

会長講演

高所登山の医学—趣味と実益を兼ねて—

野口いづみ

鶴見大学歯学部歯科麻酔学教室



登山の医学は学際的な領域であり、多くの学問領域がある。

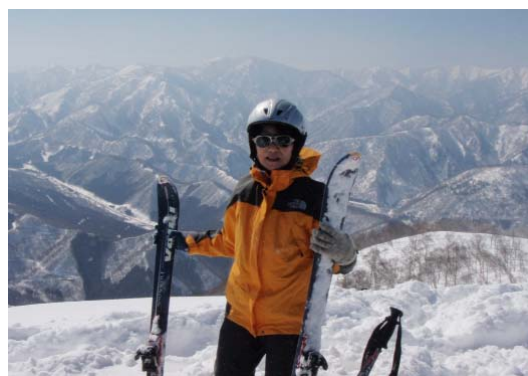
私は高所における動脈血酸素飽和度 (SpO₂) に興味を持ち、1992 年にデマバンド山 (イラン、5671m) にツアーに行った折にデータを取ってみた。高所順応が順調で、体調が良いものほど SpO₂/脈拍比は高い、つまり、SpO₂ は高く、脈拍数の増加は少ないことがわかった。高所クロスともいべき数値、すなわち、脈拍数が上昇し、SpO₂ は低下して、両値がクロスする高度があり、高度が低い者は高所耐性が悪い傾向もみられた。2009 年の玉珠峰 (中国、6179m) では、富士山と低酸素室で高所順応トレーニングをした者で体調が良く、登頂率が良かったことを示した。

現在は、口腔内装置が睡眠時の低酸素症を軽減効果について研究を行っている。口腔内装置は閉塞性の睡眠時無呼吸症候群の治療に使われ、下顎を前方へ引き出す効果がある。低圧低酸素室では夜間就眠時の SpO₂ を平均値で 4% 程度上昇させ、富士山富士山測候所跡地の研究施設 (3776m) でも同様な結果が得られた。測候所跡地で高所が味覚に及ぼす影響についても研究している。また、最近では、高濃度酸素溶存水の低酸素症へ及ぼす効果について検討している。高濃度酸素溶存水は低酸素環境で SpO₂ を上昇させる効果が期待できそうだが、今後さらに検討したい。

このように、“趣味と実益を兼ねた” 研究ができることは幸せなことと思う。同時に、山へ行くためには体調管理が必要であり、登山は健康に良い趣味と思っている。

略歴：

横浜市出身、サンパウロなどに在住。東京医科歯科大学歯学部卒業、同歯科麻酔学教室在籍後、現職。ワスカラン (ペルー、6655m)、玉珠峰、エルブルース (ロシア、5642m) などに登頂。夏は沢登り、冬は山スキーを楽しむ。日本登山医学会理事、日本山岳文化学会常任理事。



連絡先：tozanigaku31@yahoo.co.jp