

SINH TỒN TRÊN VÙNG BĂNG TUYẾT

Mặc dù các bạn đang ở một đất nước không hề có băng tuyết. Chưa cảm nhận được cái lạnh của nó. Chưa nhìn thấy hay tiếp xúc với nó. Có chăng chỉ thấy qua báo chí, phim ảnh, . . . Nhưng xin các bạn đừng vì thế mà bỏ qua chương này (cho dù chỉ đọc để giải trí). Có thể biết đâu vì một hoàn cảnh nào đó, các bạn lại rơi đúng vào vùng băng tuyết, nơi có những điều kiện và luật lệ sinh tồn rất khắc nghiệt mà nếu thiếu sự hiểu biết, chắc chắn các bạn sẽ không thể tồn tại. Vì mọi sinh hoạt ở những nơi này xa lạ và khác hẳn mọi sinh hoạt thường nhật của chúng ta.

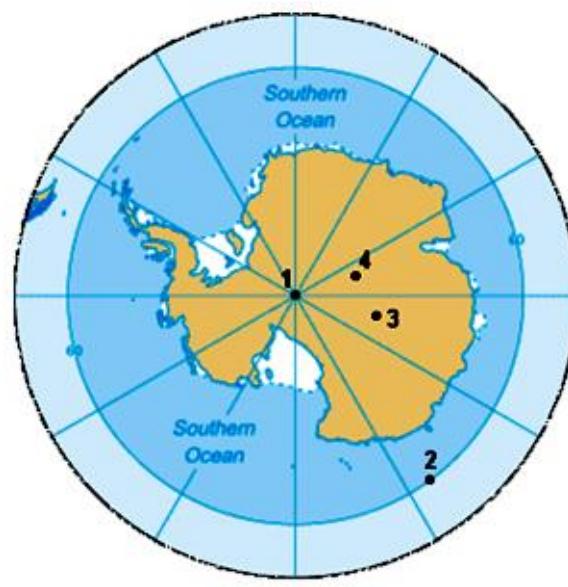
BẮC CỰC VÀ NAM CỰC

Hai vùng lạnh giá nhất trên trái đất; đó là Bắc Cực và Nam Cực.

Bắc Cực hay **cực Bắc của Trái Đất** là điểm có vĩ độ bằng +90° trên Trái Đất (hay là điểm xuất phát tất cả Kinh tuyến). Tại Bắc Cực mọi hướng đều là hướng Nam. Bao phủ nó là Bắc Băng Dương. Điểm Cực Bắc nói trên là Cực Bắc địa lý, đây chỉ là điểm tưởng tượng và nó khác với cực từ Bắc của Trái Đất. Cực Bắc từ là một điểm có thật tại đảo Bathurst, Canada và cách 1600km so với Cực Bắc địa lý.



Bắc Cực



Nam Cực

Nam Cực hay **Cực Nam Địa Lý** là điểm có vĩ độ bằng -90° trên Trái Đất. Nó là điểm cực Nam trên bề mặt Trái đất và nằm ở phía đối diện với Bắc Cực. Không có điểm nào trên Trái Đất nằm ở phía Nam của Nam Cực.

Nam Cực là điểm giao nhau giữa trục tự quay và bề mặt phía Nam của trái đất. Nam Cực khác với "Nam cực từ" (là điểm mà mọi đầu nam của kim nam châm trong la bàn đặt nơi khác đều hướng về và tại cực từ thì kim la bàn hướng theo phương vuông góc với mặt đất, có tọa độ là 64°31'48"N 137°51'36"E)

Nam Cực lạnh hơn Bắc Cực. Vì nếu khi nhìn lên bản đồ, các bạn thấy Bắc Cực chỉ là biển băng rộng lớn. Còn tại Nam Cực thì có một vùng lục địa nằm dưới lớp băng rất rộng lớn, là một trong những nguyên nhân làm cho Nam Cực lạnh hơn (do tính giữ nhiệt rất kém của chất rắn). Chúng ta biết tính chất của các dòng biển nóng và lạnh trên trái đất này thì dòng biển lạnh chảy về Xích đạo và dòng biển nóng có xu hướng chảy về cực, tạo thành các dòng hoàn lưu.

Ngày và đêm

Ở Bắc Cực, Mặt trời luôn ở trên chân trời trong các tháng mùa Hè và luôn ở dưới chân trời vào mùa Đông. Mặt trời mọc chỉ diễn ra trước Xuân Phân (khoảng 19 tháng Ba); sau đó mặt trời mất ba tháng để lên tới cực điểm khoảng 23.5° vào điểm hạ chí (khoảng 21 tháng Sáu), sau thời gian đó nó bắt đầu hạ thấp xuống, đạt tới mặt trời lặn ngay sau thu phân (khoảng 24 tháng Chín). Khi mặt trời có thể được quan sát trên bầu trời cực, nó có vẻ chuyển động theo một hình tròn theo chiều kim đồng hồ trên chân trời. Vòng tròn này dần nâng lên từ gần chân trời ngay sau xuân phân tới cực điểm (theo độ) bên trên chân trời vào điểm chí mùa Hè và sau đó lặn xuống dưới chân trời vào thu phân.

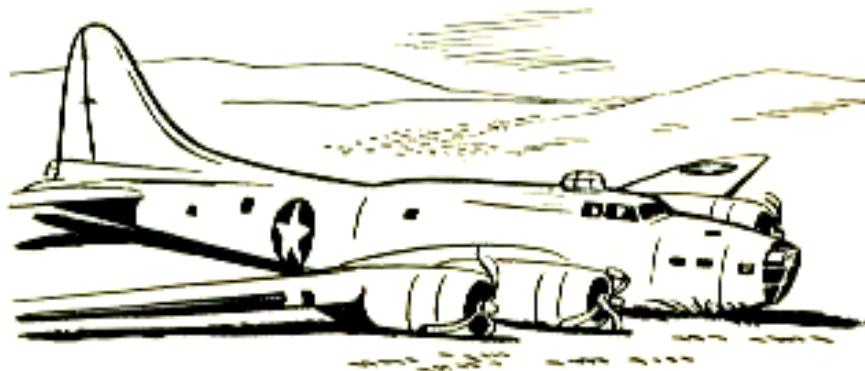
Trong suốt mùa Đông Nam Bán Cầu, Nam Cực không nhận được bất cứ ánh sáng mặt trời nào trong 6 tháng. Vào mùa Hè, mặt trời luôn nằm ở đường chân trời. Phần lớn ánh mặt trời chiếu xuống bề mặt bị phản chiếu trở lại bởi bề mặt băng trắng xóa. Việc nhận được ít năng lượng từ mặt trời cộng với độ cao địa hình (Nam Cực là lục địa cao nhất thế giới với 2,800m trên mực nước biển) làm cho Nam Cực có khí hậu lạnh nhất trên địa cầu. Nhiệt độ Nam Cực thấp hơn nhiều so với Bắc Cực chủ yếu do Nam Cực nằm trên lục địa có độ cao cao hơn nhiều so với mực nước biển trong khi Bắc Cực nằm giữa đại dương, những đại dương này hoạt động như một túi đựng nhiệt.

Giữa mùa Hè khi mặt trời chiếu thẳng góc tại Chí Tuyến Nam, nhiệt độ Nam Cực trung bình đạt -25°C (-12°F). Vào mùa Đông, khi mặt trời di chuyển xuống Bắc Bán Cầu, khí hậu Nam Cực trở nên lạnh lẽo với nhiệt độ khoảng -65°C (-85°F). Nhiệt độ cao nhất đã từng được ghi nhận tại Trạm Amundsen-Scott South Pole là -13.6°C (7.5°F) vào ngày 27 tháng Mười Hai năm 1978 và thấp nhất là -82.8°C (-117.0°F) vào ngày 23 tháng Năm năm 1982. Tuy nhiên, nhiệt độ thấp kỷ lục được ghi nhận tại trạm Vostok với -94.5°C (-128.6°F) vào ngày 21 tháng Bảy năm 1983.

SINH TỒN TRÊN VÙNG BẮC CỰC***Bạn có thể chinh phục Bắc Cực nếu bạn . . .***

- Dành nhiều thời gian để nghỉ ngơi.
- Tránh mặc quần áo chật
- Ăn nhiều chất béo.
- Giữ khô và ấm.

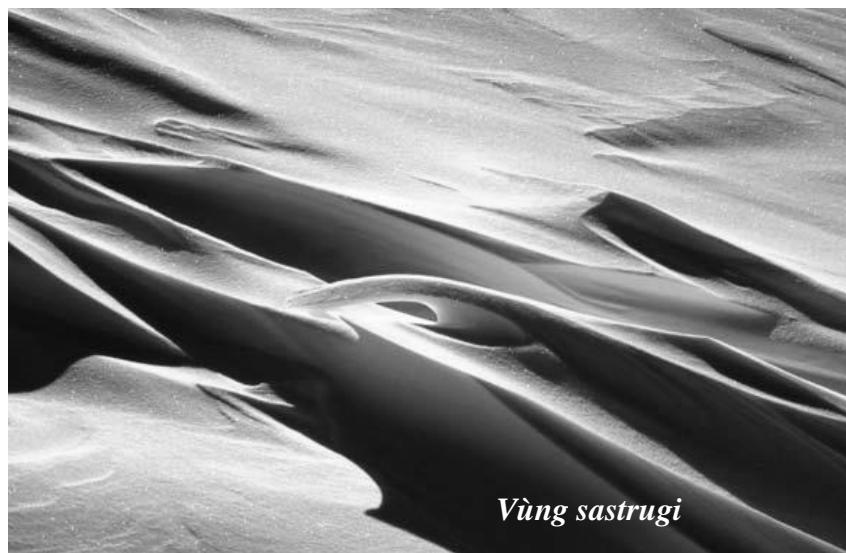
Những năm gần đây, các chuyến đi tới Bắc Cực bằng máy bay (hạ cánh băng trực thăng hay trên một đường băng trên băng) hay băng tàu phá băng đã trở nên thường xuyên, và thậm chí có thể với cả những nhóm khách du lịch nhỏ thông qua các công ty du lịch.

ĐÁP PHI CƠ KHẨN CẤP

Có thể trong một chuyến bay ngang qua Bắc Cực, máy bay của bạn bị hỏng hóc, buộc phải hạ cánh khẩn cấp xuống vùng băng tuyết. Để được an toàn, nếu hạ cánh trên tuyết thì nên xếp càng máy bay lại. còn nếu hạ trên băng thì bung càng ra.

Đừng bay lòng vòng vì có thể làm cho bạn bị mất phương hướng. Tiết kiệm xăng dầu đủ để dành cho một cuộc hạ cánh có kiểm soát. Quan sát đường bay của tuyết để đoán biết hướng của gió trên mặt đất.

Đừng chọn một khu vực mà băng hoặc tuyết trông loang lổ khi nhìn từ trên cao. Nó có thể là một vùng tuyết trôi dạt hoặc tảng băng gồ ghề nứt nẻ. Nơi có tuyết dày và cứng, được gọi là sastrugi, nhìn từ trên cao giống như sóng biển. Nếu phải hạ cánh ở một nơi như vậy, phải hạ cánh song song với "ngọn sóng tuyết"



Vùng sastrugi

Trong khi tìm kiếm một địa điểm hạ cánh tốt, để tiết kiệm thời gian, bạn phải biết cách sử dụng "*bản đồ bầu trời*". Đó là sự phản chiếu về hình thái của mặt đất lên những đám mây trên bầu trời.

Ở Bắc Cực, màu sắc và sự sáng tối của những đám mây phản ánh địa hình bên dưới mặt đất, nó cho chúng ta những dấu hiệu tương đối đáng tin cậy. Thí dụ "*bầu trời*" màu trắng chắng hạn, nó cho chúng ta biết ở nơi đó, mặt đất đang bị bao phủ đầy tuyết. Nếu "*bản đồ bầu trời*" lõm đõm, thì khu vực ở dưới đó có thể sẽ là vùng băng vỡ hoặc tuyết trôi dạt. Nếu là vùng băng mới hình thành thì những đám mây sẽ hiển thị màu xám. Vùng rừng cây, mặt nước rộng hay vùng đất không có tuyết thì mây màu xám đen.

Việc nhảy dù ra khỏi máy bay trên vùng Bắc Cực chỉ được thực hiện trong trường hợp cực kỳ khẩn cấp, và bạn phải mang theo bản đồ, thức ăn, và trang thiết bị nhiều như bạn có thể, bỏ trong túi và bên trong áo bay của bạn.

Tốt nhất là hạ cánh với máy bay của bạn. Bởi vì nó sẽ cung cấp cho bạn nơi trú ẩn, thực phẩm, nhiên liệu, và các trang thiết bị khác. Hơn nữa, thân máy bay như là một dấu hiệu dễ thấy đối với những chiếc máy bay được gửi đi tìm kiếm. Một con người thì khó có thể nhìn thấy trên tuyết, thậm chí ngay cả khi bay thấp, nhưng máy bay thì nổi bật trên nền tuyết.

Nếu phải hạ cánh trên vùng băng tuyết, lập tức làm ngay hai điều:

Một là: Rút ngay một số ga-lông dầu nhớt trong các bình chứa ở động cơ máy bay. Trong vùng băng tuyết, nó sẽ là nguồn nhiên liệu trực tiếp của bạn để

sưởi ấm và nấu ăn. Nếu bạn chờ đợi quá lâu sau khi hạ cánh, dầu sẽ đông cứng khống chế rút ra được. Sử dụng một số nắp chụp, ca-pô, . . . để là chỗ chứa xả một số lượng xăng tương tự như dầu nhớt, nhưng không để cho nó tràn vào bạn dính vào tay, vì nếu thời tiết quá lạnh, nó sẽ đóng băng ngay.

