

tega zdaj pripravljajo nekakšen sporazum ali pogodbo, o katerih zdaj še razpravljajo s pakistanskimi oblastmi in po katerih bi morali v prihodnje vsi obiskovalci tamkajšnjih gor, tako člani odprav kot trekingov, vse odpadke spet odnesti s seboj v dolino in jih na določenih krajih uničiti ali pa jih dati v zabojnike, da jih bodo predelali.

Člani organizacije Mountain Wilderness in alpinisti iz Italije, Nemške demokratične republike, Anglije, ČSSR, Francije, Belgije, Nizozemske in Pakistana bodo ostali na pobočjih K-2 dva meseca. Pospravljati nameravajo do višine 7400 metrov, namenoma pa ni načrtovano nobeno plezanje na vrh.

Veleposlanik Pakistana v Italiji je organizatorjem zagotovil popolno podporo njegove vlade in podčrtal pomen takšnih akcij.

Ob tem je dejal italijanski alpinist Ardito Desio, ki je bil prvič v Himalaji že leta 1929, da takšnih problemov ob njegovih prvih obiskih še ni bilo. Že leta 1954, med prvo uspešno odpravo na vrh K-2, pa je videl veliko odvrženega materiala sedmih odprav, ki so bile na gori pred tem. Posebej je poudaril slabe izkušnje in nesrečo svojega planinskega tovariša, ki se je zanesel na staro fiksno vrv, pa se je strgala. Padec se je še srečno končal, poudaril pa je, kako pomembno je odstraniti stare vrvi, da koga ne bi zapeljalo tveganje, saj se dajo na takšen tenek led speljati celo stari alpinistični mački. Zdaj, v časih množičnega obiskovanja gor, je

še posebno pomembno, da nihče ne pusti za seboj nobenih odpadkov; če ne gre drugače, je treba vsakogar prisiliti k redu.

V nekaterih revijah je objavljen podatek, da lahko na tej akciji sodeluje vsak. Kdor bi hotel biti na odpravi »Free K-2«, ki jo organizira Mountain Wilderness, se lahko za potovanje dogovori v potovalni agenciji »Focus World services« v Milanu. Agencija bo organizirala trekinge osemkrat od 21. julija do 7. avgusta, in sicer vsakih nekaj dni. Cena potovanja: 3 650 000 lir (približno 5100 zahodnonemških mark). V tej ceni je vračunan polet iz Milana v Ravalpindi in nazaj, prevoz do izhodišča trekinga in nazaj na letališče, hotel s polnimi penziji v Ravalpindiju in Skarduju, med trekingom pa šotor z dvema ležiščema z armafleksom, hrana na poti, nosači, nošnja prtljage in dovoljenja za trekinge. Vse informacije je mogoče dobiti na naslovu: Focus, Corso Sempione 80, I-20154 Milano, Italia.

Nagrade za prvi Everest

Kanadski film »Samotno popotovanje« je pobral kar tri nagrade na 14. Mednarodnem festivalu gorniškega filma v Banffu. Tako je producentka Suzanna Cook iz Toronta na svečanem zaključku sprejela Grand prix festivala, nagrado za najboljši film o gorništvu in še nagrado občinstva, kar pomeni, da si je režiser prislužil potovanje po reki Nahanni v spremstvu Nahani River Adventures in odprave Sobek.

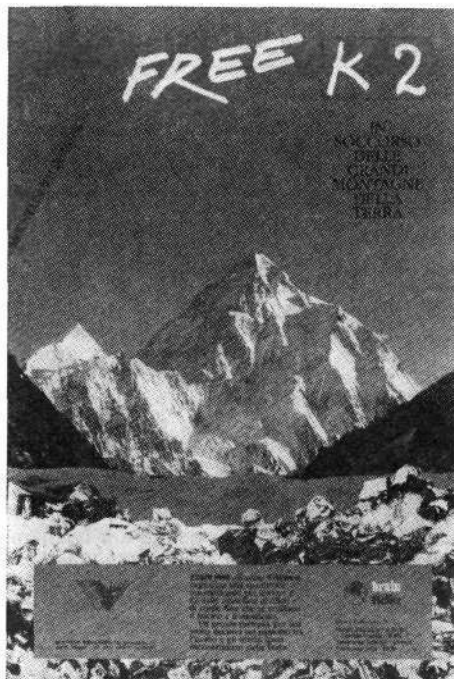
Film je delo Victorja Sarina, ki nam predstavi Šerpo Dawa Tenzinga in Lorda Johna Hunta. Oba obujata spomine na znamenito odpravo na Mount Everest leta 1953. Ti spomini se prepletajo s spoznanjem oz. ugotavljanjem, kaj je plezanje prineslo Johnu Huntu in narodu Šerp iz pokrajine Kumbu v Nepal.

Nagrado za najboljši gorniški film je prejel ameriški film »Preko roba« režiserke Kathryn Johnstona. V njenem delu spremljamo dva plezalca, ki skušata preplezati steno El Capitana v Yosemiteh.

Za najboljši film o varovanju gora je bil proglašen »Yosemite: Usoda nebes« ameriškega režiserja Johna Elsa. Gre za občuteno predstavitev Yosemitev.

Med video programi (nova sekcija, ki so jo lani, leta 1989, prvič uvedli) se je najbolje odrezal danski režiser Michael Christensen s svojim delom »Sled«. Christensen se je odločil narediti kronološki zapis o odpravi štirih mladih Norvežanov po Nansenovi poti po Grenlandiji.

