

ASTG-Tauglichkeit

Die wesentliche und schwerste Aufgabe unserer geistigen Existenz ist nicht, die Rätsel des Lebens zu lösen, sondern an ihnen nicht zu ermüden

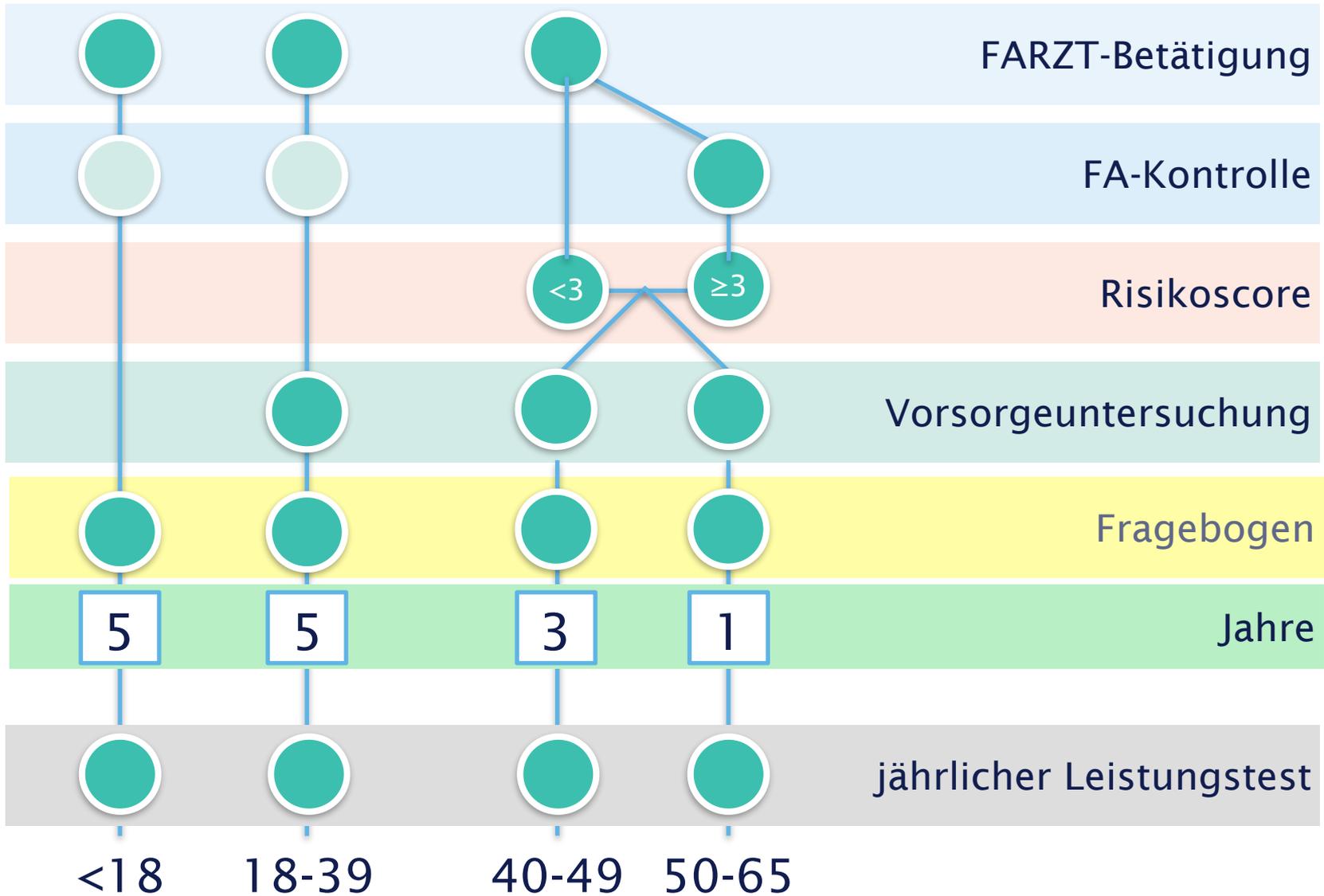
Heimito v. Doderer

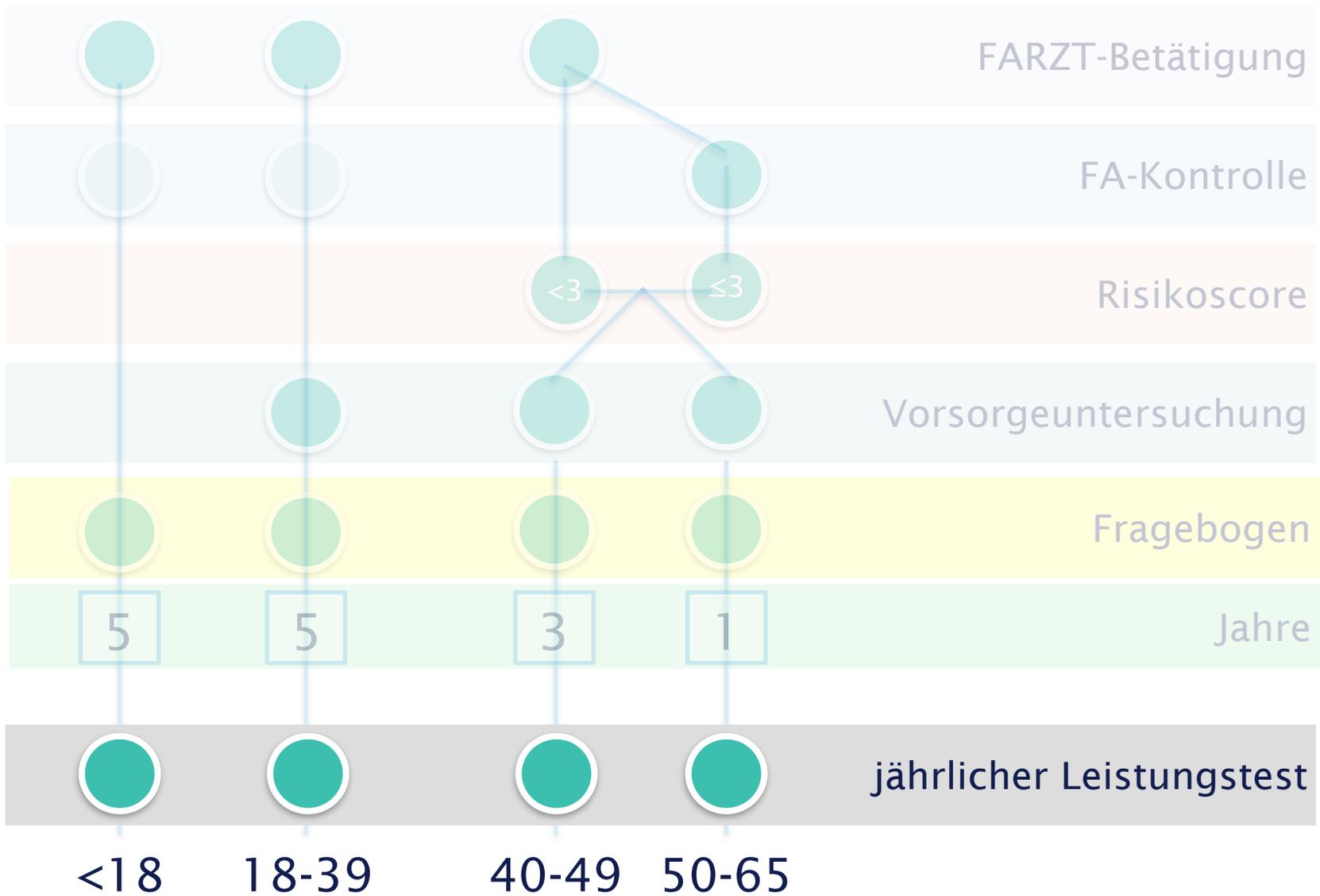
Wir testen und nehmen die Besten



- Modularer Stufen-Testaufbau
- Aufwertung des FMD
- jährliche Leistungsüberprüfung
 - Fahrrad Belastung
 - Cooper Test
 - Finnen Test
- Ausführlicher med. Fragebogen
- Vorsorgeuntersuchung mit Blutabnahme
- kardiale Risikostratifizierung
- Unterscheidung in hoch und niedrig kardiovaskuläres Risiko
 - optionale FA Untersuchung
 - Ergometrie und/oder Lungenfunktion

Modularer Stufenaufbau





Leistungstest - Fahrrad

- ohne EKG
- ohne Blutdruckmessung
- 175 Watt über 6 Minuten bei 60U/min
- Aufsicht von FMD

Leistungstest - Cooper Test

- 12 min
- alters- und geschlechtsabhängiges Leistungsziel

Alter	Männlich	Weiblich
15 bis 16 Jahre	2300 m	1700 m
17 bis 20 Jahre	2500 m	1800 m
20 bis 29 Jahre	2200 m	1800 m
30 bis 39 Jahre	1900 m	1700 m
40 bis 49 Jahre	1700 m	1500 m
50 bis 65 Jahre	1600 m	1400 m

Leistungstest - Finnen-Test

- 5 Stationen
- insgesamt 14,5 Minuten
- vollständige Einsatzbekleidung
- mit Pressluftatmer
- unabhängig von Alter und Geschlecht



