

У большинства людей при дыхании в горах до высоты 2,5 км не наступает расстройств.

Но с высоты от 3 км у людей появляется ряд наблюдаемых сдвигов при дыхании...

У большинства при дыхании в горах до высоты 2,5 км не наступает расстройств.

Но с высоты от 3 км у людей появляется ряд наблюдаемых сдвигов при дыхании...





## К НИМ ОТНОСЯТСЯ:

углубление и небольшое учащение дыхания;

учащение пульса и рост минутного объема;

некоторое увеличение ОЦК; увеличенное новообразование эритроцитов;

небольшое, улавливаемое лишь очень тонкими методами, падение возбудимости рецепторов, исчезающее через двое-трое суток пребывания на указанной высоте.



Когда подъем на значительную высоту совершается медленно (например, при восхождении), то развиваются симптомы гипоксии, которые не обнаруживаются при быстро развивающейся гипоксии, ведущей к потере сознания. В этом случае вследствие расстройства высшей нервной деятельности отмечаются усталость, сонливость, дрожание, головная боль, одышка, сердцебиение, часто тошнота, иногда кровотечения (высотная болезнь или горная болезнь).

Обусловленные гипоксией от дыхания в горах изменения состояния коры мозга, конечно, влияют на протекание всех физиологических функций. Торможение, развивающееся в коре, может переходить и на подкорковые образования, что сказывается и в нарушении двигательных актов, и в усилении рефлексов на импульсы с интерорецепторов.





## Ограничение

Дыхание в горах на высоте 7—8 км всегда ведет к тяжелому состоянию и опасно для большинства людей, а высота 8,5 км является пределом, выше которого без вдыхания кислорода не может подняться человек.