Žirija je podelila tudi dve posebni nagradi, in sicer znanemu francoskemu režiserju Philibertu in njegovemu filmu »Baquetova vrnitev«. Philibertov prispevek k širjenju in bogatjenju védenja o alpinizmu je vsekakor vreden tega posebnega priznanja.



Drugo posebno nagrado si je prislužil video film »Beli volk« ameriških režiserjev Robina Hellierja in Jima Brandenburga zaradi njunega enkratnega slikanja narave. Že tretje leto zapored podeljuje skupina »One Step Beyond Adventure« priznanje za izreden prispevek iz sveta gorništvja in filma. Letos je ta čast in nagrada pripadla Hansu Gmoserju, vodniku in alpinistu, ki se je leta 1951 iz rojstne Avstrije preselil

v Kanado, kjer je pričel svojo športno kariero. Poleg tega se lahko pohvali tudi z 10 celovečernimi filmi, katerih tema je smučanje in plezanje.

Letošnji festival je ponovno presegal vse prejšnje rekorde tako po številu držav udeleženk kot tudi po številu prikazanih filmov; del programa bodo organizatorji predstavili v kar 16 kanadskih mestih in prvič tudi v treh ameriških. **Nuša Podobnik**

Najpogostejše zdravilo je aspirin

Tableto in besedo »tableta« uporabljamo že 90 let skoraj tako samoumevno, kot je samoumevno dihanje. Kemično gre pri tem zdravilu za nekoliko spremenjeno salicilno kislino, ki jo vsebuje v osnovni obliki tudi vrbovo lubje. Ime preparata, ki ga je prva dala na trg tovarna Bayer, je tako značilno, da mnogi ne vedo, da so aspirin, acetisal, baludon ali andol po osnovni sestavini eno in isto zdravilo, ki ga izdelujejo v različnih tovarnah. Verjetno je zato ASK (acetilsalicilna kislina) najbolj razširjeno zdravilo na svetu.

ASK deluje v telesu protivnetno, proti zvišani telesni temperaturi in protibolečinsko, pa tudi na dihanje, presnovo, proti zlepljanju krvnih ploščic (trombocitov) in še kako. Kar univerzalno zdravilo, mar ne?

Protibolečinsko deluje najbolje pri tako imenovanih somatskih bolečinah (zobobol, glavobol, poškodbe, kostno sklepne in mišične bolečine, boleče menstruacije). Odrasel človek bi smel vzeti dnevno 6 × 1 tableto, raztopljeno v vodi, po možnosti ne na prazen želodec in ne za vsako figo.

Proti zvišani telesni temperaturi se borimo načelno le tedaj, če je pri majhnih otrocih višja od 38,5 stopinje Celzija (možnost vročinskih krčev) oziroma če je bolnik zaradi visoke temperature prizadet (slabo počutje, nespečnost, glavobol, srčni bolniki). Pa še tedaj se raje poslužujemo pogosto menjanih obkladkov na telo ali pa gasilskega načela zdravljenja požara — vnetja: prhanje z dovolj mlačno vodo dovolj dolgo. V hribih pride prhanje redko v poštev, obkladke pa je možno dati marsikje. Zvišana telesna temperatura je znak kakšne bolezni in znak pripravljenosti organizma, da se bori proti bolezni oziroma povzročitelju. Zato je ne nižajmo kar tako, ker termometer kaže nekoliko preveč, temveč le tedaj, če gre za omenjena primera (pri otrocih oziroma pri prizadetih bolnikih).

Žal ima ASK tudi neugodne učinke. Pri nekaterih ljudeh načenja v želodcu sluznico in povzroča bolečine, še posebej, če tableto pojemo celo, neraztopljeno ali celo na prazen želodec. Možna je tudi preobčutljivost — alergija na ASK. Novejše raziskave odkrivajo, da ASK lahko včasih povzroči pri otrocih, ki so ga jemali zaradi zvišane temperature pri virusnih boleznih (gripa, norice), tako imenovani Rejev sindrom (obolenje možganov, jeter). Zato pri otrocih raje uporabljamo obkladke ali antipiretik paracetamol (na primer panadon). Pretiravanje z dnevno količino ASK lahko pripelje do zastrupitve (šumenje v ušesih, vrtoglavica, glavobol, zmedenost, znojenje, hitro dihanje).

Protivnetno deluje ASK pri vnetjih sklepov ali revmatski vročici.

Antiagregacijski učinek se s tučko imenuje sposobnost ASK, da preprečuje zlepljanje trombocitov (krvnih ploščic) v žilah, kar izkoriščajo pri bolnikih, pri katerih obstaja nevarnost zamašitve žil (žilna obolenja nog, srca, možganov). Za gornike so torej pomembni naslednji podatki:

- ASK deluje protivnetno, proti povišani telesni temperaturi in protibolečinsko.

- Odrasel človek lahko uporabi 3 do 6 tablet dnevno, raztopljenih v vodi, in ne na prazen želodec.

- Proti povišani temperaturi se z ASK borimo le, če nas zaradi višine res ogroža, pa še tedaj — če je le moogoče — prej poskusimo z obkladki. Pri otrocih moramo biti še posebno previdni.

- Aspirina naj ne jemljejo želodčni bolniki.

Bolečina je opozorilo možganom, da je v telesu nekaj narobe. Zato poskusimo to prej ugotoviti in odstraniti vzrok alarma, preden izključimo zvoznec z jemanjem protibolečinskih zdravil.

ASK je zanesljivo eno od zdravil, ki sodi v lekarno vsakega nahrbtnika.

Dr. Andrej Dernikovič