

PRIPRAVA NA TURO

Oprema

Gibanje in varnost v gorah pozimi

Oprema

Še nekaj besed o opremi. Omejil se bom na specifično opremo. Poleg toplejše zimske obleke in zimske obutve imamo navadno tudi nekoliko težji nahrbtnik. Glede na cilj dodajmo še dereze in cepin. Ne pozabimo že doma nastaviti dereze na naš čevelj. Lavinska oprema. Že dlje časa se pojavlja izraz »lavinski trojček«, baje, da gre dobro v uho in da se ljudje hitreje zapomnijo? Kaj zapomnijo? Besedno zvezo? Težko bi se strinjal s tem, da se zaradi besedne zveze kaj spremeni v glavi gornika. Iz prakse pa vem, da se spremeni, če so napotki ali priporočila, ki jih nekemu ponudimo, utemeljena. Seveda govorim o treh kosih opreme, ki absolutno sodijo skupaj. Lavinska žolna, lavinska sonda in lopata. To pa lahko oblikujemo v pravilo. Ti trije kosi opreme vedno sodijo skupaj! Še zdaleč pa to ni edina oprema, ki jo priporočam pri gibanju v zimskih gorah. Kot sem pisal v prispevku z zadnjih dveh kongresov IKAR, v zadnjih letih v statistikah, ki obravnavajo nesreče v snežnem plazu zelo visoko mesto zavzemajo fizične poškodbe, predvsem poškodbe glave. Snežni plaz ni nujno glavni in edini vzrok za poškodbo. Lahko je le posredni, lahko je samo porinil gornika čez steno ali po strmejšem pobočju. Plaz je zavil po svoje in ni zasul gornika. V tem primeru bi čelada prišla še kako prav. V tujini gre trend prav v to smer. Večina turnih smučarjev ima na glavi čelado. Torej bi čelado lahko dodali, kot četrti priporočen element v lavinskem kompletu. Pa še ni konec.

Pri zasutju v plazju lahko ločimo zasute na dve skupini. Zasuti je lahko viden ali neviden in druga možnost, lahko je popolnoma ali samo delno zasut. Najenostavneje je opredeliti pojem neviden. To pomeni, da zasutega ne vidimo na površju plazovine. Če je zasuti viden, to pomeni, da na površini plazovine vidimo del telesa ali kos opreme, ki se drži telesa. Zakaj sta ta dva termina tako pomembna? V primeru, da zasuti ni viden, začnemo s postopki iskanja zasutega, kar vzame določen čas. Čas pa je pri iskanju zasutih v snežnem plazu naš največji sovražnik. V primeru, da je zasuti viden, postopke določanja mesta zasutja izpustimo, čas iskanja je nič in takoj lahko nadaljujemo z nadaljnjimi postopki, odkopavanje, PP, transport.

Delno zasut je nekdo, ki ima nad plazovino vsaj glavo, torej ima proste zunanja dihala, popolno zasut pa je nekdo, ki ima lahko pod snegom samo glavo (obraz), kar pomeni, da je dihanje oteženo ali celo nemogoče. Prišli smo do dveh spoznanj. Za žrtev je najbolje, če je vidna in delno zasuta. Več kot 20 let je že na tržišču nahrbtnik z napihljivimi zračnimi blazinami, ki naredi telo plovno. Z uporabo tega kosa opreme imamo veliko več možnosti, da ostanemo na površju, da smo vidni in le delno zasuti. Dodali smo peti priporočen kos opreme.

Kaj pa tisti, ki so popolno zasuti in nevidni? Tudi za takšen slučaj so strokovnjaki našli možno rešitev. Ker je na tržišču le en kos tovrstne opreme jo lahko poimenujem kar z imenom. Avalung je naprava, ki filtrira izdihan zrak, hkrati pa zajema zrak iz

okolice in s tem podaljšuje preživetje pod snegom. Slaba tolažba, boste rekli. Gre za čas preživetja pod snegom, ki ga na ta način občutno podaljšamo in s tem omogočimo tovarišem, ki so v vlogi reševalcev, da opravijo svoje delo. Dihalno napravo Avalung bi lahko označili, kot šesti pomembni pripomoček, ki nam lahko pomaga pri reševanju težav ob zasutju v snežnem plazu.

