



Vysokohorské krajiny

- **Podmienky vo výškach:** S narastajúcou nadmorskou výškou klesá teplota (približne 1 °C na 100 m) a klesá aj tlak vzduchu a množstvo kyslíka. Množstvo zrážok naopak stúpa.
- **Rastlinstvo:** Nad horná hranicou lesa (napr. v Alpách cca 3 000 m n. m.) už rastú len kríky (kosodrevina) a trávnaté alpínske lúky.
- **Tvarovanie krajiny:** Nad snežnou čiarou (kde je trvalo pod bodom mrazu) vznikajú horské ľadovce, ktoré vytvárajú charakteristické ľadovcové doliny v tvare písmena U.
- **Živočíchy:** Živočíchy ako jaky a lamy sú prispôsobené hustou srstou, ktorá ich chráni pred nízkymi teplotami, vetrom a silným UV žiarením. Na Slovensku vo vysokých výškach žijú kamzíky a svište.
- **Nebezpečenstvo:** Nedostatok kyslíka a nízky tlak spôsobujú výškovú chorobu, ktorá môže viesť k opuchu orgánov, najmä mozgu, čo sa prejavuje silnými bolesťami hlavy a zvracaním.
- **Prevenia:** Turisti a horolezci musia podstúpiť aklimatizáciu – postupné privykanie si na výšku, vrátane strávenia niekoľkých dní v základnom tábore.
- **História:** Najvyšší vrch sveta, Mount Everest (8 848 m), prvýkrát zdolali v roku 1953 Edmund P. Hillary a Šerpa Tenzing Norgay.
- **Obyvatelia:** Miestni obyvatelia (napr. Šerpovia) sú zvyknutí na vysokohorské podmienky a často pracujú ako nosiči.