

## ランチョンセミナー1

登山と水分・塩分摂取の最新の話題

飯野靖彦

日本医科大学 腎臓内科



動物は原始の海から陸上に上陸し、その時の原始の海を細胞外液（つまり、内部環境）として持ち込んでいる。ほとんどの動物の細胞外液ナトリウム濃度が同じであることからこの進化が了解できる。

さて、登山においてもこの細胞外液（また、細胞内液）の量と電解質濃度の維持が細胞機能にとって必須の条件となる。脱水や溢水、高Na血症や低Na血症あるいは種々の電解質異常は登山に際して遭遇する高山病の原因の一つと考えられている。

登山に際しての水と塩分の取り方の基本とその最新の話題を提供したい。

略歴：1947年生まれ。1973年東京医科歯科大学医学部卒業。1977年米国NIH留学。1978年米国Harvard大学留学。1980年東京医科歯科大学助手—講師。1989年日本医科大学助教授。1998年日本医科大学教授。中学時代より奥多摩、高校（西高）・大学時代に北アルプスを登る。マッキンレー、モンブラン、キリマンジェロ、ツブカル山などを登頂

連絡先：抄録集に記載