

MEDICINA SPORTIVA



Bohemica & Slovaca

42

Optimalizace cyklistického posedu

Lukáš Hrbotický, Petr Hanák, Jana Kolářová,
Pavel Korvas

49

Vplyv ženskej fyziológie na fyzickú a športovú výkonnosť

Tereza Hybská, Jiří Dostal

55

Únavový syndrom jako první projev závažného hemato- onkologického onemocnění u kulturisty

Renáta Hluchníková, Kamil Zeman, Martin Pleva

62

Profesor MUDr. Karel Chodounský (1843–1931) – I. Část: alpista ve Slovanských horách

Ivan Rotman, Jaroslav Novák

77

Před 30 léty začala vycházet Medicina Sportiva Bohemica et Slovaca

Jaroslav Novák

79

11th IOC Course on Cardiovascular Evaluation of Olympic Athletes

Kryštof Slabý

81

13th IOC Advanced Team Physician Course

Jiří Dostal

83

Školení, sjezdy, konference, kongresy

Ivan Rotman¹, Jaroslav Novák²¹Společnost horské medicíny²Ústav sportovní medicíny a aktivního zdraví LF UK v Plzni

Profesor MUDr. Karel Chodounský (1843–1931) – I. Část: alpista ve Slovanských horách

Souhrn

Karel Chodounský (1843–1931) – český lékař a zakladatel české farmakologie – byl aktivním sportovcem a propagátorem sportu. Založil první českou horolezeckou organizaci – český odbor Slovinského alpského družstva, jehož aktivní činnost v horách dnešního Slovinska přispěla ke sblížení obou národů. Členové českého odboru rozvíjeli v habsburské monarchii historické přátelské vztahy navazující na období *českého národního obrození* na sklonku 18. století, označované v literatuře česko-slovenskou vzájemností. Horská turistika hrála ve vzájemném poznávání podstatnou roli. Jako lékař se Karel Chodounský zajímal o všechny tehdy známé druhy sportu a při svém výzkumu sledoval jejich zdravotní účinky i společenský a psychologický význam. V hodnocení sportovních odvětví stavěl nejvýše horolezectví.

Summary

Rotman I., Novák J., Professor MUDr. Karel Chodounský (1843–1931) – Part 1.: An alpinist in the Slavic mountains.

Karel Chodounsky (1843-1931) – the Czech physician and founder of the Czech Pharmacology – was an active sportsman and a sports promoter. He founded the first Czech mountaineering organisation – the Czech section of the Slovenian Alpine Association, whose intensive activities in the mountains of the present-day Slovenia brought these two nations closer. The members of the Czech section advanced the historical friendly relations between the Czech and Slovenian nations within the Habsburg monarchy, which were built since the period of the Czech national revival at the end of the 18th century, in the literature referred to as the Czech-Slovenian mutuality. Mountain hiking played an important role in the mutual befriending.

As a doctor, Karel Chodounsky was interested in all popular types of sport at that time, and studied their health effects and social and psychological significance. He valued the mountaineering as the most beneficial physical activity.

Úvod

Jako čerstvě odpromovaný lékař byl v r. 1868 Karel Chodounský krátce asistentem Jana Evangelisty Purkyně (1787-1869). V letech 1878–1888 byl redaktorem Časopisu lékařů českých. V r. 1884 se stal docentem balneoterapie a klimatologie a od roku 1888 farmakologie a toxikologie.

V r. 1895 byl jmenován mimořádným a v r. 1902 řádným profesorem farmakologie a farmakognosie. Je pokládán za zakladatele naší farmakologie, napsal první českou učebnici farmakologie. Přes své mimořádné pracovní vytížení byl nadšeným sportovcem, a to nejen v jeho aktivní podobě, ale také jako publicista s desítkami článků, určených široké veřejnosti. V první části pojednání o životě tohoto významného českého lékaře si připomeneme obsáhlou oblast jeho zájmů a praktické činnosti – jako nadšeného vyznavače a propagátora „alpismu“, tj. z dnešního pohledu horské turistiky a horolezectví.

Alpista profesor MUDr. Karel Chodounský ve Slovanských horách

Osobnost profesora MUDr. Karla Chodounského je neodmyslitelně spjata se založením prvního spolku českých horolezců v Rakousku-Uhersku. Byl horlivým alpinistou a tento zájem ho sblížil přes Tatry s Poláky a přes slovinské Alpy se Slovinci (2).

Prof. Chodounský byl přesvědčen, že nejblahodárnější vliv na organismus člověka mají přírodní činitelé – vzduch, slunce, voda a především pohyb. Zajímal se o všechny tehdy známé druhy sportu a při svém výzkumu sledoval jejich zdravotní účinky i společenský a psychologický význam. V tomto hodnocení sportovních odvětví stavěl nejvýše horolezectví (3): „Z hor vracíme se silnější na těle, čistší na duši, vracíme se osvěženi a obrozeni, vracíme se jako lidé zdraví k práci nám vykázané.“ (4) Celoživotně propagoval a osobně realizoval zdravé stereotypy, turistiku, sportu a otužování (5).

O počátcích české turistiky ve slovanských Alpách napsal Dr. J. Král v předposledních dvou číslech Alpského věstníku o G. A. Lindnerovi. Gustav Adolf

Lindner (1828–1887) byl významný český pedagog, sociolog, psycholog a filozof, herbartista (6), jenž byl vypovězen z Jičína do Celje (238 m n. m.) na řece Savinja, přítoku Sávy, ve Štýrsku, východiska do Savinjských i Kamnických Alp v dnešním Slovinsku. Lindner zde žil v letech 1855–1871 a „malé Švýcarsko, kterýžto název mu také jihoštýrští patrioté rádi přikládali, procházel menšími neb většími pochody... a s významnými krásami dolnoštýrského Švýcarska seznamoval širší obec turistickou i čtenářskou...“ (7, 8). Po návratu do Čech založil roku 1879 první český pedagogický časopis *Paedagogium, měsíčník vychovatelský* [1882–86]; *městník vychovatelský pro učitele škol obecných a měšťanských* [1887];

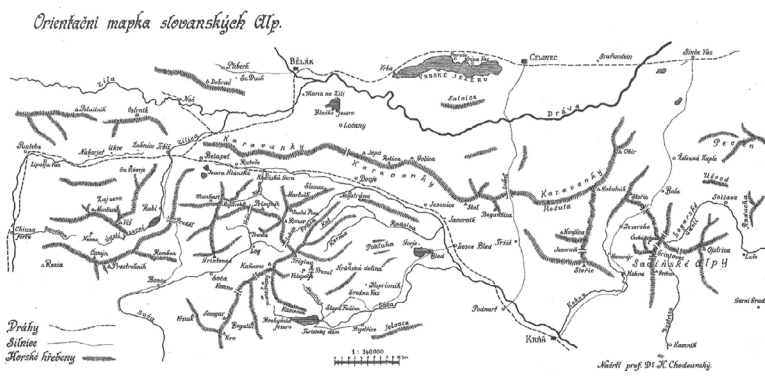
V druhé polovině 19. století směřovaly kroky českých turistů a horolezců nejčastěji do Jižních vápencových Alp, Julských, Kamnicko-Savinjských a Karavank na severu dnešního Slovinska a jihu Rakouska. Roku 1893 založili Slovinci v Lublani Slovinské planinské družstvo (*Slovinsko planinsko društvo*). Skupina pražských horolezců, z aktivních českých turistů – členů *Klubu českých turistů* založeného v roce 1888, kteří navštěvovali zejména oblast Jezerska v Savinjských Alpách, v čele s profesorem Chodounským založila v roce 1897 *Český odbor Slovinského planinského družstva* (2), jako ekonomicky samostatnou organizaci „*Češka podružnica Slovenskega planinskega družstva*“ (správnější překlad by spíše byl Slovinský horský spolek, ten se ale příliš neujal). Tuto událost si v současnosti připomínáme jako počátek českého organizovaného horolezectví (9).

V prvním ustavujícím vedení odboru zasedli předseda MUDr. Karel Chodounský, jednatel JUDr. Bohuslav Franta a členové výboru Leopold Mareš a JUDr. Stanislav Prácheňský. Mezi členy odboru patřilo mnoho významných českých osobností: lékařů, profesorů, podnikatelů nebo politiků. Sám Karel Chodounský byl uznávaný lékař a žák Purkyňův, profesor Univerzity Karlovy a čestný doktor Masarykovy univerzity, a dnes je považován za zakladatele české farmakologie. Jeho přítel JUDr. Stanislav Prácheňský byl pražský advokát, dlouholetý člen pražského městského zastupitelstva, syn advokáta a staročeského politika JUDr. Josefa Stanislava Prachenského (1829–1893), bývalého zemského a říšského poslance, spoluzakladatele *Právnícké jednoty* a přítele Františka Ladislava Riegra (1818–1903), českého politika a spoluzakladatel *Národní* (staročeské) *strany*.

V roce 1901 se členem stal MUDr. Ferdinand Pečírka (1859–1922), univerzitní profesor a zakladatel *Ústavu pro studium sexuální patologie*, spoluzakládající člen *Českého spolku pro komorní hudbu*, člen *družstva Národního a Vinohradského divadla* a mimo jiné také bratr MUDr. Jaromíra Pečír-

ky (1864–1933), pozdějšího předsedy *Klubu alpinistů československých* (KAČs) (9).

„Slovanské Alpy rozčleňují se na několik samostatných skupin, a sice na Alpy Julské, Saviňské, Karavanky, část Karnských Alp a Kras; ... jsou to vesměs hory vápencové, jádrem slovanských Alp jsou však především Alpy Julské a Saviňské s Karavankami, vynikající romantikou, rozsáhlými lesy, jezery a vodopády a poskytující jak turistovi, který se obmezuje na pochody údolní, tak i takovému, jenž hledá mírné, obtížné, nejtěžší problémy lezecké nejbohatší a nejvděčnější příležitost k cviku i k přírodním prožitkům... Julské Alpy rozkládající se od východu k západu mezi Bledem a Chiusa Forte v Itálii člení se na skupinu Triglavskou, Razorskou, Manhartskou, Višskou a Kaninskou, z nichž každá má svůj osobitý ráz.“ Prof. Chodounský pokračuje podrobnějším popisem horských skupin a doporučenými výstupy (10).



