



玉山主峰行

已知歲數、已知磅數、已知人數、已知里數
未知體力、未知耐力、未知毅力、未知潛力

文 / 工務室 陳俊宏主任

第一天 出發

本院此次登玉山行程配合國立臺灣大學生物資源暨農學院實驗林管理處之 106 年度 10 月份擴大聯合巡視暨高山巡視勤務計畫，本院以協助醫療相關事項參與此次登玉山團隊，此次登玉山期程為 106 年 10 月 30 日至 106 年 11 月 2 日，我們在 10 月 30 日下午 12:30 從臺大醫院雲林分院整裝出發，本院參與登玉山行程之醫療團隊成員有：黃瑞仁院長、馬惠明副院長、林宏茂顧問、陳崇裕醫務秘書、陳俊宏主任及蘇鈺雯督導長共六位成員。

由本院總務室吳啓鴻開車至國立臺灣大學生物資源暨農學院實驗林管理處和社營林區召開出發行前說明會，共同討論登玉山相關安全事項，以及團隊成員登山期間之健康安全監測注意事項等。登玉山行前說明會後，我們團隊成員隨即出發至東埔招待所，抵達東



▲登玉山團隊團體照片（和社營林區攝）

埔招待所後，團隊成員將各自厚重行李放置東埔招待所山屋房間內，大家一同在東埔招待所四處走走及參觀周圍環境。

我們在東埔招待所停留片刻後，就一起轉往塔塔加遊客中心享用晚餐。用餐完畢，當我們回到東埔招待所路程上，一眼望去夜晚天空佈滿著滿天星斗，今晚大家夜宿在東埔山莊，看到此時的星空特別清晰且分外亮眼，大家伴著夜晚美麗星空入眠。

第二天 早晨

在第二天早晨約 06:00 多就陸續起床，想必團隊夥伴們都一夜好眠，早上我們準備簡易餐點，有熱奶茶、熱咖啡及麵包，順便每人分配一份竹筒飯作為塔塔加鞍部玉山登山口至排雲山莊午餐點，團隊夥伴們隨即出發前往塔塔加鞍部玉山登山口，當抵達塔塔加鞍部玉山登山口後臺大醫院雲林分院及實驗林管理處團隊成員一起拍張團體照，拍好照後我們準備出發囉！

玉山登山口 啓程

我們在玉山登山口處整裝準備啓程囉！今早晴朗天空陪伴我們從塔塔加鞍部玉山登山口至排雲山莊路程中，我們須從編號 1 號

東埔招待所小趣事

此時，馬惠明副院長拿出空拍機與大家一起拍照，在試飛空拍機及拍照過程中，空拍機飛行過程中不小心卡在樹叢內，空拍機卡在樹叢約 9 公尺高度，馬惠明副院長發揮國際緊急救護精神，迅雷不及掩耳的速度攀爬樹木，且快速救援空拍機，為在東埔招待所一段有趣救援小插曲。



▶馬惠明副院長攀爬約 9 公尺高度救援空拍機（東埔招待所攝）



▲塔塔加小隊派出所團體合照
(塔塔加小隊派出所攝)



▲登玉山團隊成員團體照
(玉山登山口攝)



▲排雲山莊團體照
(排雲山莊攝)

排雲山莊意外小插曲

我們臺大醫院雲林分院負責醫療藥物的準備，在出發前，也準備一些對急性高山症的藥物如 Acetazolamide (丹木斯 Diamox)，在登玉山此段行程預防團隊成員不時之需，但在第二天晚上夜宿排雲山莊時，國立臺灣大學生物資源暨農學院實驗林管理處之團隊成員有出現高山症反應，當下立即食用丹木斯 Diamox 藥物後，休息一夜在清晨身體狀況改善許多，團隊成員全員出席玉山主峰攻頂。

棧橋步行到編號 82 號棧橋，才可抵達目的地『排雲山莊』，從塔塔加鞍部玉山登山口至排雲山莊路程為共 8.5KM，從海拔高度從 2,610 公尺上升到 3,402 公尺，此段行程海拔高度上升約 792 公尺，平均每走 1 公里海拔上升約 100 公尺高度，當海拔平均高度每上升 100 公尺，氣溫約下降 0.6°C，可想而知，當我們抵達排雲山莊後約下午 01:30，從玉山登山口至排雲山莊溫度已明顯差異，此時氣溫已降至約 10°C 左右，身體有明顯感受到變冷。

