

ДОНЕЦКАЯ ОБЛАСТНАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА

ОТЧЁТ

о горном туристском спортивном походе
второй категории сложности
по Центральному Кавказу, Грузия,
совершённом с 12 июля по 23 июля 2011 года

Маршрутная книжка № 15/11

Руководитель группы Костогрыз А.Н.

Адрес руководителя: 83080, Донецк,

E-mail: akostogryz@gmail.com

Маршрутно-квалификационная комиссия рассмотрела отчёт и считает,
что поход может быть зачтён всем участникам и руководителю
_____второй _____ категории сложности

Отчёт использовать в архиве Донецкой ОМКК

штамп МКК

г. Донецк, 2013 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Содержание	2
1 Справочные сведения о походе.....	3
1.1. Общие сведения.....	3
2 Организация похода	5
2.1. Общие сведения, идея похода.....	5
2.2. Подъезд к началу маршрута, выезд с маршрута	5
2.3. Причины изменения маршрута.....	6
2.4. План похода	6
3 Итоги, выводы и рекомендации по прохождению маршрута	7
4. Список контактов, использованной литературы и других источников информации.	7
Приложение А. Организация питания и примерная раскладка продуктов.....	8
Приложение Б. Примерный Состав аптечки	11
Приложение В. Примерный Состав ремнабора	19
Приложение Г. Записки с перевалов	20
Приложение Д. Фотоматериалы	23

1 СПРАВОЧНЫЕ СВЕДЕНИЯ О ПОХОДЕ

1.1. Общие сведения

Горный поход второй (по факту) категории сложности совершался с 12 июля по 23 июля 2011 года группой туристов из г. Донецка на Центральном Кавказе в районе г. Казбек по маршруту:

Сел. Коби – с. Кетриси – пер. Эси Высокий (1Б, 3460) – оз. Келицад – пер. Хорисар Южный (1Б, 3430) – с. Окрокана – ущ. Мнаиси-дон – пер. Шерхота Северный (1Б, 3700) – пер. Квесия (1Б, 3700) – пер. Орцвери Восточный (1Б, 3700) – Казбекская Метеостанция – радиально пер. Казбекский (2А, 4435) – г. Казбек (2А альп., 5033) – Казбекская Метеостанция – с. Казбеги.

Протяжённость пешеходной части маршрута 91 км.

Группа была на активной части похода 12 дней, из них две днёвки.

За время прохождения маршрута было пройдено 5 перевалов, один перевал радиально и одна вершина, а именно:

1. Перевал Эси Высокий (р. Эсиком-дон - Кельское вулканическое плато, 1Б, 3460).
2. Перевал Хорисар Южный (Кельское вулканическое плато – р. Хорисар-дон, 1Б, 3430).
3. Перевал Шерхота Северный (р. Мнаиси-дон – р. Квесия, 1Б, 3700).
4. Перевал Квесия (р. Квесия – лев. приток р. Квесия, 1Б, 3700).
5. Перевал Орцвери Восточный (лед. Квесия – лед. Гергетский, 1Б, 3700).
6. Перевал Казбекский (лед. Гергетский – Казбекское плато, 2А, 4435).
7. Гора Казбек (2А альп., 5033).

1.2 Состав группы

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Год рожд	Обязанность в группе	Разряд	Туристский опыт	Домашний адрес, телефон
1	Костогрыз Алексей Николаевич	1951	Руководитель	МСУ	5Р, Северный Тянь-Шань	г. Донецк
2	Телятников Александр Олегович	1979	Участник	3р.	3У, Северный Тянь-Шань	г. Донецк
3	Крылова Светлана Владимировна	1957	Участник	3р.	5У, Северный Тянь-Шань	г. Донецк
4	Митенков Николай Николаевич	1984	Медик	3р.	2У, Западный Кавказ	Донецкая обл., г.Константиновка

Заявочные материалы рассматривались в Донецкой ОМКК.

Шифр МКК: 105-00-40552002.

Местонахождение отчёта: архив Донецкой ОМКК.

2 ОРГАНИЗАЦИЯ ПОХОДА

2.1. Общие сведения, идея похода

Основной мотивацией похода в Грузии была обещанная лёгкость передвижения в пограничной зоне. Якобы и пропуска вовсе не нужны. Иди, куда хочешь. Поскольку получить пропуск у российских пограничников стоит огромных трудов и затрат времени, а результат проблематичен и подчас становится известен только по приезду к началу маршрута, то мы «купились». Увы... Пропуска нужны, многие зоны закрыты, желательно договариваться заранее, но!.. Всё это делается быстрее, чем в России. Двухмесячный срок для оформления пропусков не обязателен. Можно при хорошем раскладе оформить всё за день – два, особенно, если было предварительное согласование по телефону или электронной почте. А такое согласование возможно, потому что вполне реально найти контакты ответственных лиц, старших офицеров пограничного департамента Грузии. И эти самые офицеры охотно общаются по интересующим нас вопросам и стараются положительно рассмотреть наши просьбы.

Заявлен был поход 4 к. сл., но пограничники нас выпустили только по маршруту с перевалами 1Б и разрешили восхождение на Казбек от Метеостанции. Изменения в маршруте согласовали с выпускающей МКК по телефону и получили разрешение идти изменённым маршрутом.

2.2. Подъезд к началу маршрута, выезд с маршрута

Автотранспортом до Успенки, затем двумя автобусами до Ростова. Оптимально из Успенки до Ростова – электричкой, но мы опоздали на неё.

Из Ростова в семь вечера автобус идёт до Владикавказа. В пути 12 часов.

Из Владикавказа до Казбеги на такси, может быть попутная машина, но всё равно искать надо на автовокзале. Коби стоит на трассе до Тбилиси, ходят маршрутки и такси.

Обратно домой ехали тем же порядком. Из Казбеги выехали попутной машиной («голосовали» за мостом, на выезде). Это немного дешевле, чем на такси. Из Владикавказа прямой автобус на Ростов опаздывает на успенскую электричку. Поэтому выехали в 15 часов краснодарским автобусом и в Невинномысске сделали пересадку.

2.3. Причины изменения маршрута

На заявленный маршрут нас не выпустили пограничники, поскольку он несколько раз пересекал государственную границу. То, что они нам предложили – это пять перевалов 1Б к. сл. и восхождение на Казбек. Ситуация оказалась для нас неожиданной, глобального запасного варианта у нас не было. Мы просто были не готовы к такому отказу, поэтому согласились на то, что нам разрешили, иначе надо было просто с места уезжать домой, нигде не побывав. Из пяти предложенных перевалов дома готовили только один. Взяли координаты и описания всех перевалов у львовян, которых встретили там, согласовали по телефону с выпускающей МКК новый маршрут и пошли.

2.4. План похода

Даты	Дни пути	Участки маршрута	Протяжённость	Способы передвижения
1	12.07	сел. Коби – с. Кетриси	15 км.	пешком
2	13.07	м.н.(место ночёвки)–истоки Эсиком-дон	8 км	пешком
3	14.07	м.н. – пер. Эси Высокий (1Б, 3460) – оз. Келицад	6 км	пешком
4	15.07	м.н. – пер. Хорисар Южный (1Б, 3430) – с. Окрокана	15 км	пешком
5	16.07	Днёвка		
6	17.07	м.н. – ущ. Мнаиси-дон	7 км	пешком
7	18.07	м.н. – подход к перевалу Шерхота Северный (1Б, 3700)	7 км	пешком
8	19.07	м.н. – пер. Шерхота С.–истоки р. Квесия	4 км	пешком
9	20.07	м.н. – пер. Квесия (1Б, 3700) – пер. Орцвери Восточный (1Б, 3700) - Казбекская Метеостанция	7 км	пешком
10	21.07	Днёвка		
11	22.07	м.н. - радиально пер. Казбекский (2А,4435) – г. Казбек (2А альп., 5033) – Казбекская Метеостанция	8 км.	пешком
12	23.07	м.н. – с. Казбеги	14 км	пешком
			91 км	

Расчёт пройденного расстояния выполнен с помощью программы OziExplorer с учётом соответствующих коэффициентов.

Маршрут в полном объёме пройден всеми участниками.

3 ИТОГИ, ВЫВОДЫ И РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОХОЖДЕНИЮ МАРШРУТА

В районе Приказбечья и на восток от ВГД по территории Грузии можно делать походы, хотя близко к границе пускаться не будут. Всё это можно узнать заранее по телефону или, ещё лучше, в переписке.

Отношение местного населения и официальных лиц к нам нормальное, лояльное. С молодыми людьми общение на русском языке может оказаться затруднительным, а предлагаемые ими западноевропейские языки не подходят нам для разговора. В посёлках снять жильё (и с питанием тоже) можно. Некоторые говорят, что в Карпатах это получается дороже. Цены на продукты сравнимы с нашими. Проживание в гостиницах Тбилиси и Батуми дорогое.

По самому маршруту особенных комментариев нет, поскольку группа готовилась пройти «четвёрку». Как-то и не заметили, что прошли, кроме Казбека. Единственно, что можно сказать, при подъёме из ущелья Мнаиси-дон возможно надо пройти ещё вверх по ущелью какое-то время, полчаса-час (?), чтобы обойти довольно крутой травянистый склон, по которому мы поднялись без тропы под перевал.

4. СПИСОК КОНТАКТОВ, ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И ДРУГИХ ИСТОЧНИКОВ ИНФОРМАЦИИ.

1. Высокогорные перевалы. - М.: Издательство "Прест", 2001 г. -
<http://www.mountain.ru/useful/dictionaries/2006/klass/kavkaz.shtml>
2. Правила соревнований по спортивному туризму – г.Киев, Федерация спортивного туризма Украины, 2008 г.
3. Отчет о горном походе 2 к.с. по Центральному и Восточному Кавказу (Грузия), <http://www.tkg.org.ua/node/17343>

ПРИЛОЖЕНИЕ А. ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ И ПРИМЕРНАЯ РАСКЛАДКА ПРОДУКТОВ

Раскладка по продуктам составлялась нами не первый год по проверенной программе Outdoor Food Ration Calculator (версия 2.0.5.44). Удобство этой программы состоит в том, что ты задаешь параметры похода (категорию сложности, количество участников, продолжительность похода), создаешь меню «на свой вкус и цвет» и программа автоматически считает вес продуктов на человека, группу и рассчитывает на все дни. А также дает рекомендации по калорийности рациона, что немаловажно для спортивного похода.

Все закупки продуктов и дальнейшая их расфасовка, и упаковка проводилась в г. Донецке

Старались воспринимать новинки, найденные в чужих отчётах, пытались придумать что-то своё.

Продолжаем брать семечки чищенные, жареные и сырые. Взяли пересушенной тюльки (азовской), вяленой и копчёной на перекусы и как добавку. Попробовали кашу с тюлькой сделать, но особого восторга не было, наверное, много положили. Вообще, полагаем, что можно тюльку добавлять в супы и каши. Пересушенная она имеет малую массу и хорошо хранится в условиях похода.

Брали чечевицу для супа.

Спокойно можно брать для перекусов мясо в вакуумной упаковке на первые 10 дней (а может и 15!).

Хорошо получилось сушить для супов и каш рыбу (филе толстолобика), мясо (филе куриное), печень свиную. Сушили дома в духовке, необходимо пересушивать для хорошей сохранности. Предварительно варили до готовности, а потом сушили.

В «горючку» (мёд, орехи, курага) ввели новый элемент – сухое какао. Нам понравилось. Какао следует класть достаточно, тогда получается хороший шоколадный продукт.

