

冷不防，小心凍瘡！

## 12-18

1996年五月，當台灣的登山者「馬卡魯」高銘和企圖攻頂聖母峰時，他「變了一個人」回來；他失去兩隻下臂、雙腳和鼻子，肇因是粗心登山人士的致命傷——凍傷[註]。

肉體一旦長時間暴露於寒冷，或接觸的溫度過低，均會造成血管收縮；這時，溫暖的血無法流至需之孔急的部位，冰晶體便開始形成。皮膚和其下的組織於是隨之結凍。

全身上下最容易被凍的部位是四肢，特別是手指與腳趾，但鼻子和臉頰也會。凍傷的症狀開始是麻痺、膚色黃灰；情況嚴重時症狀加劇：皮膚變硬、泛白、明顯結凍，看來就像一塊冷凍雞塊。

治療可能會相當辛苦，不外乎將凍傷的部位和緩地使之回暖。如果凍傷只在表面，新的皮膚會長出來。但如果凍傷深入，就像許多太熱中冒險的登山人士所發生的情況，褪色的皮膚就不可能恢復了。對於最不幸的人來說，截肢是必須付出的代價，因為他們不是事先準備不足，就是對於這種大抵上可以預防的傷害，忽視了可能使之發作的條件。

[註]：frostbite 與下文提及之 chilblain 均可稱為「凍瘡」，但前者指低溫環境造成之「組織破壞」，情形較為嚴重；後者僅指「充血、瘙癢、疼痛、腫脹等血管病變」。本課以「凍傷」、「凍瘡」區分之。

## 12-19

山姆和桃樂絲在辦公室的影印機旁閒聊：

桃樂絲：很期盼去南韓過你的滑雪假期吧？

山 姆：沒錯！我真迫不及待去那兒上那些滑雪道。

桃樂絲：你有好防水靴嗎？你不想跟我一樣，第一次到雪地上去就得了凍瘡吧？

山 姆：別擔心。我以前有過一次經驗，在雪中蕩來蕩去一天以後，我的腳趾既燒又癢。

桃樂絲：那你八成也那樣痛過：你一走進溫暖的房間，那種灼熱奇癢的感覺便擴大十倍，腳趾還紅腫了起來。

山 姆：我早知道啦！你知道，凍瘡距凍傷只一步之遙，而且它們發生的部位全都一樣：手指、腳趾、臉頰、耳朵、鼻子等。

桃樂絲：是受損的血管造成難以隱忍的刺激及麻痺。

山 姆：那是最好避免的，也是為什麼我買了一些羊毛襪：它們透氣，所以汗不會悶在襪子裡讓我的腳發冷。

桃樂絲：挺好的主意。

山 姆：我也這麼認為；現在我已經可以晉級到高級滑雪道了，最不希望發生的事就是「軟腳」。