Obrázek č. 1.: Orientační mapa slovanských Alp (MUDr. Karel Chodounský, 1900) (11).
 Fig. 1: Orientation map of the Slavic Alps (MUDr. Karel Chodounský, 1900) (11).

Praktickým doporučením pro nově příchozího do těchto hor byl článek „*K první orientaci ve Slovanských Alpách*“, rozdělující téma na I. *Nezbytné požadavky*; II. *Triglav* (s popisem přístupových cest); III. *Návrh k několika mírným, velmi vděčným výstupům, nevyžadujícím rutiny, a kde není závratných míst*; IV. *Procházky; Návrh k cestě 14denní do Slovanských Alp* (12).

Jezersko

Jezersko je obec na severu Slovinska na historickém území Korutan, v údolí řeky Kokry. Jejím centrem je Zgornje Jezersko (889 m n. m.). Široké údolí hraničí na severu a východě s Rakouskem, prochází jím silnice č. 210/B82 – na jihu z 20 km vzdálené Kranje (388 m n. m.) přes sedlo Jezerski vrh (1218 m n. m.) do 30 km vzdálené Bad Eisenkappel/Železna Kapla (555 m n. m.) v Rakousku. Od jihu a východu uzavírá údolí amfiteátr nejvyšších vrcholů Savinjských Alp – Grintovec (2558 m n. m.) a Jezerska Kočna (2540 m n. m.), převyšující okolní krajinu o více než 2000 m – pohled, který prof. Cho-

dounského fascinoval v roce 1895: „... stanuvše na sedle [Seebergsattel, slovinsky Jezerski vrh, pozn. autora] zatajil se nám dech překvapením. Tak krásné jsme si je nepředstavovali. V slunečné záři svítily jejich sněžné štíty a v úchvatné velkoleposti lomily se obrovské stěny v děsné srázy k modrajícím se moři lesů, jež splývaly až k lemu štavnatého údolí“ (13).



Obrázek č. 2.: Jezersko na dobové pohlednici (cca 1930) (14).
Fig. 2: Jezersko on a contemporary postcard (c. 1930) (14).

„Kamkoliv tě nese krok, všude tě vítá svěžest i kyprost rostlinstva, kamkoliv pohlédneš, vždy se ti otevře nový prospekt, tu daleký s nejmohutnější scénérií alpskou, tu sevřený s celou báječnou romantikou horského koutu“ (15).

Český odbor plánoval „učiniti z Jezera (tj. Jezerska) alpské Zakopané“. Místo skutečně postupně nabylo značné oblíbenosti, zejména mezi turisty z Čech, za což předseda odboru Karel Chodounský na přelomu století obdržel čestné občanství Jezerska (16). Údolí Jezerska je ledovcového původu, vodní plocha velkého jezera zanikla po těžkém zemětřesení roku 1348, zbylo pouze malé Planšarské jezero (17).

Na Grintovec, nejvyšší horu Kamnických a Savinjských Alp, byl vykonán první turistický výstup místními obyvateli roku 1875, v Jezersku ani nebyl horský vůdce. V roce 1904 dosáhla návštěvnost hostince *Kazino Muri* 260 osob, z nichž 170 bylo Čechů, vzniklo druhé české středisko, další byty, česká prázdninová osada, se zachováním soukromí, neboť „... Kdo sem přichází s nároky na společenský život, na komfort a p., je zklamán a odchází tam, kde lidé se svým hlučným společenstvím jsou hlavní atrakcí, k níž příroda dělá jen skoro zbytečnou garnituru“ (13).

Podobně jako Slovinci budovali, označovali a zabezpečovali členové Českého odboru, nezřídka ve spolupráci s horskými vůdci, horské stezky turistickým a horolezeckým terénem, „vylámany ve skále kopáčem a dynamitem, zasazeny železné stupy a drátěná lana“, byly budovány zděné přechody (18).

V samotném Jezersku původně horští vůdci chyběli, avšak prof. Chodounský píše, že se horský vůdce Lorenc Potočnik „objevil“ po postavení České chaty v roce 1900 a bydlel v ní v sezóně. Požíval velké důvěry: „S Potočnikem se může jít třeba do pekla“. Naučil se rozumět češtině, kterou charakterizoval „Vaša špracha je jen malo pokvarjena (pokažená) naša špracha“ (19).

Na přelomu století měl odbor 21 zakládajících a 215 skutečných členů (německý alpský spolek měl v Čechách 1221 členů – v sekci pražské, v Aši, Chebu, Boru, Liberci a ve Varnsdorfu). Klub českých turistů měl v roce 1897 3080 členů (20). A tak bylo možno již tehdy konstatovat, že „založení odboru našeho přispělo značně k tomu, že mnoho alpinistů vybralo se letos z Čech do nádherných krajů, obydlých slovinským lidem... Počet těch, kdož hledali odpočinek na březích Bledského a Bochyňského jezera, v Trbíži (Tarvisio 723 m n. m., na italsko-slovinsko-rakouské hranici, pozn. aut.) a jinde, jest značný; těch pak, kteří po turisticku brali se nádhernými Savinjskými, Julskými Alpami a Karavankami, jest oproti dřívějším rokům několikanásobný“ (21).

Karel Chodounský – turista, horolezec a lyžař

Prof. Chodounský s manželkou a zejména se svou dcerou Marií slovinské hory prochodil takřka všemi směry. V Alpském věstníku jsou mimo jiných zaznamenány výstupy na *Prestreljenik* v Kaninské skupině (*Monte Forato*, 2499 m n. m.) na dnešní slovinsko-italské hranici s manželkou Julií (22), v roce 1907 s dcerou Marií na *Špik* (2472 m), *Ferdamana Polica* (2273 m), *Vršec* 1611, *Kočna* (2541 m), *Grintovec* (2559 m), *Baba* (2154 m), *Brana* (2247 m), *Skuta* (2530 m), *Kraňský Storžič* (2134 m) (23), v roce 1909 *Črna Prst* (1842 m), *Prisojnik* (2555 m), *Jalovec* (2655 m), *Grintovec* (2559 m), *Planjava* (2392 m), *Ojstrica* (2350 m), *Greben* (2224 m) (24), v roce 1910 *Triglav* (2864 m), *Kranjski Storžič* (2132 m), *Koroški Storžič* (1762 m), *Stegovnik* (1691 m), *Mrzla Gora* (2202 m), *Greben* (2223 m) (25), v roce 1913 *Mangart* (2679 m) (26).

Ve své přednášce (4) sdělil, že v 74 letech bez problémů vystoupil z *Pontresiny* (1805 m n. m.) na *Piz Corwatsch* (3451 m n. m.) v pohoří *Bernina* ve švýcarském *Engadinu*. „Baedeker poznamenává výstup namáhavý 8 hodin.“

O rok později trávil na Sinaji tři týdny pod stanem „denně 4 hodiny jdu a 5 hodin na velbloudu jedu, mimo dny, kdy konám horské výstupy, jako na *Gebel Musa* (2285 m n. m., převýšení 705 m) a p.“ (4).

Prof. Chodounský vypráví o dvoudenním výstupu na *Triglav* (2864 m n. m.), nejvyšší horu Slovinska a Julských Alp. Jedna skupina vyšla od Bohinjského jezera (*Bohinjsko jezero*, 525 m n. m., největší slovinské jezero), druhá od Bledského jezera (*Blejsko*

jezero, 475 m n. m.), a obě se šťastně setkali druhý den na rovině *Velo polje* u *Vodníkovy chaty* (1817 m n. m.): „*Radostné shledání a tisíc otázek jako po dlouhém odloučení. Inu, milý čtenáři: jest jiná věc shledati se ve vysokých horách a jiná jest potkati se v Praze na Příkopě!*“ (27).

Pak společně pokračovali směrem na *Kredaricu* (2541 m n. m.) a chatu *Triglavski dom* (2515 m n. m.). V pozdním odpoledni na programu schůze výboru (mimo jiné) byla „*otázka o stavbě české ochranné chaty v Alpách Slovanských*“ a večer „*počala členská schůze společnou večeří,*“ píše prof. Chodounský, „*ale netvrdím, že tato měla ráz banketu, neboť byly tehdy zásoby chaty hodně přebrány. Však vína bylo dost a to stačilo; pozvolna rozprúdila se zábava a stupňovala se stále až do sborových zpěvů písní českých i slovinských...*“. Třetí den následoval výstup na vrchol Triglavu a „*s večerem se všichni šťastně shledali v hospodě Šmercově v Moištráně, kde jsme pak strávili velice srdečnou a příjemnou chvíli ve společnosti p. faráře Jakuba Alhaže, proslaveného fedrovatele turistiky v Slovanských Alpách*“ (27).

Dr. filosofie Karel Chodounský (1876–1900)

Syn profesora MUDr. Chodounského Dr. filosofie Karel Chodounský se také věnoval horám a jeho výstup s vůdcem *Pečarem* a *prof. Antonínem Dvořákem* roku 1900 na *Razor* (2601 m n. m.) v Julských Alpách, poutavě popsany Karlem Chodounským ml. v *Alpském věstníku* (28, 29), je hodnocen jako „*první známější český výstup už na svou dobu sportovnějším charakteru*“ (3). O dvě stránky dále však věstník přinesl jeho nekrolog – zemřel téhož roku v Curychu na mrtvici (30).

Česká chata ochranná Česka koča a české chaty ve Slovanských horách

Stavba první české chaty – *Česká chata* (*Česka koča*) – trvala od jara do září roku 1899. Byla vybudována, nákladem 24 tisíc korun (31), nad obcí Jezersko, nad údolím *Ravenské Kočny*, na hranici lesa, na dně kotle *Spodnje Ravni*, pod nejvyšší horou *Grintovcem* ve výšce 1580 m n. m.

