

« پیک کوهستان »

صعود زمستانه خط الراس شاه معلم

شناسنامه صعود :

ساعت شروع صعود : ۸/۴۵ دقیقه صبح روز ۸۳/۱۲/۷ - زمان رفت : ۴ ساعت
زمان برگشت : ۲ ساعت و ۴۰ دقیقه - وضعیت جوی : آفتابی و وزش شدید باد .
وضعیت مسیر حرکت : تا کهنه ماسوله خشک و نیمه گل آلود و بعد از آن
برف آلود . تیم اول گروه پیشرو (صعود به خط الراس) : آقایان جهاننیده ،
کیایی فر و جفرودی - تیم دوم گروه پیشرو (صعود به دوریکله) :
آقایان مهدی مرزی ، هادی مرزی ، شایان فر و آرش - تیم پشتیبان آقایان :
دیانت دوست ، محمودی ، صادق زاده و فرهنگی . نفرات کل گروه ۱۰ نفر
سرپرست برنامه : شهرام فرهنگی . صعود در ساعت ۸/۴۵ پس از صرف
صبحانه از مغازه آقای رحمتی خواه آغاز گردید .

چهل دقیقه زمان تا رسیدن به امام زاده ابراهیم این مجال را فراهم کرده تا
سه گروه یادشده آمادگی لازم را جهت تحقق برنامه های مشخص خود ایجاد
نمایند . پس از آبیگری در امام ابراهیم ، قرار شد اعضای تیم های پیشرو
بقیه جداشده و طبق برنامه بسمت خط الراس حرکت نمایند . وعده ملاقات در
کلبه های دوریکله گذاشته شد . ضمناً گروه کوهنوردی فومن و دوتن از
کوهنوردان آزاد رشت نیز قله شاه معلم را هدف قرار داده بودند و قطعاً در
مسیر با گروه پیشرو مواجه می گردیدند و طی تماس های تلفنی قرار شد در
دوریکله با این عزیزان دیدار تازه کنیم . تیم پشتیبان در آستانه ورود به منطقه
لشکرگاه بود که از فراسوی جنگل های « قلعه بن » اندام ورزیده آقای
جهاننیده مربی ارزشمند کوهنوردی استان گیلان هویدا گشت . ایشان در
لشکرگاه به تیم پشتیبان رسیدند و پس از خوش و بشی کوتاه و پذیرایی
مختصر بسمت خط الراس شاه معلم حرکت کردند . در مناطق لشکرگاه -
خارند و کهنه ماسوله بادشدید بود . اما هوای آفتابی و زیبای اسفندماه با عطر
گل های پامچال کوهی آمیخته گردید و سفره ای که از بنفشه و زنبق ها در
زمینی که به تدریج گرم می شد ، گسترانده بود . در دوریکله تیم پیشرو با
انگیزه اجرای برنامه به دو تیم تقسیم گردید . تیم اول (تیم صعود کننده به
خطر الراس) که بلافاصله به سمت خط الراس حرکت کردند تا به نمایندگی
از طرف همه کوهنوردان گروه دامون بندرانزلی برفراز خط الراس شاه معلم
نقطه پایان صعود را اعلام و افتخار فتح آنرا نصیب گروه نمایند . تیم دوم در
کلبه های دوریکله آتش به پا کردند . آنها در دامنه کلبه ها از آفتاب لذت
بخش زمستان کام گرفتند تا گروه پشتیبان به آنجا برسد .

ساعت یک بعدازظهر گروه پشتیبان به دوستان تیم دوم پیشرو ملحق شدند .
هنگام صرف نهار ، کوهنوردان فومن از زیر قله گروه گروه باز می گشتند که به
صرف جای داغ و گرم شدن در کنار آتش دعوت شدند این کوهنوردان خبر از
بادشدید در روی خط الراس می دادند . هر لحظه که ساعت به ۳ نزدیکتر
می شد التهاب و نگرانی گروه از موقعیت تیم پیشرو فزون می یافت . اما این
نگرانی دیری نپایید . ساعت ۳/۳۰ دقیقه تیم پیشرو در میان وزش شدید
بادهای شاه معلم از دور دست نمایان شد . این بازگشت شادی را به کمپ
گروه دامون بازگرداند . تیم پیشرو به زیر شیب قله شاه معلم رسیدند و از آنجا
به پناهگاه شاه معلم رفتند . نهار را در آنجا صرف کرده و به دوریکله بازگشتند .
در دوریکله از آنان با تبریکات و جای گرم استقبال گردید و پس از لحظاتی
درنگ و گرم شدن این عزیزان گروه آهنگ بازگشت نمود و بدینسان سفری
دیگر در قلب طبیعت با موفقیت و سلامتی برای هموردان و عزت و افتخار
برای گروه دامون پایان یافت .

کوه گرفتگی چیست ؟

« کوه گرفتگی یا بیماری ارتفاع در اثر صعود سریع به
ارتفاع ۳۰۰۰ - ۲۵۰۰ متر رخ می دهد . بعضی از افراد
هر بار که به ارتفاع میانه می رسند هر چند صعود کم باشد
دچار عوارض یادشده می شوند و گروهی هرگز از
ارتفاع تاثیر نمی پذیرند . خردسالان و کودکان
تا قبل از بلوغ در برابر انواع شدید بیماری کوه گرفتگی
قرار می گیرند .

بنابراین به عنوان یک راه حل قطعی ضمن حفظ آرامش
در حرکت و صعود ، در صورت بروز هریک از
حالات مذکور می باید صعود را متوقف و ارتفاع را
تا حد ممکن کاهش داد . استفاده از مایعات شیرین و
تمرینات بدنی و فرود و صعودهای مکرر در ارتفاعات
پایین تر از ۴۰۰۰ متر نیز می تواند روش مناسبی برای
جلوگیری از کوه گرفتگی باشد .

در ارتفاعات بالا فشار اکسیژن محیط کم می شود و به
همین دلیل اکسیژن خون کوهنورد نیز به
کمتر از حد طبیعی تزل می یابد و علائمی نظیر سردرد و
سرگیجه و تهوع آغاز می شود . در این موارد نباید ارتفاع را
بیشتر کرد .

در صورتی که تنگی نفس ، سرفه و خلطها آجری رنگ
مشاهده شد یا در صورتی که کوهنوردی دچار سردرد شدید ،
استفراغ و تشنج و هوبیان گویی گردید باید هرچه
سریع تر بیمار را به پزشک رساند و تا رسیدن به پزشک در
صورت امکان از کپسول گاز اکسیژن که در صعودهای
بزرگ باید در دسترس باشد استفاده کرد . غفلت و
سهل انگاری نسبت به این علائم مخاطره آمیز و
جبران ناپذیر است . »

برگرفته از : کتاب کوهنوردی در ایران

همنوردان گرامی سرکار خانم سالک پی
وجناب آقای هنرمند ! گروه کوهنوردی
دامون مصیبت وارده را به شما و خانواده
محترمانه تسلیت می گوید .