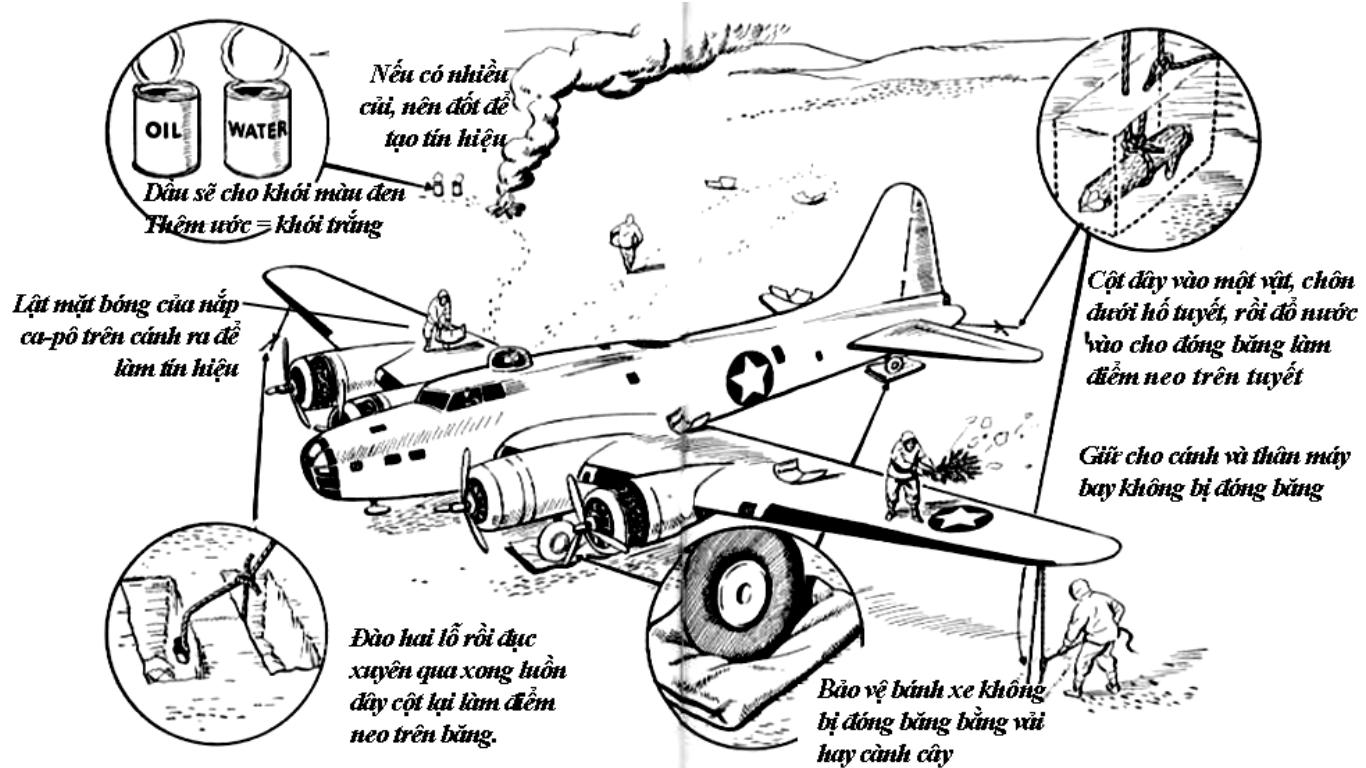
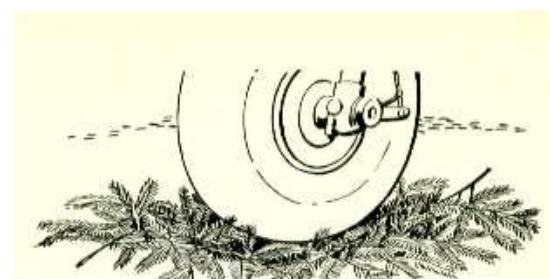
Rút hết xăng dầu còn sót lại – vì nó sẽ là nguồn nhiên liệu chính của bạn nếu bạn bị buộc phải hạ cánh xuống vùng băng giá.

Nếu máy bay có thể bay lại (sau khi sửa chữa) hãy làm nóng dầu chống bị đông lạnh, để có thể làm nóng động cơ nếu một khi cần cỗ gắng để cất cánh lại)

Hai là: Nếu điều kiện cho phép bạn thực hiện một cuộc hạ cánh băng bánh xe, và máy bay của bạn vẫn còn có thể bay, hãy neo chặt máy bay của bạn lại để bảo vệ nó trước những cơn gió. Ở vùng tuyêt, việc neo buộc có thể được thực hiện bằng cách chôn lấp một số đồ vật trong tuyêt như: cành cây, hộp, thùng, . . . rồi đổ nước lên. Nước sẽ đóng băng và neo cứng vật đó lại.

Nếu ở trên băng, có thể đào hai lỗ rồi đục xuyên qua băng một lỗ nhỏ để luồn dây qua cột lại làm điểm neo. Các đường dây neo cần cột đủ chắc để máy bay không bị lắc lư.

Một số biện pháp cũng cần được thực hiện để ngăn chặn lốp bánh xe của bạn bị đóng băng, đó là lót một lớp đệm dưới bánh xe bằng cành cây, vải bạt, rơm, cỏ, . . .

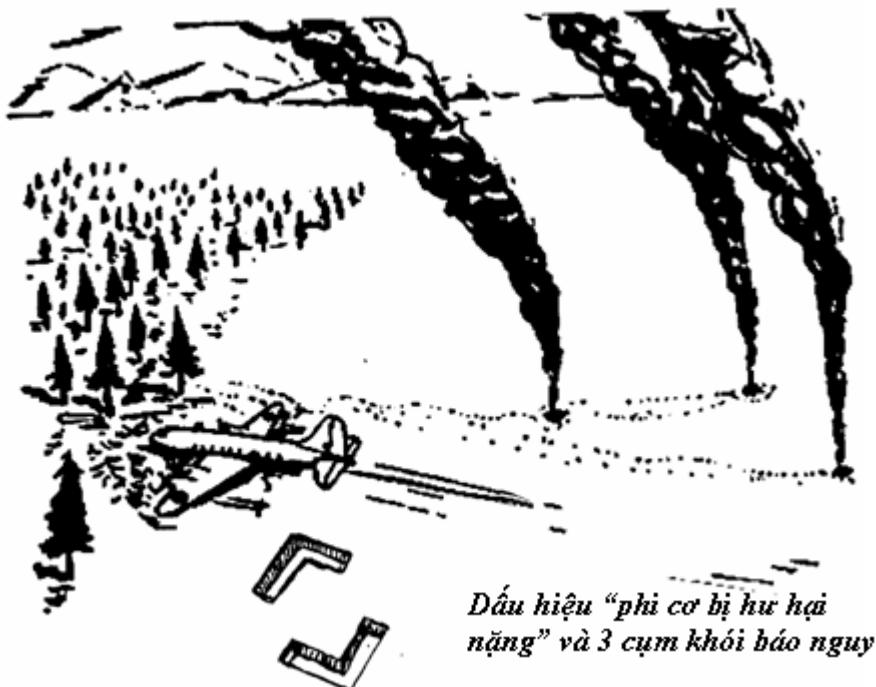


TÍN HIỆU

Ngay sau khi đã ổn định, các bạn phải nhanh chóng phát tín hiệu cầu cứu "May Day" bằng radio, hay "S.O.S.". Đào những mương hay sấp xếp cây lá có hình dạng tín hiệu theo quy định quốc tế. Chuẩn bị ba cụm lửa (vào ban đêm) hay ba cụm khói (vào ban ngày) theo hình tam giác cân. Thông thường thì sau những tai nạn như thế này, chính quyền và những tổ chức khác sẽ phái những đội cứu hộ đi tìm kiếm.

Dọn sạch tất cả tuyết băng và cây cối chung quanh máy bay của bạn để làm cho nó nổi bật lên. Tháo các tấm nắp đậy động cơ (hoặc công cụ) của bạn và lật bên mặt bóng không sơn lên trên đôi cánh máy bay để tạo thành những tấm gương phản xạ.

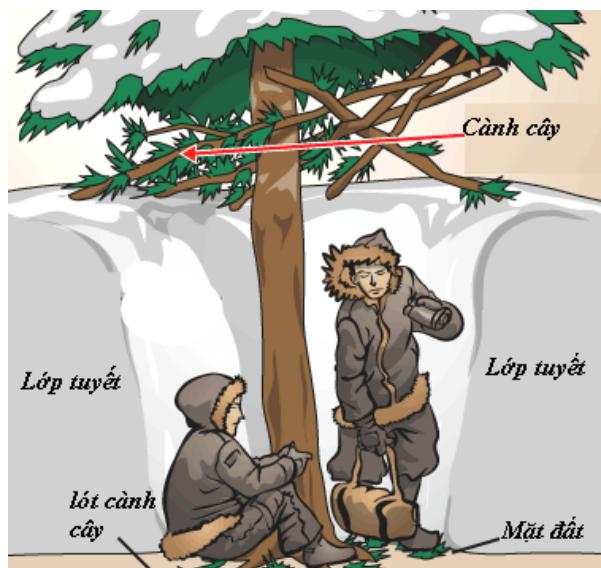
Trong vùng tuyết, nơi có cây cối, bạn có thể thiết kế tín hiệu cầu cứu bằng những cành lá thường xanh. Súng bắn pháo hiệu là một phương tiện cầu cứu hữu hiệu. (xin xem thêm phần THÔNG TIN LIÊN LẠC)



CHỖ TRÚ ẨN

Khi các bạn ở trong môi trường khắc nghiệt của Bắc Cực, thì các nhu cầu cơ bản cho sự sống còn ở vùng lạnh giá trở thành cấp thiết. Ví dụ: trường hợp một chiếc máy bay buộc phải đáp khẩn cấp xuống vùng cực, những người trong máy bay đang từ nhiệt độ ấm áp trong máy bay, đột nhiên chuyển qua khí hậu băng giá của vùng cực, thì trước tiên, quần áo ấm là nhu cầu cần thiết cho sự sống còn. Và cũng cấp thiết và quan trọng không kém đó là một chỗ trú ẩn. Nhưng với nhiệt độ -20°C , và tốc độ gió 20 km/giờ , thì việc di chuyển hay tạm trú ở chỗ tạm thời trở thành khó chịu. Nếu thời tiết lạnh đến -35°C , và tốc độ gió tăng gấp đôi, khuôn mặt sẽ đóng băng trong 1 phút. Việc đi lại và nơi trú ẩn tạm thời trở thành nguy hiểm. Cho nên các bạn cần phải tìm kiếm hay kiêm tạo cho mình một chỗ trú ẩn chắc chắn.

Hố dưới gốc cây Các bạn bị rơi vào vùng lạnh giá, băng tuyết bao trùm lên các cành cây, và nếu trong tay các bạn có một dụng cụ để đào, hãy tạo cho mình một chỗ trú ẩn dưới gốc cây. Các cành cây sẽ đỡ tuyết, tạo thành một mái vòm kín đáo, che chắn được những ngọn gió lạnh

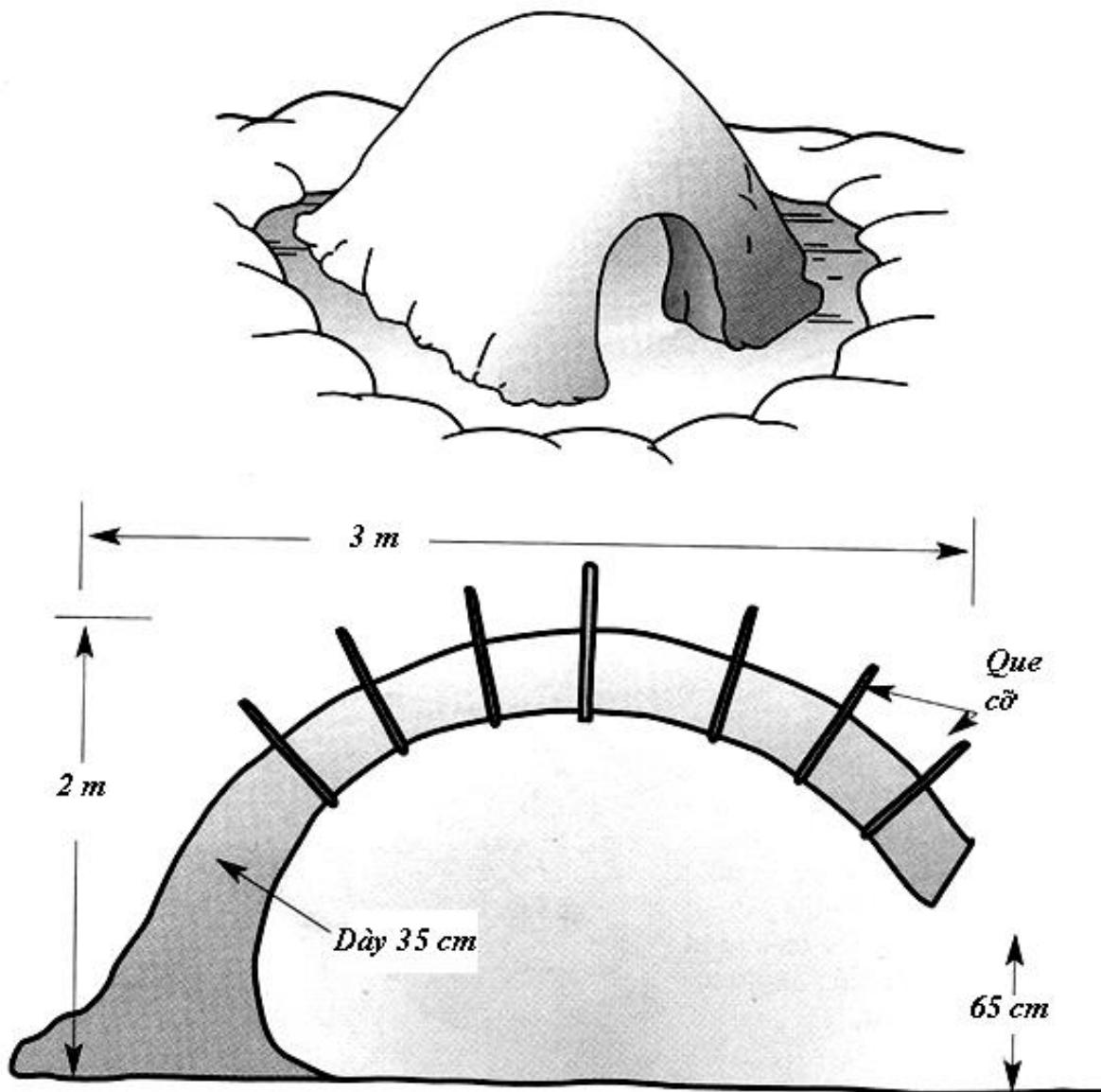


Lều tuyết 1

Để làm một nơi trú ẩn tạm cho một người ở trên vùng tuyết phủ, trước tiên, các bạn dùng xéng xúc tuyết để đắp thành một cái mô hình bán cầu cao khoảng 2m và đáy rộng khoảng 3m, nẹn tuyết bằng xéng cho dẻ. Để một vài giờ cho bề mặt của tuyết se khô lại. Cắm đều đặn một số que dài khoảng 35cm trên mái vòm, hướng về trung tâm để làm cõ.

Khoét một lỗ cao khoảng 65cm để là cửa và moi tiếp vào trong cho đến khi các bạn chạm vào đầu những que cắm trên mái vòm (những que này như những thước đo, giúp cho bạn giữ được độ dày đồng đều cho mái vòm, không khoét chỗ dày chỗ mỏng, làm cho mái vòm không vững). Hoặc là các bạn đào cho đến khi thấy mái vòm có ánh sáng màu xanh nhạt xuyên qua lớp tuyết trên mái vòm. Cho dù làm bằng cách nào, thì các bạn cũng nên chừa lại mái vòm một độ dày an toàn là 35cm.

Để làm cửa, các bạn gom tuyết lại trên một miếng vải, buộc túm các góc lại với nhau hay bó lại bằng dây. Tuyết sẽ kết tinh lại thành một khối che cửa ra vào (chỗ nào hở thì trám lại bằng tuyết). Như thế thì hơi ấm sẽ được giữ lại trong vòm. Dùi vài lỗ thông hơi bằng gậy trượt tuyết hay bằng que ở nhiều hướng khác nhau và giữ không để cho tuyết che kín nó.

