



„Climbing mountains outside is climbing mountains inside.”

Alex Găvan, cel mai tânăr alpinist român care s-a suit pe un optmiar

ALPINISM

ZEIȚA DE TURCOAZ a fost sedusă



Pe 2 octombrie 2006, la 02.30 p.m. ora României, după aproape o lună dedicată procesului de seducție (aclimatizare și stabilire a taberelor superioare), alpinistul român Alexandru Găvan a reușit să intre în grățiile Zeiței de Turcoaz. După 15 ore petrecute în „zona morții”, cum o numesc alpinistii, zonă situată la peste 7.500 m, unde corpul uman nu se mai poate aclimatiza și începe ușor să moară, Alex a atins pe ruta crestei nord-vestice, fără a folosi oxigen suplimentar sau șerpași, vârful Cho Oyu (8.201 m), din munții Himalaya, al șaselea vârf al lumii. Ascensiunea finală a fost realizată direct din tabăra 2, de la 7.200 m, Alex alegând să „sară” stabilirea încă unei „tabere” intermediare, la 7.500 m, pentru a petrece cât mai puțin timp în aerul rarefiat de la acea altitudine. Lipsa de oxigen și oboseala l-au determinat să adoarmă de două ori în regiunea

vârfului, lucru extrem de periculos. „Am fost surprins să constat că 95% dintre alpinisti urcă Cho Oyu folosind oxigen suplimentar și șerpași. Din punctul meu de vedere, asta nu este o atitudine etică față de munte, plus că provocarea nu mai este la fel de mare. Fiecare ascensiune te ajută să «cucerești» încă un vârf din interiorul tău; să crezi că ai cucerit Cho Oyu ar fi o mare vanitate”, ne-a declarat Alex.

La 24 de ani, Alex Găvan este cel mai tânăr alpinist român care a reușit ascensiunea unui vârf de peste 8.000 de metri și face parte din clubul select al celor câțiva români care au urcat un optmiar fără a folosi oxigen suplimentar. Relatarea pe larg a zilei vârfului, împreună cu fotografiile și imagini video de pe vârf pot fi găsite pe site-ul proiectului CloudClimbing la adresa www.cloudclimbing.ro

SĂNĂTATE

Astmul bronșic ținut sub control

» Medicii specialiști apreciază că în România există cca un milion de bolnavi de astm – o cifră de speriat. De multe ori, boala nu este diagnosticată, e incorect tratată sau insuficient controlată și astfel se agravează. Mulți bolnavi acceptă să trăiască astfel, resemnându-se să fie chinuți de astm și neștiind că se poate trăi mai bine. Crizele de sufocare, limitarea activității fizice, tulburările de somn – toate aceste simptome supărătoare ar putea fi

ameliorate dacă am avea un instrument bun de evaluare a gravității bolii, a evoluției ei, astfel încât medicul să știe ce tratament să prescrie și să-și dea și el seama dacă tratamentul este eficient ori ba. În sprijinul tuturor astmaticilor, Societatea Română de Pneumologie a lansat o campanie pentru promovarea unui instrument modern de evaluare și control al astmului bronșic – ACT® (Asthma Control Test): un chestionar cu

doar 5 întrebări, foarte lesne de înțeles și la care e la fel de lesne de răspuns. Eficiența ACT® a fost validată prin studii științifice. Astmul nu se vindecă, dar poate fi ținut sub control – simptomele pot fi eliminate, pacienții se pot bucura și ei de un somn netulburat, de plăcerea de a face sport, cu alte cuvinte de o viață de calitate incomparabil mai bună.



» Ultrascurte

» După 40 de ani de lucrări, în capitala Thailandei s-a deschis Bangkok International Airport, cel mai mare aeroport din sud-estul Asiei. Denumit și Suvarnabhumi, acesta are cel mai înalt turn de control din lume (132,2 m) și al doilea terminal, ca mărime, din lume (563.000 m²).



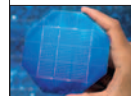
» Pentru toți cei care s-au săturat de aromele de mentă, eucalipt sau căpșuni artificial recreate în pastele de dinți moderne, s-a inventat o pastă de dinți cu... curry! Iar dacă gustul vi se pare prea hot, puteți alege pasta de dinți cu ciocolată sau cea cu cafea. Toate sunt disponibile de la o firmă mai neconvențională, Margaret Josefina, care nu promite marea cu sarea, ci o experiență plăcută.



» Începând cu luna octombrie, toți fanii jocului Unreal Tournament au un motiv de bucurie. În timp ce încercau să repare cuptorul cu microunde din laboratorul de robotică de la Albuquerque, doi cercetători trăzniți din New Mexico, SUA au inventat pistolul cu microunde. Acesta poate „prăji” cu brio orice aparat electrocasnic și, de asemenea, arde cu ușurință pielea umană și provoacă leziuni interne deosebit de grave.



» Celulele solare pot deveni mult mai eficiente grație unei noi tehnologii prin care lumina cu un nivel slab de energie (nefolositoare până acum) ar putea fi transformată într-una suficient de puternică pentru a produce energie electrică. Noua tehnologie apelează la două soluții chimice ale căror molecule absorb energia radiațiilor luminoase și o transmit, în etape succesive, celei solare.



» Profesorul Nigel Dimmock, de la Universitatea din Warwick, Anglia a dezvoltat un „virus protector” care încetinește dezvoltarea unei infecții gripale și dă timp organismului să-și pună la punct apărarea. Dacă în celule pătrunde un virus gripal, „protectorul” începe să se reproducă, și o face mult mai repede decât virusul periculos, iar acesta din urmă pur și simplu nu mai are loc să-și facă și el treaba.

