

Triglavski narodni park je alpski, gorski park, last nas vseh, zato bodi tudi skrb zanj nas vseh. Zavedam se, da je večina bralcev naše najstarejše in spoštovane revije naravovarstveno ozaveščena. Vseeno pa skrb za varovanje gorskega sveta in spoštovanje gorá v smislu varstva in ohranjanja enkratnosti tega prostora ni nikoli odveč, zato tudi to pisanje.

VIRI

1. TNP — Razprave in raziskave 1: Varstvo naravne in kulturne krajine v TNP, 1992.

2. IUCN: Mission, Objectives and Activities, 1994.
3. Karl RuebSam: Naturverständnis von Schutzgebietsbesuchern, 1993.
4. Katja Šnuderl: Štetje in analiza prometa v TNP, 1993.
5. Lonka Prešeren: Dinamika planinstva v odnosu s populacijskimi gibanji v biocenozi doline Triglavskih jezer, 1993.
6. Martin Šolar: Okoljevarstvena analiza plan. postojank v TNP, 1993.
7. MK/PZS — Ekološki delovni tabor: Poročilo, 1993.
8. Vpisne knjige planinskih postojank, 1992.

GORске NESREČE IN KAKO SE JIM JE MOGOČE IZOGNITI

POVSOD ISTI VZROKI ZA NEZGODE

V švicarskem Luzerner Zeitung je izšel prispevek o lanskoletnih gorskih nesrečah v državi, opremljen tudi s priporočili in nasveti, kako naj bi se v letošnji sezoni opremili in obnašali v gorah, da bi bilo nesreč čim manj. Medtem ko so zaradi večje višine najvišjih švicarskih gorá vzroki za nekatere nesreče drugačni, kot so lahko v slovenskih gorah, vse drugo velja tudi za naše gore in njih obiskovalce. Zato smo se odločili ta članek ponatisniti. (Op. ur.)

Čeprav je bilo število gorskih nesreč minulo leto v povprečnih okvirih, so številni od teh dogodkov prišli na strani dnevnih časopisov. Vzrok za to: kar zadeva vreme, je bilo leto 1993 za planinstvo razmeroma slabo, zato so bile številne hude nesreče koncentrirane na maloštevilna obdobja lepega vremena.

Ko listamo po statistiki teh nesreč, opazimo, da jo je Švicarska planinska zveza (SAC) to pot predrugačila in jo je mogoče neposredno primerjati z letom dni prej. Ta statistika ne upošteva več nesreč na urejenih smučarskih progah in smrtne primere zaradi srčne kapi. Zato pa so upoštewane nove mejne športne panoge, kot jadrnalno padalstvo in zmajarstvo.

Časopisnim poročilom o smrtnih nesrečah švicarskih gorá bi morali lani vsekakor prisluhniti, kajti na podlagi teh naj bi bilo to rekordno leto. Vendar je iz poročil SAC videti, da to ne drži. Dejstvo je, da so bile nesreče zaradi pretežno slabega vremena omejene na redka obdobja lepega vremena, ko so bile gore dobesedno preplavljene z alpinisti, gorniki in gorskimi popotniki, kot je ugotovila SAC.

Številne nesreče so se zato zgodile v nekaj sončnih dneh lepega vremena. Takšne vremenske razmere so leta 1993 poleg tega

pripeljale do velikega povečanja proženja plazov. Ravno nasprotno je bil leta 1992 primer, ko se je zaradi toplega vremena sloj snega še visoko v gorah stail, čisti led pa je imel potem za posledico več nesreč. Število ljudi, ki so jih rešili, ko so se znašli v gorah v hudi stiski, se je zmanjšalo za 13 odstotkov in je znašalo 1592. To zmanjšanje je treba pripisati predvsem slabemu vremenu. Število gorskih nesreč, ki so se končale s smrtjo, pa se je nasprotno povečalo za 18 in je znašalo 142, kar pa glede na dolgotrajno statistiko ni prav nič nenavadnega. Desetletno povprečje namreč znaša 145 mrtvih letno v švicarskih gorah.

