

MEDICINA D'ALTA QUOTA: il test di Lake Louise



Dopo la pubblicazione sul nostro sito web del [TUTORIAL DI MEDICINA E FISIOLOGIA D'ALTA QUOTA](#) (tratto dal testo della *International Society for Mountain Medicine*), molti clienti ed amici ci hanno chiesto se esistesse un metodo pratico e veloce, da utilizzare sul campo da parte di alpinisti non medici, per un aiuto nella diagnosi di:

- > AMS (Acute Mountain Sickness - mal di montagna acuto);
- > HAPE (High Altitude Pulmonary Edema - edema polmonare d'alta quota);
- > HACE (High Altitude Cerebral Edema - edema cerebrale d'alta quota).

Un metodo esiste e si chiama **TEST DI LAKE LOUISE**, poiché è stato concordato tra i medici specialisti in alta quota durante il convegno di Lake Louise (Canada) del 1991, e pubblicato ufficialmente nei Proceedings (atti) del convegno.

Dall'esperienza del nostro staff e di altri professionisti nelle spedizioni in alta quota, abbiamo rielaborato il documento del test che qui vi presentiamo nelle pagine successive.

La prima parte del test presenta una tabella, in 13 punti, utile per il rilevamento dei sintomi e di altre manifestazioni cliniche del soggetto.

Dai dati ottenuti con primo rilevamento sul soggetto (prima colonna della tabella), si passa alla **seconda parte**, che è il test vero e proprio, per il supporto alla diagnosi, in 8 punti. Inoltre vengono sinteticamente ricordate le cure suggerite nei diversi casi di AMS, HAPE, HACE, che possono essere intraprese da parte di un non medico.

Tuttavia, è ovvio che **soltanto un medico sarà effettivamente in grado di individuare la terapia più opportuna e specifica secondo il caso.**

A tale scopo, è raccomandato di eseguire rilevamenti successivi a intervalli più o meno regolari (tipicamente ogni 6 ore) e raccogliere i dati nella tabella della prima pagina.

La tabella è strutturata in modo da essere successivamente interpretata da un medico, allo scopo di stabilire quali cure adottare, (l'evoluzione nei parametri indicati risulta fondamentale per la corretta definizione del quadro clinico).

Il documento è bilingue, italiano-inglese.

NOTA SULL'ATASSIA

L'atassia è un disturbo grave al cervelletto, per cui si perde il coordinamento muscolare e quindi la capacità di eseguire alcuni movimenti volontari.

Per stabilire se c'è atassia o meno, si conoscono due metodi:

a) si fissa una linea retta al suolo per almeno 5-6 m (per esempio con una corda, oppure si scava nella neve) e si chiede al soggetto di seguire fedelmente la linea camminandoci sopra: se il soggetto devia dalla linea, ciò costituisce un sintomo di atassia;

b) si esegue la cosiddetta manovra di Romberg che consiste nel porre il soggetto eretto con le punte dei piedi unite

e gli occhi chiusi: se il soggetto tende a oscillare e/o perde l'equilibrio, ciò costituisce un sintomo di atassia, ancora più grave se si verifica già ad occhi aperti.

ULTERIORI ARGOMENTI TRATTATI SULL'ALTA QUOTA e scaricabili dal sito web www.avalcotravel.com:

[CHECK-LIST per spedizioni alpinistiche](#)

[Materiali usati da SIMONE MORO alla prima invernale al Gasherbrum II](#)

[Kit di FARMACIA e PRIMO SOCCORSO per spedizioni](#)

[Test di materiali e attrezzature per spedizioni in alta quota, 2013](#)

ALCUNI PROGRAMMI DI SPEDIZIONI IN ALTA QUOTA >6500 m:

[ACONCAGUA](#)

[OJOS DEL SALADO](#)

[CORDILLERA BLANCA, PERU](#)

[KEDAR DOME](#)

[SATOPANTH](#)

[NUN KUN](#)

[PIK LENIN](#)

[KHAN TENGRI, PIK POBEDA](#)

[PIK SOMONI, PIK KORJENEVSKY](#)

[SHISHA PANGMA](#)

[MAKALU](#)

[CHO OYU](#)

[MANASLU](#)

[BARUNTSE](#)

[TILICHO - 7000 m A NORD DELL'ANNAPURNA](#)

[EVEREST](#)

[GASHERBRUM II](#)

[VALLE DI HUSHE, PAKISTAN](#)

[CHOGOLISA](#)

UN LIBRO UNICO NEL SUO GENERE:

il primo manuale tecnico sulla moderna GESTIONE DEL RISCHIO IN MONTAGNA,
un passo oltre la Sicurezza !