Далее приведена таблица по общему списку продуктов:

N п/п	Наименование	На человека в день				
		ККал	Вес,г	Белки, г	Жиры, г	Углев, г
1	Хлеб пшеничный лучший	62	23	1,33	0,12	12,9
2	Гречка	78	25	2,18	0,57	15,67
3	Говядина тушеная консерв.	4	2	0,39	0,29	0,01
4	Соль	0	5	0	0	0
5	Чай	0	4	0	0	0
6	Сахар кусковой	99	25	0	0	24,67
7	Рахат лукум	7	2	0	0	1,65
8	Макаронь,лапша,вермишель	73	22	2,02	0,17	15,36
9	Свинина тушеная консерв.	13	5	0,9	1	0,08
10	Кетчуп	1	1	0,05	0	0,21
11	Изюм (виноград вял.с кост)	33	11	0,21	0	8,07
12	Курага (абрикосы вял.без кост)	15	5	0,28	0	3,51
13	Мед	17	5	0,02	0	4,12
14	Орехи грецкие	67	11	1,47	6,04	1,26
15	MacCoffee	9	2	0,07	0,18	1,91
16	Колбаса сырокопченая	90	21	4,25	7,79	0
17	Сыр 45% жирности	34	10	2,06	2,62	0,19
18	Арахис в кунжуте	8	2	0,09	0,29	1,1
19	Хлеб ржаной	7	4	0,18	0,04	1,53
20	Сахар	50	12	0	0	12,47
21	Пряники	7	2	0,2	0	1,61
22	Рыба консервированная в масле	28	5	0,18	2,85	0,07
23	Морковь сушеная	11	4	0,55	0	2,31
24	Лавровый лист	0	0	0	0	0
25	Рис	10	3	0,2	0,03	2,22
26	Пшено	38	12	0,98	0,27	7,28
27	Масло топленое	63	7	0	6,8	0
28	Карамель с фруктовой начинкой	35	10	0	0	8,67
29	Сало свиное соленое	195	26	0,48	20,74	0
30	Лук репчатый	3	7	0,13	0	0,59
31	Батончики ореховые	8	2	0,17	0,56	0,66
32	Сухари пшеничные	268	80	8,4	0,96	54,8
33	Мясо сублимированное	50	8	2,5	4,17	0
34	Картофель	8	10	0,17	0	1,96
35	Лук репчатый сушеный	7	3	0,45	0	1,35
36	Кисель фрукт-ягодн.конц.сухой	7	7	0,01	0	1,15
37	Горох	17	6	0,89	0,12	2,84
38	Печенье сахарное	73	18	1,77	1,75	12,07
39	Овсяные хлопья "Геркулес"	37	12	1,34	0,76	6,12
40	Молоко сухое	27	6	1,51	1,37	1,43
41	Козинаки	39	8	1,46	2,45	2,85
42	Супы в пакетах	22	6	0,17	0,28	0,55
43	Пшеничная крупа "Артек"	38	12	1,46	0,08	8,38
44	Какао порошок	7	2	0,46	0,39	0,35
45	Баранки, сушки	17	6	0,55	0,03	3,63
46	Сыр 40% жирности	17	6	1,31	1,16	0,2

N п/п	Наименование	На человека в день				
		ККал	Вес,г	Белки, г	Жиры, г	Углев, г
47	Печенье "полено"	7	2	0,17	0,16	1,13
48	Сухари дорожные	8	2	0,22	0,02	1,53
49	Шоколад молочный десертный	5	1	0,07	0,38	0,42
50	Капуста сушеная	9	4	0,52	0	1,82
51	Сухофрукты в ассортименте	7	3	0,08	0	1,72
52	Семечки	17	4	0,56	1,86	0,45
53	Бананы вял.	6	2	0,07	0,03	1,62
54	Карамель с ореховой начинкой	6	1	0,04	0,13	1,06
55	Сыр 50% жирности	21	6	1,19	1,68	0,14
56	Конфеты шок. Грильяж	6	2	0,04	0,14	1,11
57	Чеснок	1	1	0,06	0	0,24
58	Печенье сухое	15	4	0,43	0,53	2,11
59	Шоколад ванильный	5	1	0,05	0,31	0,52

ПРИЛОЖЕНИЕ Б. ПРИМЕРНЫЙ СОСТАВ АПТЕЧКИ

Список аптечки ориентировочный. Он, возможно, избыточный, поскольку предполагалась всё-таки «четвёрка». Кроме того, в данном случае аптечка собиралась доктором «под себя».

Наименование	Кол-во	Предназначение
Адреналин	2 амп	Анафилактический шок, терминальное состояние: в/в медленно 0.1-0.25 мг разведенных в 10 мл 0.9 % раствора NaCl, при необходимости продолжают в/в капельное введение в концентрации 0.1 м/мл. Когда состояние пациента допускает медленное действие (3-5 мин), предпочтительнее введение в/м (или п/к) 0.3-0.5 мг в разбавленном или неразбавленном виде, при необходимости повторное введение — через 10-20 мин (до 3 раз).
Анальгин	5 амп	При болях. Может применяться при сотрясении мозга.
Анальгин	20 табл	
Аспирин	20 табл	При температуре больше 38 градусов
Белластезин	20 табл	Показания: Гиперацидный гастрит; желудочная, желчная, кишечная колика. Внутрь, по 1 таблетке 2-3 раза в день.
Бинт	5 шт	Для перевязок
Бинт эластичный	1 шт	Для демобилизации суставов
Бисакодил	10 табл	Слабительное средство. Действие наступает через 6 ч при приеме внутрь (при приеме перед сном - через 8-12 ч).
Валерианка	10 табл	В качестве седативного лекарственного средства применяется при повышенной нервной возбудимости, бессоннице. В составе комбинированной терапии — при мигрени, истерии, спазмах органов ЖКТ, почечной и печеночной коликах.
Валидол	10 табл	Оказывает умеренное рефлекторное сосудорасширяющее действие, обладает седативным эффектом. Является эффективным средством при головной боли, вызванной приемом нитратов. Неврозы, истерия, стенокардия (приступ болевых ощущений, главным образом за грудиной, реже в области сердца). Применяют сублингвально. Таблетку следует держать под языком до полного растворения. Разовая доза для взрослых составляет 1-2 таб., суточная — 2-4 таб.
Вата	1 уп.	Для наложения повязок, обеззараживания
Грипекс	20 табл	Препарат на основе парацетамола. См. описание парацетамола.
Дексаметазон	5 амп	Оказывает противовоспалительное, противоаллергическое, десенсибилизирующее, иммунодепрессивное,

Наименование	Кол-во	Предназначение
		<p>противошоковое и антитоксическое действие.</p> <p>Для парентерального введения: шок различного генеза; отек головного мозга; астматический статус; тяжелый бронхоспазм; тяжелые аллергические реакции (отёк Квинке, дерматоз, анафилактический шок, переливание сыворотки, пирогенные реакции); острые гемолитические анемии, тромбоцитопения, острая лимфобластная лейкемия, агранулоцитоз; тяжелые инфекционные заболевания (в сочетании с антибиотиками); острая недостаточность коры надпочечников; острый круп; заболевания суставов (компрессионная невралгия, остеохондроз, артриты различной этиологии, остеоартроз).</p> <p>Внутрь при тяжелых заболеваниях в начале лечения назначают до 10-15 мг/сут, поддерживающая доза может составлять 2-4.5 мг и более в сут. Суточную дозу делят на 2-3 приема. В небольших дозах принимают 1 раз/сут утром.</p> <p>При парентеральном применении вводят в/в медленно (при острых и неотложных состояниях); в/м; возможно также периартикулярное и внутрисуставное введение. В течение суток можно вводить от 4 до 20 мг дексаметазона 3-4 раза. При достижении эффекта дозу снижают с интервалом в несколько дней до достижения поддерживающей дозы или до прекращения лечения.</p>
Диазолин	20 табл	<p>Оказывает противоаллергическое, противозудное, антиэкссудативное, а также слабое седативное действие. Крапивница; экзема; кожный зуд; аллергический ринит; аллергический конъюнктивит; кожная реакция после укуса насекомого; бронхиальная астма (в составе комбинированной терапии).</p> <p>Диазолин назначают внутрь после еды по 100—300 мг в сутки. Максимальные дозы: разовая — 300 мг, суточная 600 мг.</p>
Димедрол	5 амп	<p>Димедрол применяют при лечении аллергических заболеваний, аллергических осложнений от приема различных лекарств, в том числе антибиотиков.</p> <p>Применяют также димедрол как успокаивающее и снотворное средство.</p> <p>Назначают димедрол внутрь, внутримышечно, в вену, местно (накожно, в виде глазных капель, на слизистую оболочку носа); вводят также ректально. Под кожу не вводят из-за раздражающего действия. В мышцы вводят 0,01—0,05 г в виде 1 % раствора, в вену — капельным методом 0,02—0,05 г димедрола в 75—100 мл изотонического раствора натрия хлорида.</p>
Димексид	1 фл	<p>Для уменьшения воспалительных и болевых явлений при ушибах, растяжении связок, травматических инфильтратах. Переносит другие л/с через кожные барьеры. Применяют в виде аппликаций. В растворе (обычно 50% раствор, а для кожи лица и других высокочувствительных участков кожного покрова — 10-30% раствор) смачивают салфетки, которые накладывают на поражённое место на 20-30 мин 1 раз в день; салфетки накрывают полиэтиленовой плёнкой, а сверху — хлопчатобумажной или льняной тканью.</p>
Звёздочка (Золотая звезда)	1 уп	<p>Симптоматическое средство для облегчения состояния при ОРЗ: грипп, головокружение, головная боль, простудные заболевания. Насморк (как симптоматическое средство в комплексной терапии), укусы насекомых.</p> <p>Не следует применять бальзам при повреждении целостности кожи, гнойничковых заболеваниях</p>

Наименование	Кол-во	Предназначение
Зелёнка	1 фл	Наружно, наносят на поврежденную поверхность, захватывая окружающие здоровые ткани. Несовместим с дезинфицирующими лекарственными средствами, содержащими активный йод,
Йод	1 фл	Для обеззараживания, при повреждениях Обрабатывают вокруг раны, внутрь раны не наносят
Кетанов	20 табл	Мощный ненаркотический анальгетик пролонгированного действия. Действие препарата начинается через 1 ч, достигает максимума через 2–3 ч и продолжается 8–12 ч. ПОКАЗАНИЯ: острый болевой синдром высокой и средней интенсивности при травмах, зубной боли, при онкологических заболеваниях, миалгии, артралгии, невралгии, радикулите, вывихах, растяжениях, ревматических заболеваниях. ПРИМЕНЕНИЕ: В/м в зависимости от выраженности болевого синдрома вводят по 30 мг каждые 8–12 ч. ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ: непереносимость ацетилсалициловой кислоты, гиповолемия (снижение объёма циркулирующей крови независимо от вызвавшей ее причины), эрозивно-язвенные поражения ЖКТ в фазе обострения, гипокоагуляция (в том числе гемофилия), внутренние и наружные кровотечения или высокий риск их развития, тяжелая почечная недостаточность, печеночная недостаточность. ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ: одновременное назначение с парацетамолом повышает нефротоксичность кеторолака. Снижает эффективность гипотензивных и диуретических средств за счет снижения синтеза простагландинов в почках.
Кислота аскорбиновая	120 табл	Акклиматизация. 2 р в день по 0.5 гр первых 5 дней
Колдрекс	5 уп	При простуде
Кордиамин	1 амп	Применяют при острых и хронических расстройствах кровообращения, при понижении сосудистого тонуса и ослаблении дыхания у больных с инфекционными заболеваниями и у выздоравливающих, при остром коллапсе и асфиксии, при шоковых состояниях
Левомецетин	10 табл	Для приема внутрь: инфекционно-воспалительные заболевания, в том числе: брюшной тиф, паратиф, дизентерия, бруцеллез, туляремия, коклюш, сыпной тиф и другие риккетсиозы; трахома, пневмония, менингит, сепсис, остеомиелит. Для наружного применения: гнойные поражения кожи, фурункулы, длительно не заживающие трофические язвы, ожоги II и III степени. Для местного применения в офтальмологии: воспалительные заболевания глаз. При приеме внутрь – по 500 мг 3-4 раза/сут.
Лейкопластырь	2 уп	При потёртостях, ожогах
Лоперамид	10 табл	Симптоматическое лечение острой и хронической диареи, обусловленной изменением режима питания и качественного состава пищи. Доза 4 мг, затем по 2 мг после каждого бесформенного стула, максимальная суточная доза — 16 мг.
Магния сульфат	3 амп	Гипомагниемия (в т.ч. повышенная потребность в Mg ²⁺ и острая гипомагниемия – тетания, нарушение