International Journal of Industrial Ergonomics 1994;13:139-146

Leistungstest - Finnen-Test - Station 1

Gehen mit und ohne Kanistern

- eine Wegstrecke von 100 Meter zurückgelegt.
- Direkt anschließend weitere 100 Meter mit 2 Kanister à 16,6 kg

Zeitlimit 4 Minuten



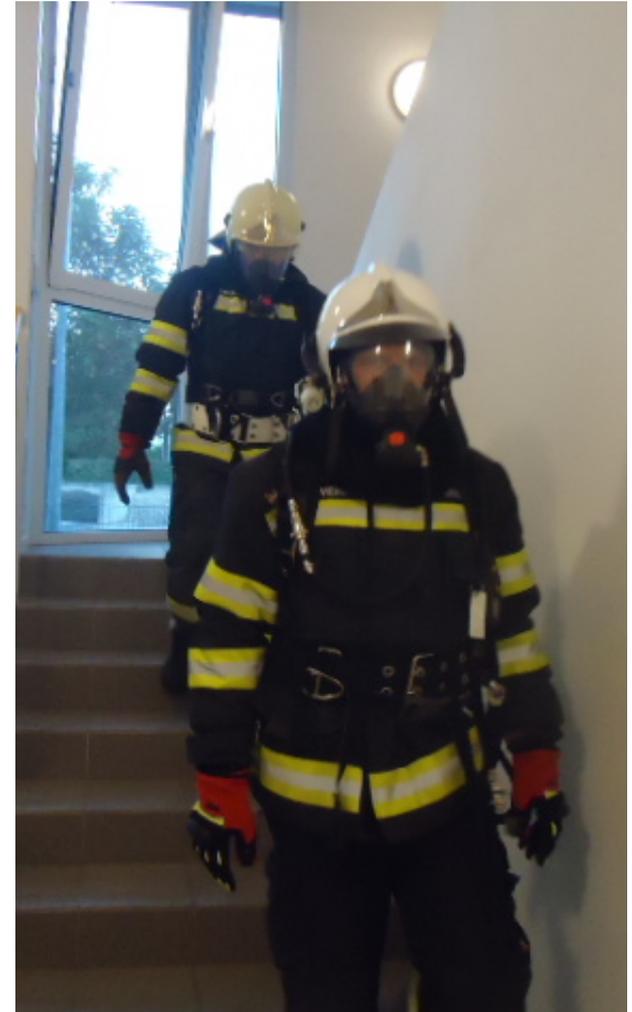
International J of Industrial Ergonomics 1994;13:139-146

Leistungstest - Finnen-Test - Station 2

Stiegen steigen

- 90 Stufen hinauf
- 90 Stufen hinunter
- Höhenunterschied von 20 Meter
- Stufenhöhe 18 bis 22 cm

Zeitlimit 3,5 Minuten



Internation J of Industrial Ergonomics 1994;13:139-146

Leistungstest - Finnen-Test - Station 3

Bewegen eines liegenden LKW-Reifens mittels Hämmern

- betonierte ebene Fläche
- Distanz über 3 Meter
- Hammer 6 kg
- Reifen (47 kg, Höhe 25 cm, Durchmesser 1 m)

Zeitlimit 2 Minuten



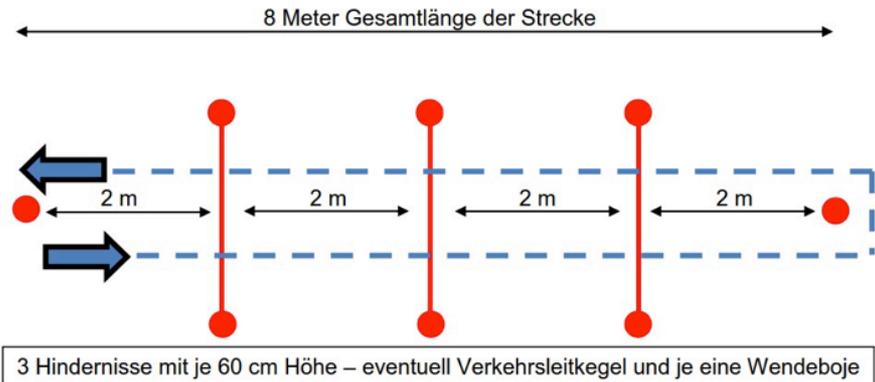
International J of Industrial Ergonomics 1994;13:139-146

Leistungstest - Finnen-Test - Station 4

Unterkriechen – Übersteigen von Hindernissen

- Länge der Bahn 8 Meter
- 3 Hindernisse
- Hindernishöhe 60 cm
- Abstand der Hindernisse 2 Meter
- Breite der Hindernisbahn 2 Meter
- 2 Wendebojen (1 jeweils 2 Meter vor Hindernis)
- Durchlaufen von 3 Runden