Zdá se, že název článku prof. Chodounského v *Alpském věstníku* popisujícího průběh stavby – *Česká chata ochranná* – vyjadřuje její širší význam: „*Z našeho článku jest každému patrný význam turistický naší chaty; avšak stavba naše a všecko podnikání má pohnutky hlubší. Alpenverein a ostatní spolky alpské německé, francouzské a vlašské rozvinují především kulturní i národní... Poněvadž pak se Slov. plan. Družstvo nese za úplně totožným cílem, neupřeme mu také u nás nikdo téhož významu, – Německé spolky alpské zaplavily výbojně celou širou oblast Slovanských Alp a neskrblily penízem, aby jim daly výlučně německý ráz, což se jim podařilo úplně. Teprve v posledních letech se ustavil*

obranný alpský slovinský spolek, který napíná všechny síly o povznesení a zvelebení slovanské turistiky... S velkými obětmi postavil 10 ochranných chat ..., velkou řadu cest a stezek. Všecko dílo vztahovalo se však pouze k Julským a Saviňským Alpám – a to jen zčásti. Slované dosud rukou nehnuli v skupině Razoru, Manhartu... a konečně ani v Karavankách... Pole pracovní jest ohromné – nuž nechť české čety přirazí houfněji k čackému voji bdělé slovanské strážce na jihu!“ (32).

Vybudování chaty muselo překonat německý odpor z blízké sekce *Eisenkappel Rakouského turistického klubu* (16). *Česka koča* má podobu roubené chalupy, v šesti pokojích je 40 lůžek a ve společné noclehárně dalších 30 lůžek. Za velké účasti, „*jen zapsáno bylo přes 200 osob*“, byla slavnostně otevřena 26. července 1900, vysvěcena farářem-horolezcem z *Dovje vdp. Jakobem Aljažem* (Vdp = Vysoce důstojný pán), na svátek svaté Anny. Na 12metrovém stožáru zavlály české barvy, přítomně uvítal profesor Chodounský, na slavnost otevření byl dokonce dopraven mozdík (*Alpský věstník* uvádí *hmoždíř*), „*aby dělové rány událost oznámily co nejširšímu okolí*“. Mezi jinými vystoupil se slavnostním pozdravem i starosta *Lublaně Ivan Hribar* (31).



Obrázek č. 3.: Kopie obrazu z chaty Česka koča, na snímku je Dr. Stanislav Prácheňský a prof. MUDr. Karel Chodounský. Fotografovala Marie Hrobařová v roce 1988. Originální fotografie na obrazu byla pořízena v roce 1900 (33).
Fig. 3: A copy of the painting from the cottage Česka koča. The picture shows Dr. Stanislav Prácheňský and prof. MUDr. Karel Chodounský. Photographed by Marie Hrobařová in 1988. The original photograph in the painting was taken in 1900 (33).



Obrázek č. 4.: Titulní strana prvního čísla *Alpského věstníku* – 1. číslo z června roku 1898 (20).

Fig. 4: Title page of the first issue of the *Alpský věstník* (*Alpine Gazette*) of June 1898 (20).



Obrázek č. 5.: Češka koča na dobové pohlednici (cca 1910) (14).
Fig. 5: Češka koča cottage on a contemporary postcard (c. 1910) (14).

Druhá česká chata – *Korytnická koča* – byla postavena v roce 1909 ve výšce 135 m n. m. na úbočí *Mangartu* (2679 m n. m.) v Julských Alpách v Triglavském národním parku, z iniciativy českých a slovinských akademiků – *Česko-slovinského*

akademického kroužku, založeného roku 1903 při českém odboru *Slovinského planinského družstva* (3). Jejím cílem bylo „posunouti posice slovinského alpského družstva co nejdále na západ... otevřítí turistice údolí Koritnice, usnadnit přístup na *Mangart od jihu ...*“ (34).

V průběhu 15 let se počet členů českého odboru z původních stovky milovníků hor zpětinásobil (3). V roce 1912 byla zahájena výstavba třetí české chaty, avšak První světová válka znamenala ukončení činnosti *Slovinského planinského družstva* (3).

Usnesením konference Klubu českých turistů 30. 3. 2019 byl prof. Chodounský uveden do *Síně slávy české turistiky* (35).

Alpský věstník českého odboru

Český odbor pořádal společenské večery a přednášky, večery písní a poezie, vydával turistické a horolezecké průvodce a cestopisy, především však svůj časopis *Alpský věstník*. Vycházel v letech 1898–1914 osmkrát ročně v rozsahu do 20 stran s pestrým obsahem z oblasti geografie, geologie a dalších přírodních věd, českého názvosloví, přinášel roční zprávy činnost, seznamy členů a jejich výstupů, cestopisná líčení, podrobné systematické popisy jednotlivých horských skupin a hor, popisy túr a výstupů, mapy a fotografie. Obsahoval kroniku úrazů s klasifikací příčin a mechanismů nehod, i rady do hor pro začátečníky a pokročilé. *Věstník* se věnoval všem alpským oblastem, hlavně však „slovanským“ a Tatrám.

Členové českého odboru i sám Karel Chodounský podporovali slovinské studenty, kteří přicházeli koncem 19. století studovat do Prahy. Jedním z nich byl *Ivan Kunšič* (1874–1899), pozdější význačný slovinský filolog-slavista, jenž studoval na filosofické fakultě a stal se členem českého odboru po jeho založení. Byl velmi zdatný v horách, avšak ve 24 letech onemocněl a zemřel ve Vídni. Stal se prvním, který český odbor opustil (36).

Již v roce 1900 se zrodila v českém odboru myšlenka na založení *alpského muzea* (37), avšak až v roce 2010 bylo alpské museum – *Slovenski planinski muzej* – otevřeno v Mojstraně (38).

V roce 1907 český odbor vydal 76stránkovou publikaci „*Ze slovanských hor*“, s obrazovými přílohami a s výběrem článků zveřejněných ve *vestníku* (39).

V letech 1934–1938 ještě vyšlo 26 čísel časopisu *Věstník Klubu alpistů československých v Praze*. Časopis přinášel zprávy ze světa hor, články o výstupech, organizační informace, avšak již viditelně méně zaměřené na „*hory slovanské*“.

Dne 21. června 2017 se v hotelu Petr v Praze 5 uskutečnilo slavnostní shromáždění nově vzniklého

Českého odboru Slovinského planinského družstva 2017. Nově založený odbor navazuje na činnost ČO SPD, který v Praze před 120 předchůdci v Lublani 24. 6. 1897, příznivci slovinských Alp, kteří byli členy Klubu československých turistů. Nově vzniklý odbor ČO SPD 2017 je součástí Klubu českých turistů KČT. Současně bylo obnoveno vydávání Alpského věstníku jako nepravidelné přílohy časopisů „Turista“ a „Lidé & HORY“ (40).

Marie Chodounská (1871–1922), česká malířka hor

V roce 1909 se uskutečnila v soukromé galerii – v Topičově salonu na pražské Národní třídě – první souborná výstava obrazů Marie Chodounské, dcery profesora Chodounského (42):

„... někteří kritikové vidí ve výtvorech sl. Chodounské právem sílu, na jakou nebýváme u malířek zvyklí. A při tom přece ukazuje každý obraz volbou i provedením, že jej malovala žena, nechtějící se ani v umění vzdáti svého charakteru. U malířů – mužů dopadají hory jinak. Vzpomeňme si na Hucka nebo Borisova, jejichž skalní hřebeny a ledové pláně jsou vždycky malovány jen lapidárními rysy a podávají nám v první řadě něco jiného, než přírodu vysokých hor a šířek samu, neboť staví do popředí a vnučují dojem tajemnosti a záhady vyjadřující důrazně mystický ráz hor, jak ostatně nejjasněji vidíme u Segantiniho. Pojetí slečny Chodounské je poněkud jiné; nenese se k affektovanému vzepnutí, nechce vyvyšovati jedinou pouze stránku hor, nýbrž spěje se vzácnou ryzostí k delikátnímu a jemnému podání, a to nikoli bezohlednému k subjektivním dojmům pozorovatele. Nás, kteří se touláme léta po horách, těší, že mnohé jsme viděli a procítili vskutku tak, jak nám to sl. Chodounská podává na obraze, a jsou to již ssutky pod Kočnou, jezero Splevta, větrný mlýn nad Jezerem anebo zasněžené pole za Prahou. Z tohoto důvodu jsou nám její obrazy velmi blízké.“

O výstavě v Rubešově galerii (dnes Galerie Václava Špály) na Národní třídě v roce 1917 napsala Růžena Jesenská (1863–1940), česká básnířka a spisovatelka, v Ženském světě: „Padesát olejů Marie Chodounské má skoro výhradně totéž charakteristické stigma: silně nanesené, svítící barvy, kontrasty barev spojené ve zvučný akord, někdy až odvážně, jako v jeřábích, rudá se zelení a jasnou modří plujících oblak, a přece i v oné aleji jeřábové přesvědčí nás tolik pravdivost hýřící přírody, v níž je umělkyně ponořena celou duší“ (43).



Obrázek č. 6.: Titulní strana nového Alpského věstníku (41).
Fig. 6: Front page of the new Alpský věstník (Alpine Gazette) (41).



Obrázek č. 7.: Marie Chodounská: „Podvečer v horách“ (44).
Fig. 7: Marie Chodounská: „Early evening in the mountains“ (44).



Obrázek č. 8.: Marie Chodounská: „U jezera“ (45).
Fig. 8: Marie Chodounská: „At the lake“ (45).

Etické problémy horolezectví

Na *alpism* (totiž horolezectví, alpinismus) pohlížel prof. Chodounský, slovy Leopolda Mareše, následovně: „Hybnou silou jest a zůstává ti vždy jen mohutná touha po bezprostředním styku s nedotknutou přírodou horskou, poznání neskonale blahodárného vlivu, který alpism vykonává na tělo i ducha zakládá se především v hluboce pocíťované potřebě kořání a osvěžení člověka uštvaného lopotou všedního života, že zkrátka alpism sám sobě jest účelem“ (46).

O smyslu alpismu přednášel Dr. Vladislav Růžička na společenském večeru 23. 2. 1904. Uvedl, že se alpinismem zabývá 300 000 obyvatel Evropy: „Alpism znamená význačné duševní hnutí..., probouzející se láska k novým stránkám přírody vedla k výstupům na hory již za doby, kdy sportovní stránka alpismu ležela úplně stranou a úplně ladem..., alpism existoval dříve, nežli Angličané z něho učinili sport... sportovní stránka nebyla účelem, ta byla prostředkem k dosažení cíle, který choval rozličné účely vědecké, zeměvědné, geologické, přírodopisné, fyzikální“. Růžička soudí, že horské výstupy jsou neměřitelné, nelze v nich závodit. „Proto výstup na horu bez závodění není činem sportovním... A tu je zřejmo, že alpism ve své podstatě nemůže být sportem.“ Argumentuje, že anglický *Alpine Club* „usnesl se, aby v činnosti spolkové od nynějška větší váha byla položena ne vědecké působení v Alpách“ (47).