Наименование	Кол-во	Предназначение
		<p>функции миокарда), полиморфная желудочковая тахикардия. Артериальная гипертензия (в т.ч. гипертонический криз с явлениями отека мозга), эклампсия, энцефалопатия, эпилептический синдром, задержка мочи, отравление солями тяжелых металлов (ртуть, мышьяк, тетраэтилсвинец). Внутривенно и внутримышечно медленно (первые 3 мл – в течение 3 мин), по 5-20 мл 20-25% раствора ежедневно, 1-2 раза в сутки. Максимальная доза – 40 г/сут. Больные с тяжёлым нарушением функции почек и пожилые не должны получать более 20 г магния сульфата в течение 48 ч.</p>
Мазь Вишневского	1 туб	<p>Оказывает антисептическое и местнораздражающее действие, ускоряет процессы регенерации. Абсцесс кожи, фурункул, лимфаденит, лимфангит, ожоги, отморожения, раны, язвы, пролежни, влажные мозоли. Наружно, наносят тонким слоем на участок поражения или накладывают повязку в 5-6 слоев марли с линиментом.</p>
Мезатон	1 амп	<p>Для повышения артериального давления при коллапсе и гипотензии, связанных с понижением сосудистого тонуса (но не при первичной сердечной слабости), при интоксикациях, инфекционных заболеваниях, гипотонической болезни; для сужения сосудов и уменьшения воспалительных явлений при вазомоторном и сенном насморке; как заменитель адреналина в растворах анестетиков. При остром понижении артериального давления мезатон вводят обычно в вену в дозе 0,1—0,3—0,5 мл 1 % раствора в 40 мл 5—20—40 % раствора глюкозы или изотонического раствора натрия хлорида; вводят медленно. Под кожу или внутримышечно назначают 0,3—1 мл 1 % раствора, внутрь — по 0,01—0,025 г 2—3 раза в день. Применяют с осторожностью при хронических заболеваниях миокарда, гипертиреозе и у лиц пожилого возраста.</p>
Нашатырный спирт	1 фл	<p>Для возбуждения дыхания и выведения больного из обморочного состояния осторожно подносят небольшой кусок марли или ваты, смоченный нашатырным спиртом, к носу больного (на 0,5–1 с). Внутрь (только в разведении) для индукции рвоты. При укусах насекомых — в виде примочек; при невралгиях и миозитах — растирания аммиачным линиментом.</p>
Неофиллин	20 табл	<p>бронхообструктивный синдром; нарушение функции дыхательного центра; нарушения мозгового кровообращения (в составе комплексной терапии); недостаточность кровообращения (в составе комплексной терапии). По 1-2 таб. 3-4 раза в сутки. При необходимости дозу препарата можно увеличивать с интервалом в 2-3 дня до достижения оптимального терапевтического эффекта</p>
Ножницы	1 шт	Для разрезания перевязочного материала
Нохшаверин	1 амп	<p>Показания. Спазмы гладких мышц, обусловленные заболеваниями желчных путей; спазмы гладких мышц мочевого тракта. Можно использовать как дополнительный препарат при спазмах гладких мышц органов пищеварения, при гастрите, коликах, кардиоспазме, спастическом запоре.</p>

Наименование	Кол-во	Предназначение
		В/м взрослым по 2 – 4мл 2% раствора 1 – 3 раза в сутки. При почечной и печёночной колике, стенокардии вводить в/в медленно 2-4 мл 2% раствора. В/в вводить только в положении лёжа (возможно развитие коллапса).
Окулохеель	5 пип	Утомленные и раздраженные глаза, в т. Ч. «красные» глаза, ощущение трения, песка, жжения в глазах, слезотечение особенно в ветреную погоду, повышенная чувствительность к свету и др. «Синдром сухого глаза» Вирусный конъюнктивит, блефарит, кератит (в комплексной терапии гнойного конъюнктивита и блефароконъюнктивита) Аллергический конъюнктивит (в комплексной терапии поллиноза)
Ортофен	30 табл	Воспалительные и дегенеративные заболевания опорно-двигательного аппарата заболевания позвоночника, сопровождающиеся болевым синдромом; ревматические заболевания внесуставных мягких тканей; посттравматические болевые синдромы, сопровождающиеся воспалением и отеком;
Оспамокс	10 табл	Антибиотик группы пенициллинов, аминопенициллин. Обладает широким спектром противомикробного действия. Эффект Оспамокса развивается очень быстро. Лечение инфекционно-воспалительных заболеваний: – инфекции верхних и нижних отделов дыхательных путей и ЛОР-органов, воспаление легких, с абсцессами (гнойниками) легких; – инфекции мочеполовых органов, ангиной; – инфекции кожи и мягких тканей; – бактериальный менингит; - кишечные инфекции; – сепсисом (заражением крови микробами из очага гнойного воспаления). по 1 таб. 2 раза/сут
Пантенол	1 фл	При солнечных ожогах
Папазол	10 табл	Артериальная гипертензия (лабильная), спазм периферических артерий и сосудов головного мозга, спазм гладкой мускулатуры внутренних органов (в т.ч. язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки, спазм привратника, кишечная колика, холецистит, спастический колит), полиомиелит (остаточные явления), периферический паралич лицевого нерва. Внутрь по 1-2 таблетки 2-3 раза в сутки
Парацетамол	20 табл	ПОКАЗАНИЯ: симптоматическое лечение простудных и инфекционно-воспалительных заболеваний дыхательных путей, сопровождающихся болью в горле, головной и мышечной болью, высокой температурой, отеком слизистой оболочки носовой полости и околоносовых пазух, насморком, сухим непродуктивным кашлем. ПРИМЕНЕНИЕ: препарат принимают внутрь, запивая водой. Взрослые и дети в возрасте от 12 лет и

Наименование	Кол-во	Предназначение
		старше: 2 таблетки 3–4 раза в сутки. Суточная доза не должна превышать 8 таблеток. Курс лечения 2–4 дня.
Перекись водорода	1 фл	Антисептическое средство из группы оксидантов. При контакте с поврежденной кожей или слизистыми оболочками высвобождается активный кислород, при этом происходит механическое очищение и инактивация органических веществ (протеины, кровь, гной). Антисептическое действие не является стерилизующим, при его применении происходит лишь временное уменьшение количества микроорганизмов. Обильное пенообразование способствует тромбообразованию и остановке кровотечений из мелких сосудов. Обработка раны раствором перекиси водорода не гарантирует от заражения столбняком и др. раневой инфекцией
Пилочки для ампул	3 шт	Для вскрытия ампульных растворов
Ренальган	2 амп	ПОКАЗАНИЯ: в качестве анальгетика и спазмолитика при почечной, кишечной, печеночной колике, а также при спастической дисменорее, спазмах коронарных сосудов и сосудов головного мозга. ПРИМЕНЕНИЕ: вводят в/м и в/в, а также назначают внутрь. При острой боли взрослым р-р Ренальгана вводят в/м или в/в. В/в вводят очень медленно: в течение 5–8 мин — 5 мл р-ра. При необходимости инъекции повторяют через 6–8 ч.
Ренни	10 табл	ПОКАЗАНИЯ: симптомы, вызываемые повышенной кислотностью желудочного сока: изжога, ощущение переполнения или тяжести в эпигастральной области, метеоризм, тошнота, отрыжка кислым. Разжевывают или рассасывают до полного растворения по 1–2 таблетки; при необходимости прием препарата можно повторить через 2 ч. Максимальная суточная доза — 16 таблеток.
Септефрил	20 табл	Профилактика и лечение заболеваний полости рта, зева, гортани. Применяют сублингвально: кладут под язык и держат в полости рта до полного рассасывания. Таблетки принимают после еды, затем на протяжении 1 ч следует воздерживаться от еды и питья. Оптимальная терапевтическая концентрация в слюне достигается при использовании 4–6 таблеток в сутки.
Софрадекс	1 фл	бактериальные инфекции глаз, сопровождающиеся выраженным воспалительным или аллергическим компонентом; аллергический конъюнктивит; наружный отит. По 1–2 капли в пораженный глаз до 6 раз/сут или чаще (в случае необходимости). В наружный слуховой проход закапывают по 2–3 капли 3–4 раза/сут (вводят постепенно по 1 капле).
Спасатель	1 туб	Для заживления ран, ссадин, ожогов
Спирт	200 мл	Для обеззараживания перед инъекцией
Стрепсилс	10 табл	При воспалении горла
Стрептоцид	10 табл	Инфекционно-воспалительные заболевания, вызванные чувствительными к препарату микроорганизмами, в том числе: ангины, рожистые воспаления, циститы, пиелиты, энтероколиты,

Наименование	Кол-во	Предназначение
		инфекционные заболевания кожи и слизистых оболочек Местно, наружно, наносят непосредственно на пораженную поверхность (в виде порошка для наружного применения) или намазывают (в виде 10 % мази или 5 % линимента) на марлевую салфетку; перевязки производят через 1-2 дня. При глубоких ранениях вносят в полость раны 5-10-15 г порошка для наружного применения.
Сульфацил	1 фл	Противомикробное бактериостатическое средство Закапывают по 1-2 кап в каждый конъюнктивальный мешок 4-6 раз в сутки
Супрастин	20 табл	Аллергический конъюнктивит; аллергический ринит; вазомоторный ринит; сенная лихорадка; уртикария; ангио-невротическая отечность; сывороточная болезнь; аллергический дерматит; экзема; аллергические медикаментозные реакции; анафилактические реакции. 1-2 табл. 3-4 раза в день во время еды
Тавегил	20 табл	Внутрь, до еды, по 1 мг 2 раза в сутки, при необходимости дозу увеличивают до 3-6 мг/сут. Сенная лихорадка, аллергический ринит, крапивница, зудящие дерматозы, экзема (острая и хроническая), контактный дерматит, лекарственная аллергия, укусы насекомых — для таблеток и сиропа.
Темпалгин	20 табл	Болевой синдром умеренно и слабовыраженный (в т.ч. головная и зубная боль, мигрень, неврит, люмбаго, невралгия, миалгия, артралгия, альгодисменорея), особенно у больных с повышенной нервной возбудимостью. Болевой синдром при почечной, печеночной, кишечной колике слабовыраженный (в комбинации со спазмолитиками). Внутрь, не разжевывая, с достаточным количеством жидкости, во время или после еды по 1 таблетке 1-3 раза в сутки, при недостаточной эффективности – 4 раза в сутки. Максимальная разовая доза – 2 таблетки, максимальная суточная доза – 6 таблеток
Термометр	1 шт	Для измерения температуры тела
Уголь активированный	100 табл	Дезинтоксикация при экзо- и эндогенных интоксикациях. Внутрь, в виде водной взвеси или в таблетках за 1-2 ч до или после еды и приема др. ЛС.
Ультракаин	3 амп	Местно при острой боли
Фарингосепт	10 табл	Для полоскания горла
Фастум гель	1 туб	местное применение при мышечной или костно-суставной боли ревматического или травматического происхождения: ушибы, вывихи, травматические растяжения, кривошея, боль в спине (люмбаго). Длительное применение может вызывать местное раздражение. Не рекомендуется наносить препарат на открытую рану и поврежденный участок кожи. Для предупреждения появления реакций повышенной чувствительности или фотосенсибилизации не рекомендуется находиться под воздействием прямых солнечных лучей в период лечения и на протяжении 2 нед после окончания применения препарата.
Фталазол	10 табл	Дизентерия (инфекционное заболевание, характеризующееся синдромом общей инфекционной интоксикации и синдромом поражения ЖКТ), колит (позывы на дефекацию, урчание, вздутие живота, понос, иногда с кровью и слизью, боли в животе), гастроэнтерит (воспаление желудка и тонкой кишки)

