



GAZETA

ISSN 1506-9745

GDAŃSK

AMIG

Rok 18

Grudzień 2008

nr 12 (216)



Zbliżające się Święta Bożego Narodzenia
niosą ze sobą wiele radości

oraz refleksji dotyczących minionego okresu i planów na nadchodzący Rowy Rok.

W tym wyjątkowym czasie pragnę złożyć najserdeczniejsze życzenia zdrowia
oraz osobistej i zawodowej pomyślności.

aby przy świątecznym stole nie zabrakło światła i ciepła rodzinnej atmosfery.

a Rowy Rok przyniósł ze sobą szczęście i wiele dobra.

Prof. Janusz Morys
Rektor AMIG

Lek. Robert Szymczak

Moja droga na 8000

Lata studenckie na AMG

Sześcioletni okres studiów medycznych, ostatni w życiu okres błogiej, pasywniejszej egzystencji, to czas, w którym ostatecznie uzależniłem się od poszukiwania i przeżywania przygód. Trzymiesięczne wakacje w pierwszych latach studiów pozwoliły mi przemierzyć autostopem wszerz i wzdłuż Europę. Dzięki IFMSA (International Federation of Medical Students' Associations) po trzecim roku studiów, podczas wakacji w 1999 r., z grupą przyjaciół wyjechałem do Nepalu na praktyki medyczne do Katmandu. Praktyk nie udało się zrealizować, natomiast poznałem wschodnią stronę świata – Indie i Nepal oraz najwyższe góry ziemi Himalaje.

Studiowanie nad morzem nie ograniczyło rozwijania nowo odkrytej pasji górskiej. Zacząłem czynnie działać w Grupie Ratownictwa Specjalnego GRS PCK Sopot w sekcji wysokościowej. Na treningach w Straży Pożarnej we Wrzeszczu oraz podczas jaskiniowych i wspinaczkowych wyjazdów szlifowałem technikę wspinaczkową oraz linową. Udział w zawodach w ratownictwie wysokościowym był testem formy. Zrobiłem kurs wspinaczki skalnej i zapisałem się do Klubu Wysokogórskiego Trójmiasto. Kondycje kształtowały także treningi sekcji pływackiej AMG – trenerzy Orzechowski i Chys.

Na piątym roku studiów (rok akademicki 2000/2001) w ramach stypendium Sokrates-Erasmus pojechałem do Perugii, do Włoch. Wyjazd otworzył nowe możliwości. Cały rok pięknej pogody i góry na wyciągnięcie ręki, to jeden z wielu plusów tego wyjazdu. W drugim semestrze szóstego roku byłem we Włoszech ponownie. W maju 2002 r. brałem udział w próbie wejścia na Mount Blanc. Załamanie pogody spowodowało, że wraz z przyjaciółmi i grupą przypadkowo spotkanych kolegów z Katowic spędziliśmy 5 dni uwięzieni w blaszanym schronie na wysokości 4360 m n.p.m. Jeden z nowo poznanych kolegów zachorował na HAPE (High Altitude Pulmonary Edema) czyli wysokościowy obrzęk płuc. Niezbyt udany wyjazd na Mount Blanc zakończył się akcją ratunkową zorganizowaną

Wysokogórskie CV

2008

- Dhaulagiri 8167 m (Nepal)
- Island Peak 6139 m (Nepal)
- Annapurna 8091 m – udział w akcji ratunkowej (Nepal)

2007

- Nanga Parbat 8126 m – do wysokości 6800 m – wyprawa zimowa (Pakistan)

2006

- Passu Sar 7478 m – do wysokości 6100 m (Pakistan)
- Hiriz 5550 m – pierwsze polskie wejście (Pakistan)

2005

- Lobuche East 6119 m (Nepal)
- Pik Lenina 7134 m (Kirgistan)
- Chan Tengri 7010 m – do wysokości 6700 m (Kirgistan)

2004

- Mt. Everest – do wysokości 6000 m (od północy – strona chińska)

2002

- Zdobycie karty taternika – kurs tatrzański letni i zimowy
- Mount Blanc – do wysokości 4700 m n.p.m. (od strony francuskiej) – udział w akcji ratunkowej

1999

- Thorung La Pass – 5416 m n.p.m. (Nepal)

przez ratowników górskich, francuskich i włoskich. Helikoptery pozwoliły nam wrócić do cywilizacji.