Zeitlimit 3 Minuten



Internation J of Industrial Ergonomics 1994;13:139-146

Leistungstest - Finnen-Test - Station 5

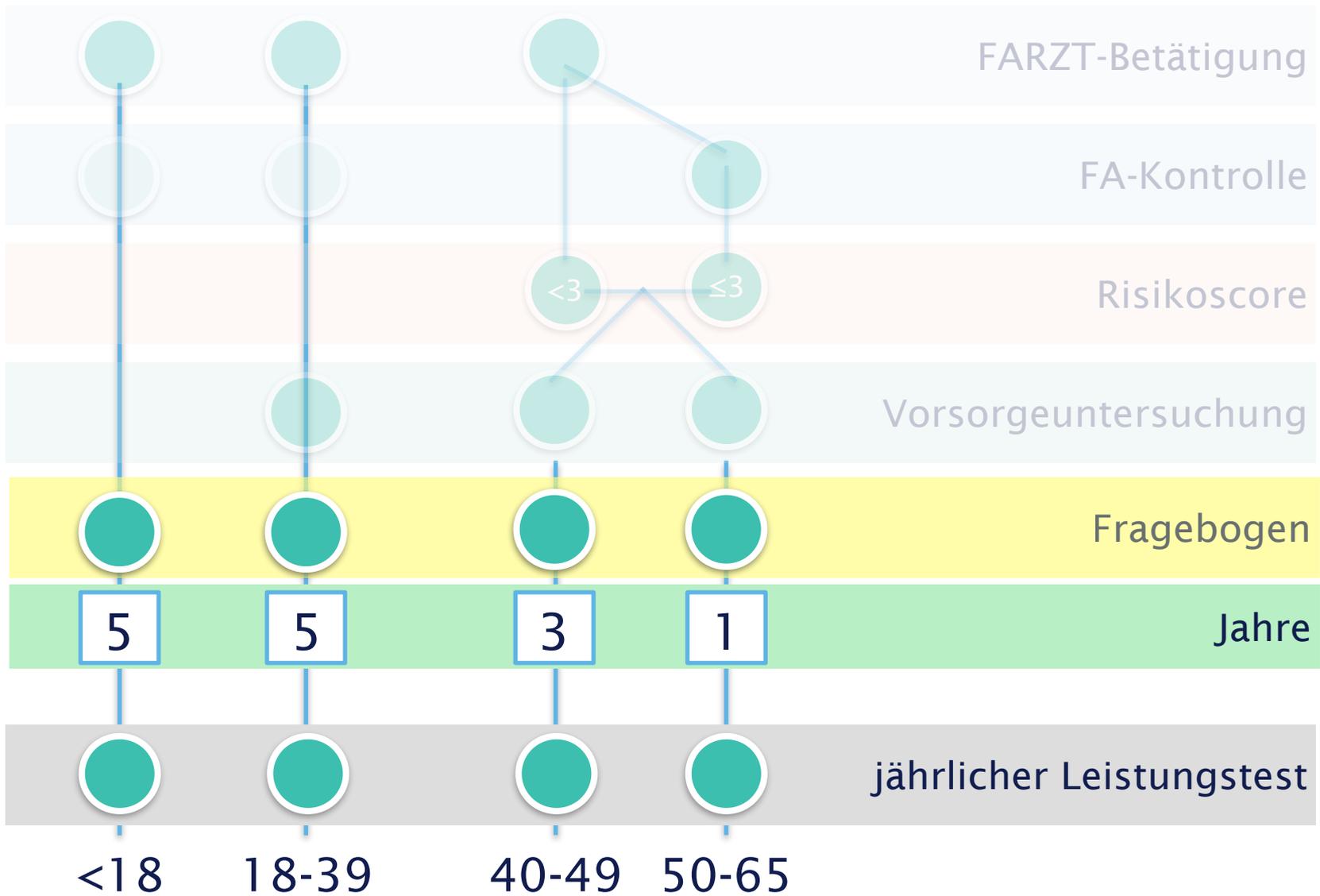
C-Druckschlauch einfach rollen

- Rollen von einem C52-Druckschlauch (15 Meter)
- Während des Rollens darf sich das andere Ende nicht von der Stelle bewegen.
(man bewegt sich auf Schlauchende zu)

Zeitlimit 2 Minuten.