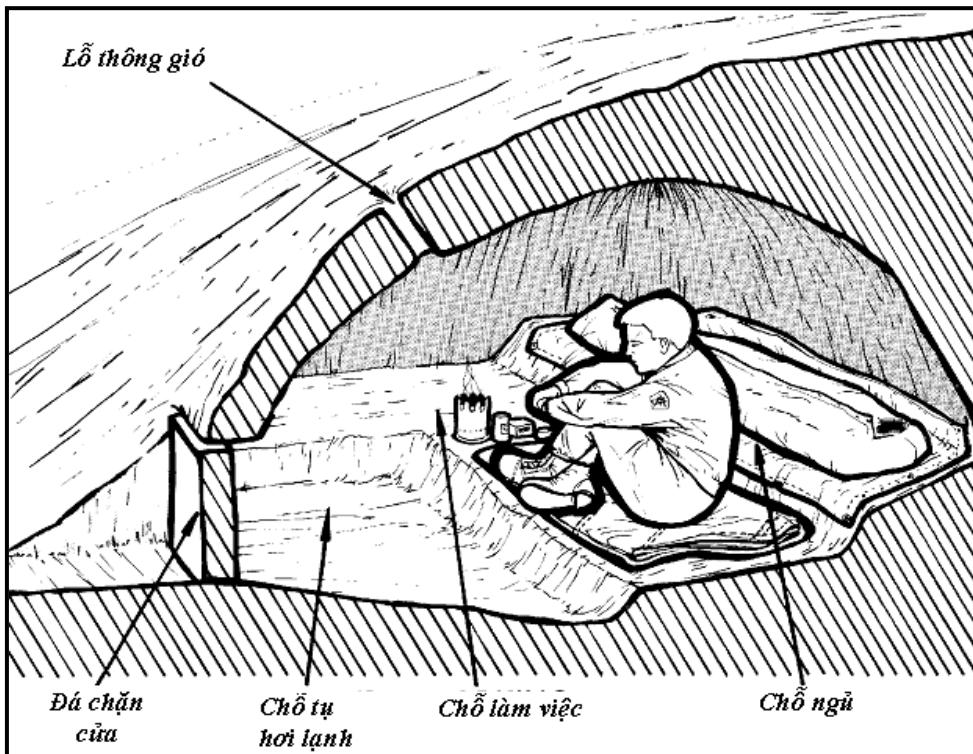


Mái vòm băng tuyết 2: Khi cần chỗ trú ẩn tạm thời, người Eskimo làm lều tuyết hay vòm tuyết để tạm trú qua đêm khi đi săn hay những lúc cần.

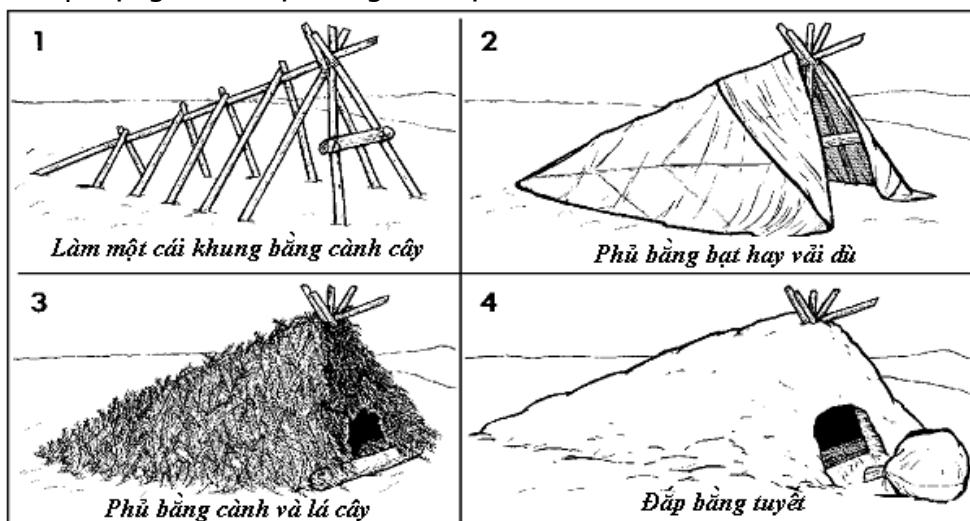


1. Chặt một đồng cành lá, phủ vải, đắp tuyết lên rồi nén cứng.
2. Moi hết cành lá, lấy tấm vải ra, tạo cửa hoàn chỉnh
3. Dùng vải túm lá cây lại làm thành một cái nút để trám cửa

Đào hang: Khi gặp một ngọn đồi thấp, người ta đào thành một hang vòm để trú ẩn (không đào dưới chân những ngọn núi hay đồi cao, vì có thể bị tuyết lở đè sập hang).



Lều tam giác: Hoặc họ làm một lều hình tam giác như ở dưới đây. Loại lều này có thể áp dụng trên mọi vùng khí hậu.



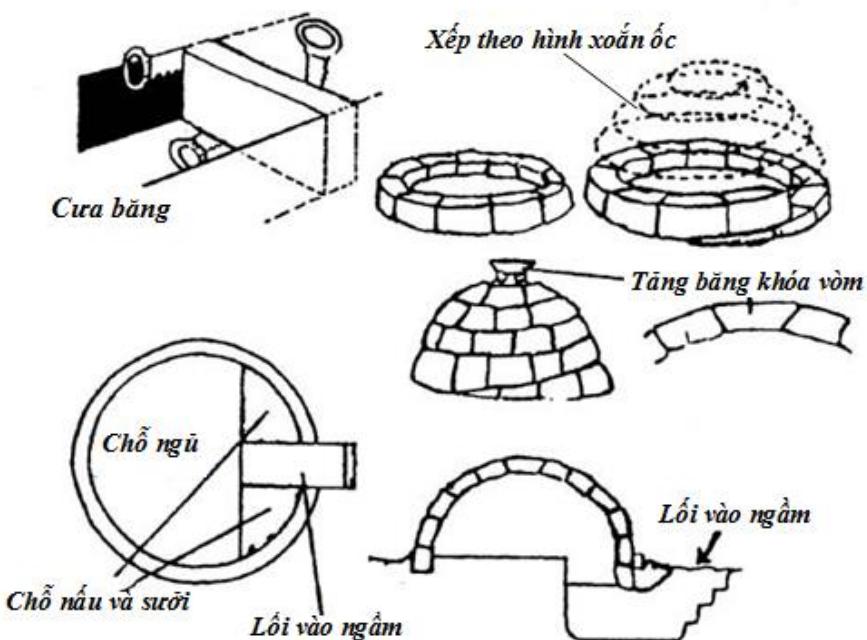
Dựng lều

Nếu được chuẩn bị từ trước, các bạn có thể dựng những chiếc lều để tránh gió và lạnh, cho dù đó là loại lều bình thường hay là loại lều đặc chế dành cho vùng lạnh. Các bạn cần dắp lều thật cẩn thận, không để cho gió thổi tốc.

**Làm thế nào để tạo một igloo**

Trong thế giới băng giá của người Eskimo, người ta xây dựng những ngôi nhà vòm băng băng gọi là Igloo.

Muốn xây dựng một igloo, phải có tuyết đông cứng thành băng. Người ta dùng cưa xé băng, cắt thành từng khối dài khoảng 90cm, rộng khoảng 50-60cm, dày chừng 15cm. Một igloo tiêu chuẩn chỉ rộng khoảng 3m.



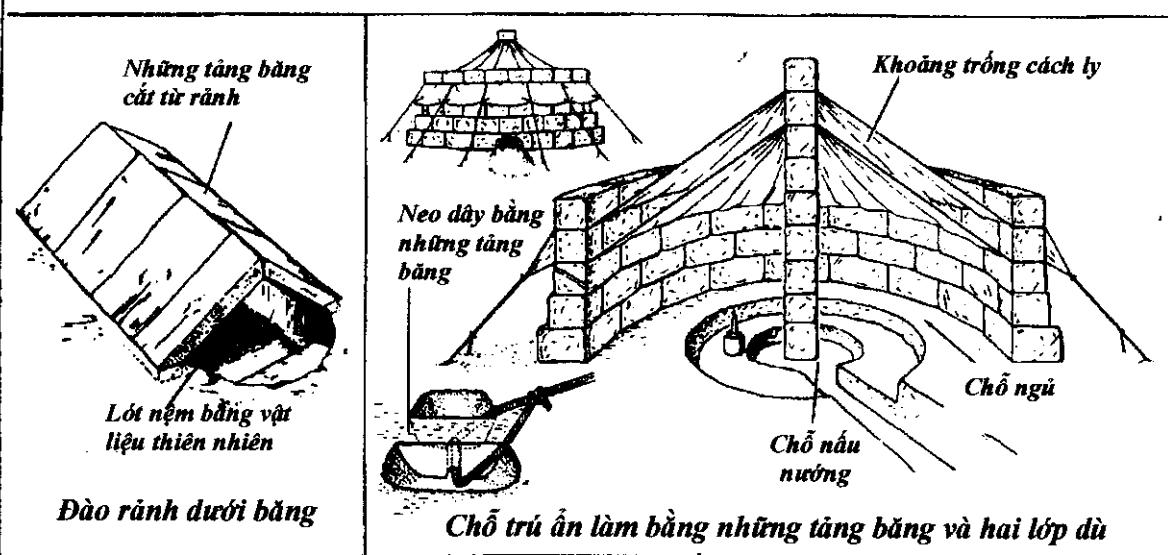
Trước tiên các bạn xếp lớp băng đầu tiên có hình vòng tròn có đường kính 3m theo hình tròn ốc, lớp thứ hai có đường kính nhỏ hơn một chút, lớp thứ ba nhỏ hơn lớp thứ hai và cứ tiếp tục như thế (vì vậy mà igloo có hình vòm). Cuối cùng dùng một tảng băng hình nêm để khóa vòm. Khoan một lỗ nhỏ trên vòm để thoát khí.

Những chỗ trú ẩn khác

Tùy theo địa thế, lớp băng tuyết, vật dụng bạn có, khả năng bạn có thể làm . . . để kiến tạo một chỗ ngủ tạm thời hay dài hạn.

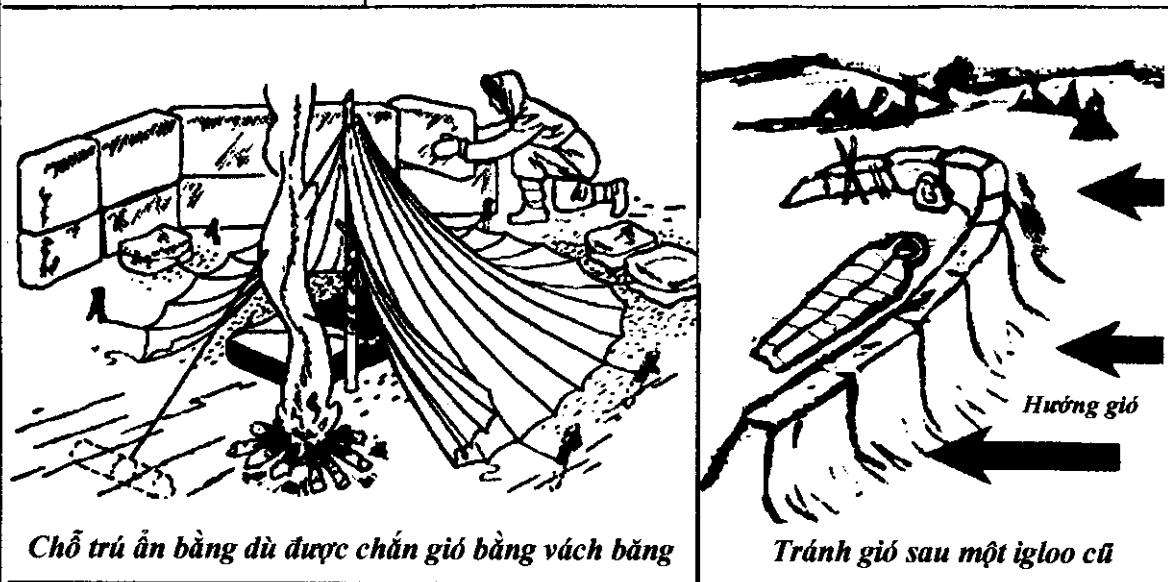


Đào hang ở dưới tuyết, trên lót cây ngang, phủ bạt hay vải dù rồi đắp tuyết lên



Đào rãnh dưới băng

Chỗ trú ẩn làm bằng những tảng băng và hai lớp dù



(Xin xem chương “CHỖ TRÚ ẨN”)

QUYẾT ĐỊNH ĐI HAY Ở

Cũng như trong các tai nạn máy may ở rừng núi hay sa mạc, chúng ta phải suy xét để đưa ra quyết định: Nên rời khỏi máy bay để đi tìm người cứu viện hay ở lại chờ người đến cứu?

Nếu dự tính rời khỏi máy bay để đi tìm người hỗ trợ, các bạn cần phải biết rằng, việc di chuyển trên vùng băng tuyết là vô cùng khó khăn và nguy hiểm. Các bạn chỉ được thực hiện sau khi xem xét cẩn thận các yêu cầu sau đây:

1. Bạn có biết chính xác vị trí hiện tại của bạn và các mục tiêu (điểm đến) của cuộc hành trình hay không?
2. Bạn có kiến thức và kinh nghiệm về các phương pháp định hướng ở vùng cực hay không?
3. Bạn đã có bao giờ di chuyển trên vùng băng tuyết chưa? Thể lực của bạn có thể chịu nổi những chặng đường dài trên vùng băng tuyết hay không?
4. Bạn có y phục thích hợp cho việc di chuyển trên băng tuyết hay không?
5. Bạn có đủ thực phẩm, nhiên liệu, lều bạt và các trang thiết bị cần thiết hay không?

Những yêu cầu này được đem ra thảo luận với các thành viên trong nhóm hoặc bạn tự trả lời cho chính mình. Nếu không giải quyết được dù chỉ một trong những yêu cầu trên, hãy ở lại với máy bay. Vì như các bạn đã biết, tìm một máy bay trên tuyết thì dễ hơn là tìm một vài người.

Kiến thức chính xác của vị trí hiện tại và điểm đến

Nếu máy bay của bạn buộc phải đáp xuống vùng cực, bạn nên ở lại với chiếc máy bay của bạn. Máy bay cứu hộ sẽ tìm thấy bạn, nhưng hãy nhớ - việc tìm kiếm sẽ mất thời gian. Đừng từ bỏ hy vọng là người ta sẽ nhanh chóng tìm ra và cứu bạn. Những người đi cứu hộ đã được đào tạo kỹ lưỡng trong công việc của họ và nếu có thể tìm thấy bạn và giúp bạn ra khỏi nơi đó, thì họ sẽ cố gắng hết sức để làm cho băng được. Bạn có thể giúp họ bằng cách ở lại với chiếc máy bay của bạn.

Trong trường hợp nếu địa thế không cho phép họ hạ cánh để mang bạn ra băng máy bay, họ sẽ thả cho bạn những thiết bị cần thiết và hướng dẫn để giúp bạn đi ra ngoài. Việc di chuyển trên vùng cực là vô cùng khó khăn. Bạn sẽ phải cần viện trợ quần áo và máy móc, trang thiết bị được chế tạo sẵn.

Nếu việc cứu hộ không thành và bạn quyết định đi bộ ra theo cách của bạn, hãy lên kế hoạch một cách cẩn thận và sau đó theo đúng kế hoạch. Tất nhiên những gì bạn quyết định đi theo phần lớn được xác định bởi vị trí của bạn và địa hình.

Trước hết, bạn phải biết chính xác vị trí của mình và cũng phải biết chính xác nơi mà các bạn sẽ đến. Và bạn cũng phải có kinh nghiệm về định hướng trên vùng cực, vì nếu chỉ cần "sai một ly sẽ đi một dặm". Chỉ sai một vài dặm trong tính toán khoảng cách di chuyển, cũng là yếu tố quyết định giữa thành công và thất bại.