LIBERTÀ' DI RISCHIARE di Filippo Gamba
Edizioni Versante Sud

PRIMA PARTE DEL TEST DI LAKE LOUISE

TEST PER DIAGNOSI ED EVOLUZIONE di: MAL DI MONTAGNA (AMS), EDEMA POLMONARE (HAPE), EDEMA CEREBRALE (HACE)

nome:		età:	sesto m/f:	data:					
		RILEVAMENTI				NOTE			
data									
ora									
località									
quota m									
SINTOMI:									
1 CEFALEA	assenti=0 leggeri=1 medi=2 alti=3								
2 DISTURBI GASTRICI	assenti=0 scarso appetito o nausea=1 nausea e vomito=2								
3 STANCHEZZA	assenti=0 leggeri=1 medi=2 alti=3								
4 VERTIGINI	assenti=0 leggeri=1 medi=2 alti=3								
5 DISTURBI DEL SONNO	assenti=0 difficoltà a dormire=1 insonnia=2								
RILEVAMENTI CLINICI:									
6 RESPIRAZIONE	normale=0 tosse=1 1+ dolore toracico=2 2+dispnea=3								
7 STATO MENTALE	normale=0 apatia=1 1+confusione=2 semicoscienza=3								
8 ATASSIA	assente=0 difficoltà nell'equilibrio=1 marcia fuori linea=2 non sta in piedi=3								
9 EDEMA PERIFERICO	assente=0 una zona=1 due o più zone=2								
10 FREQUENZA RESPIRATORIA	normale=0 leggera tachipnea=1 tachipnea=2								
11 VISO	normale=0 leggera cianosi=1 cianosi=2								
12 FREQUENZA CARDIACA	normale=0 leggera tachicardia=1 tachicardia=2								
13 POLMONI	nessun sintomo=0 crepitio=1								

SECONDA PARTE DEL TEST DI LAKE LOUISE

TEST DI LAKE LOUISE PER LA DIAGNOSI DI: AMS, HAPE, HACE

Il soggetto è affetto da mal di montagna acuto (AMS) se accusa:

1 CEFALEA

ed inoltre uno dei seguenti sintomi:

2 DISTURBI GASTRICI (inappetenza, nausea, vomito)

3 STANCHEZZA

4 VERTIGINI

5 DISTURBI DEL SONNO

Il soggetto è affetto da edema polmonare d'alta quota (HAPE) se accusa disturbi di:

6 RESPIRAZIONE (tosse, o dolore /congestione toracica, o dispnea)

3 STANCHEZZA

ed inoltre almeno due tra le seguenti disfunzioni:

13 POLMONI, CREPITIO (anche di un solo polmone)

11 VISO, CIANOSI

10 FREQUENZA RESPIRATORIA: tachipnea

12 FREQUENZA CARDIACA: tachicardia

Un soggetto con AMS è affetto da edema cerebrale d'alta quota (HACE) se accusa anche uno solo dei disturbi di:

7 STATO MENTALE (apatia e/o confusione o semicoscienza)

8 ATASSIA

Un soggetto senza AMS è affetto da edema cerebrale d'alta quota (HACE) se accusa entrambi i disturbi di:

7 STATO MENTALE (apatia e/o confusione o semicoscienza)

8 ATASSIA

CURE SUGGERITE IN CASO DI AMS, o HAPE, o HACE

In tutti i casi è suggerito di scendere di quota e riposare.
 Per il trattamento dell' AMS è utile bere molto e assumere aspirina.
 Come trattamento specifico, si consigliano i seguenti indicati in tabella:

con:	TRATTAMENTO				
	discesa di quota	rapida discesa di quota	O2*	Diamox**	Decadron***
AMS	XX	X	X	X	X
HAPE		XXX	XX		
HACE		XXX			X

legenda:
 X= consigliato
 XX= raccomandato
 XXX= indispensabile

note:
 * ossigeno in bottiglia o camera iperbarica portatile (Gamow bag), 2-4 lt/min per via nasale
 ** nome commerciale per acetazolamide, dose standard 250 mg/ 12 h
 *** nome commerciale per dexametasone, dose standard 8 mg/ 6 h

N.B.:
 Quanto sopra vale come trattamento generale da intraprendere da parte di personale non medico;
 in ogni caso soltanto un medico sarà in grado di suggerire la cura più opportuna e trattamenti più specifici secondo il caso.