Jinou věcí je, zda je alpinismus sportem či nikoli – zde závisí odpověď na vymezení pojmu „sport“. Ohledně „čistě technické stránky alpismu, směřující k dosažení co možná nejvyšší výkonnosti... Že při počínání, při němž tělesná zdatnost má takový význam, dlužno položit náležitou váhu na řádný výcvik tělesný, není přece nic zlého ... nemůže alpismu být na úkor.“ Jedná se však pouze o nezbytnou pomůcku (46).

Ve shodě s prof. Chodounským Dr. Leopold Mareš oponuje, že vědecko-badatelská stránka není (nemůže být) hlavním účelem alpismu (46):

„... účel alpismu v něm samém spočívá ... ti, kdo se k němu hlásí, nemají zapotřebí vyhledávat pro své nadšení ospravedlnění nebo vysvětlení; na tom nic nemění, spojuje-li se s ním dle osobních svých vlastností ten zvláštní účel vědecký, onen národohospodářský nebo národní, ba ani to mu nemůže ublížit, pěstuje-li jej někdo výhradně kvůli rekordům siláckým nebo krkolomným produkcím po horách. Akrobata nelze považovati za alpistu proto, že provozuje umění své v Alpách“.

Již v roce 1903 prof. Chodounský řekl: „Ale alpismus nevznikl popudem vědeckým a z příčin národohospodářských, nýbrž jen z lásky k horským potulkám, a prvním cílem veškerých alpských spol-

ků jest i dnes usnadnění a zpříjemnění pobytu ve vysokých horách ... usnadnil sice bádání vědecké ... stavbou komunikačních prostředků stal se přirozeně také činitelem národohospodářským ... přes to vše zůstane cíl náš turistický ... A proto bez rozpaků řadím alpismus v sport ... nejvýše jako sport ušlechtilý a oblažující.“ (4).

Rady do hor

Nezbytné požadavky pro pohyb v horách jsou dle profesora Chodounského *jistá míra statečnosti i vytrvalosti*. „Jen zdravý a dobrý chodec užije v plné míře slasti horské toulky, kdežto jinak únava a skleslost připraví jen zklamání“. Do výstroje (turistické úpravy) patří kované boty a dlouhá hůl opatřená bodcem, tlusté vlněné punčochy, krátké kalhoty ke kolenům, volné sako z lodenu, lehký, měkký klobouk plstěný ... „Dámy musí sobě vedle horských bot opatřiti lodenový šat, upravený k vysokému vypnutí; v dlouhé sukni nelze jíti na vlastní horské túry – ba dlouhé sukne jsou, jak při výstupu tak i při sestupu přímo nebezpečny. Při větší horské túře má se dáma zřici i slunečníku i deštníku – neboť tu jest nezbytno, aby hole nedala z ruky, ...“. Ve výčtu vybavení nechybí lékárníčka, nevhodné je posilovat se při pochodu lihovými nápoji, „Za to volno jest pít vody – i nejstudenější – pokud hrdlo ráčí a kdykoli, i když jsme zapoceni...“. Nováček nemá jít nikdy bez vůdce „... kterého má považovati za soudruha, a nikoli za najatého sluhu“ (10, 12).

Méně vážnými jsou myšlenky Vladimíra Jiřího Rotta (majitele známého pražského železářského obchodu na *Malém náměstí*; „Od šroubečku po vybavení továrny, Rott dodá vše!“) po náročném sestupu po pokusu o těžký horolezecký výstup na *Kočnu* (Jezerska Kočna 2540 m n. m.) v září roku 1909, když jej v noci usínaje napadlo sestavit turistické desatero: „1. Jenom ve známých horách pokusíš se o první výstup. 2. Neřekni nikdy napřed, že někam ve 4 hodiny dojdeš. 3. Nevezmeš nikdy na tmu někoho, koho neznáš. 4. Nenecháš vícekrát lucernu a sirky doma. Dál jsem nedošel, neboť jsem usnul zaslouženým spánkem po 18 hodině tuře“ (48).

Biologie

Poslední dva ročníky *Alpského věstníku* publikovaly nedokončený seriál Dr. Vladislava Růžičky *Biologie v Alpách*.

„Alpy mají svoji význačnou květenu a zvířenu, s níž v nížině téhož zeměpisného pásma se nesetkáváme. Výkony orgánů člověka příslušného z nížin podléhají v horách různým modifikacím. A to již je ukazatelem, že asi mohutné vlivy působí na organizaci všeho živého ve vysokých horách.“

V sedmi dílech Dr.-Růžička zdůraznil „... význam alpské přírody pro studium otázek životních dějů vůbec“, probíral otázky horského podnebí, jeho

fyzikální faktory (49, 50), otázky horské fauny (51) a flóry (52, 53), pokračoval na téma „vlivy světelné“ (54, 55).

Fyziologie a patofyziologie pohybu v horách

V Alpském věstníku publikoval profesor Chodounský také příspěvky věnované fyziologii a patofyziologii pohybu v horách. V článku **Horský sport** cituje základní fakta zátěžové fyziologie a klimatické faktory horského prostředí z textu Dr. Richarda Paasche z Berlína, jenž z horského sportu „Naprostoto vylučuje lidi trpící vyznačenou chorobou plic nebo srdce, rovněž s chorobami očí a uší a bledničkou ... stavy slabosti po infekčních chorobách, jako kupř. chřipce a zánětu plic ...“. Chodounský dodává: „Dokud není člověk úplně zotaven po kterékoli vážnější chorobě, dokud nenabyl své normální životnosti, nehodí se pro výkon sportu horského: ale pokročilý věk vůbec stanoviti jako záповěď, toť příliš neurčito. Jest to čtyřicítka, či šedesátka, nebo sedmdesátka? Věk sám není nikdy rozhodující, nýbrž dobrá, normální výkonnost organismu“. Horským sportem lze dosáhnout zlepšení mírnější chudokrevnosti a otylosti, říká Paasch. „Tak často se organismus srovnává se strojem. Ale kdežto u tohoto se upotřebením součástky „opotřebují“, u člověka se svalstvo, plíce, srdce cvikem sesilují a mladými zůstávají“. Paasch na rozdíl od Chodounského varuje před „ledově studenou vodou“, avšak vzápětí říká: „Nechť se tato pije po douškách a tolik, kolik právě k uhašení žízně potřebí (nu, tedy)“. K problému ztrát tělesných tekutin při tělesné námaze a pocení se uvádí: „Studené thé a přirozená minerální voda mohou je nahraditi. Kousek cukru neb čokolády jsou současně jako prostředky povzbuzující daleko vhodnějšími než alkohol. Ten má býti z požívání za pochodu naprostoto vyloučen a přichází v úvahu pouze jako medikament, v případě ochabnutí srdce, nestačí-li k tomu káva a čaj. Za to mám za přemrštěné, že by se měl lezec také po skončené tuře zřící vína, nebo sklenice dobrého piva. Zásadní, absolutní antialkoholismus náleží právě k oněm extrémům, k nimž výkyv obrovitého kyvadla stroje vědeckého dospívá, aby opět nastal výkyv zpětný. Vzpomeňmež na pouštění krve, vegetarismus, na bezlékovou metodu léčebnou aj. v!“ Ohledně vhodného oděvu pro turistu se oba lékaři shodují: má být volný a pro vzduch propustný, teplý a „zároveň poměrně lehký“ (56).

Výměna látek a energie při sportu alpském

Z článku prof. Dr. Arnolda Duriga (1872–1961), rakouského pionýra zátěžové a výškové fyziologie (57), lékaře a horolezce, současníka a německého průkopníka moderní výškové fyziologie a spoluzakladatele letecké medicíny Nathana Zuntze (1847–1920) (58), prof. Chodounský vybral podstatu energetického metabolismu: „Pochody spalně uvolní síly, které v látce spálení podlehnoušší byly nahromadě-

ny, latentní energii přemění v živou sílu ve formě práce a tepla. Velikost výkonu živého neb neživého motoru v jednotce časové jmenujeme efektem. Tak znamená jedna koňská síla efekt práce rovnající se zdvižení břemena 75 kg na výši 1 metru v čase 1 vteřiny. Průměrná hodnota hlavních potravin činí: 1 g bílkovin = 4,1 kalor., 1 g tuku 9,3 kal., 1 g uhlohydrátů 4,1 kal“. Výkonnost „lidského pracovního stroje“ líčí následovně: „Má-li člověk 80 kg těžký vystoupiti na horu 2500 m a vyjde z výše 500 m, musí vykonat práci 80 x 2000 metrickilogramů, aby tam vytáhl své tělo. Mimo to ale vykoná cestu několika kilometrů, na kterých by také část energie vynaložiti musel, kdyby ji vykonal v terrainu rovném. Nad to uběhne za výstupu asi 6 hodin, a pro ten čas každý i v úplném klidu odpočívající člověk také energii spotřebuje, neboť žije a dýchá. Dlužno tedy z potřeby celkové energie mnohé odečísti, chceme-li znáti čistou práci spadající výhradně jen na výstup.“ Durig experimentálně v terénu zjistil, že tréninkem účinnost práce při výstupu stoupá – z 25,6 % na 29,7 %, resp. „effekt výkonu za minutu z 823 metrickilogramů na 1300 metrickilogramů. Stroj lidský nestal se cvikem jen výkonnějším, nýbrž pracoval také zároveň úsporněji... Stroj lidský pracoval po alkoholu hůře i výkonnost klesala i náklad energie... člověk tu vykonává pohyby nepotřebné a neúčelné.“ (59).

Únava a vyčerpání

K tématu **Vysílení při sportu** prof. Chodounský píše o výsledcích vyšetřování závodníků během maximálních výkonů a po nich Dr. Spierem (Dr. Spier Umschau 1912, Sechstagerennen und Wissenschaft): u trénovaných nepozoroval stavy hlubšího vysílení a prostá únava rychle ustupovala. Lázně a masáže měly pozitivní účinek a někdy pozorovaný výskyt bílkoviny v moči se po odpočinku ztrácel. Modifikovaná Strauss-Köhlerova metoda rentgenování umožnila během 10 vteřin zakreslit obrysy srdce. Dr. Spier sliboval, že výsledky zvrátí dosavadní teorii o rozšíření srdce po sportovním výkonu (60).

