

## **Niebezpieczeństwa gór**

### **Teren**

- Ekspozycja - możliwość obsunięcia się, bądź upadku z wysokości
- Erozja terenu - kruszyzna, spadające kamienie, lawiny błotne lub kamienne
- Podłoże - różne trudności terenowe, możliwość doznania kontuzji bez odpowiedniego obuwia
- Oblodzenie - możliwość obsunięcia się i upadku na stromym zboczu
- Głęboki śnieg - utrudnia lub wręcz uniemożliwia poruszanie się bez odpowiedniego wyposażenia (narty, rakiety śnieżne). Poruszanie się wymaga bardzo dużego wysiłku, czas dojścia do celu znacznie się wydłuża
- Szreń łamiwa - wierzchnia, twarda warstwa śniegu krucha. Możliwość niespodziewanego zapadnięcia się, poruszanie się bez nart lub rakiet śnieżnych jest znacznie utrudnione
- Lawiny - na stokach o nachyleniu powyżej 25 stopni, wejście w teren zagrożony bez odpowiedniego przygotowania i doświadczenia jest niezwykle niebezpieczne

### **Pogoda - w górach potrafi się szybko zmieniać**

- Wiatr- silny wiatr utrudnia poruszanie się, zwiększa utratę ciepła (wychłodzenia i odmrożenia) obniża sprawność fizyczną i psychiczną, zimą zwiększa zagrożenie lawinowe, powoduje zawieje, zamiecie i tworzy zasy na szlakach.
- Mgła- problemy z orientacją w terenie, zwiększa utratę ciepła, presja psychiczna
- Temperatura powietrza- niska- utrata ciepła, wychłodzenia i odmrożenia, wysoka- przegrzanie organizmu.
- Opady deszczu lub śniegu- zwiększają utratę ciepła, utrudniają orientację, pogarszają warunki w terenie.
- Burze- towarzyszy im pogorszenie pogody i groźne dla życia wyładowania atmosferyczne
- Słońce- możliwość przegrzania organizmu i poparzeń

### **Człowiek**

- Brak przygotowania kondycyjnego - wyjście w góry wiąże się ze zwiększonym wysiłkiem fizycznym.
- Brak kwalifikacji technicznych - trudny teren (ściany, zleby, strome śnieżne zbocza itp.) wymaga odpowiedniego przeszkolenia i doświadczenia
- Brak odpowiedniego wyposażenia
- Zła organizacja i prowadzenie wycieczek - jeżeli nie posiadamy doświadczenia warto skorzystać z usług przewodnika
- Złe decyzje w obliczu zagrożenia - niezbędne doświadczenie

### **Większość wypadków jest spowodowanych błędem człowieka !!!**

- Należy pamiętać, że góry mogą być niebezpieczne dla zdrowia i życia ludzi o każdej porze roku.
- Decyzje o wyjściu w góry każdy turysta indywidualny podejmuje samodzielnie na podstawie oceny własnego stanu zdrowia, doświadczenia oraz wiedzy na temat panujących warunków.