Trừ khi bạn biết chính xác nơi bạn đang đứng và một số điểm đến nhất định, nếu không, các bạn nên đi men theo dòng suối hay sông xuống hạ nguồn. Nó sẽ dẫn bạn đến một thôn xóm hay một khu dân cư, hay tới bờ biển, nơi mà cơ hội tìm kiếm thức ăn và dễ dàng được ngư dân hay các đội cứu hộ tìm thấy. **Chỉ có một ngoại lệ** cho quy tắc này - Ở Siberia, các sông, suối thường chảy về hướng Bắc, trong khi dân cư đều ở hướng Nam.

KHÔNG đi lang thang hú hoạ. Sử dụng la bàn của bạn để duy trì một hướng chung, nhưng không cố gắng để đi theo một đường thẳng để rồi phải băng qua những chướng ngại khó khăn. Đi theo các thế đất dễ nhất nhưng vẫn giữ hướng

đi mà các bạn nhầm. Nếu bạn không có la bàn, hãy tháo la bàn từ máy bay của bạn.

Khi dừng chân cắm trại, trại bạn nên cắm trên núi chứ đừng cắm ở thung lũng. Ở Bắc Cực, núi và sườn núi luôn ấm hơn so với ở thung lũng.

Trong rừng cây, bạn nên đánh dấu con đường bạn đi bằng cách đẽo vào vỏ cây hay bằng các vật liệu thiên nhiên (hay nhân tạo) khác, để phòng trong trường hợp bạn gặp khó khăn buộc phải quay trở lại.

Đi thẳng



Rẽ phải



Rẽ trái



Đánh dấu đường đi

TÌM PHƯƠNG HƯỚNG

Trong các vùng băng tuyết ở Bắc cực, nếu không có địa bàn trong tay, các bạn có thể tìm ra hướng Nam dễ dàng nhờ những “ống khói tiên”. Đó là những bàn băng hình thành trên bề mặt lớp băng với một tảng đá. Tảng đá đó bảo vệ cho lớp băng phía dưới không tan chảy và khối đá sẽ dần dần nhô cao lên như một ống khói.

Ống khói này sẽ chỉ cho chúng ta hướng Nam, vì bức xạ chéo của mặt trời làm tan băng ở hướng này nhiều hơn cho nên “ống khói” có khuynh hướng chồm về hướng Nam.

Nếu chúng ta ở vùng Nam Cực thì ngược lại.



DI CHUYỂN TRÊN BĂNG

Không ai có thể cho rằng di chuyển trên băng thì an toàn, dù ngay cả khi trời rất lạnh, tưởng chừng như băng đóng rất cứng. Vì có thể dưới lớp băng là một dòng sông đang cuộn cuộn chảy, làm cho lớp băng tan dần phía dưới và trở nên nguy hiểm, cho dù trên bề mặt của nó không có một tí biểu hiện gì. Kiểm tra độ dày mỏng của băng (băng cách chọc thủng một lỗ hay dùng đá lớn

ném lên mặt băng) cũng có thể giúp cho chúng ta ước đoán được khả năng chịu đựng của băng và xử trí cho thích hợp. Nếu bề dày của băng:

- Mỏng hơn 5cm thì rất nguy hiểm.
- Khoảng 10cm – thích hợp cho việc câu cá và trượt băng.
- Khoảng 20cm – thích hợp cho xe trượt băng.
- Từ 20 – 30cm – thích hợp cho xe di chuyển trên mọi địa hình và cả xe hơi.

Nhưng những con số trên đây chỉ là tương đối, vì còn tùy thuộc vào loại băng tuyết, quá trình hình thành, tan rã, tái hình thành bao nhiêu lần . . .

- Vào mùa Xuân, khi băng bắt đầu tan, đây là thời điểm rất nguy hiểm, bởi vì nó rất dễ vỡ.

- Có một loại băng xốp gọi là "candle ice", vô cùng nguy hiểm, vì loại băng này trông rất rắn chắc nhưng thật ra rất dễ vỡ, chúng như nước đá bào.

Di chuyển trên băng

Khi di chuyển trên băng, các bạn nên cầm nắm ngang một cây sào dài. Cây sào này sẽ là điểm tựa của các bạn nếu trường hợp băng bị vỡ, làm cho các bạn rơi xuống nước, nó còn được dùng chọc thủng lớp băng để kiểm tra độ dày, độ cứng...

Nếu di chuyển một nhóm, các bạn nên đi hàng môt, giữ khoảng cách xa nhau và nên nối với nhau bằng một sợi dây để có thể hỗ trợ cho nhau. Không bao giờ nên đi trên băng một mình.



DI CHUYỂN TRÊN TUYẾT

Muốn đi lại trên tuyết dễ dàng, các bạn phải có một loại giày đặc biệt để đi trên tuyết (Snowshoe). Ở đây chúng tôi không có tham vọng hướng dẫn cho các bạn môn trượt tuyết băng ván trượt, vì nó đòi hỏi một sự luyện tập cẩn thận. Chúng tôi chỉ đề cập đến những điều cần thiết trong việc di chuyển ở những vùng băng tuyết.

CÁC LOẠI GIÀY ĐI TUYẾT:

Có nhiều loại giày đi tuyết khác nhau. Mỗi loại đều có những tính chất khác nhau về:

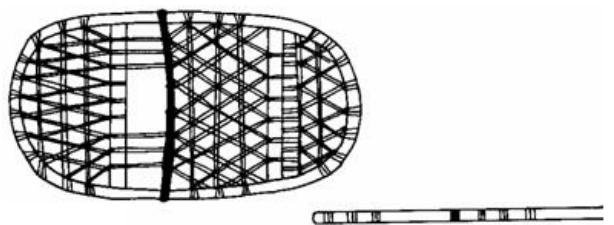
- Đặc tính chuyển động.
- Cách sử dụng.
- Đường ngắn ngập trong tuyết.
- Sức chịu nặng.
- Độ thăng băng.

Tùy theo địa hình, độ xốp của tuyết, tải trọng, . . . mà người ta chọn giày đi tuyết cho phù hợp. Thường thì người ta sử dụng các loại giày đi tuyết sau đây:

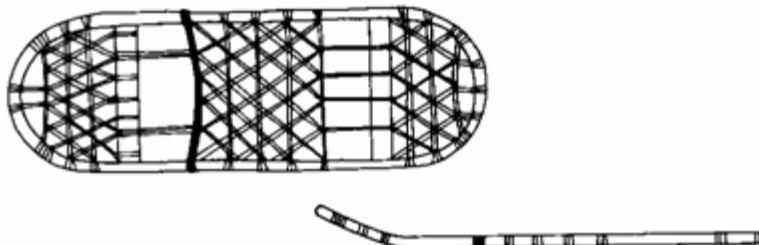
1. Kiểu chân gấu (Bearpaw):

Có hai loại "chân gấu": loại đi đồng băng và loại rừng núi.

Loại đi đồng băng: Băng phẳng, rộng, hình bầu dục, không có đuôi, ngắn và gọn nên vận động dễ dàng. Thường được dùng để đi trên đường mòn, trên vùng lãnh nguyên băng phẳng, . . .

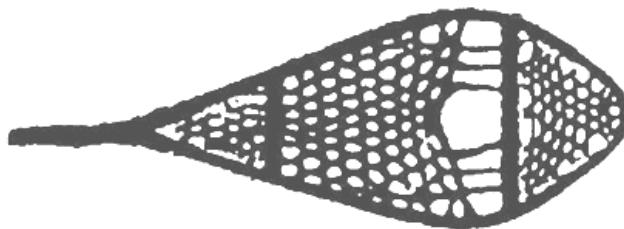


Loại đi rừng núi: Gần giống như kiểu trên nhưng dài hơn, mũi cong lên. Dùng để di chuyển trong rừng hay trên những địa thế mấp mô.



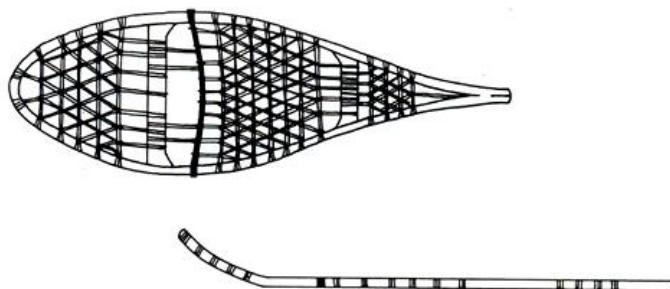
2. Kiểu Maine:

Là kiểu của người da đỏ bản địa. Thường đường dùng trong quân đội Hoa Kỳ. Nó khá dài và rộng nên bất tiện khi bước đi và xoay trở ở những nơi chật hẹp. Bù lại, nó có sức nổ trên tuyết rất tốt, có thể mang vác nặng.



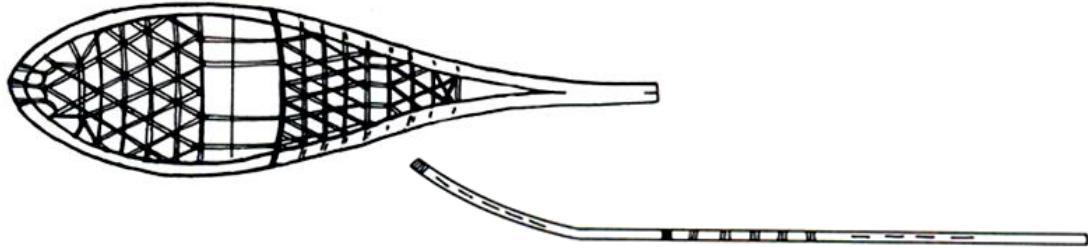
3. Kiểu Michigan:

Giống như kiểu Maine, nhưng kích thước lớn hơn nên sức nổ trên tuyết tốt hơn.



4. Kiểu Alaska:

Là loại lớn nhất, dùng trong các vùng rộng và thoáng, vùng tuyết xốp, mềm. Nhưng lại khó khăn khi sử dụng đối với những người có kích thước nhỏ bé.



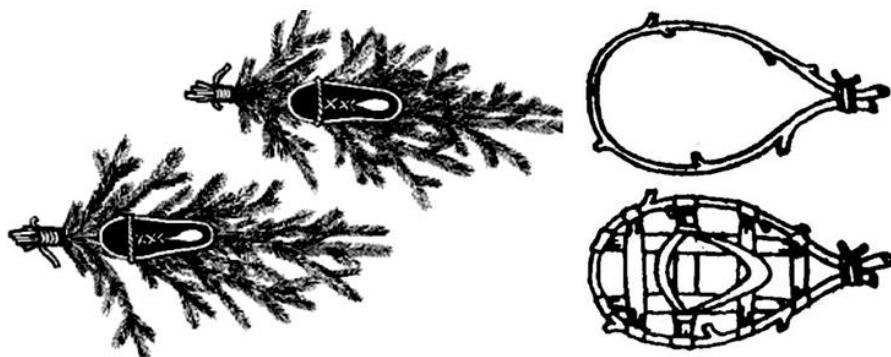
Và còn rất nhiều kiểu dáng khác nhau, làm bằng nhiều chất liệu khác nhau, các bạn có thể tham khảo thêm trong các tài liệu nước ngoài.

GIÀY ĐI TUYẾT TỰ TẠO

Trong trường hợp khẩn cấp mà các bạn lại không có các loại giày đi tuyết được làm sẵn, các bạn hãy tự tạo tạm một đôi giày đi tuyết.

Băng nhánh cây: Chặt một số cành cây thông, cây thường xuân (Evergreen) có nhiều cành lá, cột lại với nhau. Dùng dây buộc vào chân các bạn, gốc hướng về phía trước, các bạn có thể tạm di chuyển được trên tuyết.

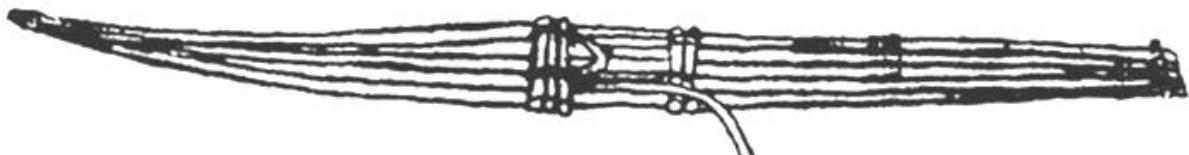
Băng cành cây: Dùng cành cây còn tươi, trẩy hết cành lá, hơ lửa để khi uốn không bị gãy. Các bạn uốn cong theo hình giọt nước cột thêm vài cây ngang rồi dùng các loại dây mà các bạn có (dây rừng, vỏ cây, dây da, dây vải, dây dù...) để bện thêm vào khung.



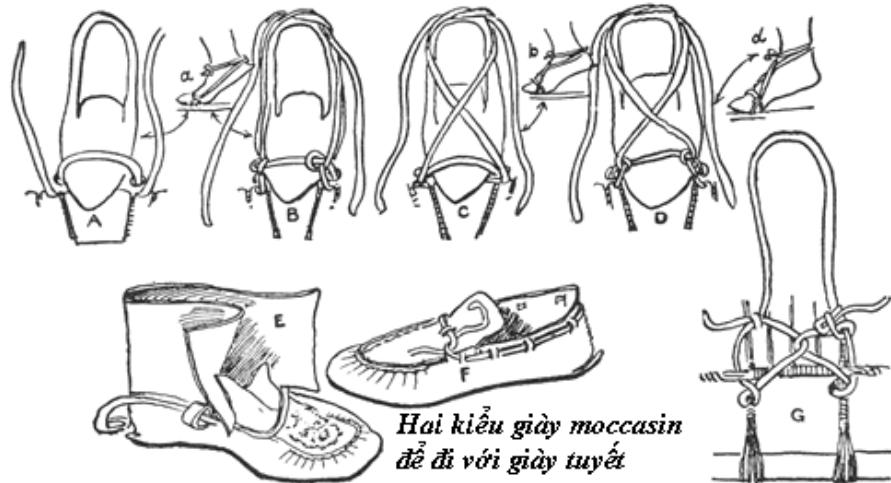
Băng cành cây kiểu Canada: Để làm một chiếc giày đi tuyết kiểu Canada, các bạn hãy:

- Chọn 6 cành cây dài bằng chiều cao của các bạn. Phần gốc có đường kính cỡ 2cm, phần ngọn cỡ 0.8cm.
- Cắt thêm 6 đoạn cây dài khoảng 25cm, đường kính 2cm.
- Buộc gốc của 6 cây dài vào một cây ngắn, cắt bỏ những phần thừa.
- Buộc 3 cây ngắn ở khoảng giữa của giày đi tuyết (nơi đặt bàn chân).
- Buộc 2 cây ngắn nơi đặt gót chân.
- Buộc túm các đầu cây lại với nhau.

Như thế là các bạn đã có một loại giày đi tuyết kiểu Canada. Để sử dụng, các bạn buộc giày vào chân bằng các loại dây chắc chắn theo hình minh họa.



Cách cột giày đi tuyết



Hai kiểu giày moccasin
để đi với giày tuyết

Kích cỡ giày đi tuyết

Kích cỡ của giày đi tuyết còn tuỳ thuộc vào loại tuyết, sức nặng của cơ thể bạn và hành lý các bạn mang theo. Lý tưởng là một đôi giày gọn nhẹ, nhưng nếu tuyết mềm và dày thì các bạn phải có những đôi giày dài từ 1,5 – 2 mét và rộng khoảng 30cm.

