

Herman Berčič, Fakulteta za šport, prof. v pokoju

OSMI EVROPSKI SIMPOZIJ »VIŠINSKA FIZIOLOGIJA IN PRAKSA, SLOVENIJA 2016«

V dneh od 9.9. do 11.9.2016 je bil v Natu centru odličnosti za gorsko bojevanje v Poljčah organiziran osmi mednarodni simpozij, ki je obravnaval problematiko gibanja posameznika ali skupin v visokogorskem svetu skozi prizmo fizioloških procesov in učinkov na človeški organizem. Skupaj sta ga organizirala Fakulteta za šport, Univerze v Ljubljani in NATO center odličnosti za gorsko bojevanje v Poljčah.

Temeljni namen simpozija oz. srečanja številnih strokovnjakov, raziskovalcev in znanstvenikov z navedenega strokovnega in znanstvenega področja, je bil izmenjati strokovne in znanstvene izsledke ter izkušnje, ki naj bi bile kar najboljše uporabljene v primerih, ko se posameznik (tudi vojak) nahaja v normalnih ali posebnih pogojih gibanja v gorskem svetu. Viden poudarek simpozija je bil dan obravnavi posameznih tem s področja vpliva povečane nadmorske višine na delovanje vojaških enot ter zadnja dognanja na področju gorskega bojevanja.

Simpozija se je udeležilo 78 strokovnjakov, raziskovalcev in znanstvenikov iz 11- tih držav. Med njimi pa jih je 34 prihajalo iz tujine.

Otvoritveni del simpozija je pripadal dekanu Fakultete za šport, prof. dr. Milanu Žvanu, ki je v nagovoru poudaril pomen sodelovanja športne stroke in znanosti (kineziologije) pri preučevanju vojaških aktivnosti oz. bojevanja v gorskem svetu. Z izbranimi besedami poznavalca vojaške doktrine je zbrane udeležence simpozija nagovoril tudi direktor Centra odličnosti za gorsko bojevanje Poljče, polkovnik Boštjan Blaznik. Tudi on je naglasil pomen povezovanja raziskovalnih (visokošolskih) institucij pri pridobivanju novih znanj in izkušenj, ki so pomembne tudi za slovensko vojsko. Svečani del posveta je obeležil trenutek podpisovanja listine o sodelovanju med Fakulteto za šport v Ljubljani (dekan prof. dr. Milan Žvan) in Centrom odličnosti za gorsko bojevanje Poljče (direktor polkovnik Boštjan Blaznik).

Praktični del simpozija, ki ga je programsko uspešno vodil in uresničil prof. dr. Stojan Burnik se je v bistvu začel že dan prej z organizacijo pohoda na Triglav z gorskimi vodniki pripadniki slovenske vojske. Namen praktičnega dela je bil v spoznavanju gora v državi organizatorici. Za tuje udeležence je bil ob tem pohodu pripravljen tudi zanimiv spremljevalni program.

Simpozij je bil vsebinsko razdeljen v pet, med seboj povezanih segmentov tako da med njimi ni bilo mogoče potegniti ostre ločnice. Pri posameznih segmentih so bili ob obravnavi v ospredju nekateri zunanji dejavniki, predvsem aktivnosti na različnih višinah in v različnih pogojih gorskega okolja. Organizacijsko so bili prispevki predstavljeni v sedmih sekcijah.

V prvem tematskem segmentu so se razpravljavci osredotočili na problematiko aktivnosti človeka in njegovih organskih sistemov in podsistemov v gorskem okolju na višinah med 4000 m in 8864 m. V ospredju so bile študije, ki so obravnavale človekove sposobnosti in fiziološke procese v posebnih okoliščinah (zmanjšana koncentracija kisika na velikih višinah, vremenski pogoji – veter, nizke temperature). Posamezni strokovnjaki in raziskovalci so odgovarjali na vprašanja delovanja srčno-žilnega in dihalnega sistema v ekstremnih višinah in

pogojih gorskega okolja. Sledili so prispevki, ki so obravnavali problematiko aklimatizacije (prilagajanja) na velikih višinah in ustrezne prehrane, ki mora biti za gibanje v tovrstnih pogojih posebej izbrana in prilagojena. Opravljene so bile primerjalne študije v posebnih pogojih udejstvovanja, ki so slonele na spoznanjih medicinske stroke in znanosti. Predstavljeni so bili izsledki posameznih raziskav v okviru alpinističnih (himalajskih) ekspedicij pa tudi vojaških operacij.

V tem segmentu so bili torej podrobneje predstavljeni in analizirani pojavi stanja nizke ali zmanjšane koncentracije kisika v telesu ali delih telesa, ki je s tujko opredeljeno kot hipoksija. To je bila tudi nosilna beseda ki je opredeljevala vsebino simpozija (8th European Hypoxia Symposium). Kot je zapisano v dosegljivih virih je hipoksija stanje, ko celice in tkiva ne dobijo potrebne količine kisika, kar se kaže kot motnja v delovanju posameznega organa ali sistema v celoti. Najpogosteje se z njim srečujemo v gorah zaradi zmanjšanega tlaka na večji nadmorski višini. Vse to smo na simpoziju razumeli tudi manj poučeni.