Наименование	Кол-во	Предназначение
		Внутрь, при острой дизентерии в 1-2 дни – по 1 г 6 раз в сутки, в 3-4 дни – по 1 г 4 раза в сутки, в 5-6 дни – по 1 г 3 раза в сутки.
Фуросемид	3 амп	Диуретик; вызывает быстро наступающий, сильный и кратковременный диурез. Показания: острая сердечная недостаточность (отек легких), отек головного мозга, гипертонический криз. Противопоказания: острая почечная недостаточность с анурией, тяжелая печеночная недостаточность, печеночная кома и прекома, стеноз мочеиспускательного канала, обструкция мочевыводящих путей камнем, прекоматозные состояния, гипергликемическая кома, гиперурикемия, подагра, декомпенсированный митральный или аортальный стеноз, повышение центрального венозного давления, артериальная гипотензия, острый инфаркт миокарда, панкреатит, нарушение водно-электролитного обмена. Внутривенно (редко внутримышечно). Начальная доза – 40 мг. Внутривенно введение проводят в течение 1-2 мин; при отсутствии диуретического ответа каждые 2 ч вводят в увеличенной на 50% дозе до достижения адекватного диуреза.
Цитрамон	12 табл	мигрень, головная и зубная боль, невралгии, мышечные и суставные боли слабой и средней интенсивности особенно воспалительного генеза, а также как жаропонижающее средство при лихорадке различной этиологии взрослым по 1-2 таблетки 2-3 раза в день Максимальная суточная доза 6 таблеток.
Шприцы	5 шт	Для инъекций
Этамзилат	5 амп	Профилактика и остановка кровотечений: паренхиматозные и капиллярные кровотечения,
Дицинон	20 табл	гипокоагуляция, гематурия, внутричерепное кровоизлияние, носовые кровотечения на фоне артериальной гипертензии, лекарственные кровотечения, геморрагический васкулит, геморрагический диатез. Вводят в/в, в/м и внутрь.

ПРИЛОЖЕНИЕ В. ПРИМЕРНЫЙ СОСТАВ РЕМНАБОРА

Ремнабор собирался не для «единички».

№ п.п.	Наименование	Количество	карм. компл.
1	Пассатижи с бокорезами	1	
2	Набор отвёрток	1	
3	Напильник	1	
4	Надфиль	2	
5	Шило	1	
6	Ножницы	1	1
7	Комплект иголок + цыганская	1	1
8	Наперсток	1	1
9	Катушка ниток х/б	1	1
10	Катушка ниток капроновых	1	
11	Комплект шурупов	1	
12	Набор кусков стропы	1	
13	Скотч	1	
14	Изолента	2	1
15	Клей "Момент" + БФ6	1	
16	Зажигалки	2	1
17	Проволока медная	1м	
18	Брусочек (точило)	1	
19	Моток капронового шнура	1	
20	Комплект заплаток	1	
21	Комплект фурнитуры для шитья	1	
22	Булавки английские	10	5
23	Пряжки для рюкзака	3	
24	Набор стяжек (хомутков)	1	
25	Набор пуговиц	1	
26	Запасные очки солнцезащитные	1	
27	Пинцет	1	1
28	Сверло 3 мм	1	
29	Куски наждачной бумаги	3	1
30	Полотно ножовки	1	
Общий вес		1,4 кг	

ПРИЛОЖЕНИЕ Г. ЗАПИСКИ С ПЕРЕВАЛОВ

Группа турменов г. Черкассы, в составе
4 чел., совершая горные туристские восхождения к.с.
восходит на пик гора Високиня, 16 (3460 м) со
сторонах г. Кенки. 17 июля 1991 г. (16.35)

Погода: туман

Снега в сторону пик. В.ю.

Снега заметна группа археологов (ОТГ)
от 27.05.90

Руководитель гр. Белоостровский А.И.

Кроме того погода и легких проливов.

24.08.10 группа ТК "Киносура"
 вышла на перевал Шейхота север-
 ный со стороны долины Мнадор
 в составе 8 чел. Составные 8 ми-
 нел. 2 СНО.
 Руководитель: Гурский Виталий

24.08.10 группа туристов
 ТК "Киносура" поднялась на
 перевал Квессен (Подарок) со сторо-
 ны пер. Кеси (Гравефервалл/Кеси)
 составные группы СРЕДНЕЕ.
 Туман.
 Руководитель Гурский Виталий
 г. Киев, г. Чернигов, г. Б. Церковь,
 г. Борисполь, г. Защоронье

25.08.10 группа туристов
 ТК "Киносура" поднялась на
 перевал Кеси? со стороны пер. Квесс-
 сен в 14⁰⁷ составные группы
 хорошее. Однако.
 Следя записки ТК "Горде", Киев

сказано, что это нежелан Опыте
Воскресий.

Руководитель Тиражи Византи
WWW.Kinosura.kiev.ua
г. Киев, г. Д. Гепробо, г. Чернигов,
г. Борисполь, г. Занепошье.

ПРИЛОЖЕНИЕ Д. ФОТОМАТЕРИАЛЫ

Фото 1. Селение Кетриси.



Фото2. Вход в ущелье Эсиком-дон



Фото3. Ущелье Эсиком-дон

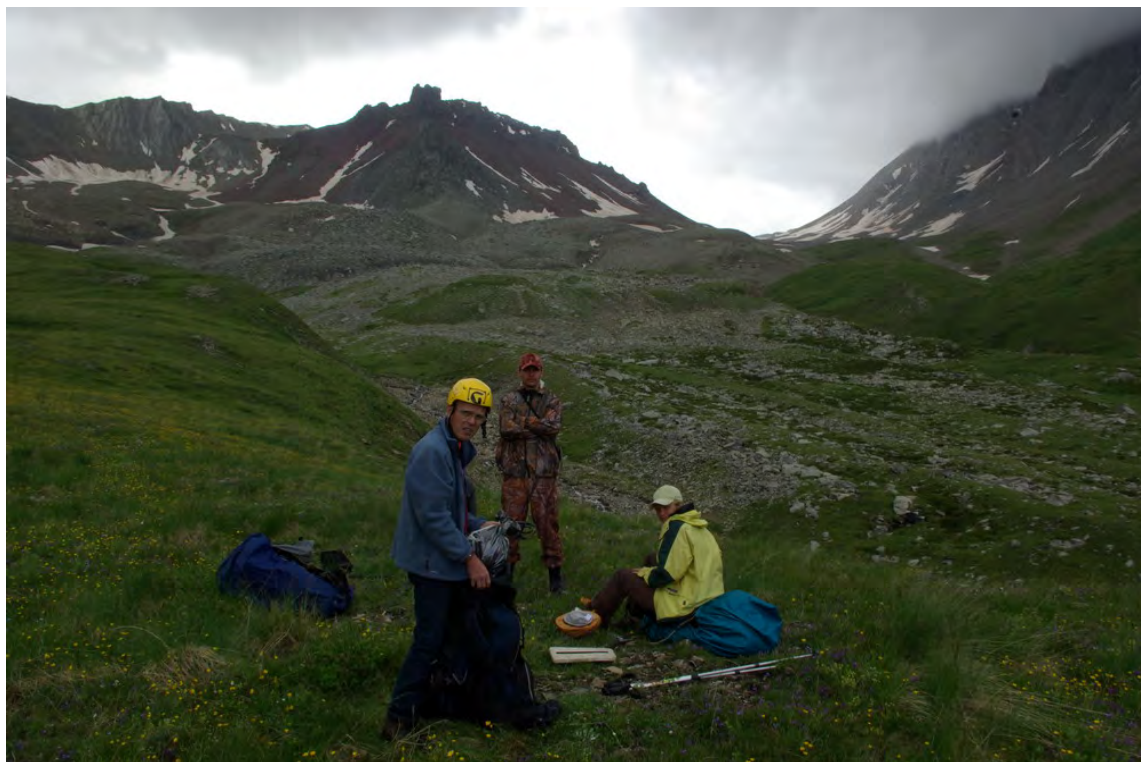


Фото 4. Ущелье Эсиком-дон



Фото 5. Верховья ущ. Эсигом



Фото 6. Подъём на пер. Эси Высокий



Фото 7. Подъём на пер. Эси Высокий

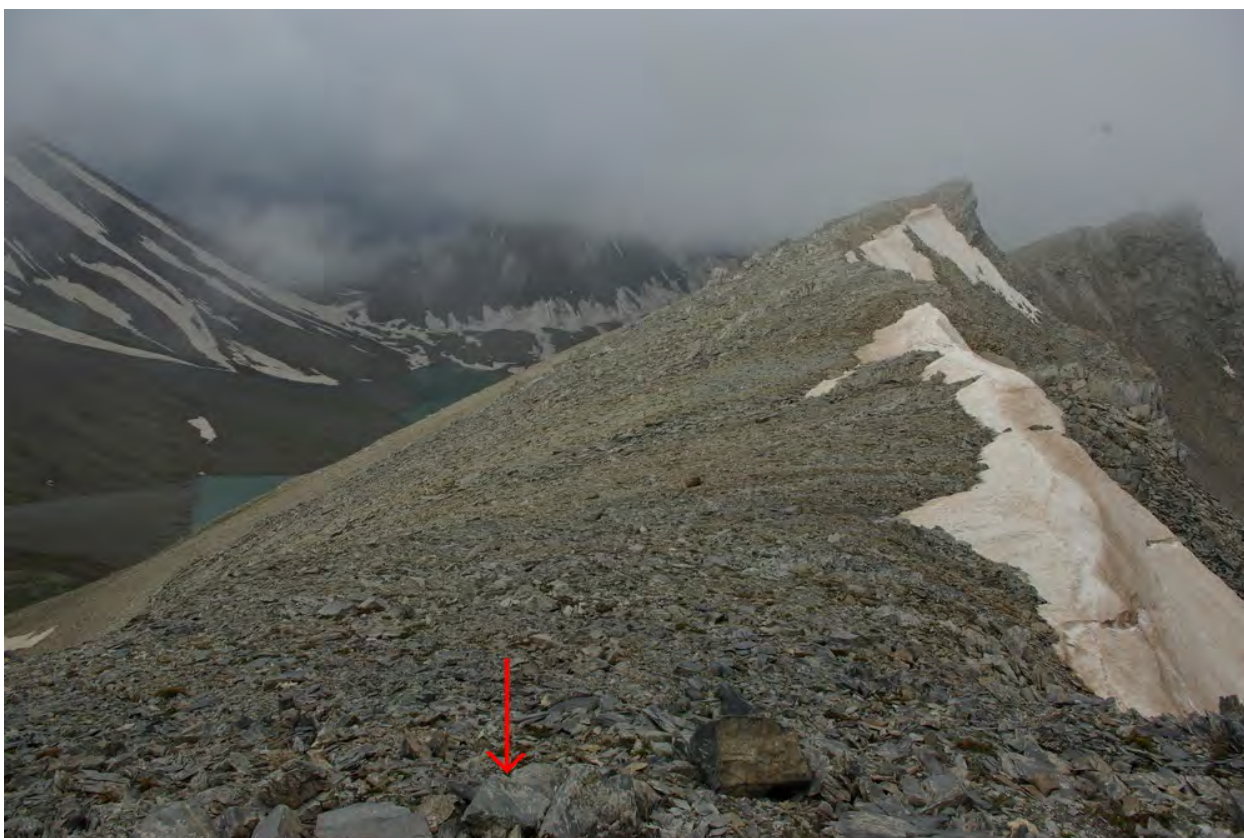


Фото 8. Перевал Эси Высокий. Внизу оз. Келицад



Фото 9. Озеро Келицад с перевала Эси Высокий



Фото 10. Перевал Эси Высокий



Фото 11. На перевале Эси Высокий



Фото 12. На перевале Эси Высокий



Фото 13. На перевале Эси Высокий. Вид в сторону Кёльского вулканического плато



Фото 14. На перевале Эси Высокий. Вид в сторону Кёльского вулканического плато



Фото 15. Спуск с пер. Эси Высокий в сторону Кельского вулк. плато



Фото 16. Перевал Эси Высокий со стороны Кельского вулканического плато



Фото 17. Проход между вулканами от оз. Келицад к перевальному взлёту Хорисар Южный