International J of Industrial Ergonomics 1994;13:139-146



medizinischer Fragebogen (1)

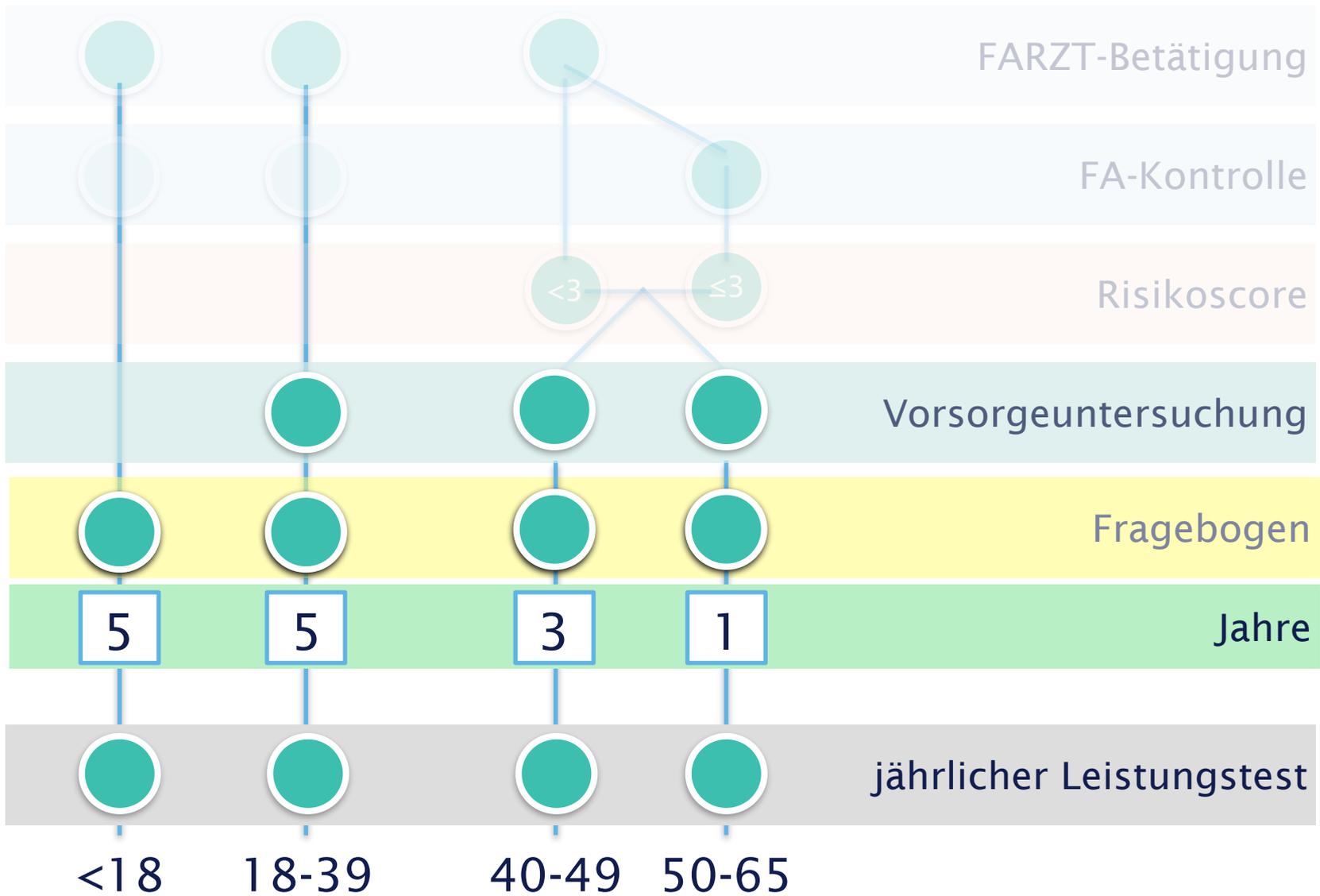
- 1.Stufe
 - Diabetes Mellitus
 - art. Hypertonie (RR>140/90mmHg)
 - Untergewicht (BMI <18.5)
 - KHK, Klappenerkrankung, Rhythmustörungen
- 2.Stufe
 - <40a: falls kein Ausschluss zum FARZT
 - >40a: ≤3% 10a Risiko -> FARZT
 - >40a: >3% 10a Risiko -> weitere Untersuchungen

Weitere Ausschlussgründe für den ASTG

- Atemwegserkrankungen
 - FVC oder FEV1, oder Tiffenau: <70%
- Ohren (Flüstern 6m)
 - untauglich (das Wahrnehmen von Warntönen beeinträchtigen) :
 - Trommelfelldefekten,
 - Schwerhörigkeit (Flüsterzahlen weniger als 6/4 m)
 - Ohrgeräusche (Tinnitus)