DI CHUYỂN VỚI GIÀY ĐI TUYẾT

Nếu mới đi lần đầu, chắc chắn bạn sẽ cảm thấy lúng túng, vướng víu rất khó bước đi, nhất là khi phải đi trên tuyết. Các bạn hãy theo cách hướng dẫn sau:

Cách bước: khi đi trên mặt tuyết mềm, các bạn hãy bước tới một cách vững chãi, cho giày ngập vào trong tuyết và nghiêng người lắc nhẹ để tạo nền chắc chắn trước khi rút chân kia lên để bước tiếp theo.



Đi xuống dốc: Hãy chắc chắn là các mồi dây buộc ở chân không lỏng hoặc tuột. Nếu không, bàn chân của các bạn sẽ bị trượt trên những thanh ngang và đổ nhào về phía trước. Hãy nghiêng cứu đia hình tổng thể của ngọn đồi để tìm một con đường đi xuống tốt nhất. Nếu quá dốc, các bạn nên đi xuống theo kiểu zíc zắc. Nếu tuyết đủ chắc, các bạn có thể đặt một chân trước một chân sau và ngồi trên giày để trượt xuống.

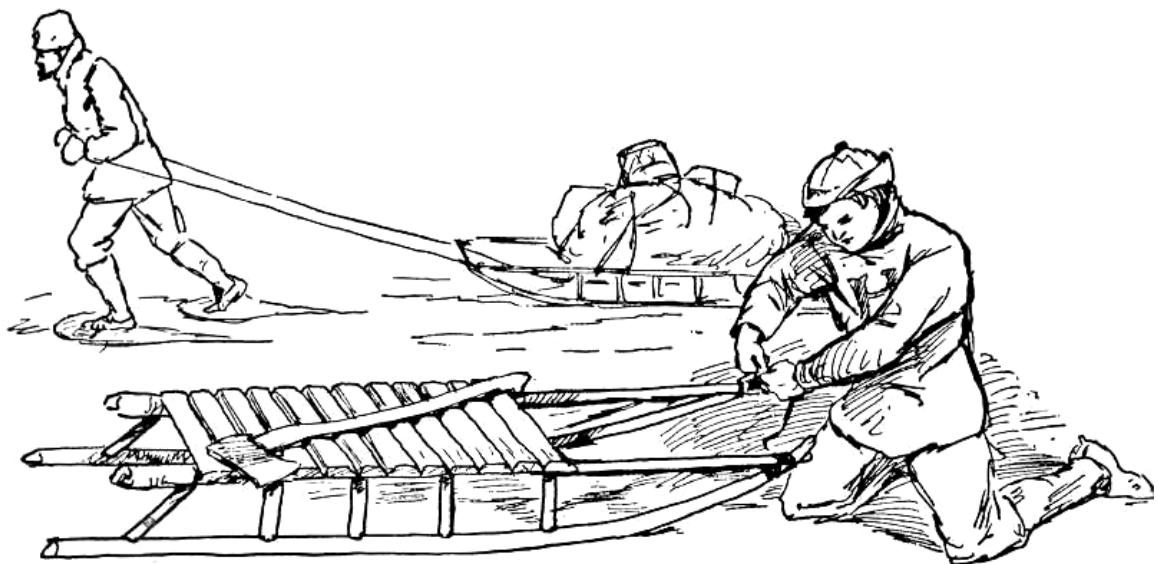
Đi lên dốc: Dùng gậy để trợ giúp chúng ta khi leo lên những đoạn dốc. Gậy cũng rất hữu ích khi các bạn phải di chuyển qua những vùng tuyết dày hoặc qua những rừng cây.

Lưu ý:

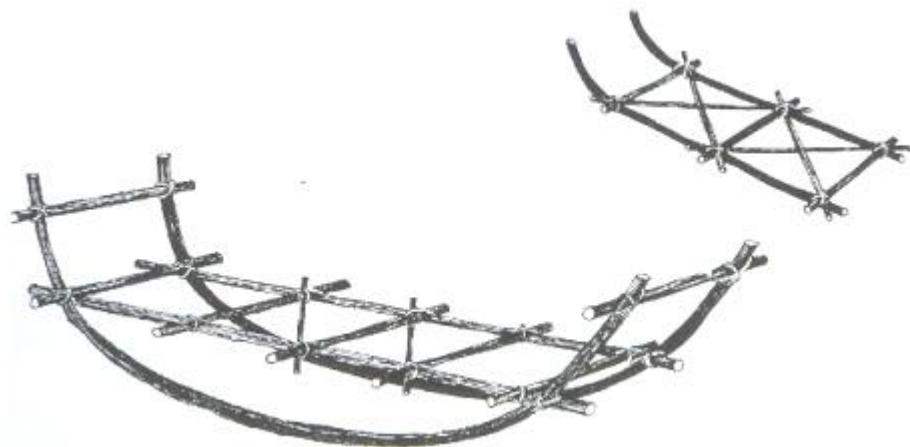
- Không được di chuyển khi sắp có một cơn bão tố kéo tới. Khi đó, cảnh quang chỉ còn là một màu trắng, làm cho chúng ta mất phương hướng.
- Khi thời tiết trong trẻo, các bạn thường ước lượng sai khoảng cách, điều này có thể làm cho các bạn đi quá xa, làm cơ thể mệt mỏi, không kịp trở về trước khi đêm xuống.

XE KÉO (TRƯỢT)

Trên băng và tuyết có bề mặt cứng, nhất là những nơi tuyết phủ dày, người ta ít khi mang hành lý trên vai, vì để tránh mang nặng vừa mệt vừa làm cho bàn chân ngập sâu trong tuyết, rất khó di chuyển, mà người ta lợi dụng sự trơn trượt của băng và tuyết để kéo theo sau mình một cái xe trượt, trên đó chất đầy hành lý. Đây là một phương pháp vận chuyển tương đối vừa nhẹ nhàng vừa hiệu quả.



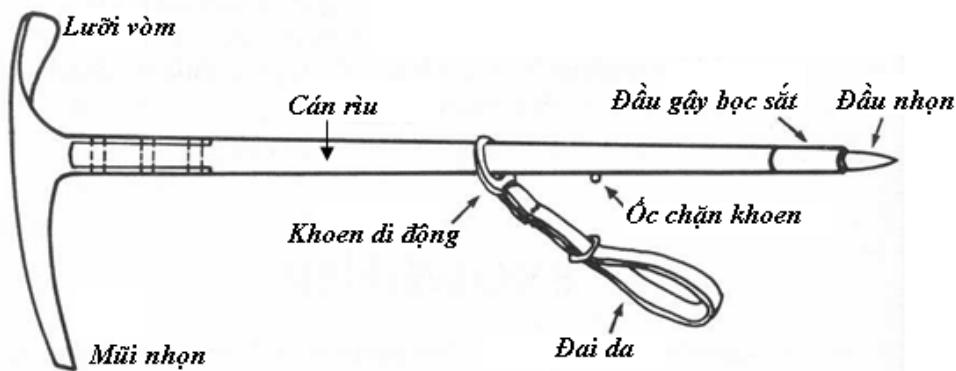
Các bạn có thể dùng loại xe chẽ tạo sẵn (nếu có) hay dùng hai tấm ván trượt (ski) gep lại với nhau, hoặc thậm chí chẽ tạo một cái băng cành cây.



Làm một xe kéo bằng cành cây

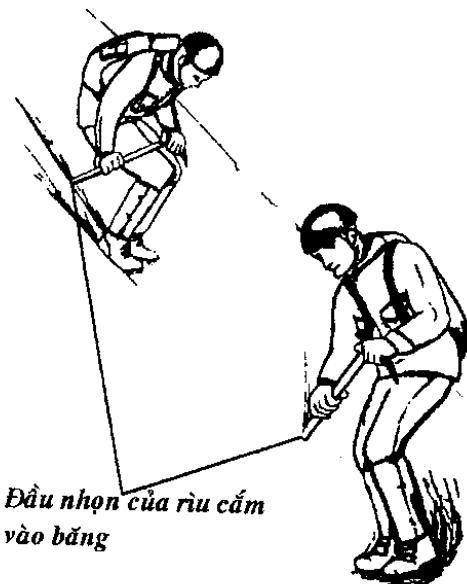
SỬ DỤNG RÌU LEO BĂNG

Rìu leo băng là một công cụ hỗ trợ đắc lực cho các bạn khi cần di chuyển trên những đoạn dốc đóng băng, nhưng nó cũng rất nguy hiểm nếu như các bạn không sử dụng đúng cách.



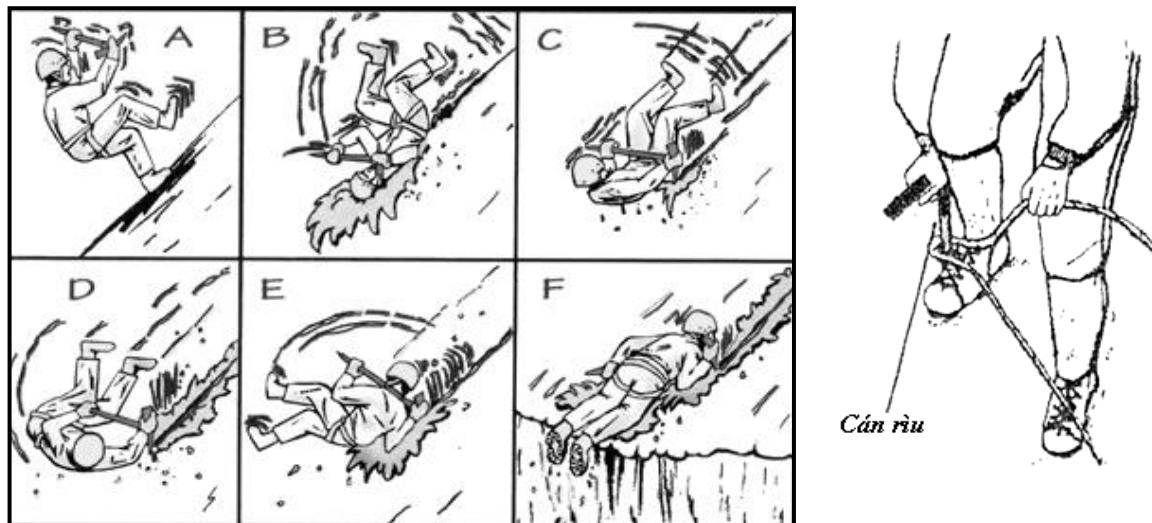
Xuống dốc:

Khi các bạn trượt xuống dốc, hãy dùng rìu leo băng như một cái phanh hay bánh lái. Khi trượt, cong các ngón chân lên, sức nặng của cơ thể nằm ở giữa hai bàn chân, thân hình cong về phía trước. Hai tay chịu cho đầu nhọn cán rìu cắm vào băng. Để dừng lại, các bạn nên trượt ngang vào bờ dốc của sườn đồi. Không nên trượt xuống một vùng mà các bạn không thể tìm thấy nơi dừng chân, vì như thế, các bạn có thể bị lao xuống vực.

**Để dừng lại một cú ngã hay trượt:**

Khi các bạn bị ngã hay trượt xuống một triền dốc. Hãy cắp cán rìu vào nách dọc theo hông và cày lưỡi rìu vào trong băng để làm cho tốc độ trượt bị chậm lại, khi đó các bạn có thể kiểm soát được cú trượt của mình.

Nếu các bạn có mang theo dây cá nhân, hãy kết hợp giữa dây và rìu như một cái neo để để chặn một cú trượt hay một cú ngã.



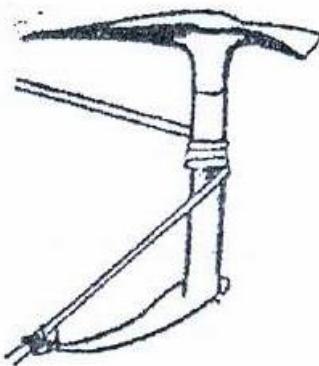
Ngoài dây và rìu trượt băng, người ta còn dùng những dụng cụ hỗ trợ khác trong việc đi lại trên băng như:

- Khoan băng.
- Đế giày đinh bám băng.
- Cọc đóng trên tuyết.
- Piton đóng trên băng.



NEO TRÊN BĂNG

Đây là một điểm chịu lực để cho chúng ta cột một đầu dây hay quàng một sợi dây vào, giúp cho chúng ta có thể lên xuống trên một đoạn băng dốc. Nếu không có cọc hay piton, các bạn có thể dùng rìu leo băng thay thế để làm tạm một cọc neo như hình bên.



Muốn neo trên băng bằng piton, các bạn phải dùng khoan và piton để thiết lập một điểm neo băng cách:

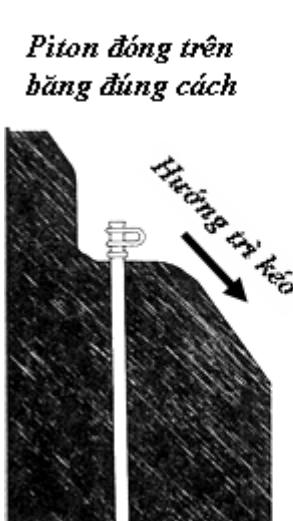
- Cắt một vết lõm nằm ngang trên sườn băng. Dẹp bỏ tất cả những băng vỡ. Sửa lại cạnh gò băng cho tròn.

- Dùng khoan dài lỗ để cắm một piton theo hướng thẳng đứng cho ngập đến khoen, dây trì kéo phải cùng góc cắm của piton.

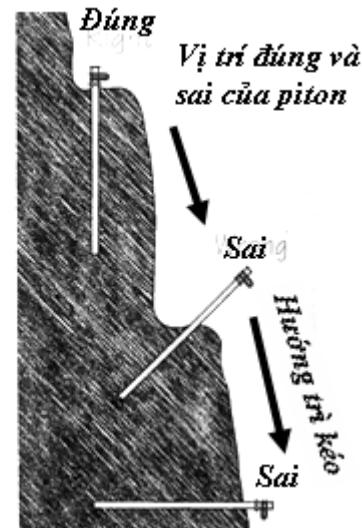
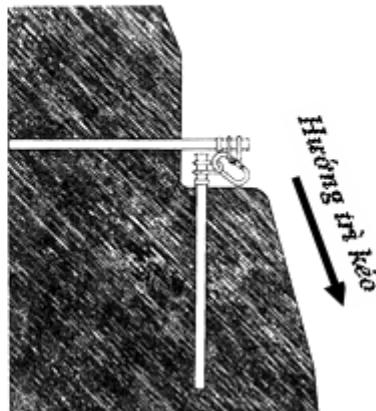
Nếu thấy piton có vẻ yếu, hãy nhổ lên và chọn vị trí mới. Để tăng thêm sự an toàn, các bạn nên đóng thêm một cọc thứ hai, giữ cho cọc thứ nhất không trôi lên.

Cọc sau khi đóng xong, thời gian để có thể sử dụng an toàn thì rất ngắn, vì chúng bị nung nóng bởi mặt trời ở phần cọc bị lộ ra làm cho phần băng tiếp xúc dần dần mềm đi, và dễ bị bể, và dễ tuột.

Muốn tái sử dụng nhiều lần, hãy phủ chúng bằng những mảnh băng vụn và kiểm tra thường xuyên.