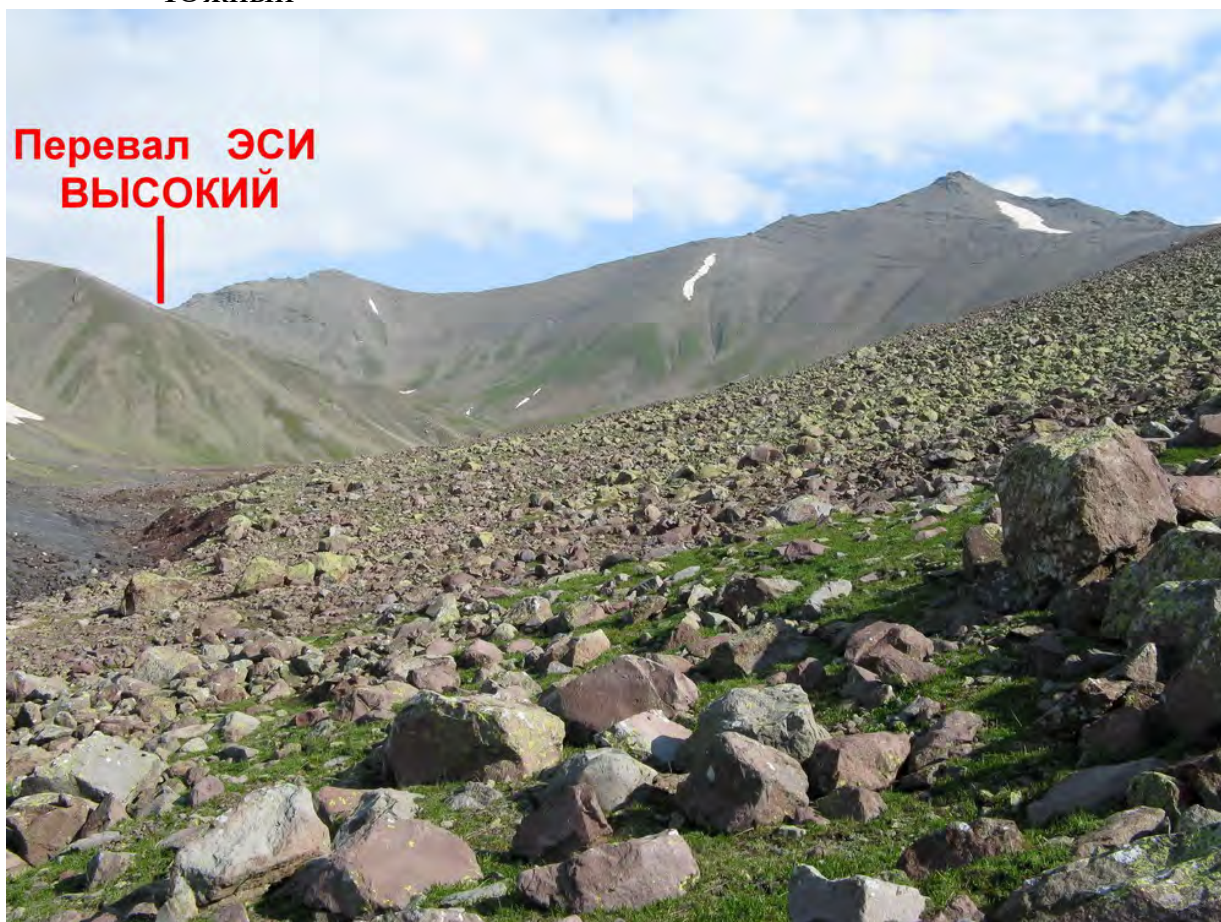


Фото 18. Перевал Эси Высокий с перевального взлёта Хорисара Южного

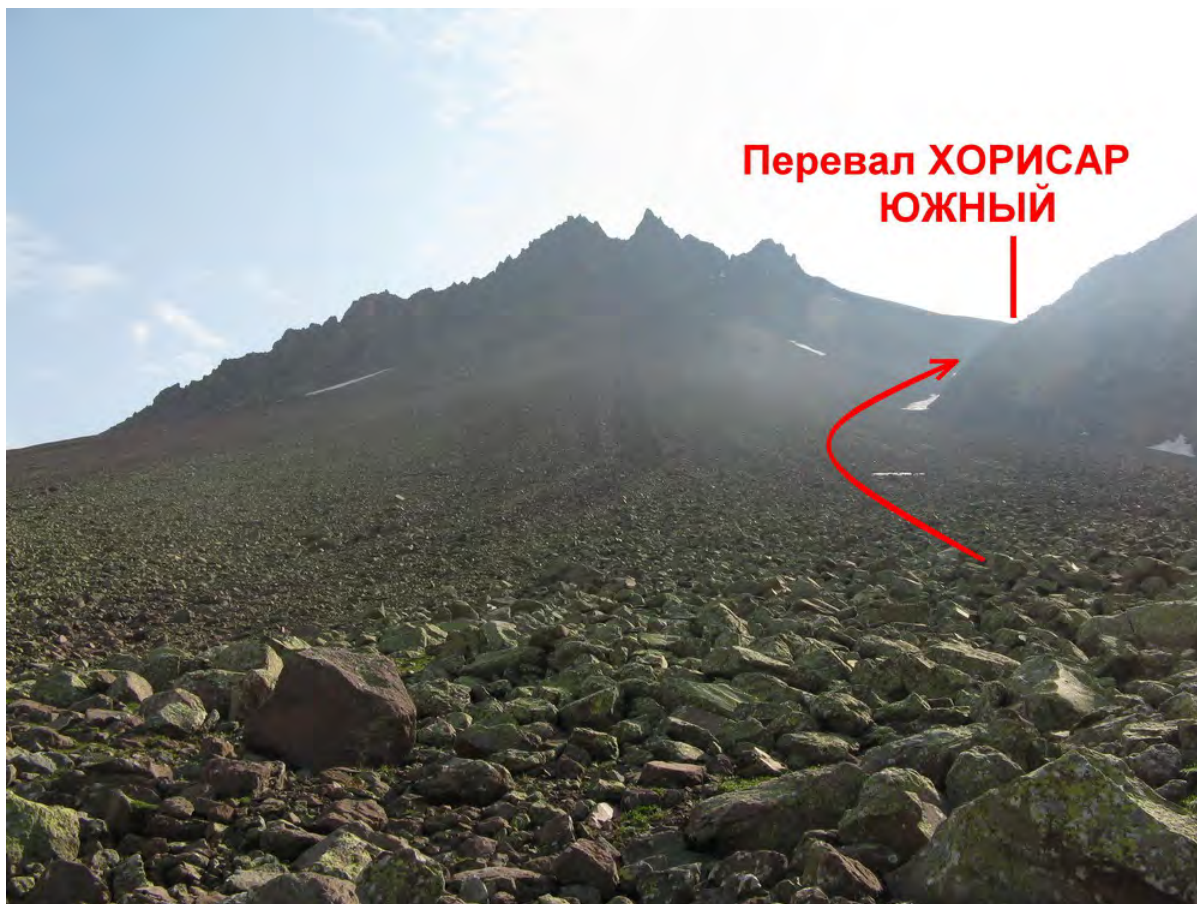


Фото 19. Подъём на перевал Хорисар Южный

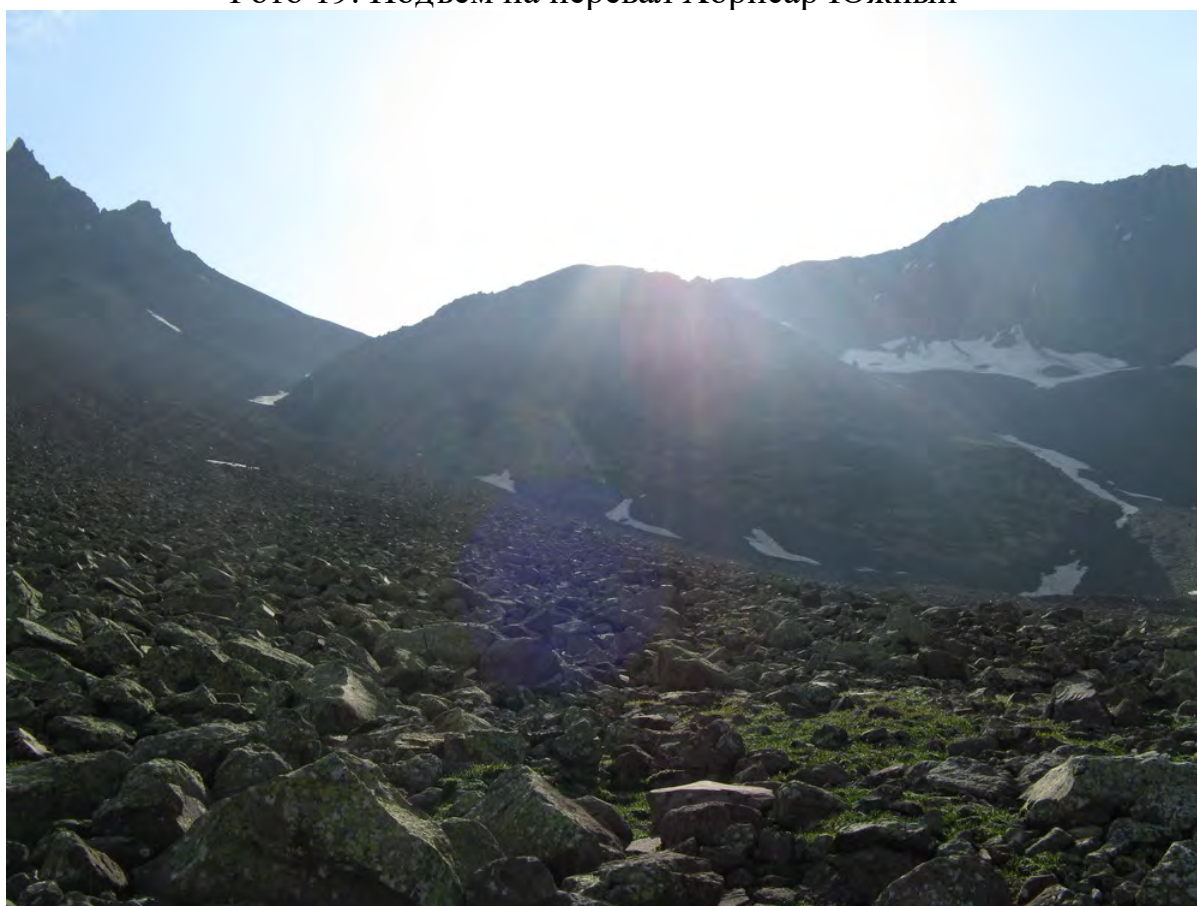


Фото 20. Перевал Хорисар Южный со стороны Кельского вулканического плато



Фото 21. Панорама на юг от перевала Хорисар Южный



Фото 22. Панорама на юг от перевала Хорисар Южный



Фото 23. Вид с перевального взлёта Хорисара Южного в сторону оз. Келицад



Фото 24. Перевал Хорисар Южный со стороны Кельского вулканического плато



Фото 25. Подъём на перевал Хорисар Южный



Фото 26. Вид с перевального взлёта Хорисара Южного в сторону оз. Келицад



Фото 27. Группа на перевале Хорисар Южный



Фото 28. Спуск с перевала Хорисар Южный



Фото 29. Спуск с перевала Хорисар Южный



Фото 30. Цирк на спуске с перевала Хорисар Южный направо по ходу



Фото 31. Спуск с перевала Хорисар Южный



Фото 32. Спуск с перевала Хорисар Южный



Фото 33. Спуск с перевала Хорисар Южный



Фото 34. Спуск с перевала Хорисар Южный



Фото 35. Спуск с перевала Хорисар Южный



Фото 36. Ущелье Мнаиси-дон



Фото 37. Ущелье Мнаиси-дон



Фото 38. Гора Шерхота.