Največ smrtnih nesreč se je pripetilo na visokogorskih turah (33 odstotkov), sledijo jim smrtne nesreče med gorskim popotništvom (32 odstotkov) in na smučarskih turah (25 odstotkov). Med tistimi, ki so jih rešili, ko se jim je pripetila gorska nesreča, so na prvem mestu gorski popotniki (37 odstotkov), ki jim sledijo gorniki na visokogorskih turah (26 odstotkov) in turni smučarji (14 odstotkov). Jadrnalnopadalskih nesreč je bilo 10 odstotkov, plezalskih in alpinističnih devet, 2,5 odstotka nesreč pa se je zgodilo alpinističnim smučarjem. V primerjavi z letom dni prej kažejo ti podatki prav majhne spremembe.

VEDNO ENAKI VZROKI

Nespremenjeni so vzroki za gorske nesreče, pa naj bi v njih udeleženci ostali živi ali naj bi se smrtno ponesrečili: precenjevanje lastnih sposobnosti, pomanjkljive izkušnje in nezadostno upoštevanje vremenskih razmer; tako vsaj pravijo v SAC. Prejšnja leta kar pogosto omejen vzrok za nesreče, pomanjkljiva oprema, je zdaj razmeroma zelo redek. Izjema so gorski turisti iz držav nekdanjega vzhodnega bloka:

zaradi pomanjkanja denarja so po mnenju Švicarskega planinskega društva skrajno borno opremljeni.

V celoti pa je vendarle treba ugotoviti, da se je absolutna številka primerov nesreč v minulih letih stalno manjšala. Klic gorá dobiva v vedno širših krogih pozitiven odmev in tako gornišvo že več let pridobiva vse več aktivnih privržencev, medtem ko se število nesreč vse bolj manjša. SAC ima v Švici gosto mrežo 147 reševalnih postaj in v celoti 2800 strokovnjakov, kot so gorski vodniki, voditelji lavinskih psov (320), zdravniki in gorski reševalci, ki so vedno na voljo za reševalne akcije.

Pri 70 odstotkih klasičnih gorskih nesreč so udeleženi planinci, medtem ko je 30 odstotkov rešenih ali reševanih ljudi s področja športov in dejavnosti, ki z gorskimi športi nimajo veliko skupnega (promet, smučarske proge, lov in druge športne dejavnosti). Le devet odstotkov rešenih ljudi so bili člani SAC, najmanj pol jih je bilo tujcev, kar je pri planinski zvezi sprožilo razprave o načelu vzročnosti pri obračunavanju stroškov za reševanje. — Kar 79 odstotkov vseh reševanj je bilo opravljenih s sodelovanjem ene od treh švicarskih organizacij za zračno reševanje.

NAČRTOVANJE TURE

Številnim gorskim nesrečam se je mogoče izogniti že med pripravami na gorsko turo. Načelno naj bi se gorske ture lotili le ustrezno telesno pripravljene in opremljeni z dobro literaturo, predvsem še s planinskimi kartami. Poleg tega bi morali upoštevati še naslednje:

- Gorska pot naj bo prilagojena letnemu času.
- Dolžina in težavnost naj bosta taka, da bosta ustrezala telesni pripravljenosti in gorniškem znanju.
- V načrt planinske poti je treba vgraditi možnosti, da pot skrajšamo in se pravočasno vrnemo v dolino, če bi se vreme nenadoma spremenilo na slabše ali če bi nastopila telesna slabost.
- Iz literature, pa tudi pri oskrbnikih planinskih koč in drugih poznavalcih (na primer pri Planinski zvezi) se je treba pozanimati o stanju planinskih poti, po katerih bomo hodili.

Deviška Grenlandija

Chris Bonington, 59, prvi človek angleškega alpinizma, se je pred kratkim vrnil s svojega uspešnega potovanja po Grenlandiji, kjer je v divjem romantičnem pogorju Lemon iskal še deviške predele. »Zdelo se mi je,« je napisal v enem od svojih prispevkov, »da se tam skrivajo nekateri od najlepših še nepreplezanih vrhov tega veličastnega otoka. Nam se je posrečilo pet prvenstvenih vzponov, dva od teh po izrednih skalnih stebrih, kar je vredno še posebne pozornosti. Človek tam doživlja naravo v njenih prvobitnih elementih in stremi za cilji, ki jih je mogoče doseči le z lastnimi močmi in z lastno voljo.«

jn

- Stalno je treba spremljati vremenska poročila. Če se zaradi vremena ne bi mogli odločiti, ali naj gremo na pot ali ne, je bolje, da turo odložimo na čas stabilnejšega vremena.
- Gorski pohod je treba začeti zgodaj zjutraj in predvideti dovolj časovne rezerve.
- Vsaj eden iz skupine planincev naj bi natančneje poznal tako pot po gorskem svetu kot gorski cilj. Koristno je, da ob prihodu na cilj o tem obvestimo sorodnike.