Weitere Ausschlussgründe für den ASTG

- Epilepsie und andere neurologische und psychische Erkrankungen
- (un)korrigierter Fern ($>0,5$) - und Lesen des Manometers
- Orthopädie (deutl. Bewegungseinschränkung)
- Alkohol-Drogenabhängigkeit
 - untauglich: auch unter Substitutionstherapie
 - bei gelegentlichem Konsum von Alkohol oder weichen Drogen: keine Einsatztätigkeiten unter Alkohol oder Drogen.
- Schwangerschaft



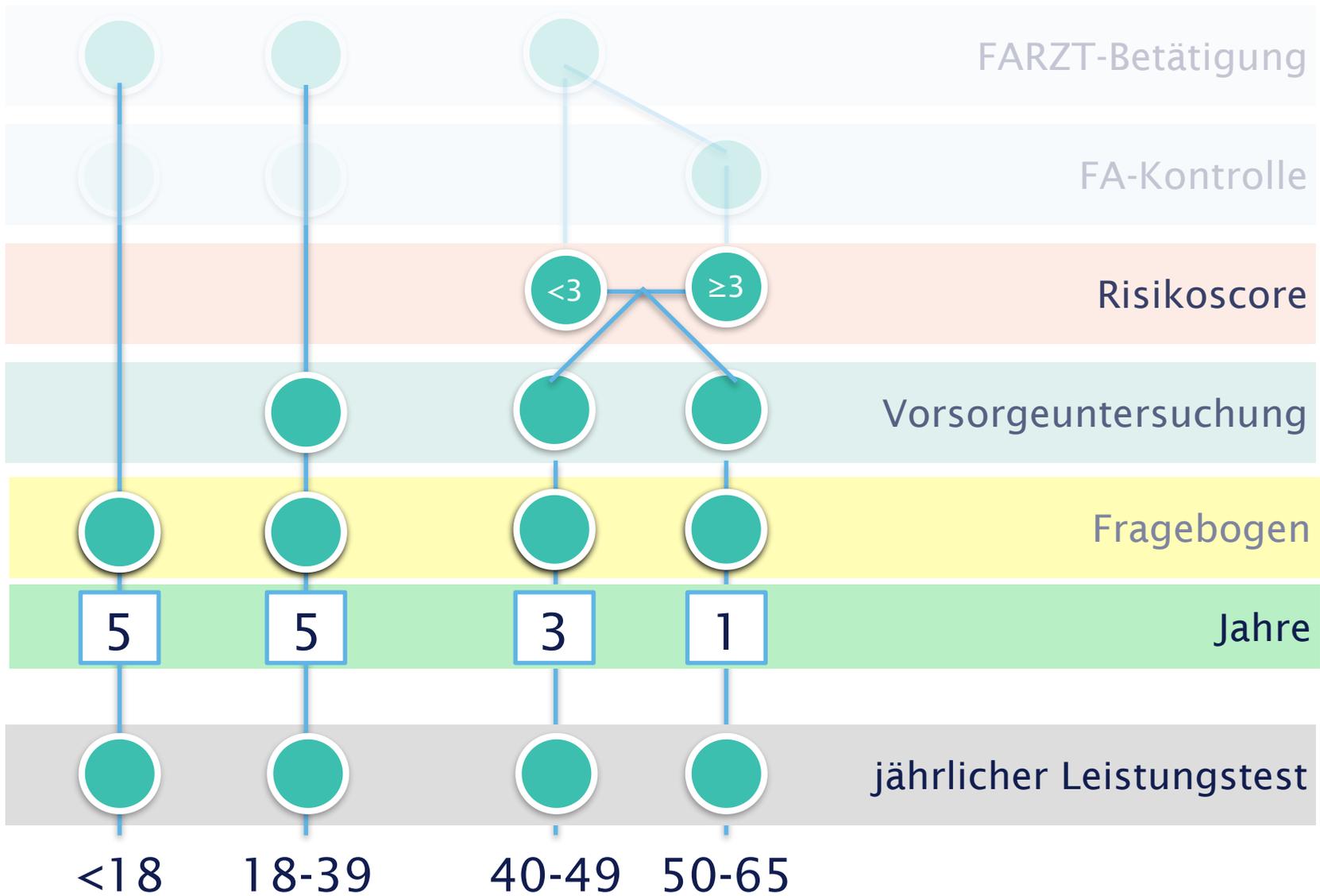
Vorsorgeuntersuchung (PA)



- * Körperliche (klinische) Untersuchung
- * Blut- und Harnuntersuchung
- * Hör- und Sehtest
- * Zahnfleischerkrankung
- * Gynäkologische Untersuchung

Ab dem 50. Lebensjahr:

- * Alle 10 Jahre eine Coloskopie (Darmspiegelung) zur Darmkrebsvorsorge
- * Stuhluntersuchung (Test auf okkultes Blut)



Risikorechner

AGLA RISIKORECHNER

ESC SCORE

FH SCORE

Suchbegriff eingeben...