To pierwsze tak silne doświadczenie wysokogórskich zagrożeń pozostawiło trwałe ślad w mojej pamięci i w pewnym sensie ukierunkowało wiele moich późniejszych działań. Po powrocie do Perugii większość dni pięknej pogody przesiedziałem w bibliotece, eksplorując literaturę na temat medycyny wysokogórskiej. Po powrocie do Polski ukończyłem kurs taternicki letni i zimowy w Tatrach.

Staż, wybór specjalizacji

Podczas stażu podyplomowego wzniosłem się na wyżyny kreatywności i dla dobra polskiej społeczności wysokogórskiej stworzyłem stronę internetową poświęconą zagrożeniom gór wysokich (www.medevertet.webpark.pl).

Nie było łatwo podjąć decyzję dotyczącą specjalizacji. Wcześniej wspomniany trwałe ślad z Mount Blanc pozwolił wyłonić zwycięzcę. Wybrałem medycynę ratunkową, by w planowanych wyprawach wysokogórskich wszelkie ostre stany zagrożenia zdrowia i życia nie miały dla mnie tajemnic. Kierowałem się lansowaną w tym czasie przez Paulo Coelho ideą podążania za własną legendą i nadzieją, że mimo braku szans na prywatną praktykę w przyszłości jakoś sobie poradzę. Jeden ze starszych kolegów wyjaśnił mi, że w Akademii wszystko



zależy od pochodzenia. Jak się pochodzi, to można coś zafatwić. Skierowałem swoje kroki do prof. Andrzeja Basińskiego z Katedry Medycyny Ratunkowej. Miałem w zanadrzu pomysł na pracę kazuistyczną na temat wysokościowego obrzęku płuc, którego byłem świadkiem na Mount Blanc. Owocna współpraca z moim obecnym szefem spowodowała, że praca zdobyła I miejsce w sesji ustnej Ogólnopolskiej Konferencji Studenckich Kół Naukowych Medycyny Ratunkowej we Wrocławiu w roku 2003 oraz została opublikowana w „Medycynie Intensywnej i Ratunkowej”. Od listopada 2003 r. pracowałem w Zakładzie Medycyny Ratunkowej i Katastrof, a wiosną 2004 r. rozpocząłem specjalizację z medycyny ratunkowej.



Praca zawodowa

Pierwszy w życiu urlop w roku 2004 spędziłem w Chinach. Buszując po sieci, odnalazłem stronę internetową Międzynarodowego Towarzystwa Medycyny Wysokogórskiej (ISMM), a na niej informację na temat VI Światowego Kongresu Medycyny Wysokogórskiej w Chinach. Dwutygodniowy kongres odbywał się w Xinning i w stolicy Tybetu Lhasie. Pierwszy raz stanąłem twarzą w twarz z ludźmi, których nazwiska znałem z przeczytanych artykułów. Pobyt w Tybecie zakończyłem kilkudniowym marszem po zapomnianych zakątkach Tybetu, w kierunku bazy najwyższej góry świata Mount Everest. Doszedłem, zobaczyłem, ale jeszcze nie zdobyłem, zakończyłem na wysokości 6000 m n.p.m. Zdecydowałem, że bierne uczestnictwo podczas następnego kongresu mnie nie interesuje. Na następny, za 4 lata, biorę przynajmniej plakat. Zapełnianie treścią zaplanowanego plakatu naukowego okazało się wspinałym pomysłem na połączenie przygody z pracą.

W roku 2005 z trójką przyjaciół zorganizowaliśmy wyprawę naukową do Kirgistanu. Było to spełnienie marzenia, które narodziło się podczas czytania książki Wiktora Ostrowskiego „Wyżej niż Kondory”, w której autor opisuje polską wyprawę naukową w Andy w latach trzydziestych. Projekt nazwaliśmy – PHARE – Polish High Altitude Research Expedition 2005. Dzięki pomocy wielu osób z Akademii udało się stworzyć kilka ciekawych projektów. Darek Wieczorek i Emilia Sitek z Katedry Rehabilitacji pomogli stworzyć ambitny projekt badań neuropsychologicznych, Mariusz Siemiński i Emilia Sitek przyczynili się do ostatecznego kształtu projektu na temat jako-

ści snu, dr Małgorzata Krześniak-Bohdan zgodziła się zanalizować przed i po wyprawę EEG uczestników, a pani technik EEG cierpliwie przyklejała elektrody i przypominała, by nie zasnąć podczas badania, kardiologzy zaangażowali się w badania HRV. Współpraca z asystentem Zakładu Fizjologii Wysiłku AWFIS Tomkiem Grzywaczem zaowocowała badaniami wydolności tlenowej i beztlenowej alpinistów przed i po wyprawę.