Snížený tlak vzduchu a horská nemoc

V roce 1902 přinesl věstník výňatek ze stati hygienika prof. Dr. Kabrhela (1857–1939) v Časopisu pro veřejné zdravotnictví, pojednávajícího o horské nemoci. „Intensita účinku zředěného vzduchu závisí hlavně od vyvýšení nad moře a od práce svalové. S poslední okolností souvisí, že u lezců na vysoké hory objevuje se účinek ve výškách nižších než u větroplavců. Dále závisí účinek ten na poloze místa a individualitě. Hranice, do které neobjevují se – je-li člověk v klidu – žádné příznaky, jest asi u 4000 m, výše objevuje se dušnost, závrať, pocit velké slabosti, jež podmíněny jsou tím, že člověk není s to opatřiti potřebné sobě množství kyslíku. Vlastní horská nemoc, objevující se u lidí z nížin při konání velké svalové práce spojené s výstupem má

tyto příznaky: velkou dušnost, tlučení srdce, nevolnost stupňovanou až k dávení, nesmírnou zemdlenost, závrať, náklonnost ke mdlobám, svaly mohou úplně vypovědět službu. Neobjevuje se všude ve stejné výši. V Alpách kolem 3000 m, v Andách kolem 4000 m, v Himalaji kolem 5000 m. Nedostatkem kyslíku nastane totiž dráždění jistých nervových středů v míše, v jehož zápětí stoupne tlak krevní. Zvýšením tlaku krevního ukládá se levé komoře srdečné zvýšená práce, vyprazdňování její vázne, krev počne stagnovat v plicích, dostaví se dušnost, bušení srdce, pocit úzkosti.“ K profylaxi horské nemoci se navrhuje: „Slézání vysokých hor předcházejž náležitá průprava, totiž vystupování do menších stále stupňovaných výšek. Při objevení se příznaků klid v horizontální poloze. Během výstupu zaměstnává žaludek, požíváním malých kousků čokolady, proti odrazům světelným obrnit se brejlemi tmavými, nemluvit hlasitě, dýchat zavřenými ústy a pít místo lihovin studený čaj“ (61).

Přízpusobení se vyšším nadmořským výškám

Mezi hesly, které prof. Chodounský zpracoval do *Ottova slovníku naučného*, je i **aklimatace**: „... Rovněž stojí proti sobě co do účinku klimatického nížiny i výšiny. Člověk vystoupivší z nížin na výši přes 1000 m počíná již pocítovati patrně účinek sníženého tlaku vzdušného. Tep se urychlí i dech zhloubí; kůže se překrvuje, kdežto ústrojům vnitřním se ulevuje co do přítoku krve. Vystoupí-li ještě výše, zachvácen bývá postupně řadou příznaků, známých jménem choroba horská (*mal de montagne, sarroche*); pro Evropu udává se výše 3000–3500, pro jih přes 4000 m. A jako turista touto prudkou chorobou zachvácen bývá, podléhá člověk delším pobytem na výšinách změně chronickým, z nichž nejdůležitější jest anoxhaemie (chudnutí krve) Jourdanetem na výšinách mexických pozorovaná: vyvine se sklonnost ku mdlobám, tak že mezi horským obyvatelstvem platí za nebezpečné bráti horkou lázeň na nohy; lidé stávají se lenivějšími a apathickými. Rovněž často vyskytuje se ve výšinách bronchitida a záněty plicní i průjmy ...“ (Ottův slovník naučný: Aklimatace. Wikizdroje 4. 12. 2015) (62).

Jak se orientujeme v krajině

Mezi četnými praktickými radami se čtenáři dozvěděli o základech práce s mapou a orientaci: „Jde-li bez vůdce anebo s průvodčími, kteří, jak se často stává, jen v jedné části krajiny jsou orientováni, v druhé však místních názvů neznají, přicházíme snadno do rozpaků, vidouce na příklad před sebou vrcholky, jež nedovedeme identifikovati; nestačíť zajisté něco viděti; žádáme i věděti, co vidíme. Máme-li pak dle mapy určiti, o které vrcholky (v tomto daném případě) se jedná, nutno přede-

vším určiti, na kterém místě mapy sami jsme. Jak určíme svoje stanoviště? Za tím účelem vyhlédneme si několik předmětů v krajině (nejméně dva), které s našeho stanoviska viditelné, jsou také na mapě zaznamenány. Položíme mapu tak, aby značky těchto předmětů (na příklad kostelní věž, kříž apod.) byly orientovány směrem k předmětům samotným, pak pomocí alpské hole od těchto k oněm visujeme. Alpská hůl nahrazujeme v tomto případě přímkou spojující předmět s jeho značkou na mapě. Máme-li dva předměty, máme i dvě přímký. Naznačíme-li si směr jejich tužkou na mapě a prodloužíme-li je, tedy obdržíme svoje stanoviště v bodu, kde se tyto přímký protínají. Pomocí kompasu můžeme pak určení dalších bodů na mapě snadno provésti“ (63).

Alpské úrazy v Alpském věstníku

Kroniky neštěstí a úrazů v horách, jejich statistik a analýz, se ujal prof. Dr. Otakar Laxa (1874–1961). Přispěl do věstníku také článkem „O salašnictví a mlékařství v Julských Alpách“ s výzvou „na zvelebení alpského hospodářství a to jak radou povolaných odborníků, tak hmotnou podporou, neb upozorňováním příslušných korporací na odstranění některých nedostatků hospodářských“ (64). Značně se zasloužil o rozvoj mlékárenského průmyslu v bývalém Československu. Je zakladatelem Československé mlékařské vědy, Československého mlékařského sdružení, založil *Laktologický ústav* v Praze (1909) a je autorem knihy *Mlékařská encyklopedie a Sýrařství* (1914) a dalších (65).

„... uvádění úrazů způsobených v horách lze schvalovati pouze v denních listech těch krajů, kde neštěstí se přihodilo, pravidelně jejich vyličování je na místě pouze v časopisech alpistických, kde se poukazuje též na příčiny úrazů. Prostým otiskováním zpráv v denních novinách bez náležité příčiny škodí se jenom myšlénce alpismu, neboť obecenstvo, které dosud hor nepoznalo, se jich děší“ (66).

„Stane-li se komu nehoda, nemá passivně očekávat, co který časopis o nehodě poznamená, nýbrž má pokládati za svoji povinnost sám podati zprávu, oznámení, s náležitým popsáním okolností, byť i připadalo mu cosi takového jako vyznání hříchů. Jedině zcela bezohledné vyličení událostí je zde na místě“ (67).

Během roku 1899 „přestoupil počet obětí horských již 40“ (68). Záměrem autora (nikdy nekončícího) seriálu o úrazech v horách Alpském věstníku je: „Chceme pojednati bližší o neštěstích v našem listu; nechť každý z našich čtenářů doví se, že staly se letos mnohé vážné nehody v Alpách; nezamýšlíme také zamlčováním dodávati chuť k horským výstupům těm, kdož smejí se ušlechtilému alpskému sportu. Naprostý nedostatek zkušeností a znalostí

poměrů, nesmyslná lehkovážnost při posuzování obtíží a opomenutí základních pravidel opatrnosti stále ještě jsou příčinou daleko největšího počtu všech nehod. Zejména v posledním směru pozorovati jest, jak mnohý začátečník, jenž dříve třeba v každé hoře tušil sta nebezpečí, sotva o jednu sebe snazší zavadil, spatřuje v sobě dokonalého alpinistu ...“ (68). Kaleidoskop nehod je pochopitelně plný pádů s uvedenými jmény turistů a lezců, ale i méně obvyklých případů: „zahynul ... jistý mladík ..., vrazil si vlastní neopatrností alpskou sekerku do těla“, „bratři hodlali vystoupiti na Zugspitze ... bez vůdce ... dostali se na led ... upravovali si z počátku stupně kapesním nožem(!) ...“ (68), „Trhání alpských květin zaplatilo loni 5 osob životem“ (o rok později to bylo 13 úrazů, z nichž 9 bylo smrtelných a v roce 1905 20 osob a dalších 8 se zranilo; 67), „... sřítí se při botanizování evangelický farář ...“, „Jedna z dam následkem bodnutí hmyzu učinila prudký pohyb, vyklouzla...neokované boty zavinily také zde celé neštěstí“, „... ředitel ... vyklouzl a padal 40 m hluboko ..., až dvou jedlí se zadržel ...“, „Na průsmyku Albulském u Pontresiny, na krásné silnici, byla při rychlé jízdě mladá dáma z vozu vymrštnuta do propasti, hluboké několik set metrů“ (68), „V létě v Tatrách uvízl náhodou v medvědí pasti...“, „... zachytil se z neopatrnosti kořene, ten povolil ...“ (66).

V roce 1904 z ledovce Argentières (Chamonix-Mont-Blanc) vyrazil náhle proud roztáté vody „uchvátil francouzského kupce Miota i jeho nevěstu a její sestru. Síla vod byla tak značná, že Miot a jeho nevěsta mrštěni byli na balvany a zahynuli“ (70). Jindy „došlo k proboření do bažiny pokryté slabou vrstvou ledu“ (71), jiný nešťastník „sedl si na vosí hnízdo a vyplašené vosy jej přepadly. Následkem prudkých bezděčných pohybů ztratil rovnováhu a spadl“ (72).

„Jako kuriosum možno sem zařaditi... 14. srpna mezi Caldonazem a Pergiem při brigadním cvičení spadla dvě děla 30 m hluboko – cesta byla pouze o 1 dm širší než vzdálenost kol; při tom byli dva dělostřelci zraněni a čtyři koně zabiti“ anebo „... na Brienzském Rothornu jakýs turista sešlel a jal se provozovati skoky nesmyslné a životu nebezpečné...“ (67).