PRIMERNA OPREMA

Primerna oprema je lahko v gorah pri nenadni spremembi vremena življenjsko pomembna. K temu spadajo naslednje zadeve:

- Najpomembnejši so visoki čevlji z grobo narezano (profilirano) gumo.
- S seboj je treba vzeti dovolj tople obleke, najbolje takšno, ki je izdelana po sistemu več plasti.
- Za vsak primer je treba vzeti s seboj na pot kreme, ki varujejo pred sončno pripeko.
- Čeprav je ob odhodu od doma še tako lepo vreme, je treba poskrbeti tudi za varovanje pred vetrom in dežjem ter vzeti s seboj pelerino ali nemara celo zložljiv dežnik.
- Pomembno je vse potrebno za pot zložiti v nahrbtnik, ki ima široke in pravilno nastavljene naramnice.
- Če se odpravljate na pot, ki je ne poznate do vseh podrobnosti, vzemite s seboj čim natančnejšo karto (zemljevid), če pa greste v manj obiskovane gore, še višinomer in kompas.
- Čeprav greste na gorska pota, ob katerih so planinske kočice, vzemite s seboj vsaj nekaj hrane in pijače, na pijačo pa posebej ne smete pozabiti, če grede z vami otroci, ki potrebujejo veliko tekočine.
- Priročna lekarna ne zavzame veliko prostora v nahrbtniku, zato jo nujno vzemite s seboj, v njej pa naj bo elastični povoj, levkoplaster, morda »astronavtska folija« in žepna svetilka (baterija).

OBNAŠANJE V GORAH

Gorska tura in gorsko popotovanje se bistveno razlikujeta od navadnega potovanja, saj hodimo po svetu, kjer so možne nenadne in velike spremembe, ki lahko zmedejo celo izkušenega gorskega popotnika. Zato je treba upoštevati nekatera pravila, da bi se izognili neljubim dogodkom.

- Manj izkušeni gorski popotniki naj se izogibajo gorskih potovanj brez kakršnegakoli spremstva in naj ne hodijo na »solo« ture.
- Posebno manj izkušeni naj hodijo izključno po zaznamovanih (markiranih) gorskih poteh, ki naj jih nikakor ne zapuščajo.
- Med sestopanjem zgornjega dela telesa ne bi smeli upogibati preveč nazaj, ker obstaja v tem primeru večja nevarnost zdrsa.

- Čeprav nismo pretirano žejni, je med gorsko turo pitje tekočine pomembno, kajti potreba po pitju pride šele precej po tem, ko je izguba tekočine v telesu že precejšnja.
- Če bi se vam na pot postavil ledenik, ga prečite samo v spremstvu izkušenega in strokovno podkovanega vodnika.
- Če bi se nenadoma poslabšalo vreme ali če bi se na poti zgodilo karkoli nepredvidenega in

neprijetnega, se ne izpostavljajte nikakršnim tveganjem in se nemudoma odpravite nazaj v dolino.

- Majhni koraki in enakomeren tempo prihranijo na poti navzgor veliko moči, na poti navzdol pa s tem pazimo na svoje sklepe.
- Če prečite snežišča, posebno strma, ne mislite, da ste na zasneženem travniku in se ne drsajte, ker lahko pride do nesreče.

BOLEZEN SE NE POJAVLJA SAMO V HIMALAJI, AMPAK TUDI NA TRIGLAVU

VIŠINSKA BOLEZEN

CHARLES C. HOUSTON

V lanski zadnji številki glasila PD Dr. Gorazd Zavrnik Medicinske fakultete v Ljubljani »Sledi« je izšel prevod izredno zanimivega članka o višinski bolezni izpod peresa ameriškega zdravnika, specialista za višinsko medicino in gornika C. H. Houstona, ki ga je prevedel urednik Sledov Polž. Ker se bodo s to boleznijo nemara srečali tudi nekateri bralci Planinskega vestnika, ki se bodo poleti in jeseni odločili za vzpone v višje gore, v skrajšani obliki potiskujemo ta prispevek. (Op. ur.)