Wyprawa zakończyła się sukcesami: sportowym, zdobyliśmy Pik Lenina (7134 m) i Chan Tenri (7010 m) oraz naukowym polegającym na zgromadzeniu wielu danych. W roku 2006 z tą samą grupą przyjaciół kontynuowaliśmy wcześniej rozpoczęte projekty podczas wyprawy PHARE 2006 do Pakistanu. Wyniki badań były prezentowane między innymi podczas Sympozjum



Medical Expeditions w Oxfordzie w roku 2006, Międzynarodowym Kongresie Medycyny i Sportu w Roveretto we Włoszech oraz podczas Światowego Kongresu Medycyny Wysokogórskiej w Aviemore w Szkocji w 2007 r. – czyli plakat udało zaopiniować się treścią. Obecnie dniem i nocą przelewam złote, naukowe myśli na kolejne strony doktoratu, którego tematem jest ocena wpływu przewlekłej hipoksji hipobarycznej na subiektywną jakość snu na wysokości, wydolność fizyczną oraz funkcje poznawcze.

Lekarz wyprawowy

Wciąż podążając za własną legendą, pewnego dnia w roku 2006 napisałem e-mail do Krzysztofa Wielickiego – zdobywcy 14. ośmiotysięczników i obecnego lidera polskiego himalaizmu. W liście opisałem swoje zainteresowania i zaoferowałem się jako lekarz wyprawowy. Ku mojemu zaskoczeniu odpowiedź otrzymałem po trzech tygodniach, a w październiku 2006 r. byłem już w Nepalu na wyprawie komercyjnej na Lobuche East (6119 m). Dobra współpraca z Wielickim zaowocowała moim udziałem w piątej polskiej zimowej próbie zdobycia Nanga Parbat w Pakistanie na przełomie 2006/2007. Wyprawę sponzorował National Geographic, na którego łamach w styczniu 2008 r. ukazał się artykuł na temat wyprawy. Na Nagiej Górze poznałem śmietankę polskiego himalaizmu, tym razem nie były to nazwiiska z artykułów naukowych tylko z bogatej polskiej literatury górskiej. Szczytu nie udało się zdobyć, ale za to wszyscy wrócili cali i zdrowi.

Dhaulagiri 2008 – 1 krok = 30 oddechów

W grudniu 2007 r. Ryszard Pawłowski i Artur Hajzer zaproponowali mi wyjazd na siódmy szczyt świata - Dhaulagiri, wiosną 2008 r. Przed wyprawą, z całej ekipy osobiście znałem tylko Artura Hajzera. Poznałem go na zimowej wyprawie 2006/2007 na Nanga Parbat.

Podczas wyjazdu zimą 2007 r. na grań Tatr Zachodnich kupiłem książkę „Himal Cu Cu Ra. Dhaulagiri 1958”. Napisał ją Jerzy Hajdukiewicz, który był lekarzem szwajcarskiej wyprawy na niezdobytą wtedy jeszcze Dhaulagiri. Podróż rozpoczynał z Gdyni statkiem do Bombaju. Podczas pobytu w Trójmieście

odwiedził prof. Zdzisława Kieturakisa w III Klinice Chirurgicznej, gdzie uzupełnił instrumentarium chirurgiczne. Pierwszy Polak i pierwszy polski lekarz uczestniczący w wyprawie na szczyt ośmiotysięczny. Chirurg, głównie zakopiański, z krótkim epizodem pracy w Gdańsku w latach 1947–1948. Historia przeżyta i opisana przez lekarza stała się moim himalajskim przewodnikiem duchowym – biblią przed moją Dhaulagiri. Miałem wrażenie, że nieprzypadkowo, dokładnie w pół wieku po wyprawie Hajdukiewicza, jadę na Białą Górę. Magia liczb? Podobne „spaczone” przysięgą Hipokratesa, miłością do gór i przygodą podejście do życia? Kontynuacja historii widzianej lodowymi oczami Dhaulagiri?