Gia cố sức chịu lực cho piton



Y PHỤC VÙNG LẠNH

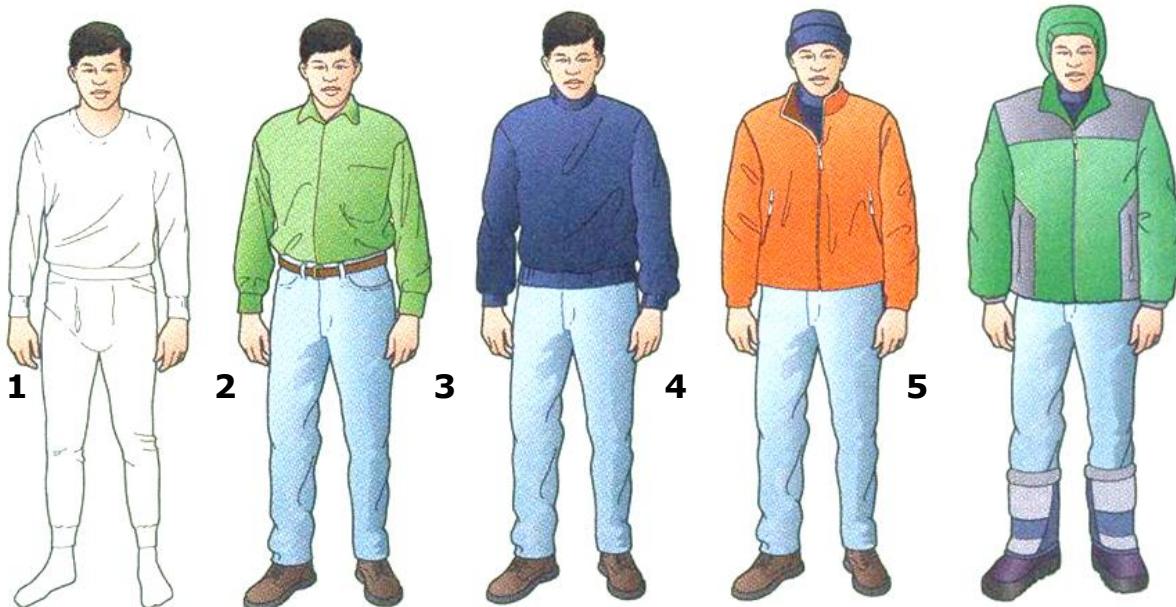


Quần áo và trang bị cơ bản

Quần áo

Y phục giúp cho con người được tiện nghi và tạo một lớp đệm ngăn cách giữa làn da và khí hậu bên ngoài, chống lại những kẻ thù là mưa, gió, nóng, lạnh. Y phục không chỉ có tác dụng làm ấm cơ thể mà còn che chở, bảo vệ bạn trước nắng và gió, ngăn chặn côn trùng chích đốt.

Các bạn nên nhớ nguyên tắc: “*Nhiều lớp quần áo mỏng thì ấm hơn một lớp quần áo dày*”. Đó là bí quyết khi di hành ở những vùng lạnh, vì bạn có thể dễ dàng điều chỉnh khi thời tiết thay đổi hay khi cơ thể của bạn nóng lên bằng cách cởi bớt áo ra. Lớp quần áo bên trong nên mặc loại mịn và xốp, bên ngoài quần áo nên mặc loại áo chống gió.

**Thứ tự các lớp y phục**

1. lốp áo quần lót dài – 2. Áo sơ mi dài tay, quần dài – 3. Áo len, quần dài – 4. Áo ấm, mũ len, quần dài, - 5. Áo khoác có mũ trùm đầu, quần yếm, giày mùa Đông.

Trong vùng lạnh giá, cơ thể của các bạn rất dễ bị hạ nhiệt nếu y phục không đủ tiêu chuẩn để bảo vệ cơ thể. Có nhiều người không may sử dụng quần áo không đủ tiêu chuẩn, đã dẫn tới sự giảm nhiệt, gây nên một sự nguy hiểm không kiểm soát được, đây là một nguyên nhân thường xuyên gây ra những cái chết cho những người ở trong vùng giá lạnh. Vì vậy, các bạn cần phải cẩn thận khi chọn lựa y phục, đảm bảo cho sự sống còn của bạn trong những vùng giá rét.

Y phục cơ bản vùng lạnh

- Áo dài tay.
- Quần dài (băng len hay vải bông).
- Áo len dài tay (băng len hay vải bông).
- Áo quần lót dài (polypropylene).
- Vớ (băng len hay sợi tổng hợp).
- Áo khoác có mũ trùm đầu.
- Nón len.
- Găng tay len hay găng bao.
- Khăn quàng.
- Áo mưa.

Tránh mặc quần áo chật và ẩm

Vào mùa Đông, quần áo của bạn cần được nới lỏng, đủ để cho phép không khí lưu thông tự do để mồ hôi của bạn có thể bay hơi. Nếu không, nó sẽ tạo thành sương bên trong quần áo của bạn và sẽ đóng băng làm cho bạn bị té cứng. Cố gắng giữ quần áo của bạn và vớ (tất) của bạn khô ráo.



Đừng mặc quần áo ẩm. Hãy hong khô chúng bên đống lửa

Nếu bạn phải làm việc nặng, cởi bỏ bớt một số và nới lỏng số quần áo đang mặc. Tránh cho cơ thể của bạn trở thành quá nóng, đổ nhiều mồ hôi có nghĩa là quần áo của bạn sẽ bị ẩm ướt và làm cho khô chúng trong thời tiết lạnh dưới không độ là một điều khó khăn. Nếu bạn bị ẩm ướt, thay ngay quần áo khô càng sớm càng tốt. Loại bỏ lớp băng đóng trên quần áo bằng cách lộn chúng từ trong ra ngoài và đập nó với cây gậy. Làm một giá đỡ quần áo bên một đống lửa để hong khô quần áo.

Áo khoác

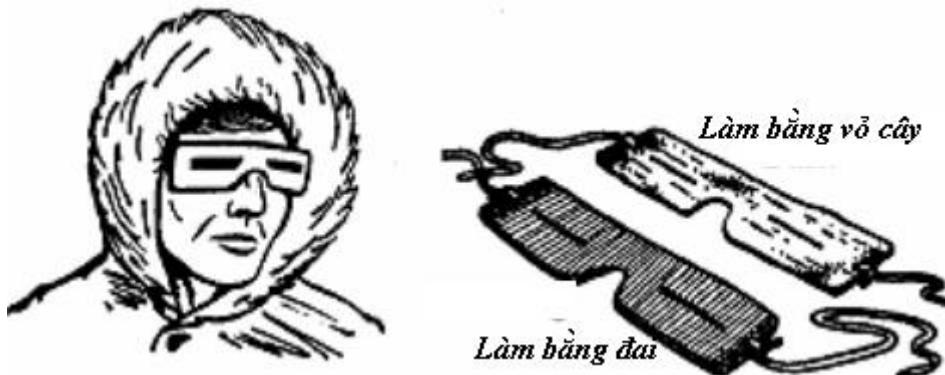
Ngoài những áo chống lạnh thông thường, chúng ta còn cần một áo khoác. Những người Eskimo dùng một tấm da lớn và rộng để làm áo khoác, khi cần thiết, có thể biến nó thành lều trú ẩn. Áo khoác là một thứ không thể thiếu trong trang phục ở vùng giá rét. Áo khoác phải đủ rộng để có thể che phủ toàn bộ quần áo chúng ta đang mặc và cho phép lưu giữ hơi ấm cơ thể.

**Bảo vệ đôi mắt**

Bạn không thể để mắt trần trong vùng có tuyết. Ánh sáng chói chang phản chiếu từ tuyết sẽ làm hỏng mắt của bạn. Ngay sau khi hạ cánh, bạn lập tức kiểm tra thiết bị của mình. Nếu có kính râm bảo hộ thì đeo ngay vào. Kính bảo hộ sẽ bảo vệ mắt chống lại ánh sáng chói chang của tuyết. Nếu nó đã bị mất hoặc bị

hồng, bạn có thể tạm thời chế tạo cho mình một cặp lá chắn tuyết kiểu Eskimo từ một mảnh vải, đai, da hay vỏ cây có khe hẹp bằng chiều rộng của mắt. Đừng làm kính tuyết bằng kim loại, vì kim loại sẽ đóng băng và dính cứng vào làn da của bạn.

Như một biện pháp phòng ngừa bổ sung đối với sự bong da bởi tuyết, bôi nhọ vào má và mũi của bạn bằng bồ hóng, than củi, hoặc dầu cặn động cơ. Màu đen sẽ giúp giảm sự phản chiếu.



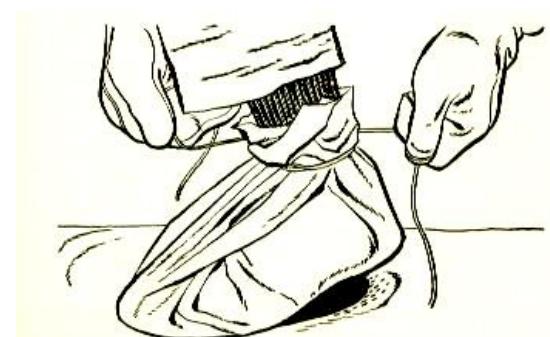
Giày mùa Đông

Là một loại giày giữ được hơi ấm, mềm mại, và không thấm nước. Nó còn có thể tháo cởi dễ dàng, vì ban đêm chúng ta phải cởi ra cho thoáng và ráo mồ hôi.

Để giữ được hơi ấm cho bàn chân, chúng ta nên mang hai lớp vớ (tất) được làm bằng nỉ hay lông cừu. Giữa 2 lớp vớ nên có thêm một lớp đệm băng cỏ mịn hoặc rêu khô xé nhỏ để hút hơi ẩm. Điều này rất cần thiết để giữ ấm đôi chân của các bạn.



Không nên mang giày chật. Nếu đôi giày bạn có không đủ lớn để cho phép bạn mang ít nhất hai đôi vớ dày thì đừng sử dụng chúng. Thay vào đó, bạn ứng biến để tự tạo cho mình một đôi giày băng cách gói chân của bạn trong các dài vải cắt ra từ bạt che cánh hay động cơ hay bất kỳ loại vải dày nào mà bạn tìm thấy trên máy bay của bạn.



Găng tay

Bàn tay là nơi dễ mất nhiệt nhất, nếu các bạn không bảo vệ, sẽ bị cong và nếu bị nặng sẽ phải đoạn chi hay tháo khớp.

Các bạn cần có một kinh nghiệm khá dày để có thể lựa chọn tay và găng bao sao cho phù hợp với công việc của từng cá nhân. Thông thường người ta chọn lựa giữa sự khéo léo linh động và sự giữ ấm bàn tay. Găng bao thì ấm hơn nhưng khó thao tác, găng tay tùng ngón thì dễ thao tác nhưng lại không ấm bằng găng bao.



Găng tay

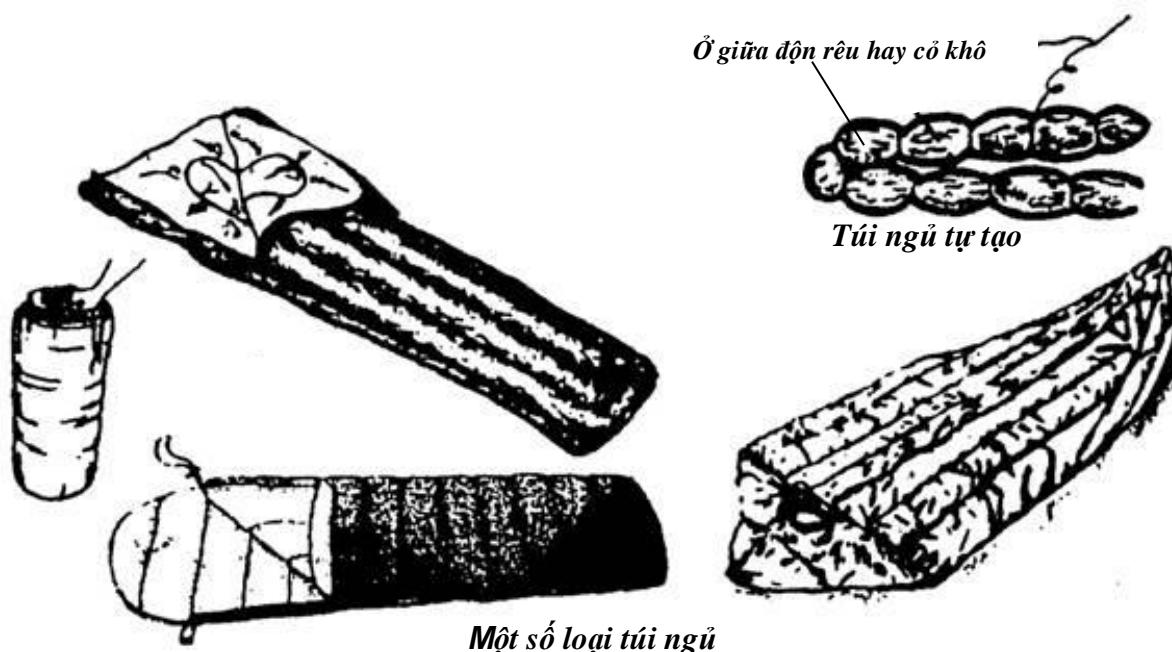


Găng bao

Nếu các bạn giữ cho bàn tay và bàn chân của mình ấm áp thì sẽ không có vấn đề gì về nhiệt độ. Không nên chạm tay hay chân trần vào kim loại trong thời tiết giá rét, bạn có thể bị hít dính vào, khi gỡ ra bạn có thể bị tróc da.

Túi ngủ

Ở những vùng băng tuyết, các bạn khó mà ngủ được nếu như không có một cái túi ngủ (sleeping bag) đúng tiêu chuẩn. Nhưng nếu các bạn không có những túi ngủ thông thường, các bạn có thể dùng vải dù hay những mảnh vải từ quần áo... để may một cái túi ngủ hai lớp, ở giữa độn rêu hay cỏ khô.



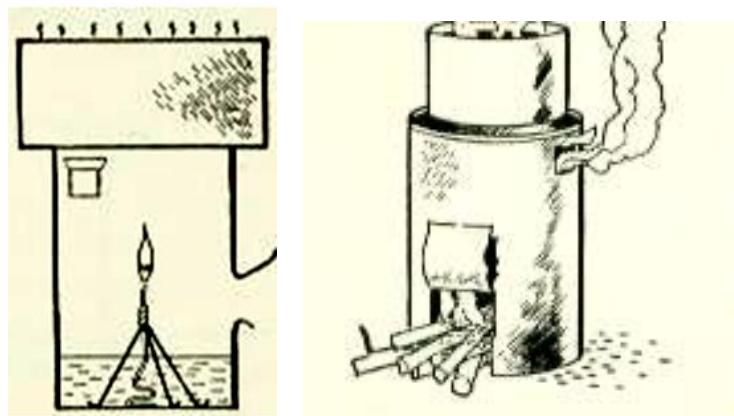
Một số loại túi ngủ

NHIỆT NĂNG

Ngọn lửa ở vùng cực quan trọng và cấp thiết như nước ở trong sa mạc. Nếu ở trong rừng, củi để sưởi ấm và nấu ăn thì không thành vấn đề. Có thể sử dụng các loại lò để đốt. Chỉ cần che chắn ngọn lửa của bạn khỏi gió và tuyết. Không thiết kế một bếp lò trực tiếp vào băng hoặc tuyết. Tuyết hay băng tan chảy ướt củi sẽ làm tắt lửa hay giảm sức nóng của ngọn lửa. Nên thiết kế nó trên một lớp đệm băng gỗ hoặc kim loại.