Kako bomo opremljeni za določeno turo je seveda odvisno od več dejavnikov. Najprej je potrebno imeti védenje, da vsi ti pripomočki oziroma naprave obstajajo in za kaj so koristne. Ko se odločamo za nakup katerekoli od zgoraj omenjenih kosov opreme oziroma naprav je najprej dobro vedeti kakšna naprava je za nas dobra, za kakšen namen jo bomo uporabili. Na tržišču se pojavlja veliko različnih znamk naprav in opreme in vsaka znamka ima še več modelov. Vse različice z enim samim ciljem. Vsekakor, prodati čim več. Ampak o tem tu ne bo govora. Naj navedem nekaj primerov, da bo lažje razumeti. Lavinska sonda je lahko dolga 240cm, 320cm ali 4m. Seveda obstajajo tudi krajše in daljše, težje in lažje. Celo take z vgrajenim sprejemnikom, ki zazna oddajanje lavinske žolne. Vse sonde v principu služijo istemu namenu. Z njimi »sondiramo«, pregledujemo določeno območje plazovine. Vprašajmo se v kakšnih pogojih bomo uporabljali sondo, kako globoko bomo prebadali itd. Ker bo lavinska sonda v nahrbtniku praktično vso zimo tudi teža ni zanemarljiva. Kako trpežna mora biti? Ko odgovorimo na vsa vprašanja s precej lažje odločimo med množico ponudb na tržišču. Šele sedaj se vprašamo tudi o ceni. Ta pri odločitvi za nakup bistvenih kosov opreme ne bi smela biti jeziček na tehtnici.

Lavinska sonda

Ker sem že začel s sondo ...

Lavinska sonda je aluminijast, železen ali iz umetnih materialov narejen cevast predmet, sestavljen iz enako dolgih elementov, ki so med seboj povezani s tanko jeklenico ali vrvico ali pa sestavljivi z navojem. Dolga je do štiri metre, premer pa ima do petnajst milimetrov. Z njo prebadamo plazovino in na podlagi občutka ob dotiku objekta ter globine vboda iščemo predmete in osebe, ki jih je zasul snežni plaz.

Sonde naslednje generacije so predvsem lažje in krajše, konica pa je topo zaobljena. Zobci niso več potrebni, ker so današnja oblačila iz umetnih, gladkih vlaken. Uporaba je že davno prerasla okvire reševalnih služb, saj je dokazano, da čas od začetka iskanja z lavinsko žolno pa do izkopa občutno zmanjšamo, če v zadnji fazi določanja mesta zasutega uporabimo sondo. Hitri pregled in grobo sondiranje kritičnih mest na plazovini ne zahtevata štiri metrov dolge lavinske sonde, zato so sonde, namenjene gornikom in turnim smučarjem, dolge od 240 do 320 centimetrov. V glavnem so iz aluminija ali karbonskih vlaken. Posamezni segmenti praviloma merijo 40cm. Povprečen gornik ima s seboj reševalno opremo samo za primer, če... Praviloma so vsa njegova dejanja usmerjena k čim višji stopnji varnosti na turi in preprečevanju nesreče. Statistika govori, da je v povprečju globina glave zasutega nekako 105cm

pod površino snežne odeje. Kot gornik se bomo srečali z uporabo lavinske sonde največkrat takoj po nezgodi. Torej bo plazovina še relativno mehka, če odštejemo možne, posamezne, trde kepe. Ker imamo na zimskih turah že tako nekoliko težje nahrbtnike, tudi teže ne gre zanemariti. Na kratko in v grobem smo ugotovili kaj rabimo. Odgovor je na dlani. 240cm dolga, trpežna, ne pretežka sonda bo primerna za nas. Ker takšno opremo ne kupujemo vsako sezono posebej je dobro, da preverimo kakšen sistem napenjanja bomo izbrali. Da bo rokovanje preprosto tudi z rokavicami. Če vprašamo poznavalce in kolege, ki že imajo različne sonde hitro dobimo odgovor. Morda ni odveč, če bodo posamezni segmenti sonde žive barve z zarisanim merilom, da jo po potrebi lahko uporabimo še v druge namene. Nekoliko drugačna merila bo postavil vodnik, spet drugačna gorski reševalce in glede na to bo tudi lavinska sonda zanj izbrana drugače.