Nechybí ani tragédie způsobené zasažením bleskem, po pádech do ledovcových trhlin, zasypaním lavinou, pádem skal (může být způsoben i kamzíky), zřícením jisticích stanovišť, vytržením jisticích a zabezpečovacích prostředků na zajištěných cestách, utonutím v řece a neřádké případy mozkových či srdečních cévních příhod, často po vysílení. Statistika nehod v Alpách za rok 1899 uvedla 92 nehod, z toho 60 smrtelných (73), za rok 1900 132 resp. 91 (74), roku 1901 čítala 143 případů, z toho 91 smrtelných (75), v roce 1902 – 136 resp. 82 (76), v roce 1903 – 143 resp. 76 (77), roku 1904 – 191 resp. 111 (70) a roku 1905 – 225 resp. 91 (78).

Dalšími hrozbami v horách jsou zvrát počasí, omrzliny a podchlazení, avšak i úpal.

O. Laxa odhadl roku 1900 výskyt smrtelných úrazů v Alpách: „Páčí-li se dle loňského roku návštěva v alpských zemích průměrně na tři miliony a předpokládáme-li, že pouze jedna desetina pěstuje alpinismus, tu počet v horách zhybnulých objeví se zcela skrovný, obnáší asi 0,02 %.“ (73).

„Nejvíce úrazů událo se, kde turista konal turu ve společnosti. Jde-li více osob, tu odvaha bývá větší, aniž kdo uvažuje, zda společnost zúčastněných je taková, aby nahradila zkušeného vůdce“ (75).

Statistika nehod za rok 1899 ukázala „že vůdce konal výtečné služby v těch případech, kde hrozilo nebezpečí subjektivní, a to následkem nezkušenosti a neopatrnosti. Vidíme, že za těchto okolností v přítomnosti vůdce zahynula jedna osoba, bez vůdce ale ve společnosti jiných horolezců zabily se dvě, kdežto osamocení turisté zahynuli čtyři. Proto nevyškoleni nejděme do hor samotni! Ovšem nastanou-li objektivní nebezpečí, tu ani vůdce nepomáhá; před těmi není nikdo chráněn.“ (73).

Jištění? Na laně či bez lana?

V květnu roku 1905 byla pod stěnou Fölzsteinu (1953 m n. m.) ve východní části masivu štýrského Hochschwabu nalezena těla Dr. Viktora Wolfa, prof. Dr. Leo Petriče a G. Stoppera, kteří se vydali do jižní stěny. L.P. a G.S. byli spojeni lanem, mezi V.W. a L.P. bylo lano přetrženo. „Možná, že nebýti lana, jímž byli všichni tři účastníci spojeni, nebyl by onen pád kamenů zavinil záhubu celé partie“ (79).

Událost vzbudila diskusi o dilematu s lanem či bez lana: „... okolnost, že ani jeden z tříčlenné partie nevyvázl životem, kladli mnozí za vinu spojení lanem. Stará sporná otázka o užívání lana ožila... Spojení lanem je bez výhrady nutno na rozpukaných a zasněžených ledovcích. Při slézání obtížných skalních stěn může býti značně omezeno, turista může spojení lanem zamítnouti, aniž lze jeho jednaní považovati za neopatrné; ten, jenž první, v čele výpravy překonává obtíže cesty. Pro druhého, třetího atd. účastníka partie může býti lano s užitekem, ba může jej i před pádem zadržeti, má-li jen první bezpečné postavení. Sřítí-li se však první, spadne nejen k místu odkud druhý jej zabezpečuje, ale ještě o celou délku volného lana hlouběji; nastalým nárazem buď se lano může přetrhnouti (smrt dra. E. Zsigmondyho na Meije r. 1885), nebo může spadlý utrpěti smrtelná poranění vnější i vnitřní ..., nebo konečně mohou být strženi i ostatní účastníci a zahyne celá partie (loni na Fölzsteině?). Lano tedy při zdolávání exponovaných míst nejen že prvního lezce nijak nezabezpečuje, nýbrž může uvést i ostatní účastníky v nebezpečí – proto nelze u zkušeného lezce pokládati za neopatrnost, odmítne-li při překonávání těžkého a exponovaného místa zabezpečení lanem...“ (78).

V roce 1903 Alpský věstník publikoval *Výstrahu pro horolezce*, vydanou centrálním komitét švýcarského klubu alpského: „*Prosíme proto turisty, aby dbali následujících napomenutí:*

1. *Jen ten podnikni obtížný a nebezpečný výstup, komu tělesná síla, zdraví a vytrvalost to dovo-luje.*
2. *Nevěř nikdo, že každý výstup, který v tomto „průvodci“ je udán a doporučen, bez dalšího můžeš tak vykonati, jako shlédnutí památnosti nějakého města.*
3. *-li horstvo a nejsi-li dosti vycvičen, nepodnikni nikdy obtížný výstup bez dobrého vůdce. Nechoď také sám na obtížné tury neb přes ledovce.*
4. *Nezanedbávej nikdy účelnou výzbroj. Zvláště nepodnikni výstup bez dobře okutých bot.*
5. *Nenuť nikdy vůdce ku výstupu, jež by za odváž-ný označoval, ať již pro jeho nesnadnost neb jiné okolnosti.*
6. *Kde vůdce radí k návratu, buď pro nečas neb pro zratelnou osobní slabost turisty, aneb z jiných příčin, tu netrvej na pokračování ve výstupu.*
7. *Budiž si zejména povědom zodpovědnosti, kte-rou na sebe béřeš při nebezpečném výstupu jak za sebe a vlastní rodinu, tak také za vůdce a jeho rodinu.“ (80).*

Dr. O. Laxa k řečenému dodal „... kdo chce konati tury ve vysokých Alpách, aby uvážil svůj zdravotní stav a své síly, nezanedbával nutnou výzbroj, zao-patřil si zdatného vůdce a pozoren byl panujícího počasí. Ovšem opatrnosti těmi neodstraníme nikdy nebezpečí nenadálé; avšak dle dosavadních zku-šeností jest toto tak nepatrné, že rovná se téměř objektivnímu nebezpečí, jemuž jsou vydáni chod-ci v městech s elektrickými drahami, automobily, špatnou dlažbou a padajícími částkami domů na chodníky“ (77).

Dále Dr. Laxa píše: „Příčiny většiny nehod jsou sub-jektivní, spočívají na jednotlivci samotném, bývajíce způsobeny: 1) slepou odvahou, 2) přílišným přepíná-ním sil, 3) nedostatečným výzbrojem, nezkušeností a neopatrností... Úrazů následkem skutečně objek-tivních nebezpečí je skrovně. Vždyť Alpy samotné skýtají jen málo poměrně nebezpečí. Pád kamení, nový sních, lavinové dráhy, zakryté štěrby ledovců – toť celkem vše, co z objektivních nebezpečí ohro-žuje horolezce“ (77).

„Než co jest náhoda? Zdaž nezveme jí jen důsled-ky neznámých předpokladů? Kdybychom je znali, nebylo by náhod, naše závěry měly by se oč opří-ti a chyb bylo by vyvarováno. Zkušenost je klíčem, jenž nám otvírá říši náhod – a v našem případě i – nehod alpských. Mimo zkušenost vlastní nutno se však učit i ze zkušenosti cizích a po této stránce jsou alpské úrazy. – lépe řečeno vyšetření a sezná-ní jich příčin – jedním z nejvzácnějších pramenů, na nichž zbudovati lze pravidla platná pro slézání vysokých hor“ (69).

Záchranné akce ve slovinských Alpách

V srpnu 1908 potkala nehoda *Dr. Stojce* z Lublaně a učitele *Petrovčiče* z *Kranjske Gory* v severní stěně *Škrlatice* (2740 m n. m., Julské Alpy). V klíčo-vém místě, 150–200 m pod vrcholem, se *Dr. Stojc* zřítíl 20 m a těžce si zranil končetiny a hrudník. Po bouřce a mrazivém bivaku ponechal *Petrov-čič Stojcovi* všechny potraviny a většinu svého šatstva, sestoupil pro pomoc až do *Kranjske Gory*. Dvě záchranné skupiny vystoupily třetí den na vrchol, kde se ukázalo, že vůdce z *Kranjske Gory* a *Mojstrany* nejsou schopni záchranu uskutečnit, ač měli na vrcholu více než 150 metrů lan a dosta-tek skob. Vůdce *Pečar* se na laně přiblížil na 50 m ke *Stojcovi* a dále si netroufal. Ještě v noci se vyda-li na cestu zkušený vůdce a lezci z *Trenty*, ráno nastoupilo 6 mužů do stěny a dolezi před 8. hodi-nou k *dr. Stojcovi*, vyprostili jej ze stěny a po ošetře-ní následoval transport do *Kranjske Gory*. Ukázalo se, jak nedostatečně je organizována záchranná služba v Julských Alpách (81). Záchranné akce se zúčastnili lékaři *Josip Ticar* a *Jernej Demsar*, kteří v roce 1912 založili stanici horské záchranné služby *Kranjska Gora* (82).

Vojenský lékař generál zdravotnické služby MUDr. Jaromír Pečírka (1864–1933), horolezec a ento-molog

MUDr. Pečírka byl v horolezecké organizaci násle-dovníkem profesora Chodounského. Po vzniku samostatného Československa přešli členové českého odboru do *Klubu českých turistů* (pozdě-ji *Československých turistů*). Tento mnohočlenný a široce zaměřený spolek jim však nevyhovoval, a tak dne 24. 6. 1924 vznikl nejprve pod hlavičkou *Svazu lyžařů Československé republiky* samostatný lezecký *Alpinistický odbor*, který se již 13. 11. téhož roku osamostatnil na *Klub alpistů českosloven-ských* (KAČs). Prvním předsedou byl zvolen zkušený horolezec, tehdy šedesátiletý generál, šéf zdravot-nictva MUDr. *Jaromír Pečírka*, který podnikl řadu zajímavých výstupů nejen v Alpách a Dolomitech, ale také v severoamerických Kordillerách či na exo-tickém ostrově Jáva (3). Ještě v roce 1923 – v 80 letech – vystoupil na *Cevedale* (Monte Cevedale 3769 m n. m.) v Dolomitech (83).

Za čestného předsedu organizace byl zvolen zasloužilý velikán předválečné doby, mnohokrát zmíněný prof. MUDr. Karel Chodounský (3).

