welle und Sog unbeschadet überstand. Bei der Weiterfahrt kollidierte es jedoch nachts mehrmals mit sperrigem Treibgut. Im Golf von Aden wären die Fürther fast Opfer von Piraten geworden, die später ausgerechnet an schwer bewaffnete privat reisende Marines gerieten und es mit dem Leben bezahlten. Zurück in die Adria segelte die 13,45 Meter lange und vier Meter breite Yacht mit 22 Meter hohem Mast über Eritrea, Sudan, Ägypten, Zypern und den Kanal von Korinth. Im Juni 2005 landeten die Hellers wohlbehalten und um viele interessante Erfahrungen reicher wieder am Ausgangspunkt ihrer Reise.

«Ich würde es sofort wieder tun», schwärmt die 44-jährige Ärztin im Rückblick. Doch das macht die Familiensituation derzeit unmöglich. Allerdings hat die Fürtherin ihr Fernweh kultiviert: Kerstin Heller hat Gebirge, Wüsten, Inseln und Urwälder stets vor Augen, wenn sie ihre Erfahrungen im Umgang mit allen möglichen körperlichen Leiden, die Weltenbummler unterwegs überfallen können, an Gleichgesinnte weitergibt.

Erste Hilfe langfristig

Ihre Spezialität: Outdoor-Medizin. Das ist Erste Hilfe ohne die Aussicht auf baldige reguläre Versorgung. Die Grundlagen hat sich Kerstin Heller bei unzähligen Hilfeleistungen auf ihrer Weltumsegelung selbst angeeignet. Oft sind es banale Dinge, die üble Folgen

haben können: mangelnde Hygiene, Lebensmittelvergiftungen, Infektionen, Schnitt- und Brandverletzungen, Platzwunden, Bänderrisse und Brüche. «Wer längere Zeit ohne ärztliche Hilfe unterwegs ist, muss eine Spritze geben und einen Zugang für Infusionen legen können», weiß die Fürtherin. Auch eine Hautnaht setzen zu können, ist im Notfall nicht verkehrt. Die wichtigsten Kenntnisse und Handgriffe vermittelt die Ärztin jetzt in öffentlichen Seminaren.

Die Premiere im Oktober war ein Erfolg. Auch das nächste Seminar ist bereits fast ausgebucht. Theorie und Praxis kommen dabei gleichermaßen zu Zug. In der Praxis werden beispielsweise Hautnähte an Schweinehaxen aus dem Schlachthof oder die Stabilisierung gebrochener Knochen mit Verbänden und Tapes geübt. Das Wissen über allgemeine und chronische Erkrankungen gehört ebenso dazu wie die richtige Ausstattung mit Notfallmedikamenten. Der Crashkurs für moderne Medizinmänner und -frauen ist übrigens ziemlich einzigartig. Nur in Cuxhaven gibt es Hellers Recherchen zufolge ein ähnliches Angebot.

Das nächste Seminar von «Outdoor-Medical» Dr. Kerstin Heller findet am 16. und 17. Februar jeweils von 9 bis 18 Uhr in der Nürnberger Meistersingerhalle statt. Weitere sind im Juni und nach Bedarf geplant. Näheres und Anmeldung bei: Dr. Kerstin Heller, Austraße 30, 90763 Fürth, Telefon (0911) 97 79 11 58, Fax (0911) 979 15 32, E-Mail info@outdoor-medical.de, Internet: www.outdoor-medical.de



Abbildung: Auf ihrer Weltumsegelung hat die Fürther Ärztin gelernt, was man beachten sollte, um gesund zu bleiben. Der farbenprächtige Markt (links) in Bima, der Hauptstadt der indonesischen Insel Sumbawa, erfüllt freilich keine ho-

hen Hygiene-Anforderungen. Auf einer Insel zwischen Bali und Singapur behandelt die Weltreisende den Ausschlag eines Kleinkindes mit Zinkpaste aus der Bordapotheke.



Abbildung: Auf ihrer Weltumsegelung hat die Fürther Ärztin gelernt, was man beachten sollte, um gesund zu bleiben.

Der farbenprächtige Markt (links) in Bima, der Hauptstadt der indonesischen Insel Sumbawa, erfüllt freilich keine ho-

hen Hygiene-Anforderungen. Auf einer Insel zwischen Bali und Singapur behandelt die Weltreisende den Ausschlag

eines Kleinkindes mit Zinkpaste aus der Bordapotheke.



Abbildung: Dr. Kerstin Heller: Nur gegen das Fernweh hat sie kein Mittel.

© 2008 PMG Presse-Monitor GmbH