V drugem segmentu simpozija so bili predstavljeni prispevki, ki so s posameznih strokovnih in znanstvenih gledišč obravnavali aktivnosti na višinah med 1500 in 4000 m. Tako kot v prvem segmentu je bilo tudi v tem delu precej prispevkov namenjenih gibanju in bojevanju vojakov v visokogorskem svetu. Morebitne vojaške operacije v prihodnje (upamo, da pri nas, razen na vadbenih poligonih tudi v gorah, nikoli ne bodo v resnici potrebne), bodo morale v celoti upoštevati izsledke posameznih raziskav, v kolikor želijo dosežati vojaške uspehe.

Veliko je bilo govora o medicinski podpori vojaških operacij, posebej v luči posameznih vojaških dogodkov v daljni in bližnji preteklosti pa tudi v sedanjem obdobju. Posebej so bili obravnavani trenajni procesi za potrebe gibanja in bojevanja v gorah tudi v povezavi z alpskim smučanjem in pohodi na smučeh.

Tretji in četrti vsebinski del simpozija sta bila namenjena obravnavi aktivnostim in dejavnostim v ekstremnih pogojih in na ekstremnih višinah. V zadnjem delu simpozija pa so poslušalci sledili prispevkom, ki so bili povezani s športnim plezanjem pa tudi s fiziološkimi procesi, ki spremljajo človeka v vsakdanjem življenju.

Izhajajoč iz številnih prispevkov, ki so obravnavali učinke manjše ali večje višine na človekov organizem in ljubiteljskega odnosa do gora, sem tudi sam pripravil kratek diskusijski prispevek, ki je bil povezan z gorniški dejavnostmi posameznikov ali skupin v tretjem življenjskem obdobju. V zvezi s tem se postavlja vprašanje, kakšne fiziološke reakcije lahko pričakujemo pri ljudeh gornikih, ki so stari več kot 65 let in odhajajo v gore visoke 2500 m, 3000 m ali višje. Vprašanje je povezano tudi s starejšimi gorniki člani Združenja vojaških gornikov Slovenije in starejšimi častniki slovenske vojske in ne nazadnje tudi s starejšimi člani slovenske planinske organizacije. Planinska zveza Slovenije ima zaradi svojega delovanja in poslanstva ter spoštovanja vredne dolge tradicije, posebno mesto v slovenskem družbenem prostoru. Koncem leta 2015 je štela 54.574 članov, kar je predstavljalo 2,7% celotne populacije Slovenk in Slovencev. Od tega je bilo 6.716 članov starejših od 65 let, kar je pomenilo 21,3% njenega članstva. Zaradi relativno zdravega življenjskega sloga, ki ga živijo, lahko upravičeno domnevamo, da vsi ti starejši planinci oz. gorniki (ali vsaj velika večina), še vedno, za krajše ali daljše obdobje, zahajajo v gore.

Ob tem sem, brez ambicij po znanstveno raziskovalni obravnavi, ki zahteva ustrezen metodološki pristop in izpolnjevanje vseh drugih pogojev za sprejemanje določenih

zaključkov, navedel študij primera. Ker sem tudi sam v poznejših letih oz. v tretjem življenjskem obdobju sem zadnjih 10 let vsako leto odhajal iz morja (torej nadmorske višine 0 m) in se naslednji dan povzpel na Jalovec (2.643 m). Zapisoval sem si subjektivne občutke (poleg frekvence pulsa) in reakcije na gorniški turi glede na višino ter poslušal svoj notranji glas kot nas je učil nestor slovenskega športa prof. Drago Ulaga. Ti občutki so bili različni, tako kot so se nalagala leta. Zato sem avditoriju strokovnjakov, raziskovalcev in znanstvenikov predlagal ne le razpravo o tem, marveč tudi zasnovo raziskovalnega projekta s pomočjo katerega bi dobili ustrezne odgovore na vprašanja, kaj se v resnici dogaja s posameznimi organskimi sistemi (zlasti srčno-žilnim in dihalnim) planincev in gornikov pri pohodih na gore v tretjem življenjskem obdobju ter z njihovo prilagoditvijo na različne višine.

Na to se je odzval prof. dr. Hans –Volkhart Ulmer z znanstveno - športnega inštituta Univerze v nemškem Mainzu in v kratki razpravi podprl tovrstna prizadevanja in v svojo študijo v kateri je preučeval odzive planincev in gornikov (ki jo je kasneje poslal), vnesel eno od navedenih misli (Listen to your inside during mountaineering).

V veliko zadovoljstvo vseh prisotnih, še zlasti tujih udeležencev, je tridnevni simpozij dosegel svoj namen, načrtovalci in izvajalci pa so uresničili zastavljene cilje. Kljub nekaterim polemičnim razpravam, je bilo med udeleženci čutiti veliko spoštovanja in želja po ohranjanju medsebojnih stikov in vzpostavljanju novih. Nasploh je mreženje akademskih povezav in preverjanje dobljenih izsledkov in rezultatov v mednarodnem prostoru odlika resnicoljubnih, samokritičnih in tudi uspešnih raziskovalcev. To še vedno velja, zato so bile smiselne pobude za nadaljnje tesno medsebojno sodelovanje številnih evropskih raziskovalnih in tudi vojaških instituciji na izbranih raziskovalnih področjih in tudi širše v svetu.

Posamezni prispevki na katerem koli simpoziju, posvetu ali kongresu (še zlasti na mednarodni ravni), dobijo svojo veljavo šele, ko so javno predstavljeni in na voljo kritični strokovni analizi in presoji. Zato so tudi vsi povzetki prispevkov, ki so bili predstavljeni na simpoziju v Poljčah, zbrani v pisni obliki in na voljo strokovnjakom in zainteresiranim bralcem.