Pečírkovy názoru na alpismus – horolezectví souzněly s Chodounského fascinací horami: „*Alpi-smus je láska k horám od modrých, zelených jezer, po hrčících potocích, po hřmících vodopádech až nahoru k bělostným sněžům, věčným ledům a hrdým čelům, jež po tisíce věků zvedají se nade vším, co droboulinký člověk jmenuje svět a život.*“ (83).

„*Alpismus svlažuje těla i duše životem vyprahlá a jeho fyziologické účinky jsou podivuhodné. Když*

zde, doma, silněji klesne barometrický tlak, máte pocit nevůle, jste jako ochablí. Příroda ztichne, ptáci létají nízko a vy cítíte tíhu těla a jste jako malátní. Šli jste někdy za jasného ráno přes Seisenskou alpu? Nebylo vám tam do zpěvu? A je tam o 70 až 80 milimetrů tlaku méně než u nás. Je tam tak nízký tlak, jaký u nás zde dole nikdy nebývá a který ukazuje ještě hlouběji na stupnici, než bývalo na starých tlakoměrech vyznačeno: orkány a zemětřesení“ (83).

„Jsou to účinky zvrtné. Cítíte se volni. Tělo vaše jakoby je lehčí. Mysl máte rozjásanou tak, že byste se nejrady pustili v let s orlem, jenž se nad vámi vznáší. Tento stav těla i mysl jsou dosud biologické záhady. Paul Bert myslil, že přibývá rudých krevních tělísek. Mosso, který činil svá pozorování v Cappana Margherita na Monte Rose, 4.600 m vysoko, domnívá se, že krevních tělísek nepřibývá, ale že se soustřeďují pod kůží a okysličování děje se přímo pod povrchem – idea, která se zdá být blízka pravdě“ (83).

Profesor Chodounský o horách

Prof. Chodounský vydal průvodce „Saviňské Alpy“ (1900), spolupracoval na průvodci „Julské Alpy“ který vyšel roku 1902 a vydal o svých cestách po horách řadu publikací „Na horách. Upomínky z Alp a Tater“ (1893), „V Slovanských Alpách“ (1900) a další.

Závěr

Profesor MUDr. Karel Chodounský byl jedním ze zakládajících členů a předsedou první české horolezecké organizace – Českého odboru Slovinského

planinského družstva - a po celou dobu ovlivňoval jeho činnost (3). Byl propagátorem horské turistiky a horolezectví a zdůrazňoval především pozitivní vliv alpinismu na lidský organismus a prevenci začínajícího odcizení člověka vlivem neúprosně se rozvíjející industriální civilizace (84). Tak v r. 1903 říká v přednášce proslovené v „Alpském družstvu českém“ (4): „Jsme štváni kulturním životem vždy dál a dál do závratného víru lidských tužeb a přání, strastí a bojů – vždy více se odcizujeme prostému životu, jak se diviti, že interes velké části inteligence lidské se omezuje na tento vítr a že otupěl pro vše ostatní.“

Na námitky poukazující na nebezpečnost horolezectví reagoval slovy: „Alpismus není bez nebezpečí, tak jako jím není pražádný pravý sport ... naopak jde snaha alpismu k tomu, upozorňovati a varovati ... učí, jak vyhýbati se nebezpečí, jak mu čeliti, když nastane, ... zřizuje v horách rozsáhlá opatření k jejich omezení stavbou dobrých cest, ochranných chat, organisováním stavu vůdcovského atd.“ (4).

A nakonec slova Jaromíra Pečírky: „Víte nyní, co je alpismus? Obávám se, že nevíte ... Chcete-li to poznati, vezměte vak a poutnickou hůl, jděte do toho světa věčného ledu, vystupte na některý sněhobílý vrchol a poznáte zcela, co je to alpismus – a propadnete této lásce“ (85).

Kontakty:

MUDr. Ivan Rotman,
407 13 Ludvíkovice 71,
i.rotman@volny.cz

Literatura

- Jordán F. Češi a Slovinci v 19. a na začátku 20. století (jejich vztahy veřejné a politické). SpisyFF_176-1971-1_22.pdf. <https://1url.cz/TKKqo>. 1. 4. 2021.
- Rozhledy a zprávy. Jubileum profesora dr. Chodounského. Slovanský přehled V, 1902, str. 420–421.
- Procházka V ml. Z historie českého horolezectví. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/042/008709.pdf?seek=1329591920>.
- Chodounský K. Sport. Přednáška v Alpském družstvu českém (3. 3. 1903). Praha 1903. <https://1url.cz/hKz3w>,
- Květina J., prof. MUDr. K. Chodounský, jeden z tvůrců české (pražské a brněnské) farmakologie. In: T. Ambrus, M. Lisá (eds). Sborník přednášek z dějin farmakologie přednesených na odborných symposiích v roce 2009 a 2010. Sekce dějin farmacie České farmaceutické společnosti ČLS JEP, Praha 2010. S. 17–19. Tribun EU 2011. [https://www.cfs-clis.cz/Sekce/Sekce-dejin-farmacie/Cinnost-](https://www.cfs-clis.cz/Sekce/Sekce-dejin-farmacie/Cinnost-sekce/dokumenty/Sbornik-2009-2010_komplet.aspx)
- Wikipedie: Gustav Adolf Lindner. https://cs.wikipedia.org/wiki/Gustav_Adolf_Lindner. 1. 7. 2020. 23. 3. 2021.
- Král J. K počátku české turistiky v slovinských Alpách. Alpský věstník 16, 1914. 5: 65–69. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/210/029720.pdf> 21. 5. 2018.
- Král J. K počátku české turistiky v slovinských Alpách (dokončení). Alpský věstník 16, 1914, 6: 85–88. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/210/029721.pdf> 21. 5. 2018.
- Mašát M (2017). 120 let od založení Českého odboru Slovinského alpského družstva. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/229/032374.pdf>.
- Chodounský K. Povšechná orientace v Slovanských Alpách. Alpský věstník 6, 1904, 8: 125–133. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/209/029544.pdf> 16. 5. 2018.

11. Chodounský K. Orientační mapka slovanských Alp. Alpský věstník 3, 1901, č. 8, příloha. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/207/029362.pdf> 14. 5. 2018.
12. Chodounský K. K první orientaci ve Slovanských Alpách. Alpský věstník 3, 1901, 8: 129–138. 08 <https://www.horosvaz.cz/res/archive/207/029361.pdf> 14. 5. 2018.
13. Chodounský K. V Jezersku. Vzpomíná dr. K. Chodounský. Alpský věstník 7, 1904, 1: 1–5. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/209/029548.pdf> 16. 5. 2018.
14. Frank T. Výročí: 26. 7. 1900 otevření první české chaty v Alpách. www.lezec.cz <http://www.lezec.cz/clanky.php?key=11790>.
15. Jezero v Korutanech, východiště ku příští české ochranné chatě. Alpský věstník 1, 1898, 5: 65–67. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/207/029288.pdf> 21. 5. 2018.
16. Pelc M. Působení českého odboru Slovinského alpského spolku Z každodennosti česko-slovinských vztahů před rokem 1914. In: Slovanský přehled. Review for Central and Southeastern European History 44, 2008, 1: 151–167. <https://lurl.cz/mKt9o>.
17. Wikipedia: Jezersko (Slovenien). 16. 9. 2019. [https://de.wikipedia.org/wiki/Jezersko_\(Slovenien\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Jezersko_(Slovenien)).
18. Chodounský K. Jezero. Alpský věstník 9, 1905, 1: 1–5. 01 <https://www.horosvaz.cz/res/archive/209/029574.pdf> 16. 5. 2018.
19. Chodounský K. Lorenc Potočnik. Alpský věstník 14, 1912, 8: 113–117. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/210/029704.pdf> 21. 5. 2018.
20. Titulní strana prvního čísla Alpského věstníku Alpský věstník 1, 1898, 1:1. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/205/029005.pdf> 21. 5. 2018.
21. Ze slovanských Alp. Letošní návštěva Čechů ve slovanských Alpách. Alpský věstník 1, 1899, 3: 40–42. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/207/029298.pdf> 9. 5. 2018.
22. Chodounský K. Prestreljenik ve skupině Kaninské (z přednášky prof. Dra K. Chodounským, pořádané 8. října o společenském večeru českého odboru slov. Alp. družstva). Alpský věstník 1, 1898, 4: 53–55. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/209/029597.pdf> 21. 5. 2018.
23. Tury vykonané členy českého odboru slovinského alpského družstva v r. 1907. Alpský věstník 10, 1908, 5: 74. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/209/029597.pdf> 21. 5. 2018.
24. Tury vykonané členy českého odboru S. P. D. v roce 1909. Alpský věstník 12, 1910, 7: 111–114. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/210/029680.pdf> 21. 5. 2018.
25. Výkaz o turách, které vykonali členové českého odboru slov. alp. družstva v létě 1910. Alpský věstník 8, 1906, 6: 121–125. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/209/029569.pdf> 16. 5. 2018.
26. Chodounský K. Episodka z Julských Alp. Alpský věstník 15, 1913, 1: 7–11. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/210/029707.pdf> 21. 5. 2018.
27. Chodounský K. Náš společný výlet na Triglav. Vypravuje dr. K. Chodounský. Alpský věstník 1, 1898, 3: 83–85. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/206/029131.pdf> 21. 5. 2018.
28. Chodounský K. ml., Dvořák A. Razor. Napsali Dr. Karel Chodounský ml. A prof. Ant. Dvořák. Alpský věstník 3, 1900, 2: 21–25. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/207/029311.pdf> 10. 5. 2018.
29. Chodounský K. ml., Dvořák A. Razor. Napsali Dr. Karel Chodounský ml. A prof. Ant. Dvořák (dokončení). Alpský věstník 3, 1900, 3: 41–45. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/207/029312.pdf> 10. 5. 2018.
30. B. F. Dr. filosofie Karel Chodounský. 30. října 1900. Alpský věstník 3, 1900, 2: 30–31. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/207/029311.pdf> 10. 5. 2018.
31. Otevření České chaty. Alpský věstník 3, 1900, 1: 133–131. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/207/029309.pdf> 10. 5. 2018.
32. Chodounský K. Česká chata ochranná. Alpský věstník 2, 1899, 1: 1–6. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/207/029296.pdf> 9. 5. 2018.
33. Hrobařová M. Kopie obrazu z chaty Češka koča (1988). <https://www.horosvaz.cz/historie-horolezectvi/udalosti/53-prachensky-a-chodounsky/>.
34. J. Akademický kroužek o českém odboru slovinského alpského družstva. Chata v Koritnici. Alpský věstník 9, 1907, 5: 66. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/209/029586.pdf> 17. 5. 2018.
35. Slabáková H. Zprávy KČT. Usnesení konference Klubu českých turistů. Turista 2019. s. 64. https://casopisturista.cz/sites/default/files/soubory-casopis/turista_5_65-69_ver4.pdf 14. 11. 2020.
36. Chodounský K. Ivan Kunšič. Alpský věstník 1, 1899, 8: 124–125. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/207/029292.pdf> 21. 5. 2018.
37. R. Nový úkol našeho odboru? K úvaze předkládá R. Alpský věstník 3, 1900, 4: 59–61. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/207/029299.pdf> 9. 5. 2018.
38. Prešeren P. Alpine Museum a source of honour and pride for mountaineers and mountains. 4. 9. 2020. <https://slovenia.si/this-is-slovenia/alpine-museum-a-source-of-honour-and-pride-for-mountaineers-and-mountains/>.