»|« sonda nove generacije

Kaj več o sondah nove generacije si lahko preberete tule:
http://www.volontar.net/clanek_prikazi.php?pid=40

Lopata

Ne bom se ustavljal ob podrobni razlagi kaj to je. Pomembno je, da poznamo njen namen. Z lopato odstranimo zemet na cesti, lahko skopljemo bivak, uporabimo za izdelavo preizkusa trdnosti snežne odeje in ne nazadnje, edino z lopato bomo hitro in učinkovito odkopali zasutega v snežnem plazu. Podobno, kot pri lavinski sondi si pri izbiri lopate pomagamo z vprašanji za kakšno uporabo jo bomo mi rabili. Če je prioriteta reševanja bo lopata precej drugačna, kot če kupujemo lopato izključno kot nujno opremo na turnih smukih ali če bomo teden preživel v snežnih bivakih na Komni.



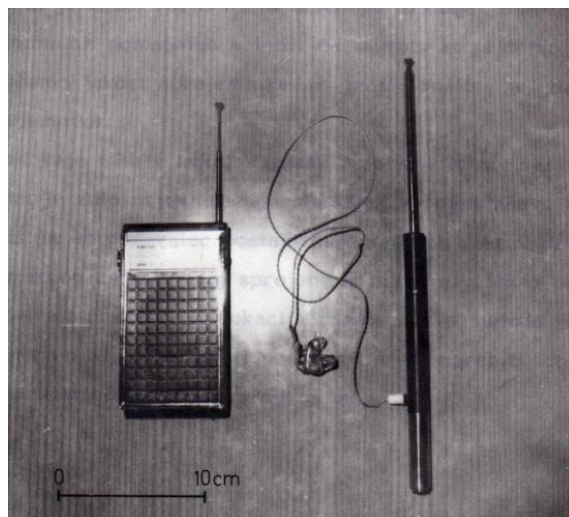
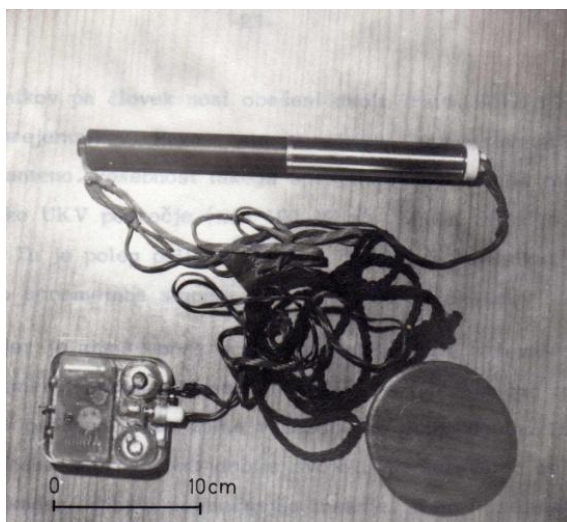
Po navadi bo morala lopata zadovoljiti več različnih potreb. Če je med njimi reševanje, odkopavanje zasutega v plazu, bo to naše vodilo. Tudi tule se bom osredotočil na to. Najprej trpežnost in teža. Z zlomljeno ali skrivljeno lopato bomo kaj malo učinkoviti. Zelo težko lopato se bomo kmalu naveličali nositi s seboj, kar pomeni, da bo doma ostal pomemben člen nujne reševalne opreme.. Lopata naj sestavljiva, da v nahrbtniku zavzame čim manj prostora. Nosimo jo v nahrbtniku, saj nam jo ob morebitnem prevračanju v plazovini sigurno odtrga z nahrbtnika. V celoti ali delno naj bo kovinska. Vsaj zajemalni del mora biti kovinski. Ročaj, držalo naj bo teleskopsko, da je z njo možno dobro rokovati. Ročaj naj bo na koncu oblikovan v obliki črke »T«, da je lažje držati. Preklop da ali ne. Za izvedbo določenega preizkusa je seveda pomembno, da se lopata preklopi v nekakšno motiko. Tudi pri odkopavanju pride kdaj prav. Preklop pa je lahko šibek člen. Preizkus trdnosti snežne odeje lahko opravite tudi z ne-preklopno lopato. Zajemalni del naj bo nekoliko vbočen, da sneg brez težav ostane na zajemalu. Na spodnji strani naj bo zajemalni del nekoliko priostren, da z njim brez težav presekate še tako trd sneg. Na zgornji strani zajemala, tik ob ročaju, naj bo rob narebren, da čevelj pri »štihanju« ne zdrsne z lopate. Trdnost lopate, predvsem zajemalnega dela preverite tako, da postavite lopato v vertikalnem položaju na trdno podlago, z eno roko držite za konec držala in ob tem stopite s polno težo na narebreni, zgornji del lopate. Lopata, zajemalni del, mora brez težav zdržati vašo težo ne, da bi se upognil ali celo trajno deformiral.