當我們抵達排雲山莊後，黃瑞仁院長指派我擔任臺大醫院雲林分院攻玉山西峰代表，此時約下午 01:30 幾分左右，從排雲山莊到玉山西峰路程約 2.2 公里距離，但先前已從

塔塔加鞍部玉山登山口至排雲山莊已走了 8.5 公里路程，卸下行囊帶著一瓶保溫水壺就直接前往玉山西峰，此段路程雖僅有 2.2 公里，沿途高山綿延、景象萬千雲海且有豐富針葉林高山樹種，走在玉山西峰高低起伏路途上腳程絕不輕鬆。玉山西峰位於海拔高度 3,518 公尺在台灣百岳排名第 24 高度，我終於來到玉山西峰囉！

玉山主峰 攻頂

清晨約 02:00 大家用餐後，我們一行人背著登玉山輕便行囊，在排雲山莊入口大門前集合，跟隨著登玉山團隊一同前往登玉山步道，眼前一片漆黑伸手不見五指，也是人生第一次在清晨摸黑爬山，卻是登玉山主峰最主要的行程路段，每個人頭上都戴著頭燈前行，以確認登山路段之安全性。

因對路段行程不熟悉，因此大家步行皆非常小心，每個行走路段如有變化，在前面行走人員則立即回報路段狀況，以維護整個團隊在攀爬玉山主峰之安全考量，此時天空一片



▲登玉山主峰團體照 (登玉山主峰路段攝)



▲玉山西峰雲海照
(玉山西峰攝)



▲玉山主峰日出
(玉山主峰攝)



▲玉山主峰倒影
(玉山主峰攝)



▲玉山主峰碎石坡
(玉山主峰攝)

漆黑且周邊環境特別靜謐，當下體感溫度已接近 0°C，在攀爬玉山主峰的期間，僅聽到大家爬山呼吸的喘氣聲，其餘就是爬山腳步聲，此刻我們的內心是澎湃且火熱的心情，當我們越接近玉山攻頂路程，陡峭山勢瞬間提升，踏步高低落差更為明顯，大家更加小心謹慎攀爬邁進，最終我們團隊成員相互砥礪加油下，沒有任何人放棄攻頂。

當我們抵達玉山主峰時，峰頂日出尚未露臉，登頂群眾一起圍繞在玉山主峰等待日出的來臨，此時此刻，大家眼睛皆望向日出東方位置，等待著玉山主峰的第一道曙光，當日出來臨時，玉山主峰群瞬間撒滿金黃香檳色系籠罩群山，感謝老天爺讓今晨天空做媒，讓我們這群辛苦攀爬玉山主峰攻頂夥伴們，除了看到玉山主峰日出外，也看到難得的玉山主峰倒影，這時我們的心情更加興奮澎湃且愉悅滿足，每個登頂玉山的人一定要與玉山主峰合照一番，無論是團體照或是個人照一定要拍好拍滿，團隊夥伴們留下滿滿倩影後，讓我們在這三日登玉山主峰行程收穫滿滿。

玉山主峰周圍山峰氣勢磅礴，當我們從玉山主峰往下俯瞰時，才知道我們清晨摸黑的景象，當時我們是走在玉山大斜坡旁的狹小峭壁路段上，如果是白天看到峭壁旁的大斜坡不知是否還有往上攀爬的勇氣。

出發前的內在及外在不確定因素，出發後對體力的疑惑及後悔，此時已沒有任何退縮的理由，僅能期許團隊成員每日努力一點點達

成目標，直到我們達成各階段目標，最終我們如期達成共同目標。此時我們帶著滿足及愉悅的心情，才依依不捨離開多日辛苦達成玉山主峰攻頂目的地。

登玉山主峰是一項體力、耐力、毅力及潛力的考驗，如能堅持信念及相信自己能達成，必能突破身體極限能力，其實夢想並不遙遠，但自己要選擇願意踏出第一步才能開始，如未踏出第一步永遠遙不可及，人生無難事，困難在於自己願不願意為這段旅程出發。

登玉山主峰思維，如轉換到家庭、職場上應是相同道理，每日調整及修正自己的心態及目標，無論我們做任何事情，或許是一件不起眼的小事或瑣事，惟能如期完成才是最重要的，如放棄就確定永遠無法達成，如能每日一點一滴完成小目標，終有一日會完成我們共同目標，在此次我們終於如願完成玉山主峰攻頂。

**一個都不能少 缺一不可的登頂
我們成功做到了**



▲玉山主峰 (3,952 公尺) 攻頂照 (玉山主峰攝)