Фото 39. Подъём на перевал Шерхота Северный



Фото 40. Верховья ущелья Мнаиси.



Фото 41. Подъём на перевал Шерхота Северный



Фото 42. Подъём на перевал Шерхота Северный



Фото 43. Подъём на перевал Шерхота Северный



Фото 44. Круговая панорама при подъёме на перевал Шерхота Северный от устья Мнаиси-дона слева направо.



Фото 45. Круговая панорама при подъёме на перевал Шерхота Северный от устья Мнаиси-дона слева направо.



Фото 46. Круговая панорама при подъёме на перевал Шерхота Северный от устья Мнаиси-дона слева направо



Фото 47. Круговая панорама при подъёме на перевал Шерхота Северный от устья Мнаиси-дона слева направо.



Фото 48. Круговая панорама при подъёме на перевал Шерхота Северный от устья Мнаиси-дона слева направо.

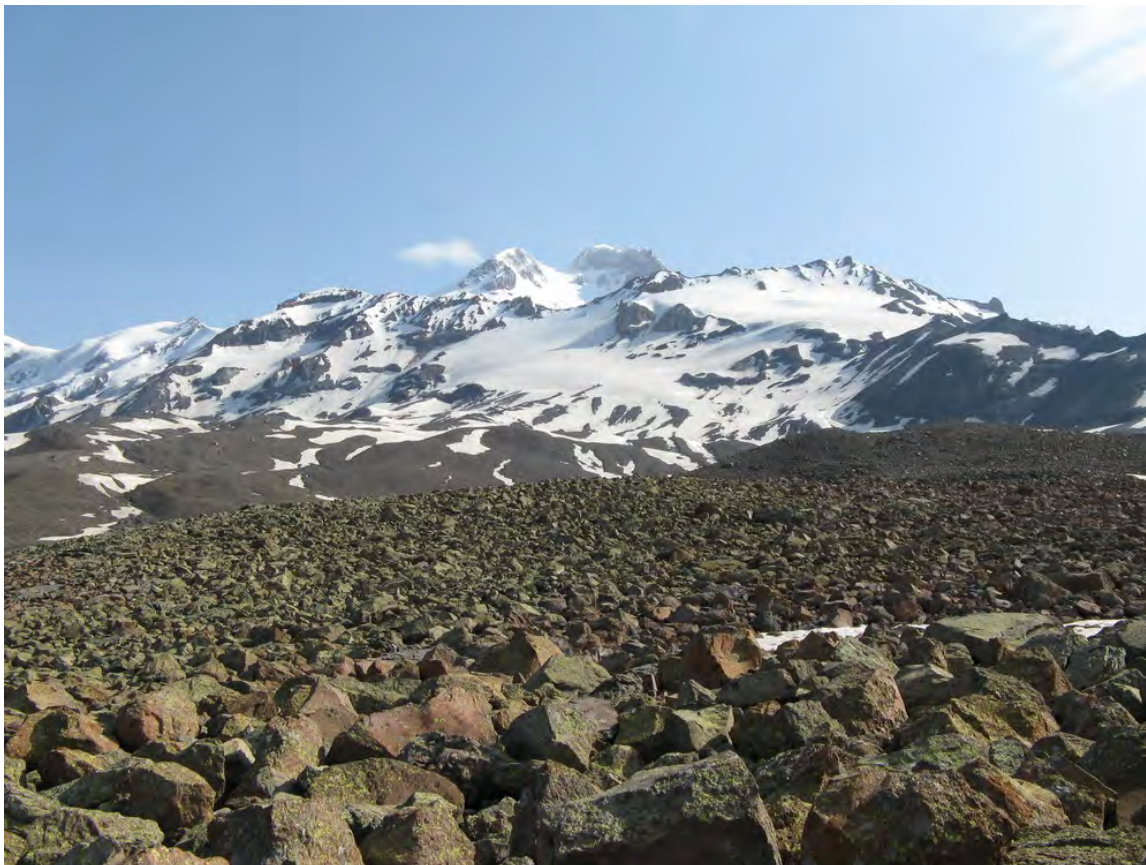


Фото 49. Круговая панорама при подъёме на перевал Шерхота Северный от устья Мнаиси-дона слева направо.



Фото 50. Круговая панорама при подъёме на перевал Шерхота Северный от устья Мнаиси-дона слева направо.



Фото 51. Траверс хребта в направлении перевала Шерхота Северный.



Фото 52. Траверс хребта в направлении перевала Шерхота Северный.



Фото 53. Траверс хребта в направлении перевала Шерхота Северный.



Фото 54. Траверс хребта в направлении перевала Шерхота Северный.



Фото 55. Траверс хребта в направлении перевала Шерхота Северный.

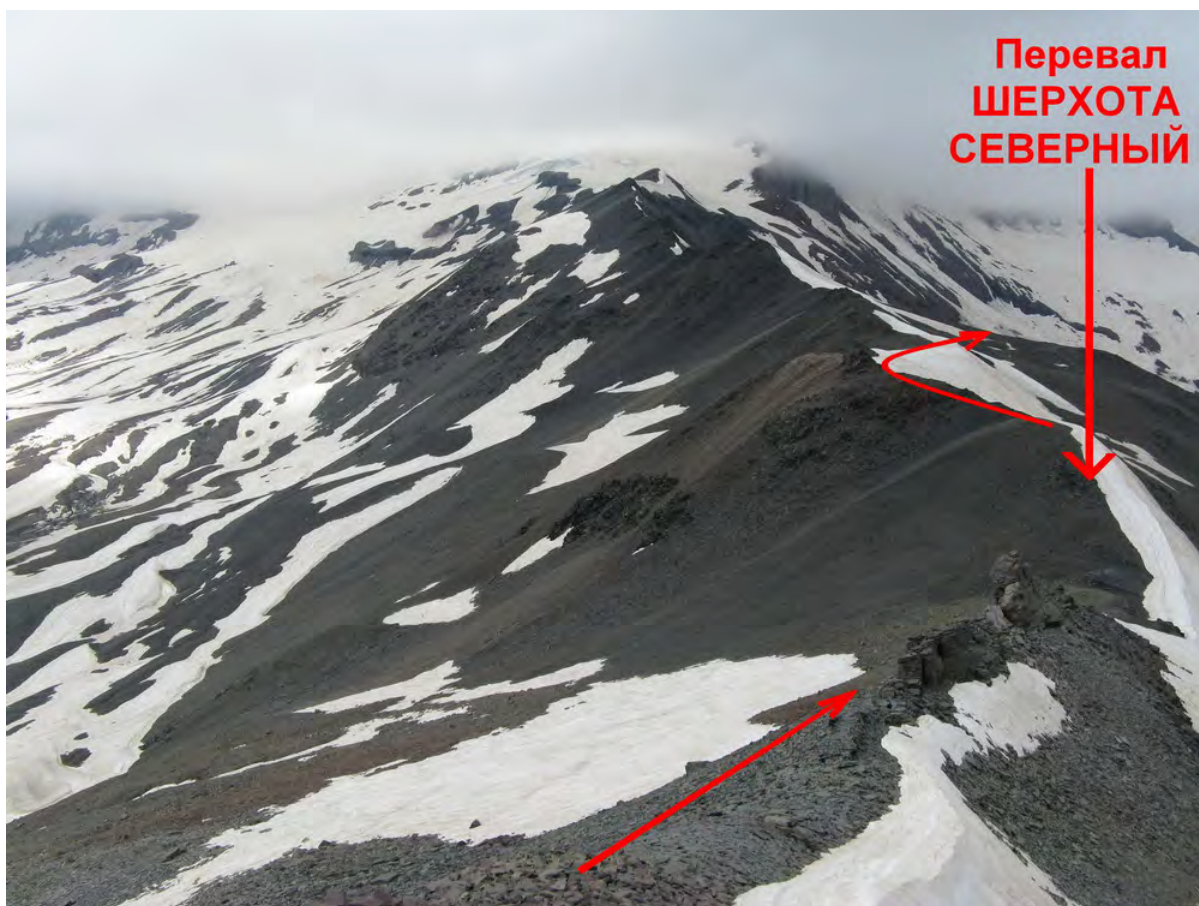


Фото 56. Траверс хребта в направлении перевала Шерхота Северный.



Фото 57. Траверс хребта в направлении перевала Шерхота Северный.



Фото 58. Траверс хребта в направлении перевала Шерхота Северный.

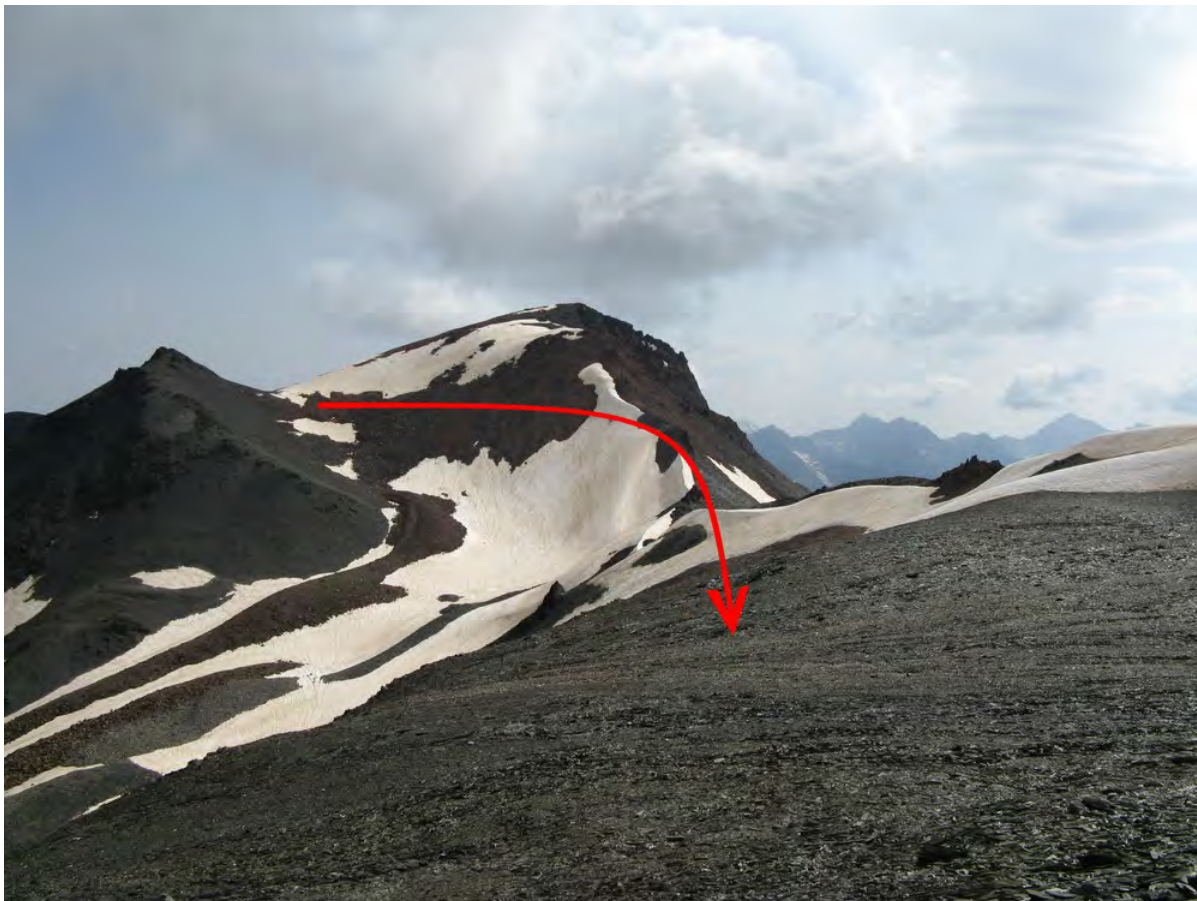


Фото 59. Траверс хребта в направлении перевала Шерхота Северный.