Lopata reševalca bo ustrezno večja in s tem težja, lopata namenjena izključno opravljanju preizkusov bo obvezno narejena na preklop, zajemalni del bo skoraj ploščat itd.

Bolj vsestranska je lopata manj dobra je samo v enem segmentu.

Lavinska žolna

Za večino ljudi najpomembnejši kos nujne lavinske opreme. Pa ni čisto tako. Lahko bi rekli, da so vsi trije kosi opreme, za katere smo rekli, da obvezno sodijo skupaj, enako nepogrešljivi. Je pa res, da ji pomembnost daje njena vloga pri iskanju zasutega. Samo z sondo ali lopato bi težko hitro in učinkovito locirali zasutega. In obratno, brez sonde in lopate nam nič ne pomaga, če smo dokaj hitro našli izvor oddajnika, ko pa nimamo s čim natančno določiti mesta zasutega in ga odkopati. Elektronska oddajno-sprejemna naprava, lavinska žolna, ima dvojno vlogo. Lahko je nastavljena na oddajanje, to pomeni, da je ta, ki jo nosi označen in ga bo v primeru zasutja lažje locirati, lahko pa je nastavljena na sprejemanje, iskanje signala, kar pomeni, da služi tistemu, ki igra vlogo reševalca. Lavinskih žoln je na tržišču mnogo. Iz generacije v generacijo se proizvajalci trudijo izboljšati njeno delovanje. Seveda ima veliko sprememb in dodatkov popolnoma komercialno vlogo. Vse lavinske žolne na svetu morajo zadostiti mednarodnim standardom. Oddajajo in sprejemajo na isti frekvenci, maksimalna odstopanja od frekvence so točno določena. Določen standard govori o vodoodpornosti in drugih pomembnih parametrih, ki zagotavljajo pravilno delovanje naprave. Seveda pa večina teh tehničnih podatkov običajnega gornika sploh ne zanimajo, saj za njegovo uporabo niso pomembni. Če odmislimo barvo in bolj ali manj moderno, ergonomsko obliko, je zelo pomembno, da je naprava trpežna, da z osnovnim napajanjem zagotavlja dovolj dolgo dobo delovanja, predvsem pa, da je z njo preprosto in logično rokovati. Večina sprememb in novosti doživijo naprave na sprejemni strani. Vse se vrti okoli maksimalnega dosega naprave, torej kdaj najprej zazna oddaljeno napravo, druga bistvena sprememba je, da se proizvajalci trudijo, da bi indikatorji na napravi čim bolj natančno, usmerjeno vodili iskalca k izvoru oddajnega signala. Nadalje je trend novejših modelov naprav, da naprava zna zaznati več oddajnih naprav hkrati, jim določiti razdaljo oziroma jakost signala, kar naj bi seveda pomagalo pri tako imenovani triaži zasutih. Ta funkcija pride v poštev v primerih, ko gre za nesrečo v snežnem plazju, kjer je hkrati zasutih več oseb. Takšni primeri so redki. Če se držimo priporočil o varnem gibanju na plazovitem terenu, da imajo udeleženci zadostno razbremenilno razdaljo, da je na zelo nevarnem delu poti vedno le en sam, ostali ga opazujejo, do zasutja več oseb hkrati skoraj ne bi smelo priti. Za sedaj pa je le ena firma, ki je uvedla novost na strani zasutega. V napravi je praviloma ena oddajna antena. Če se naprava znajde v neugodnem položaju lahko sevanje antene slabo prodre na površje do sprejemne naprave. Novejši modeli omenjene firme pa zagotavljajo oddajanje dveh anten in kar za polovico zmanjšajo tveganje, da bi naprava in s tem oddajna antena oddajala v neugodnem položaju.



