

MAUNAKEA 登山須知

高山反應

頂峰海拔高度為 13,796 英尺 (4,205 米)。高山缺氧會導致氣短並影響思維判斷能力。山頂銳減的大氣壓可能產生高山反應或其他嚴重甚至威脅生命的反應，例如肺水腫和腦水腫。此外，頂峰上大氣層相對稀薄，紫外線對皮膚與眼睛的危害增加，特別是在地面有積雪的時候。

登頂之前的準備

- 在登頂之前，需在位於 9,200 英尺 (2,804 米) 高的遊客服務站 (Visitor Information Station) 適應至少半小時。這會有助於減少高山反應。如果在這個高度就有不適的感覺，務必停止繼續前行
- 塗防曬霜並穿上防寒衣物，戴好墨鏡
- 徒步旅行者應在遊客服務站登記，一定要結伴出行
- 上山之前和在山上期間，千萬不能飲用含酒精的飲料

高危人群

以下高危人群應避免登上超過遊客服務站的海拔高度：

- 妊娠婦女
- 行動不便者
- 心臟或肺功能不全者
- 16 歲以下兒童 (因尚未發育完全，高山反應可能致永久性傷害)

高山反應的症狀

- 頭疼
- 奢睡
- 噁心
- 神誌不清
- 站立不穩
- 判斷力缺失

肺水腫和腦水腫的症狀

- 劇烈頭痛
- 噁心
- 呼吸困難
- 咳嗽
- 嘴唇或指甲青紫
- 方向感缺失
- 極度奢睡 (甚至昏迷)

如果以上症狀持續或加重，應立即下山以避免造成生命危險！

雪上游樂

由於部分山坡地勢陡峭並伴有突出的岩石，為了您的生命安全，禁止使用以下游樂器材：內胎，衝浪板，任何不具備剎車或方向控制裝置的器材。

此外，鑑於 Mauna Kea 敏感的自然環境與歷史文化背景，為了您和他人的生命安全，禁止使用雪橇及任何越野車輛。

**Maunakea 不具備提供團體雪上游樂的設備與基礎設施
遊客本人承擔一切雪上游樂的風險**

在冬季，山頂上的天文台和其它建築物上會結冰。這些冰在融化時會有大塊冰坨落下，會危害人與車輛的安全。

天文台和其它建築物上結冰時，請勿靠近！

天氣

山上的天氣瞬息萬變，可能導致惡劣天氣諸如嚴寒，暴風雪，或時速高達每小時 100 英里的強風。漂浮的雪霧造成的白化現象會導致能見度喪失。道路也會由於積雪，凍霧，結冰而變得危險或無法通車。因惡劣天氣滯留山頂的遊客處於極其危險的境地。惡劣天氣可能持續長達一周而阻礙及時的救援。因惡劣天氣滯留山頂的遊客應守在車裡。

遊客需知：

- 備足禦寒衣物
- 一遇天氣情況惡化，請立即撤離

路況

從遊客服務站到山頂的路有約 8 英里長。開始的 5 英里路面是未經鋪砌的。部分道路狹窄（甚至不容錯車），坡度大，路面有碎石或石塊，容易打滑。遇有清道和道路維護車輛時，遊客應停車讓其通過。路面結冰和有雪時，請加大車距。另外要小心行人與其它車輛。在清晨與黃昏時，小心陽光刺眼。

遊客需知：

- 使用四輪驅動車輛
- 減速行駛（注意限速為 25 mph）
- 始終使用四輪驅動的低速檔（LOW RANGE）以減少剎車失靈和過熱

偏遠的地理位置

Mauna Kea 地處非常偏遠的地理位置。遠離公共交通，餐飲及加油站服務。天文台不對遊人開放。遊客服務站只提供有限的衛生間設施。高於遊客服務中心的山頂只有一部公用緊急電話，位於夏威夷大學 88-inch 望遠鏡人口處。Saddle Road, Mauna Kea Access Road 和山頂的手機信號沒有保證。因此，上山前應車輛應進行保養，尤其是剎車，並加夠汽油足以返回 Hilo 或 Waimea。緊急服務，包括醫療，通常需要 2 小時才能到達。

遊客安全自己負責
 未成年人必須有成年人全程陪同
 旅遊風險自擔

聯繫方式

- 緊急電話： 911
- 遊客服務站： 961-2180
- 冬季天氣預報： 935-6268（錄音）

OFFICE OF MAUNAKEA MANAGEMENT & MAUNAKEA SUPPORT SERVICES
 UNIVERSITY OF HAWAII