



凍傷を考える

一昨年から昨年（2014年）にかけての冬は凍傷の事例報告が多かった。ほとんどは比較的軽くて済んでいるのだけれど、中には指先切断、なんていう例もある。多くは、行動中に指が凍っているのに気づかない、あるいは感じないままに行動を続けていて、手袋をとったら、大変なことになっていた、そんな事例だ。報告の中では、いろいろな要素や反省が述べられているが、当事者もリーダーも、コトの軽重の判断ができないまま、すぐに医師に診せるなどの手立てをとらなかったり、これまで一般に言われている民間療法的な対処だけでよしとしたり、といった例も少なくない。要は圧倒的に経験が不足している。一度経験すれば用心深くなって、その変化に気づくようになると思うのだが、そんな経験はしない方がいい。今回は、凍傷について考えてみる。

私の登山

10

ワタシと登山

半田ファミリー山の会代表
洞井 孝雄

どんな山がやりたいんだ？

帰国して数週間でひと皮剥け、真っ黒になって、もとの色に戻るまで一年近くかかったが、なんとか落ちずに残った。手の指も幸いなことに壊死までには至らず、普通に機能してくれている。足の指先は変色もなかったが、3カ月近く、歩くたびにピリピリし、自分の足のような気がしなかった。手足はモンブランでも、中央アルプスでも凍らせた経験があるが、鼻の頭は初めての経験だった。それ以来、鼻の頭が冬の自分の身の危険を知らせるセンサーになった。

顔と手を見せ合おう

しばらく歩くうちに手袋をはめた手の指先の感覚がなくなってくる。その前から握ったり開いたりしているのだけれど効果がない。手袋の中で指先を抜いて手のひらの中に握り

込むと、その冷たさが手のひらに感じ取れる。指先はほのかに暖かさを感じとって、少しずつ感覚が戻ってくる。まだ大丈夫、と安心する。こんなことを行動中に何十回となく繰り返すのが私の冬山である（だから欲しいのは「手の冷たくなならない手袋」なのだけれど、どこかにないかな）。

手袋はもちろん、バラクラバやフードで顔半分を覆うなどの対策をしても、指先か鼻の頭に違和感を覚えて、それが耐えがたい状況（感覚でしかないが）になれば「逃げ時」だ。

一昨年暮れの冬合宿では、阿弥陀岳の南稜から山頂に立ったところで、残った計画を割愛して下山した。まだ行けるのに、という不服そうな顔もあったが、P3に登るのに時間がかかりすぎた。日出帽から覗いた皮膚が変色したり指先が白くなっているメンバーもいる。私の指の感覚もなくなりつつある。この低温と風の中で、これから数時間の行動を続けるのは無理、低温温症の可能性もある、そう考えて判断したのだった。下山してメンバーの手を点検し

鼻がもげる!?

私は寒いのが嫌いだ。そういうと誰も信用してくれない。「冬山に行くんでしょ」と、とりあつてもらえないのだ。冬山より世間の風の方が冷たいんだぞ。でも、やっぱり冷たいものは冷たい。

鼻の穴に軟膏を塗り込み、手のひらに錠剤を乗せて、「デイスワン、ナウ。デイスワン、トゥモロウモロウ。デイスワン、トゥモロウモロウ。デイスワン、トゥモロウモロウ」と、いつ服用するか親切に説明したうえで、「鼻には覆いをして陽光に当てないこと。もう一度凍らせて解凍したらぼろっと落ちるゾ」と脅されて、三角巾を西部劇のギャングよろしくマスク代わりにし

中央アルプス、稜線を往く



て、氷河を下った。

その日は、よく晴れて、風もそれほど強くなかったが、非常に寒かった。デナリ・パスを越えたあたりで、相棒が「UNKOがしたい」と言いだし、こちらも「じゃ、カラダ、軽くするか」と答えて、結び合ったロープのあちこちで、同時に雪原にしゃがんだのがマズかったのだろうか、6000mの寒気にさらしたのはお尻だったのだが。

マッキンリーの頂上で、鼻がつままったような感じがして、手でつまんだら、ジャリッと嫌な音がした。「あ、しまった！」と思ってもあとの祭り。走るようにしてABCに戻り、ウエストバットレスからヘッドウォールを駆け下って4300m

のメデイカルキャンプ（この年、『高山病―ふせぎ方、なおし方』の著者、ピーター・ハケットが研究チームを率いて常駐していた）で手当てを受けた。それが冒頭のやりとりである。

一晩で、鼻は倍に腫れ上がり、手の指は数本、紫色に変色していた。鼻の頭は

たら、二人が指を凍らせていた。本人はそのことに気づかず、仲間から指摘されて初めて自覚したという、よくあるパターンである。すぐに医師の治療を受けるよう指示したが、幸い軽傷で、この経験が、「お互いに手と顔を見せ合う」ことが大事な予防策であることを、パーティーの仲間たちに気づかせてくれることになった。

凍傷対策についての知識は、体質の改善、水分の補給、かかった時の対処など、ネット検索すればそれぞれその山のように出てくる。専門的なことはそちらで学んでもらうことにして、予防について簡単に言えば、

行動中、凍傷を意識し、自身の状態に気付くこと、こまめに保温、防寒の手立てをとることである。低温温症も第三者の観察や判断が防止の手段だと言われるが、凍傷もまた、パーティーの仲間同士でお互いを観察・指摘し合うことが有効だろう。冷たさに敏感になること、「あ、これはヤバイぞ」と思ったら、ささと逃げた方がいい。避難するか撤退するか、である。穴を掘れと言われたら、やめろ、と言われるまで掘り続けるヤツ、感覚の鈍いヤツ、あと少し、もう一本、という往生際の悪いヤツが凍傷になるんだ、きつと。

手袋

手袋と一口に言っても、形状、素材、用途などでさまざまなものがある。調理やアウトドアの作業用には軍手、防寒・保温にはウールやフリース素材の手袋、さらに防水・防寒のためにその上につけるオーバー手袋、岩登りには確保用に皮革やケブラー、ノーマックスのような強靱な繊維でできたもの、沢登りには水濡れにも強いネオプレンを使ったものなど、実にさまざまなものが作られ、市場に出回っている。

「凍傷予防の装備としての手袋はどんなものがいかに」について調べてレポートをするよう仲間頼んだら、インナーとアウトターがセットになったシステム・グローブの商品比較が出てきた。セットになっているから、と一つ一つのスペックを比較するのではなく、本当は手袋の保温のメカニズムとどんな素材を組み合わせたり、今あるものを工夫してどう組み合わせたらもっとも効率が上がるか、財布に優しいか、などを考えてほしかったのだが、そんな時代ではなくなっているのかも知れない。生まれて初めてモンブランで指を凍らせたときの怖さ、運よく血行が戻った時の激痛、そんな目に二度と会いたくない、と思いながら、いまだに手袋選びに失敗して辛い思いをしている。でも我慢や妥協をしないで、いい手袋を選ぶことは大事だ。

「また手袋、買ったの？」
カミさんに苦情を言われてニラまれるより、指をなくすことの方がこわい。