AGLA Risikorechner

Mit der Nutzung des AGLA Risikorechners bestätigen Sie, dass Sie die [Nutzungsbedingungen](#) gelesen haben und damit einverstanden sind.

- Erläuterungen zum AGLA Risikorechner

Allgemeine Angaben

Alter in Jahren

(20–75 Jahre)

 Alter

Syst. BD in mmHg

(100–225 mmHg)

 mmHg

Geschlecht

- Mann
 Frau

Blutfettwerte

LDL

(1.94–6.47 mmol/l)

 mmol/l

HDL

(0.65–1.94 mmol/l)

 mmol/l

TG

(0.57–4.52 mmol/l)

 mmol/l

Weitere Angaben

Raucher

- Ja
 Nein

Diabetes

- Ja
 Nein

**Herzinfarkt bei Eltern, Grosseltern
oder Geschwister vor dem 60.**

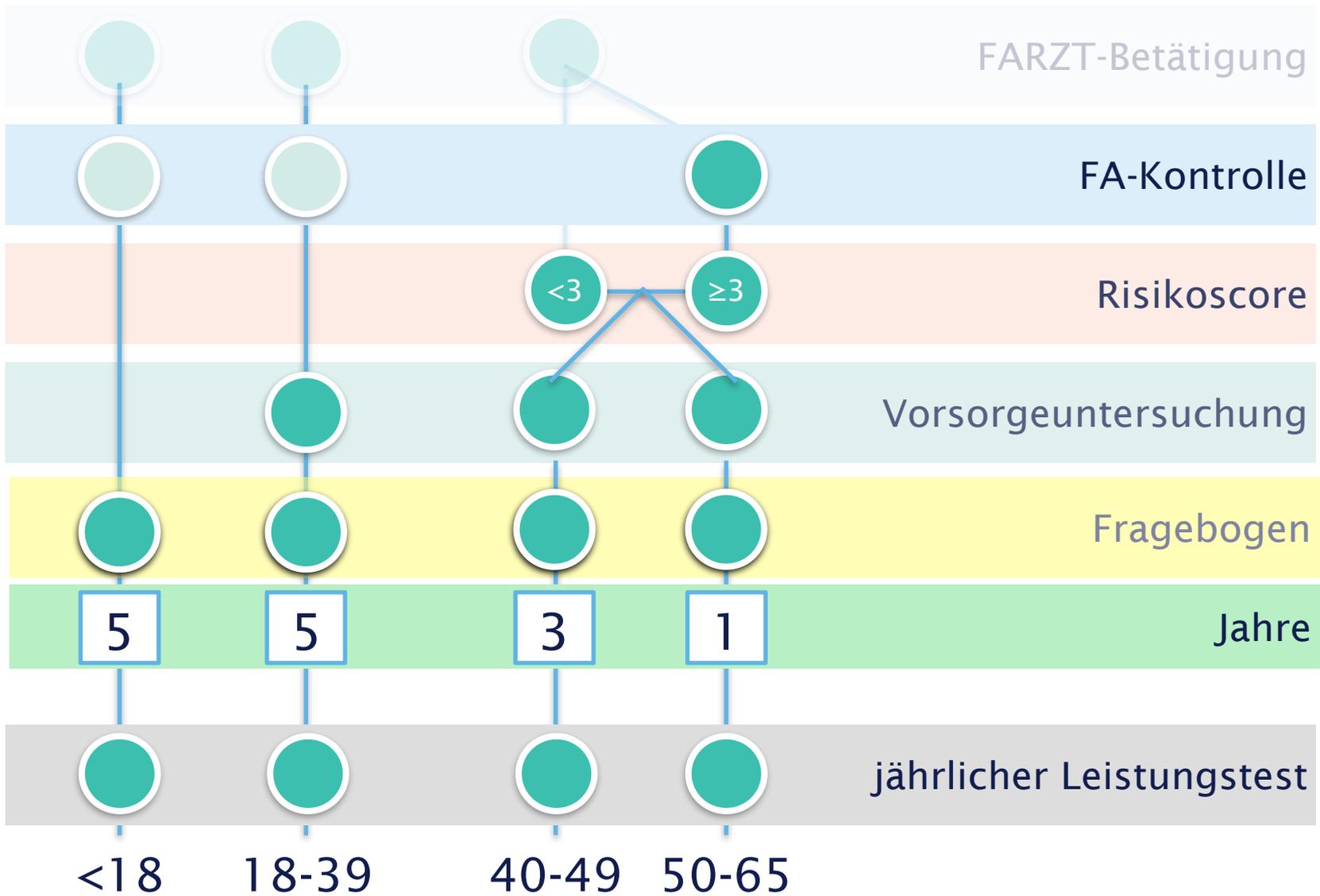
Lebensjahr

- Ja
 Nein

AGLA.ch

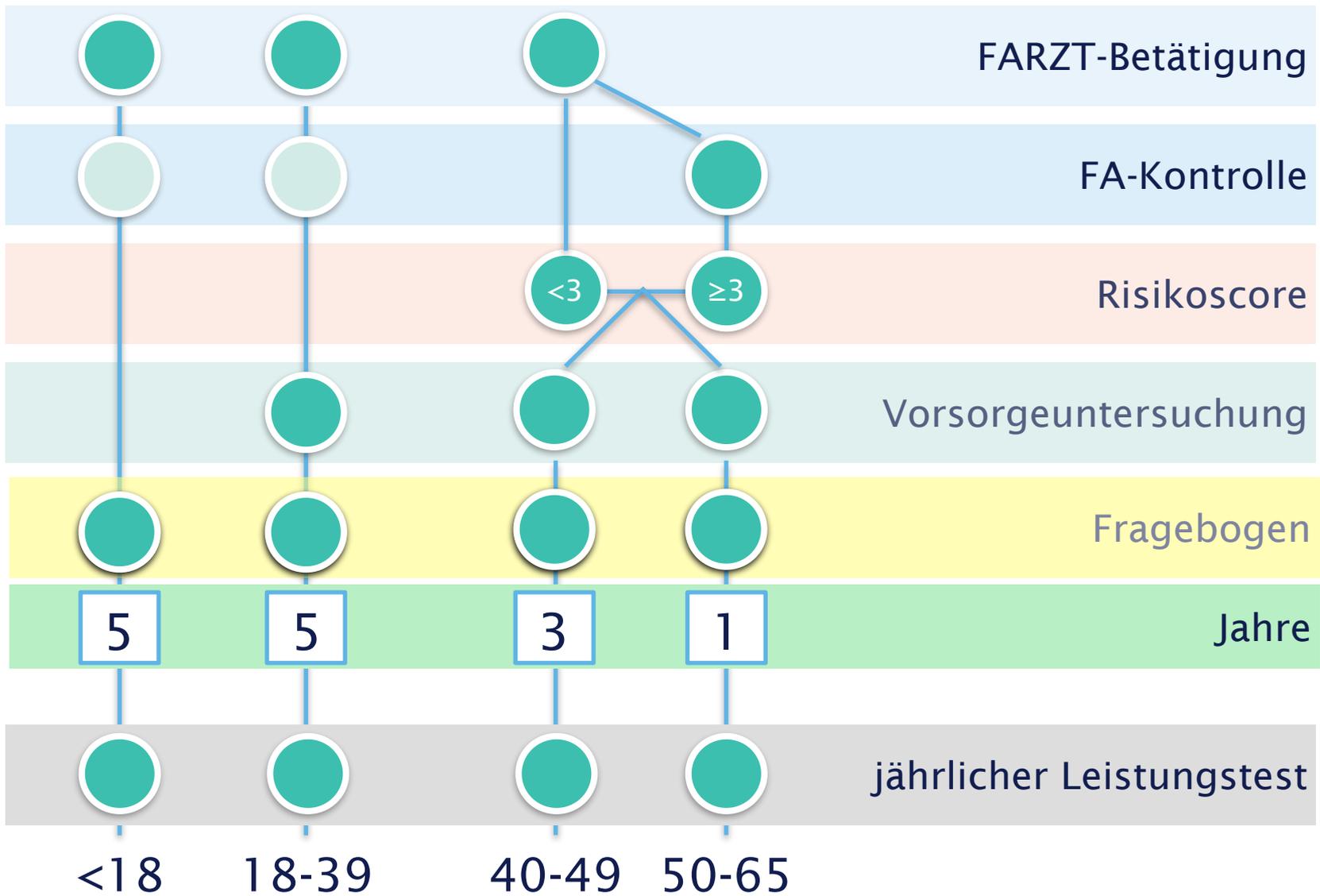
oder

HeartScore.org



Kontrolle beim Facharzt

- Alle Untersuchungen, die zur Tauglichkeitsbestätigung notwendig sind müssen vom Feuermittglied beim Facharzt eingeholt werden
 - Ergometrie
 - Lungenfunktionstest
 - HNO
 - Augen
 - Orthopädie
 - etc.



TAUGLICH als ASTG

vielen Dank für die Aufmerksamkeit