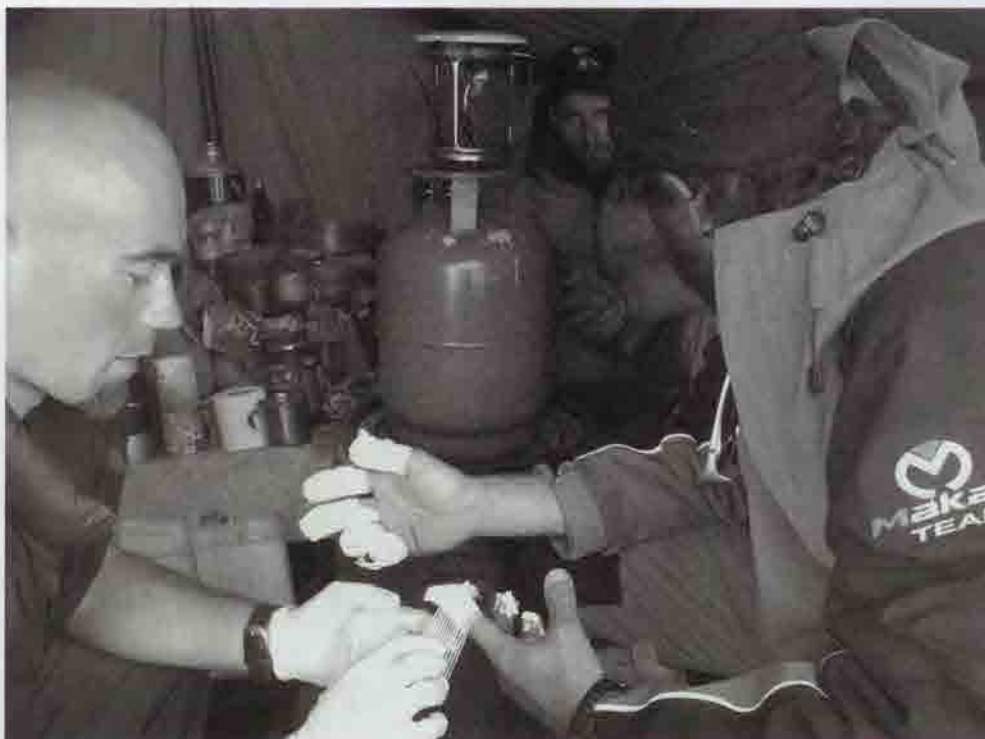
Wyprawa zakończyła się sukcesem. W dniu 11 maja o 14.45 stanąłem wraz z Arturem Hajzerem na szczycie Dhaulagiri – góry mierzącej 8167 m n.p.m. Pomściłem Hajdukiewicza i prawdopodobnie jako pierwszy polski lekarz zdobyłem ośmiotysięcznik. W partiach szczytowych każdy krok kosztował mnie trzydzieści oddechów.

Annapurna 2008 – akcja ratunkowa

Tuż po zakończeniu wyprawy na Dhaulagiri brałem udział w akcji ratunkowej na bliskim Dhaulagiri ośmiotysięczniku Annapurnie. Jako jedyny w tym czasie w Nepalu zaaklimatyzowany do dużych wysokości lekarz stałem się członkiem międzynarodowego zespołu ratunkowego. Hiszpański alpinista Inaki Ochoa de Olza, z 12 ośmiotysięcznikami na koncie doznał HACE (High Altitude Cerebral Edema) – wysokościowego obrzęku mózgu na wysokości 7400 m n.p.m. Kilukdniowa akcja ratunkowa niestety nie zakończyła się powodzeniem.

Długo w pamięci pozostaną mi słowa kierownika naszej ekipy ratunkowej Siergieja Bogomolova. Ten doświadczony rosyjski himalaista, bacznie obserwujący zmieniającą się wokół nas coraz bardziej bezduszną rzeczywistość, ze wzruszeniem w głosie stwierdził, że bezinteresowny charakter międzynarodowej akcji ratunkowej umocnił w jego sercu wiarę w człowieka.

Moja droga na 8000 to marzenie, które się spełniło.



Podziękowania

Korzystając z okazji, chciałbym podziękować panu prof. Andrzejowi Basińskiemu za otwarte i przychylne podejście do moich zainteresowań górskich oraz wszystkim koleżankom i kolegom z Katedry i Kliniki Medycyny Ratunkowej za dopinanie moich wysokogórskich zmagani i za to, że tolerują moją czasami długą nieobecność w pracy. Liczę na Waszą wyrozumiałość w przyszłości.

□