Oddajnik in sprejemnik
Dr. Avčin in sodelavci so izumitelji pra-žolne

Za vsako od žoln na tržišču bi lahko našli kup dobrih lastnosti, našli pa bi tudi večje ali manjše pomanjkljivosti. Skoraj si upam zapisati, da tu velja, da za malo denarja dobimo malo muzike. Naprave bi lahko tako po uporabnosti, kot cenovno razdelili v tri skupine. Najnižji cenovni razred, zagotavljajo osnovni dve funkciji, oddajo in sprejem, imajo slabše indikatorje, njihov domet je nekoliko krajši. Srednji cenovni razred zagotavlja dokaj dober domet, odlične indikacije na več nivojih (razdalja, smer, zvok, število oddajnikov), zagotavlja preprosto rokovanje in minimalno število okvar. Najvišji cenovni razred pa je razred zase. Vse bistvene funkcije odlično delujejo, domet je nadpovprečen, delujejo v digitalnem in analognem načinu, tu in tam pa se najde kakšen skoraj nepotreben dodatek.

Kot pri prvih dveh kosih opreme je tu enako pomembno pred nakupom postaviti bistvena vprašanja in nanje odgovoriti s premislekom. Glavni namen je jasen. Da je imetnik med gibanjem označen in da lahko z isto napravo v primeru zasutja tovariša tudi najde. Nianse seveda so. Vodnik bo za svoje varovance izbral naprave, ki dobro oddajajo. Gost praviloma ne bo v vlogi reševalca. Za gorskega reševalca je zelo pomembno, da je zelo dobro označen. Reševalec bo večkrat, kot običajen gornik, ki gre na turo v ugodnih razmerah, med pristopom na reševalno območje in med samim reševanjem izpostavljen neposredni nevarnosti zasutja. Seveda tudi funkcija sprejema ni zanemarljiva.

Kaj več o preizkusu žoln in uporabi pa tule:

http://www.volontar.net/clanek_prikazi.php?pid=38

http://www.volontar.net/clanek_prikazi.php?pid=45

Nahrbtnik z zračnimi baloni in Avalung

Obe napravi, njune slabosti in prednosti, sta bili že večkrat opisani.