Na božični večer leta 1960 me je poklical mlad moški, ki je zapustil svojega bolnega tovariša visoko v gorah v bližini Aspenu v državi Colorado in se je od njega s smučmi odpravil po pomoč. Sestavili smo reševalno odpravo in že naslednji večer smo bolnika prenesli v bolnišnico, da bi pozdravili pljučnico, kot je bilo pričakovati po prijateljevem opisu težav. Namesto pljučnice pa se je v mladeničevih pljučih nabrala velika količina tekočine, kar nikakor ni bilo podobno vnetju, značilnem za pljučnico.

Ker je bil izvid nadvse nenavaden, me je znan specialist za bolezni srca nagovoril, naj ta primer objavim. Na kratek članek, objavljen v *New England Journal of Medicine*, sem dobil na stotine pisem, v katerih so pisci opisovali podobne bolezni, povezane z višino, ki so jih opisovali kot pljučnico. Odkritje stanja, ki je bilo videti kot nova oblika višinske bolezni — kasneje so to bolezen poimenovali »višinski pljučni edem« — je še pospešilo moje nenehno zanimanje za vzpone v gore in medicinske probleme, povezane z velikimi višinami. Leta 1936, še kot specializant interne medicine, sem spremljal skupino plezalcev v Himalajo, kjer sem videl, a ne prepoznal svoj prvi primer višinske bolezni.

Višinski pljučni edem ter drugi simptomi bolezni zaradi velike višine povzročajo kar hude medicinske probleme. Dandanes se v gore poda-

jajo rekordne množice ljudi, da bi plezali, smučali, hodili ali tu preprosto bili na počitnicah. V zadnjih letih je zaradi lažjega transporta in boljše opreme postala hoja v gore še bolj popularna. Tako je na primer v letih 1903 do 1912 le 42 plezalcev poskusilo splezati na 6218 metrov visoki Mount McKinley na Alaski, a nihče ni dosegel svojega cilja. Od leta 1988 do 1990 pa je 2933 plezalcev poskusilo in od teh jih je kar 1659 doseglo ta vrh. Skladno s tem je naraslo število žrtev višinskega pljučnega edema ter sorodnih bolezni. Štirinajst odstotkov vseh smrti v gorah lahko pripišemo višinski bolezni.

PRIMERI IZ ZGODOVINE

Višinsko bolezen povzroči v prvi vrsti pomanjkanje kisika, hipoksija. Ko se vzpenjamo od morske gladine, se atmosferski tlak zmanjšuje. Ker je odstotek kisika v zraku konstanten, se zmanjšuje koncentracija kisika. Zmanjšana raven kisika izzove zaporedje fizioloških sprememb, ki so lahko smrtno.

Vendar pa dolgotrajno bivanje v veliki višini, ali nasprotno, bivanje ob morski gladini v posebnih razmerah, ki izzovejo pomanjkanje kisika, lahko sproži prilagajanja, ki jo imenujejo »aklimatizacija«. Ta proces omogoči človeku, da preživi ob tako nizki ravni kisika, ki bi sicer povzročila resne probleme. Razumevanje mnogih nevarnosti hipoksije, različnih oblik višinske bolezni ter procesa aklimatizacije je bistveno za varnost v omamni lepoti gora, ki kronajo naš planet.

Četudi so pljučni edem šele pred kratkim opredelili kot obliko višinske bolezni, pa to stanje nikakor ni novo. Leta 403 je neki kitajski arhivar, **Hui Jiao**, popotoval po svileni cesti in takole opisal bolezen svojega tovariša: »Na senčni strani Nižjih Snežnih gora nas je veter premrazil do kosti. **Hui Jing** je bil resno bolan, na njegovih ustih je bila pena, hitro je izgubljal svojo moč in sem in tja se je onestvilil. Končno se je mrtev zgrudil na zasnežena tla.«