39. Mareš L. Náš památník. Alpský věstník 10, 1907, 3: 33-34. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/209/029595.pdf> 21. 5. 2018
40. Vznikl Český odbor Slovinského planinského družstva 2017. 26. 6. 2017. <https://lideahory.cz/clanek/vznikl-cesky-odbor-slovinskeho-planinskeho-druzstva>. 18. 3. 2021.
41. Titulní strana nového Alpského věstníku. <https://1url.cz/0Ktnr>.
42. Výstava Marie Chodounské K. Alpský věstník 12, 1909, 2: 17-18. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/210/029675.pdf> 21. 5. 2018
43. Jesenská M. Výstava originálů Marie Chodounské. 20. 3. 2017. Ženský svět 21, 1917, 5-6: 104. Cituje Tereza Nejtková: Vybrané časopisecké texty Růženy Jesenské – edice a komentář. Diplomová práce. V Praze 11. 7. 2019. Filozofická fakulta Univerzity Karlovy, Ústav české literatury a komparistiky, <https://is.cuni.cz/webapps/zzp/download/120340328>. 18. 3. 2021.
44. Chodounská M. Podvečer v horách. <https://1url.cz/XKtnW>. 18. 3. 2021.
45. Chodounská M. U jezera. <https://1url.cz/JKtnw>. 18. 3. 2021.
46. Mareš L. Moje stanovisko 109-112. Alpský věstník 13, 1911, 4: 109-112. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/210/029689.pdf> 23.5.2018.
47. Růžička V. Několik myšlenek o ethickém momentu alpismu. Alpský věstník 13, 1911, 4: 106-109. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/210/029689.pdf> 23.5.2018.
48. Rott VJ. Kterak to bylo na té Kočně. Alpský věstník 10, 1909, 2: 21-25. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/210/029675.pdf> 21. 5. 2018.
49. Růžička V. Biologie v Alpách. Alpský věstník 15, 1913, 1: 1-4. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/210/029707.pdf> 21. 5. 2018.
50. Růžička V. Biologie v Alpách. Alpský věstník 15, 1913, 2: 21-25. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/210/029708.pdf> 21. 5. 2018.
51. Růžička V. Biologie v Alpách. Alpský věstník 15, 1913, 3: 36-39. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/210/029709.pdf> 21. 5. 2018.
52. Růžička V. Biologie v Alpách. Alpský věstník 15, 1913, 4: 52-53. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/210/029710.pdf> 21. 5. 2018.
53. Růžička V. Biologie v Alpách. Alpský věstník 15, 1913, 6: 77-79. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/210/029712.pdf> 21. 5. 2018.
54. Růžička V. Biologie v Alpách. Alpský věstník 16, 1914, 2: 20-22. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/210/029717.pdf> 21. 5. 2018.
55. Růžička V. Biologie v Alpách. Alpský věstník 16, 1914, 4: 54-57. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/210/029719.pdf> 21. 5. 2018.
56. Chodounský K. Horský sport. Dr. Richard Paasch, Berlín. Alpský věstník 13, 1911, 4: 54-55. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/210/029689.pdf> 23. 5. 2018
57. Burtscher M, Gnaiger E, Burtscher J, Nachbauer W, Brugger A. Arnold Durig (1872-1961): Life and Work. An Austrian Pioneer in Exercise and High Altitude Physiology. High Alt Med Biol 13, 2012, 3: 224-231.
58. Gunga H-Ch, Prell R. Dünne. Thin air and strong bonds. Austrian-German contributions to the history of high altitude physiology and the role of Nathan Zuntz (1847-1920) and Arnold Durig (1872-1961). In: Schobersberger W, Schobersberger B, Sumann G, Domej W (eds). Jahrbuch 2014. Österreichische Gesellschaft für Alpin- und Höhenmedizin. Innsbruck 2014. S. 19-48.
59. Chodounský K. Prof. Durig (Hyg. Des Sports. Berlin 1910): Výměna látek a energie při sportu alpském. Alpský věstník 13, 1911, 5: 66-69. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/210/029690.pdf> 21. 5. 2018
60. Chodounský K. Vysílení při sportu. Alpský věstník 14, 1912, 8: 124-125. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/210/029681.pdf> 21. 5. 2018
61. R. Snížený tlak vzduchu a nemoc horská. Prof. Dr. G. Kabrhel. Časopis pro veřejné zdravotnictví (Úvahy a rozpravy zdravotnické. Čís. 7) IV, č. 1, 1902. Alpský věstník 4, 1902, 6: 94-95. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/208/029367.pdf> 14. 5. 2018
62. Wikizdroje: Ottův slovník naučný/Aklimatace. <https://1url.cz/BKt5T>. 4. 12. 2015.
63. R. Různé zprávy. Jak se orientujeme v krajině. Alpský věstník 3, 1900, 1:149. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/207/029309.pdf> 10. 5. 2018
64. Laxa O. O salašnictví a mlékařství v Julských Alpách. Alpský věstník 9, 1907, 7: 109-112. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/209/029588.pdf> 17. 5. 2018
65. Flídrová J. Úloha a význam regionální gastronomie. Diplomová práce. Vysoká škola hotelová v Praze 8. 2015. https://is.vsh.cz/th/bbyun/Uloha_a_vyznam_regionalni_gastronomie.pdf.
66. Laxa O. Úrazy v Alpách r. 1903. Alpský věstník 6, 1904, 6: 96-98. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/209/029542.pdf> 16. 5. 2018
67. J. Z. R. Úrazy v Alpách roku 1905. Alpský věstník 8, 1906, 6: 97-102. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/209/029569.pdf> 16. 5. 2018.
68. Neštěstí v horách. Alpský věstník 1, 1899, 3: 43-44. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/207/029298.pdf> 9. 5. 2018

69. Laxa O. Úrazy v Alpách r. 1899. Sestavil Otakar Laxa. Alpský věstník 2, 1900, 6: 84–86. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/207/029305.pdf> 10. 5. 2018
70. Laxa O. Úrazy v Alpách roku 1904. Alpský věstník 7, 1905, 6: 94–98. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/209/029553.pdf> 16. 5. 2018
71. Laxa O. Úrazy v Alpách roku 1904. Alpský věstník 7, 1905, 8: 128–130. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/209/029561.pdf> 16. 5. 2018
72. Laxa O. Úrazy v Alpách roku 1900. Alpský věstník 3, 1900, 5: 73–76. 05 <https://www.horosvaz.cz/res/archive/207/029304.pdf> 10. 5. 2018
73. Laxa O. Úrazy v Alpách r. 1899. Alpský věstník 2, 1900, 8: 121–123. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/207/029307.pdf> 10. 5. 2018
74. Laxa O. Úrazy v Alpách r. 1900. Alpský věstník 3, 1901, 7:–113 118. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/208/029366.pdf> 14. 5. 2018
75. Laxa O. Úrazy v Alpách r. 1901. Alpský věstník 4, 1902, 8: 124–128. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/208/029371.pdf> 14. 5. 2018
76. Laxa O. Úrazy v Alpách r. 1902. Alpský věstník 5, 1903, 7: 106–111. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/208/029384.pdf> 14. 5. 2018
77. Laxa O. Úrazy v Alpách r. 1903. Alpský věstník 6, 1904, 8: 133–137. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/209/029544.pdf> 16. 5. 2018.
78. J. Z. R. Úrazy v Alpách r. 1905. Alpský věstník 8, 1905, 8: 130–132. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/209/029561.pdf> 16. 5. 2018.
79. J. Z. R. Úrazy v Alpách roku 1905. Alpský věstník 8, 1905, 7: 113–119. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/209/029560.pdf> 16. 5. 2018.
80. Laxa O. Úrazy v Alpách r. 1902. Alpský věstník 5, 1903, 6: 88–91. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/208/029383.pdf> 14. 5. 2018.
81. Chodounský K. Ze slovanských Alp. Alpský věstník 12, 1909, 1: 9–14. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/210/029674.pdf> 21. 5. 2018.
82. Mountain Emergency Medicine. H. Brugger, K. Zafren, L. Festi et al. (eds.). 672 stran. Editorial Edra 2021, s. 11.
83. Pečírka J. Alpismus. Úvahy zesnulého předsedy gen. MUDr. J. Pečírky uveřejněné v listopadu 1924 v „Zimním Sportu“. Věstník Klubu alpinistů československých v Praze 2, 1935, 3: 35–36. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/041/008675.pdf>.
84. Wolf J. Horská medicína u nás. In: Aktuální problémy horské medicíny. Diagnostické a léčebné metody v horách. Sborník přednášek I. Pelikánova semináře, Praha 1990, s. 22–27. <http://www.horska-medicina.cz/wp-content/uploads/2020/10/01Pelikan1990.pdf>.
85. Pečírka J. Alpismus (dokončení). Úvahy zesnulého předsedy gen. MUDr. J. Pečírky uveřejněné v listopadu 1924 v „Zimním Sportu“. Věstník Klubu alpinistů československých v Praze 2, 1935, 5: 62. <https://www.horosvaz.cz/res/archive/041/008677.pdf>.

Poznámka: V citovaných textech byly ponechány archaické tvary i gramatika.