Фото 60. На перевале Шерхота Северный. Вид в сторону Мнаиси-дона.

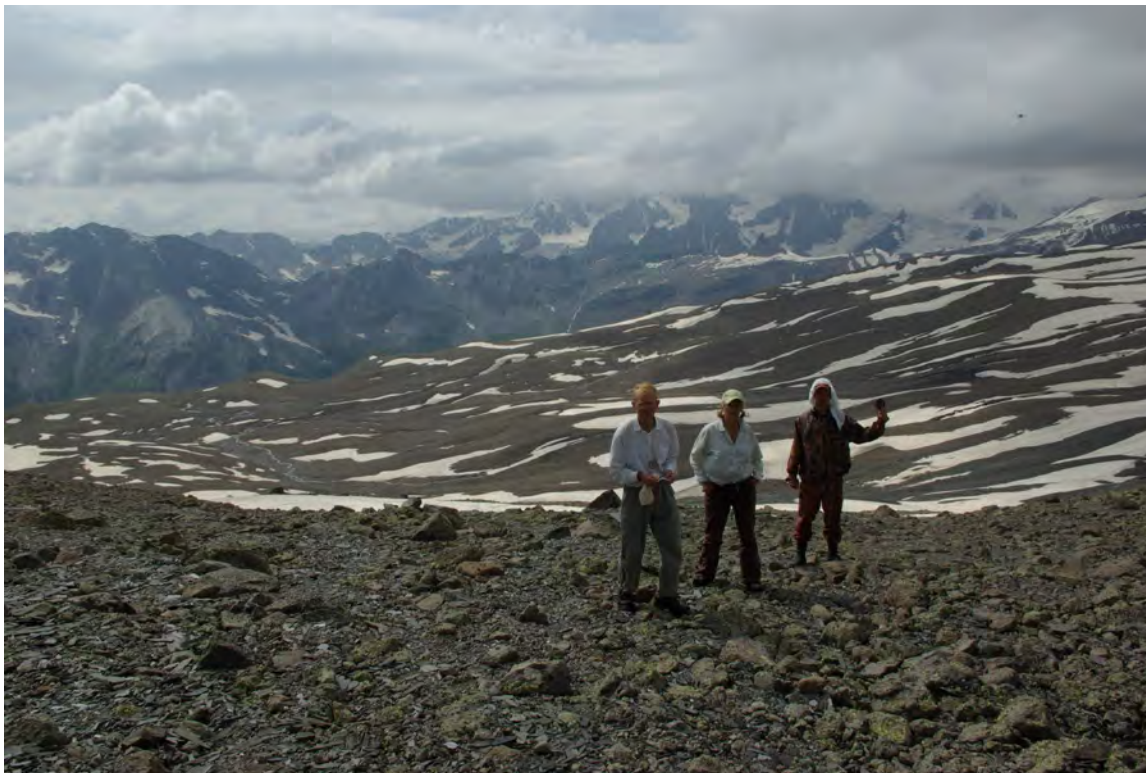


Фото 61. На перевале Шерхота Северный. Вид в сторону Мнаиси-дона.



Фото 62. На перевале Шерхота Северный. Вид в сторону перевала Квесия.



Фото 63. Перевал Квесия с перевала Шерхота Северный.



Фото 64. Путь подъёма на перевал Квесия.



Фото 65. Ночёвка после спуска с перевала Шерхота Северный.



Фото 66. Ночёвка после спуска с перевала Шерхота Северный



Фото 67. Подъём на перевал Квесия.



Фото 68. На перевале Квесия.

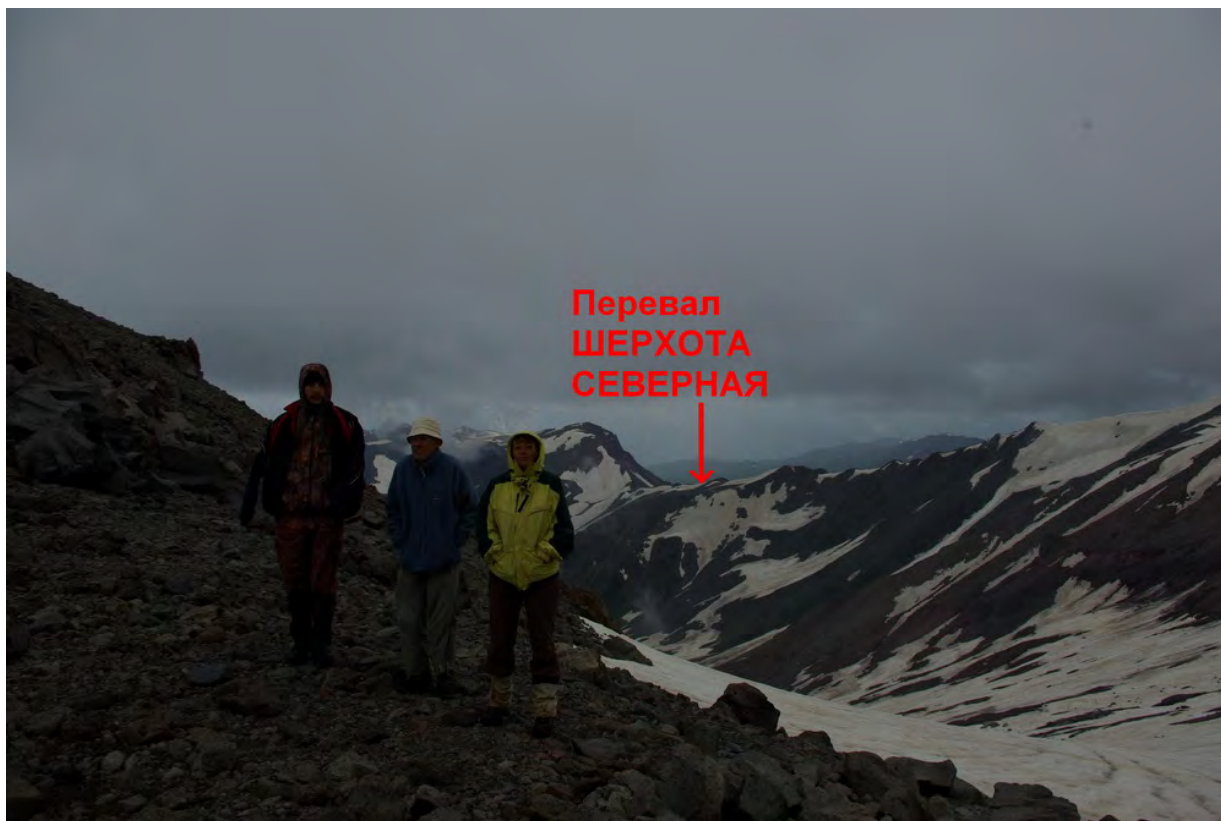


Фото 69. На перевале Квесия.

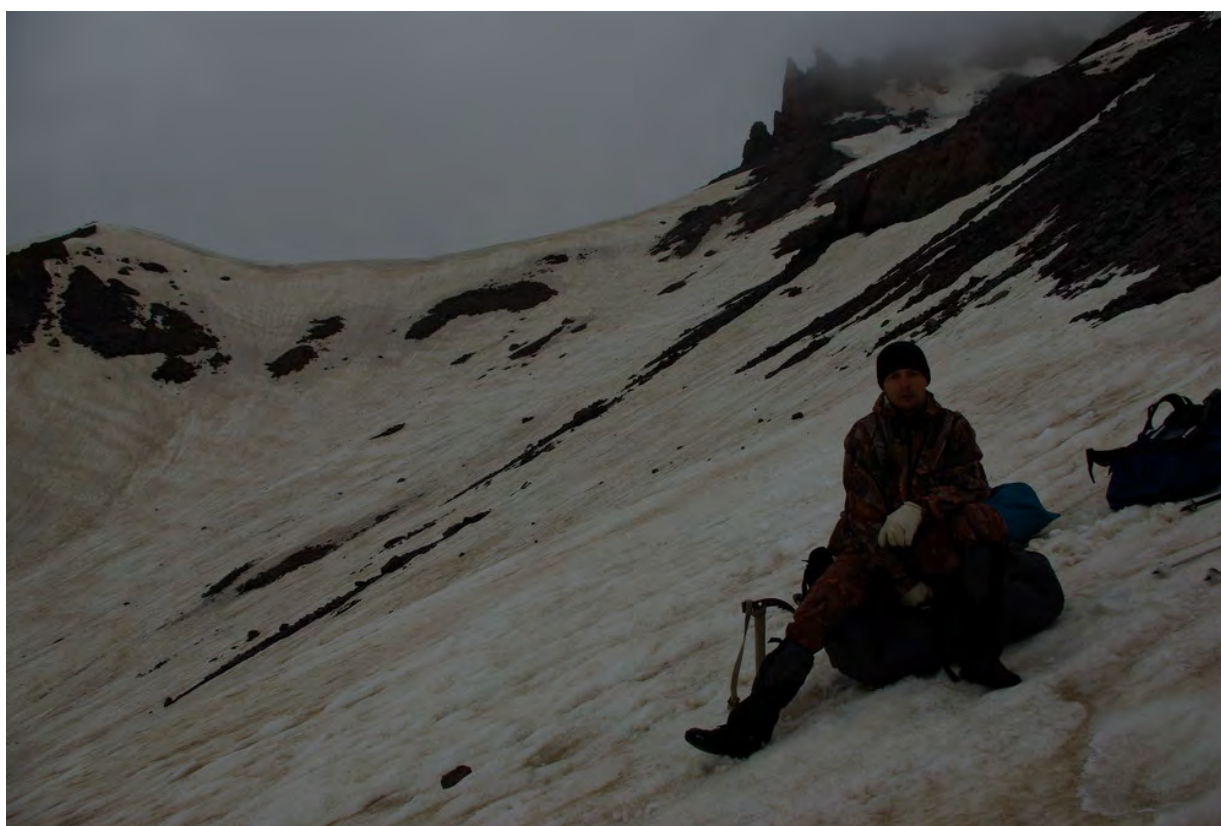


Фото 70. Спуск с перевала Квесия.