Nếu gỗ không có sẵn, nguồn nhiên liệu chính của bạn sẽ là dầu và xăng rút ra từ động cơ máy bay của bạn. Nó có thể được đốt cháy bằng nhiều cách để nấu ăn và sưởi ấm. Nếu dầu bị đông lại, làm nó thành nhiều viên nhỏ. Đặt một trong những viên đó ở dưới đáy của một hộp thiếc hoặc bất kỳ vật gì tương tự. Phùi lên nó bằng bông gòn hoặc băng loại vật liệu nhồi trong đệm ghế của bạn, đổ một ít lượng rất nhỏ xăng trên dầu và đốt nó. Khi cần thì bỏ thêm nhiên liệu vào.

Nếu dầu là chất lỏng, trộn một ít xăng với nó, đổ hỗn hợp vào lon thiếc trên một bắc đèn tự tạo gồm bốn hoặc năm sợi dây kẽm xoắn lại với nhau rồi quấn giẻ chung quanh. Bắc đèn đứng trên một khung giá đỡ ba chân. Một ngọn lửa nhỏ bên trong một lò lửa kín loại này sẽ cung cấp đủ nhiệt để nấu ăn nhanh.



Các bạn nên chế tạo một lò sưởi để đốt ở trong lều hoặc mái che tạm băng cách cắt một lỗ lớn phía dưới hộp thiếc chụm băng cùi nhỏ và một lỗ ở trên để thông khói. Trên lò sưởi, chúng ta nên tận dụng nhiệt để nấu ăn.

Than đá

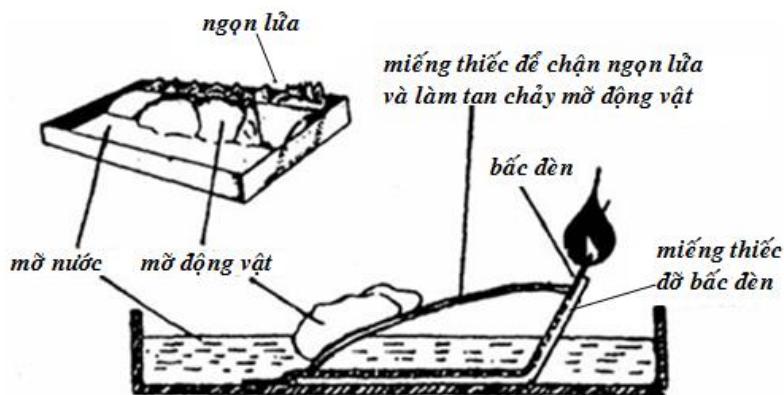
Trong một số nơi ở vùng Bắc Cực có than đá nổi trên bề mặt có thể dùng làm nhiên liệu. Loại than này có thể được tìm thấy ở một số thung lũng sông băng, trên bãi biển . . . Than đá thường được tìm thấy sắp thành luống. Điều này là do than đã được băng đá hất lên từ đáy biển hay đáy sông và chất thành đống trên bờ. Than đá này có thể rất khó bắt lửa nếu không có cùi để mồi. Nhưng khi đã cháy rồi thì tỏa nhiệt lượng rất cao.

Chất béo của động vật

Mỡ và da của động vật cũng cung cấp cho chúng ta một nguồn nhiên liệu. Ví dụ: Một đoạn mỡ nhỏ của tuần lộc, đặt trên một miếng gỗ nhỏ để thắp sáng, nhiệt lượng của nó đủ để nấu chín một bữa ăn cho ba người trong một ngày. Da và mỡ của bò xạ hương, gấu, hải cẩu, hải mã, . . . đều có thể sử dụng để làm nhiên liệu.

Đèn Koodlik của người Eskimo

Người Eskimo chế tạo một loại đèn dùng mỡ động vật để thắp sáng. Vật dụng gồm có: hộp đựng chất lỏng, một mảnh vải, một miếng thiếc, mỡ động vật hay dầu thực vật.



Đèn Koodlik có thể vừa thắp sáng vừa sưởi ấm và hâm nóng thức ăn.

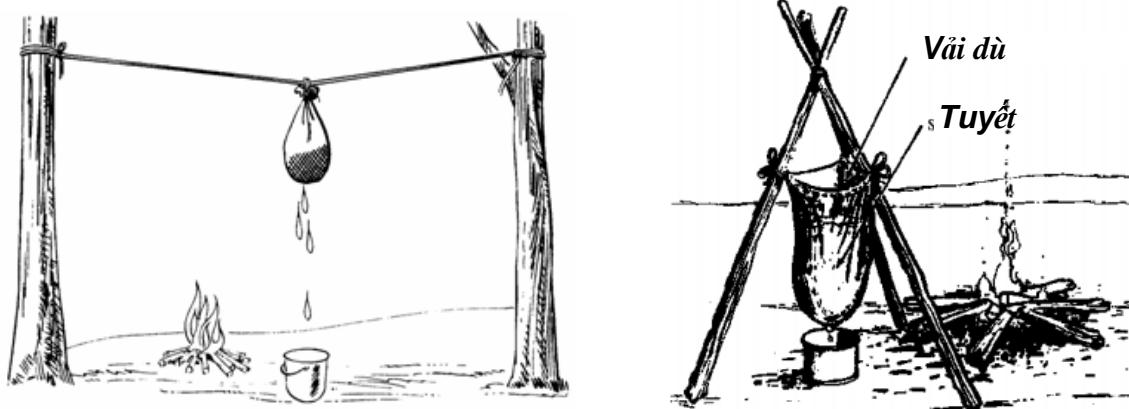
Chú ý: Carbon monoxide Ở trong khói rất nguy hiểm. Khi đốt lửa để nấu ăn hay sưởi ấm, cần phải lưu ý về việc thông gió.

NƯỚC TRONG VÙNG BĂNG TUYẾT

Ở trong những vùng băng tuyết, các bạn có thể lấy nước ở những dòng suối chảy nhanh không kịp đóng băng. Nhưng nếu sông, suối, hồ, . . . đã đóng băng rồi, các bạn tìm những chỗ có tuyết phủ (vì có thể băng ở đây mỏng hơn chỗ khác), dùng rìu băng hay khoan, đục thủng một lỗ. Khi đục nhớ cột dụng cụ vào đầu một sợi dây, đầu kia neo vào đâu đó trên băng, để nếu băng vỡ bất ngờ các bạn không sảy tay tuột mất dụng cụ. Ban đêm để lỗ thủng không đóng băng trở lại, các bạn đập trên lỗ một miếng vải rồi phủ tuyết lên.

Nấu chảy băng tuyết trên lửa cũng là một cách tạo ra nước, các bạn bỏ băng hay tuyết vào nồi (băng cứng cho nước nhiều hơn tuyết xốp) và nấu trên lửa.

Một cách khác để lấy nước là bỏ băng tuyết vào một cái bao vải sạch, đoạn treo lên cạnh ngọn lửa. Đặt một cái chậu ở dưới để hứng nước. Sức nóng của ngọn lửa sẽ làm cho tuyết tan chảy xuống chậu, và cũng nhờ sức nóng đó giữ cho nước trong chậu không bị đóng băng.



Vào những ngày trời nắng, các bạn lấy một tấm nylon lớn, màu đen, đem trải phủ ở sườn dốc. Rải tuyết lên phần nửa phần trên cao của tấm nhựa, tuyết sẽ tan chảy xuống phần thấp. Các bạn chỉ việc lấy đồ hứng.

Ở vùng biển, những tảng băng cũ từ một năm trở lên có thể được sử dụng để uống và nấu nướng. Băng đá cũ có thể được phân biệt với băng đá mới băng cách nhìn các góc cạnh và màu sắc của nó. Băng cũ thì góc cạnh tròn trịa hơn và có màu xanh, còn băng mới thì sắc cạnh và có màu xám đục. Băng một năm tuổi có thể còn hơi mặn, nhưng băng hai hoặc ba tuổi thường ngọt hơn so với mức trung.

Vào mùa hè, nước ngọt có thể tìm thấy trong các hốc băng cũ, và cũng có thể tìm thấy ngay cả trong những hốc trên băng mới, tuy bản thân nó là mặn ở giữa mùa Hè.

Trên đất liền, vẫn đề nước uống và nước nấu ăn không có vấn đề lớn. Vào mùa Đông các bạn hoàn toàn an toàn để ăn tuyết hoặc vụn băng với số lượng nhỏ trong ngày, khi bạn đang di chuyển và không muốn dành thời gian cần thiết để làm tan chảy nó ra. Tuy nhiên nếu ăn với số lượng lớn, nó sẽ làm lạnh dạ dày và làm giảm nhiệt cơ thể của bạn.

Khi nấu tuyết hoặc nước đá, không nên bỏ vào nồi cùng một lúc. Nếu bạn làm như vậy, những bông tuyết trên đầu sẽ hấp thụ nước đầu tiên như một miếng thảm và để lại một khoảng trống trực tiếp trên đáy nóng của nồi và nồi có thể bị cháy. Đặc biệt là khi bạn sử dụng hộp thiếc để nấu. Khi có thể, luôn luôn nấu tan băng trong nước, nó đòi hỏi ít nhiệt hơn và mất ít thời gian hơn.

Vào mùa Hè, trong vùng đất phía Bắc của vòng đai Bắc Cực có vô số các nguồn nước sạch. Hồ, suối hiếm khi cách nhau hơn một dặm.

THỰC PHẨM

Ăn nhiều chất béo như bạn có thể. Chất béo là một loại thực phẩm sản xuất nhiệt và rất quan trọng đối với sức khỏe của bạn ở Bắc Cực.

Trong những tháng mùa Đông, động vật và cá sẽ là nguồn thực phẩm tự nhiên duy nhất trong thực đơn của bạn. Ở trên đất liền, thịt và mỡ tuần lộc là nguồn cung cấp lương thực chính, còn trên biển thì hải cẩu.

Các phần ngon nhất của tuần lộc là đầu, ức, xương sườn, xương sống, và xương chậu. Riêng hải cẩu thì có rất ít sự khác biệt giữa các bộ phận khác nhau, mặc dù hầu hết nhiều người thích gan luộc hoặc thậm chí đông lạnh và tươi. Tim và thận thì làm món hầm rất ngon.

Gấu Bắc Cực rất dai giống như sợi nấu chín. Nhưng nếu ăn sống hay đông lạnh thì dễ ăn hơn. Không nên ăn gan gấu Bắc Cực, vì nó có độc.

Bò xạ có một hương vị hơi nặng mùi, nhưng nó rất giàu chất béo.

Do tầm quan trọng của chất béo, cho nên nếu không có thứ gì khác thì nên ăn nhiều thịt thỏ, tuy hơi gầy nhưng chúng có rất nhiều, và bổ sung thêm thịt chuột lem-mút. Và hãy cố gắng bổ sung những thứ khác.

ĐỘNG VẬT BẮC CỰC

Ở Bắc Cực, có nhiều loài động vật đặc hữu, chỉ có duy nhất ở vùng cực mà chúng tôi muốn giới thiệu với các bạn. Chúng tôi đã lựa chọn một số loài động vật đặc đáo nhất chỉ có ở Bắc Cực và một số lợi ích và ứng dụng từ chúng.

ĐỘNG VẬT SỐNG TRÊN ĐẤT

Tuần lộc (*Caribou - Reindeer*)

Tuần lộc là thành viên của gia đình nai. Chúng có bộ lông dày, rỗng và không thấm nước. Điều này giúp chúng giữ ấm cho cơ thể đối với cái lạnh Bắc Cực. Đây là những con vật hoang dã được người dân Bắc Cực thuần hóa nuôi thành đàn lớn. Chúng di chuyển ngang dọc trên vùng Bắc Cực theo mùa để kiếm ăn. Tuần lộc ăn cỏ, rêu, lá cây, liễu, hoa, địa y và các loài thực vật khác. Vào mùa Đông, nguồn lương thực chính của chúng là cây địa y. Tuần lộc sử dụng khứu giác tuyệt vời của chúng để tìm địa y dưới tuyết. Chúng đào bới các địa y ra với móng to của chúng.

Khi mùa Đông về, nguồn lương thực khan hiếm, chúng di chuyển xuống những cánh rừng phía Nam, nơi có cây cối cung cấp cho chúng thức ăn và bảo vệ cho chúng khỏi những cơn gió và tuyết.

Vào mùa Xuân, tuần lộc rời khỏi rừng và đi đến các vùng lãnh nguyên, nơi đây chúng sẽ cho ra đời những chú tuần lộc con.



Tuần lộc là nguồn thức ăn quan trọng nhất của những người Eskimo và một số cư dân vùng Bắc Cực. Họ đi theo để chăm nom những đàn tuần lộc lớn "bán thuần hóa" để lấy sữa, da và thịt.

Bò xạ Ox (*Musk Ox*)

Musk bò là động vật cỡ lớn với lớp lông dài và dày. Cả bò đực lẫn bò cái đều có sừng. Khi mùa Đông về, để đối phó với cái lạnh vùng cực, chúng mọc lông dày, rậm và mềm như lông cừu, màu nâu, thẳng, dài thông xuống mặt đất. Khi vào mùa Hè, cụ thể là tháng Năm, chúng thay ra một lượng lớn lông. Người Inuit (Eskimo) thu lượm những sợi lông mềm được gọi là "quiviu" để dệt khăn choàng, áo len, găng tay, nón và các mặt hàng khác.

Khi gặp kẻ thù (chó sói Bắc Cực), những con trưởng thành bao ở vòng ngoài, chúng đứng sát vào nhau, giương cặp sừng nhọn ra ngoài để phòng thủ và bảo vệ cho những con non ở giữa.

Bò xạ ăn cỏ, địa y và cây liễu. Cả đàn vẫn di chuyển trong khi đang ăn. Cũng như tuần lộc, móng của bò xạ bè ra cho phép chúng đi trên tuyết mà không bị lún quá sâu. Các móng sắc cạnh giúp chúng có thể đào bới cỏ hay địa y bị chôn vùi dưới lớp tuyết.



Trong những năm 1900 những con bò xạ bị săn bắn quá mức và gần như biến mất. Sở dĩ chúng dễ dàng bị tiêu diệt là do tập tính hình thành một vòng tròn để đối phó với kẻ thù chứ không bỏ chạy như các loài thú khác. Bò xạ đã bị săn bắn để lấy thịt và da. Năm 1917 chính phủ Canada đã thông qua một đạo luật cấm săn bắn các con bò xạ hương.

Hiện nay, tại Canada hơn 85.000 con bò xạ sống trên đất liền và Bắc Cực, vùng của Nunavut và vùng lãnh thổ Tây Bắc. Một số đàn nhỏ sống ở miền bắc Yukon. Bò xạ cũng được tìm thấy ở Alaska, Greenland, Na Uy và Nga.

Chó sói lãnh nguyên (Tundra wolves) và Chó sói Bắc Cực (Arctic Wolves)

Sói lãnh nguyên sống trên đất liền. Sói Bắc Cực sống xa hơn về phía Bắc trên các đảo. Sói lãnh nguyên thường có màu nâu hoặc màu xám. Sói Bắc Cực nhô hơn và có màu trắng. Chúng có một lớp lông dày, mềm và dài để giúp làm giảm sự mất nhiệt. Chúng có đôi tai tròn nhỏ hơn nhiều so với những con sói khác, mõm và chân cũng ngắn hơn.

Sói đi thành đàn nhỏ săn bò xạ hương, tuần lộc và thỏ rừng Bắc Cực. Chúng cũng săn hải cẩu lemming, chim và sóc đất.

Sói Bắc Cực cũng được gọi là Sói Trắng, là một phân loài của Sói Xám. Sói Bắc Cực sinh sống trên các đảo xa về phía Bắc của Canada như: đảo Queen Elizabeth, đảo Banks và Victoria, đảo Baffin Island, . . .