Airbag ali nahrbtnik z zračnimi blazinami nas naredi bolj plovne. Ob sprožitvi se v zelo kratkem času poveča površina telesa pri zanemarljivo povečani teži. Mehanizmi za sprožanje se razlikujejo od proizvajalca do proizvajalca. Uporabnika to načeloma ne zanima. Generalno imamo tri različice. Najstarejši in najbolj razširjen je način sprožanja s piro nabojem, za polnjenje pa se uporabi stisnjen plin v jeklenki, ki je nameščena v hrbtišču nahrbtnika. Drugi, nekoliko manj razširjen način je z mehanskim proženjem, plin za polnjenje balonov pa je kar običajen zrak. Oba terjata posebno obravnavo jeklenk in sprožilnih mehanizmov. Pri prvem je potrebno opraviti polnjenje celo pri proizvajalcu. Drugi, ki uporablja običajni zrak, v tem primeru lahko sami poskrbimo za polnjenje uporabljene jeklenke, kar pri lokalnih gasilcih. Oba načina sta nekoliko omejena z zalogo plina, saj moramo po proženju jeklenko zamenjati, kar pomeni, da moramo rezervo nositi s seboj. Tretji, popolnoma nov patent, pa deluje na osnovi lastne, vgrajene črpalke, ki stisne zrak v poseben rezervoar. Ob sprožitvi še dodatno pomaga napolniti balon. Po uporabi, sredi ture, ponovno zaženemo črpalko, ki ponovno napolni rezervoar z zrakom iz okolice in naprava je spet pripravljena na uporabo. Pri tem načinu ne gre spregledati izjemno prednost, da je uporaben večkrat zapored, po drugi strani pa je izjemno negativno, ker smo odvisni od energije v baterijah. Pri nakupu bomo verjetno najbolj gledali na težo, prostornino nahrbtnika in seveda ceno. Vsi novejši modeli imajo standardno oblikovano hrbtišče, ki se prilega na različno velike nahrbtnike, različnih proizvajalcev. Tako lahko isti nahrbtnik s poletnim hrbtiščem uporabljamo poleti, ko pa na jesen zamenjamo hrbtišče z vgrajenimi baloni pa to postane nahrbtnik za zimske vzpone.



Brezrokavnik z napihljivimi baloni



Potezna ročica je zaščitena pred sprožitvijo

Na tržišču lahko dobite tudi nekakšno izpeljanko nahrbtnika z napihljivimi baloni v obliki jopiča brez rokav, ki na hrbtnem delu skriva blazine, ki se ob potegu za sprožilo napihne in podobno, kot nahrbtnik ustvari boljše plovne pogoje.

Kaj več o ABS sistemu si lahko preberete tule:

http://www.volontar.net/clanek_prikazi.php?pid=49

Avalung ali naprava za filtriranje zraka podaljšuje čas preživetja zasutem v snežnem plazju in s tem daje dobro priložnost tovarišem-reševalcem, da dobro opravijo svoje delo. Za sedaj je na tržišču le ena firma, torej tu pri izbiri ne bo težav.



Avalung samostojno in integriran v nahrbtnik

Za obe napravi velja, da sta zelo uporabni, a le, če zanju skrbimo v skladu s predpisi in navodili. Pri nakupu tehnično zahtevnih kosov opreme se vedno dobro podučite o pravilni uporabi, vzdrževanju in hrambi.

Kaj več si lahko preberete tuel:

http://www.volontar.net/clanek_prikazi.php?pid=52 in

http://www.volontar.net/clanek_prikazi.php?pid=48

Če strnem v nekaj stavkov

Na turo nikoli sam

Spremljajte vremensko dogajanje pred načrtovanim dnev in napoved za ta dan.

Imejte vso potrebno opremo in obvladajte njeno uporabo.

Pri načrtovanju se osredotočite na tri stvari. Cilj, družba, oprema. Časovno se osredotočite na čas pred predvidenim dnem za turo in na splošno vremensko ter lavinsko napoved za čas ture.

Izberite cilj, ki ste mu dorasli (vsi v skupini). Fizično, psihično, orientacijsko.

Če opreme nimate ali je ne znate uporabiti lahko privede do opustitve dejanja. Ocenili ste, da je prečenje nekega pobočja lavinsko zelo nevarno. Ker nimate derez in cepina, ki bi omogočala eleganten obvoz čez strmejši, lavinsko manj nevaren odstavek, dejanje opustite in tvegajte prehod čez nevarno pobočje. Torej, imejte vso potrebno opremo in se pred odhodom na turo usposobite za rokovanje z njo.

Naj ponovim še enkrat: oči, misli, noge. Opazujte okolico, upoštevajte čutila, premislite kako vse zaznano vpliva na razmere in šele nato opravite premik.

V naslednjem prispevku se bom osredotočil na opravila tik pred turo in aktivnosti med turo.