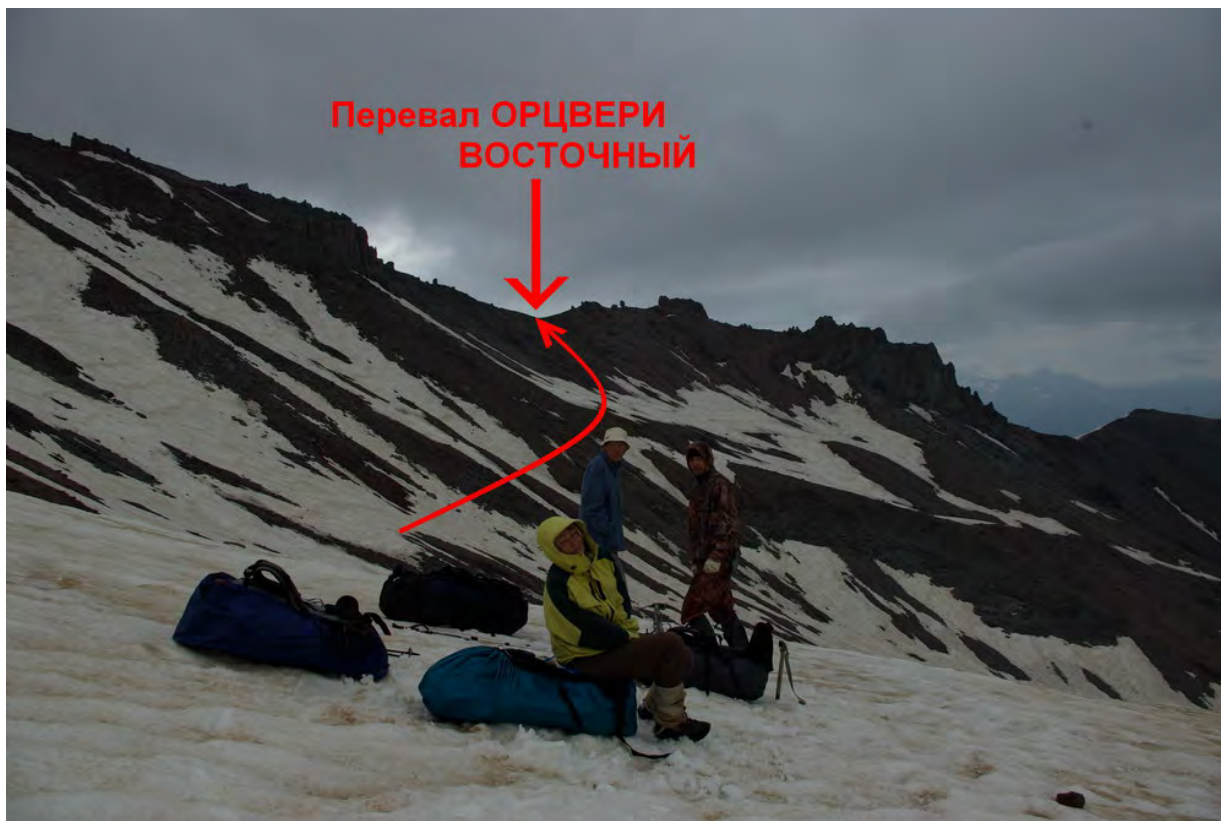


Фото 71. Подъём на перевал Орцвери Восточный.



Фото 72. Спуск с перевала Квесия.



Фото 73. Подъём на перевал Орцвери Восточный.



Фото 74. На перевале Орцвери Восточный.



Фото 75. На перевале Орцвери Восточный.

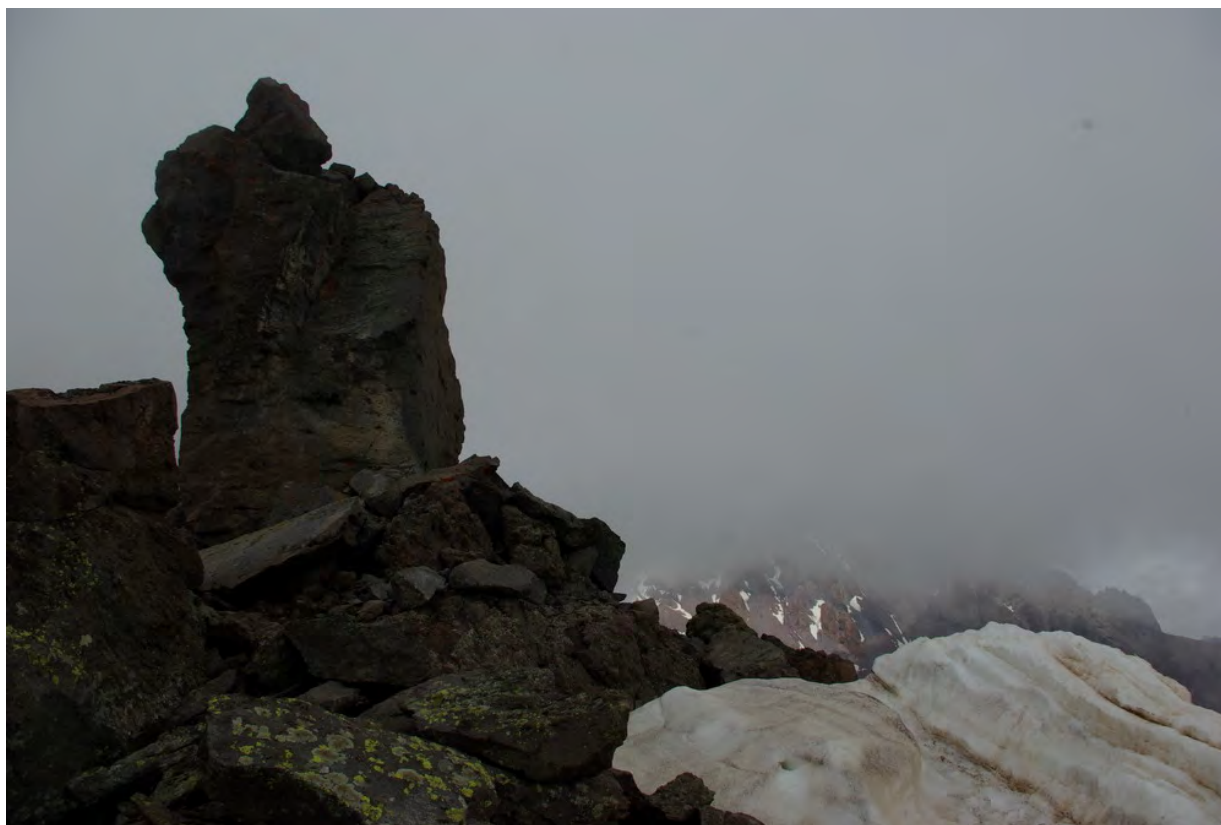


Фото 76. «Жандарм» на перевале Орцвери Восточный.



Фото 77. Спуск с перевала Орцвери Восточный.



Фото 78. Спуск с перевала Орцвери Восточный на Гергетский ледник.



Фото 79. Путь спуска по Гергетскому леднику и далее в Казбеги.



Фото 80. Гергетский ледник.



Фото 81. Верхний цирк Гергетского ледника.



Фото 82. На Казбекском плато.



Фото 83. Восхождение на г. Казбек.



Фото 84. На горе Казбек.



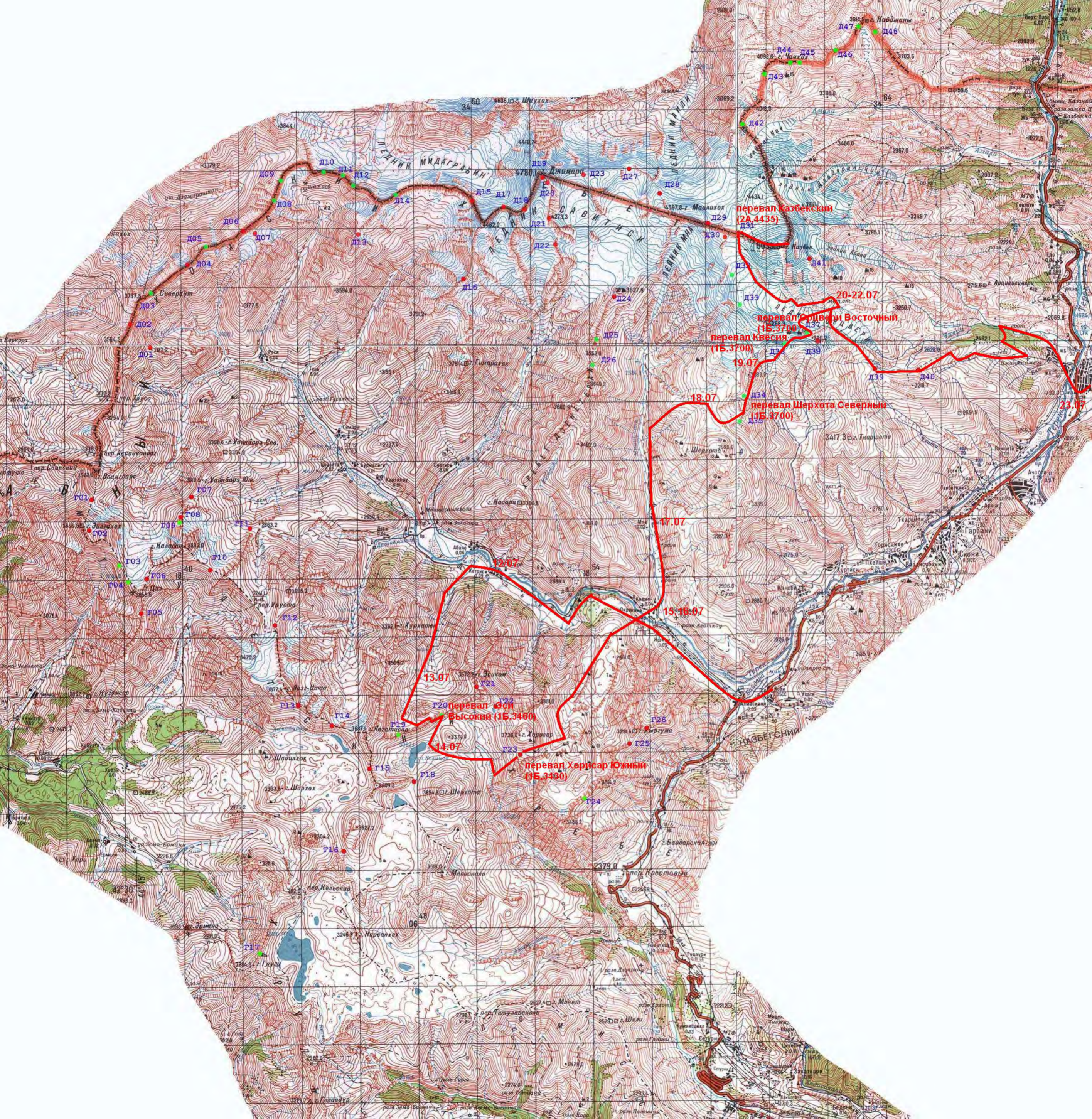
Фото 85. На горе Казбек.



Фото 86. На горе Казбек.



Фото 87. Спуск с Казбека.



перевал Казбекский
(24,435)

перевал Орцверди Восточный
(15,370)

перевал Квевсия
(15,370)

19.07

18.07

перевал Шерхота Северный
(15,370)

23.07

17.07

15-16.07

13.07

перевал Бой
Высокий (15,340)

14.07

перевал Хорвисар Южный
(15,340)

2379 м