Chúng cũng được tìm thấy trên bờ phía Bắc và phía Đông của Greenland. Chúng thường có màu trắng và nhô hơn Sói Xám (sống xa hơn về phía Nam). Bộ lông màu trắng làm cho nó khó nhìn thấy trong tuyết. Bàn chân có miếng đệm dày để đi trên tuyết.



Chó sói Bắc Cực

Chồn Gu-lô hay Chồn Sói (Wolverine)

Tuy có tên gọi là Chồn Sói và dáng thì giống như gấu, nhưng nó không liên quan đến chó sói hay gấu, mà là thành viên to nhất của họ nhà chồn.

Chồn Sói là một động vật rất hung dữ và mạnh mẽ. Nó có kích thước của và hình dáng của một con gấu nhỏ. Chúng sống và kiếm ăn trên vùng đất Nunavut, Yukon và Tây Bắc Territories. Nó còn được tìm thấy trên khắp Canada, bao gồm cả khu vực Bắc Cực.

Bộ lông dày màu nâu bảo vệ nó trong nhiệt độ đông lạnh. Chân lớn và mạnh mẽ của nó giúp nó di chuyển trên tuyết mềm. Có năm móng vuốt sắc dài trên mỗi chân. Các móng vuốt được sử dụng để leo núi và đào.

Thân Chồn Sói ngắn, nó trông giống như một con gấu nhỏ. Chồn Sói sử dụng răng hàm lớn và mạnh mẽ để nghiền những khúc xương lớn và ăn xác chết đông lạnh.



Bình thường, Chồn Sói ăn chuột, lem-mút, chim, trứng và động vật nhỏ khác. Vào mùa Đông, khi tuyết bao phủ mặt đất, nó ăn tuần lộc và các con mồi lớn. Vì nó không phải là con thú chạy nhanh để có thể đuổi theo con mồi, cho nên nó để cho các động vật khác làm công việc săn bắt. Sau đó, nó đuổi người thợ săn đi bằng cách nhẹ răng và gầm gừ dữ dội, rồi cướp đoạt con mồi mà kẻ thợ săn đã bỏ biêt bao công sức mới hạ được.

Cũng giống như chồn hôi, nó có mùi xạ hương rất mạnh mà nó sử dụng để cảnh báo những động vật khác tránh xa. Nó sẵn sàng chiến đấu với Chồn Sói khác để bảo vệ lãnh địa của mình.

Thổ dân Alaska không để lãng phí bất kỳ phần nào của chồn sói. Họ rất thích bộ lông mềm mại và rất bền chắc dùng trong việc lót áo khoác để có thể giữ cho họ ấm áp ở nhiệt độ dưới không độ. Nó còn được sử dụng để che mặt vì người ta cho rằng nó khử được sương giá.

Cáo Bắc Cực hay Cáo trắng (Arctic Fox)

Cáo Bắc Cực là động vật nhỏ (khoảng bằng một con mèo lớn) với đôi chân ngắn, lông ngắn, tai tròn. Cái đuôi rậm rạp dài khoảng 30cm. Bộ lông dày của nó làm cho nó trông lớn hơn nhiều so với thực tế. Khi tuyết bắt đầu tan chảy, nó thay bộ lông trắng mùa Đông của nó bằng một bộ lông mùa Hè mỏng hơn và có màu xám-nâu. Bộ lông trắng làm cho nó hòa quyện với tuyết, khiến con mồi không thể nhìn thấy nó. Khi phát hiện ra thì đã quá muộn.

Cáo Bắc Cực ăn nhiều lem-mút. Chúng cũng ăn thỏ rừng, chim, trứng và chim con. Nếu năm nào dư thừa thực phẩm, cáo cái có thể sinh mười, mười một con hoặc nhiều hơn, nhưng nếu không có nhiều thức ăn, nó có thể chỉ sinh khoảng năm, sáu con.



Cáo Bắc Cực sống, chủ yếu ở vùng Bắc Cực. (Phía Bắc của Alaska và vùng Tây Bắc Territories, Nunavut, Iceland, miền Bắc nước Nga và trên bờ biển của đảo Greenland).

Cáo Bắc Cực sống trong một cái hang bên sườn của một vách núi, đồi hay bờ sông. Hang có nhiều ngõ ngách vào. Vào mùa Đông, nó có thể đào một đường hầm vào cồn tuyết. Với lông dày, nó có thể sống sót trong nhiệt độ lạnh đóng băng. Những chòm lông dày trên miếng đệm chân giúp nó bảo vệ bàn chân của mình khi di chuyển trên băng mà không bị trượt. Nó sử dụng các tảng băng như những chiếc bè để để di chuyển tìm thức ăn trong mùa Đông.

Nó có thể cuộn tròn mình trong tuyết, dùng cái đuôi dài và rậm rạp che mặt và mũi của mình để giữ ấm. Cáo trắng không ngủ đông.

Trong mùa Hè, nếu có nhiều thức ăn, cáo sẽ giấu trong hang của mình hoặc dưới đá. Đây là cách nó lưu trữ thực phẩm để sử dụng về sau. Cáo Bắc Cực có bộ lông rất ấm được dùng để may quần áo.

Chồn trắng (Ermine, Least Weasel hay Stoat)

"Chồn trắng" hay "chồn hương lông trắng" là một động vật có lẽ nhỏ nhất trong họ nhà chồn, có một khuôn mặt nhỏ, hàm răng và móng vuốt sắc nhọn. Đuôi ngắn, ở mút đuôi có một túm lông màu đen. Vào mùa Đông nó khoác bộ lông màu trắng và trong mùa Hè, nó thay bằng màu nâu.

Chồn trắng sống bất cứ nơi nào nó có thể làm hang để sinh con và có nguồn thực phẩm dồi dào. Hang có thể làm trong một đống đất đá hay đống đất xốp. Nơi nào có chuột lem-mút phong phú, nơi đó có chồn. Mặc dù thức ăn của chúng phụ thuộc chủ yếu vào chuột lem-mút, nhưng chúng không ngần ngại tấn công thỏ Bắc Cực nếu có dịp. Những chồn được trưởng thành dài khoảng 30cm. bao gồm cả đuôi. Chồn cái nhỏ hơn. Chúng nhỏ như vậy là để có thể chui vào "đường hầm" của chuột lem-mút.

Chồn trắng rất nhanh nhẹn, năng động, dũng cảm và luôn luôn đói. Vì thế nó luôn luôn đi săn và cất giấu thực phẩm.



Chồn trắng trong bộ lông mùa Hè

Chồn trắng có thể được tìm thấy gần như bất cứ nơi nào ở Canada (bờ biển, núi non, đồng cỏ và xa về phía Bắc).

Ngoài chuột lem-mút, nó còn săn thỏ, chuột, chim, ếch, sóc đất và Pika (một loài gặm nhấm nhỏ sống ở vùng núi). Nó ăn hàng trăm con chuột đồng cỏ. Đôi khi nó còn ăn những quả mọng.

Chồn trắng có thể tìm thấy lõi vào hang của con mồi vài vào giết nó ngay trong hang ở dưới lòng đất.

Những người nông dân nuôi gà không thích chồn, vì trong chớp nhoáng nó có thể giết chết nhiều gà. Tuy nhiên, chồn là loài động vật hữu ích, bởi vì chúng ăn rất nhiều chuột.

Chuột Lem-mút (Lemmings)

Chuột Lem-mút trông giống như một con chuột đồng lông mập mạp. Chúng có chân mạnh mẽ và móng vuốt để đào hang. Lớp lông dày giúp chúng giữ ấm cho họ. Có hai loại lem-mút: Lem-mút khoang (lemmings collared) và Lem-mút nâu (lemmings brown). Riêng bộ lông lem-mút khoang sẽ chuyển từ màu nâu thành màu trắng vào mùa Đông, nhưng lem-mút nâu thì không.

Các lem-mút nâu thích các khu vực ẩm ướt hơn, trong khi lem-mút khoang thường thấy ở những nơi núi đá.



Lem-mút khoang



Lem-mút nâu

Lemmings sống trong các khu vực cây to ở miền Bắc Canada. Vào mùa Đông, chuột lemmut ẩn mình trong các hang ngầm ở dưới tuyết để giữ ấm cho cơ thể. Hang ngầm của chúng chia ra nhiều khu vực khác nhau như phòng vệ sinh, phòng ăn và phòng ngủ và phòng làm tổ. Phòng làm tổ làm bằng các loại cỏ, lông cừu, lông bò xạ. Khi mùa Hè đến, chúng rời khỏi hang của mình để tìm ăn lá mới, cỏ, rễ cây và quả. Nếu có đầy đủ thực phẩm một lem-mút cái có thể sinh đến tám lem-mút con trong vòng năm tuần.

Lem-mút ăn thực vật, rễ, quả và địa y. Chúng tích trữ hạt giống để ăn trong mùa Đông.

Lem-mút bị nhiều loài động vật ăn thịt. Chồn, Cáo Bắc Cực, Cú tuyết, chó sói và Chồn gu-lô, . . . là những kẻ thù của họ.

Da và lông của Lem-mút được người Eskimo sử dụng để may quần áo cho trẻ em.

Thỏ Bắc Cực (Arctic Hare)

Thỏ Bắc Cực là loài thỏ sống xa về phía Bắc hơn bất kỳ loài thỏ nào khác. Chúng sống giữa những tảng đá bên sườn đồi, nơi chúng có thể ẩn nấp để tránh cáo, chó sói, cú và những kẻ thù khác. Thỏ rừng ăn cỏ, cây liễu và cây trỗng khác. Bữa ăn yêu thích của họ là những cây liễu Bắc Cực.

Để tự bảo vệ, hàng trăm con thỏ tập hợp lại với nhau thành một đàn sát vào nhau để giữ ấm và cũng để quan sát các kẻ thù từ mọi hướng. Khi nghe một tiếng động là chúng nhảy đi theo nhiều ngả khác nhau.

Thỏ Bắc Cực sống trong vùng lạnh nguyên của Canada, từ Newfoundland đến Nunavut và vùng Tây Bắc Territories. Nó cũng được tìm thấy trên quần đảo Bắc Cực và Greenland.

Thỏ Bắc Cực sống ở cả khu vực miền núi và đồng bằng. Nó thích những nơi mà cây cối phát triển nhanh chóng trong mùa Hè ngắn. Trong mùa Đông, nó thích các khu vực có mái che, nơi mà nó không phải đào sâu trong tuyết để tìm kiếm thức ăn.



Vào mùa Đông, thỏ Bắc Cực có bộ lông màu trắng với chóp tai đen. Vào mùa Hè, màu sắc của chúng phụ thuộc vào nơi chúng sinh sống. Những con sống trên lãnh nguyên chuyển sang màu nâu hay màu xanh xám. Đuôi vẫn trắng quanh năm. Trong khi những con thỏ sống xa về phía Bắc thì vẫn còn gần như màu trắng với các miếng vá màu nâu trên trán, mũi và tai.

Thực phẩm chính của thỏ Bắc Cực là thực vật. Nó ăn rêu, địa y, nụ, quả, lá, rong biển, vỏ cây, cành cây và rễ cây liễu, thậm chí cả thịt làm mồi từ bầy săn (Người ta thường tìm thấy thỏ bị dính trong các loại bẫy có mồi thịt).

Cũng như lemur-mút, thỏ cũng là nguồn thức ăn của nhiều loại động vật ăn thịt khác như Chó sói, Cáo, Chồn, Gấu Bắc Cực, Đại bàng, Cú tuyêt và các loài chim săn mồi khác. Vì vậy, nó luôn luôn phải cảnh giác và sẵn sàng để nhảy ngay lập tức nếu nó cảm nhận được sự rình rập của kẻ thù.

Những người dân Bắc Cực không ăn thịt thỏ Bắc Cực vì họ cho là không ngon. Họ chỉ ăn nếu không có thịt gì khác. Họ sử dụng da và lông của chúng để lót giày và áo choàng.

Sóc Đất Bắc Cực (Arctic Ground Squirrels)

Sóc Đất Bắc Cực làm hang dưới lòng đất với nhiều ngõ ngách và nhiều phòng ốc, ở đó chúng sống thành từng đàn. Trong suốt mùa Xuân và mùa Hè, sóc đất ăn cỏ, lá, hoa, hạt,... để chuẩn bị cho một giấc ngủ dài. Vào cuối mùa Hè, chúng mang thức ăn trong má để đem về lưu trữ trong các hang của chúng. Khi thức dậy vào mùa Xuân, chúng có sẵn thực phẩm để ăn cho đến khi các cây cỏ mới bắt đầu phát triển.

Sóc Đất Bắc Cực là động vật ngủ Đông. Chúng lót hang với địa y, lá, cỏ và lông bò xạ, sau đó cuộn mình thành một quả bóng và ngủ trong bảy tháng. Nhiệt độ cơ thể giảm xuống chỉ ở mức đóng băng và nhịp tim chậm lại trong quá trình ngủ Đông.

Sóc đất Bắc Cực có bộ lông màu be và nâu có điểm trắng. Chúng có một khuôn mặt ngắn, tai nhỏ, đuôi màu tối và những mảng màu trắng quanh mắt của nó. Độ dài trung bình của một con sóc đất Bắc Cực là khoảng 39cm và nặng trung bình là 750g, tuy nhiên, con đực thường nặng khoảng 100g.

Sóc đất là con mồi của Chó sói, Cáo, Chồn, Gấu Bắc Cực, Đại bàng, Cú tuyêt và các loài chim săn mồi khác.



USFWS

ĐỘNG VẬT CÓ VÚ Ở BIỂN

Gấu Bắc Cực, Gấu trắng (Polar Bear, White Bear)

Gấu Bắc Cực được sinh ra trên đất, nhưng dành phần lớn thời gian của chúng trên băng và bơi lội rất giỏi. Phần lớn thức ăn của chúng là từ biển. Vì vậy, gấu Bắc Cực được coi là “động vật có vú ở biển”.

Gấu Bắc Cực có bộ lông dầu dày và một lớp mỡ dày dưới da, giúp chúng không bị ướt và lạnh khi phải thường xuyên bơi trong biển băng. Chúng dành phần lớn thời gian của mình trên các tảng băng hoặc trong nước, nơi chúng có thể săn thức ăn ưa thích là những con hải cẩu. Bộ lông màu trắng giúp nó hòa mình với màu tuyết khi rình rập để tiếp cận con mồi.

Vào mùa Hè, rất khó để bắt hải cẩu, do đó, trước khi mùa Hè đến, những con gấu ăn nhiều để vỗ béo lên, sau đó sống bằng các chất béo trong cơ thể. Việc đào một cái hang trong tuyết để ngủ Đông trong một trong phần việc tồi tệ nhất của mùa Đông. Các con non được sinh ra trong hang trú Đông.

Gấu Bắc Cực là những con gấu lớn nhất thế giới. Gấu trưởng thành cân nặng 295kg đến 600kg (650-1.300 pound). Con đực lớn hơn con cái. Chúng có màu lông từ trắng đến vàng nhạt.

Bàn chân của gấu lớn giống như những đôi giày tuyết. Lông trên lòng bàn chân của nó giúp con gấu đi trên băng mà không bị trượt.

Gấu Bắc Cực bơi rất giỏi. Chúng có bàn chân trước lớn với các ngón chân có móng bơi. Nó chèo với chân trước và sử dụng hai chân sau như là bánh lái.

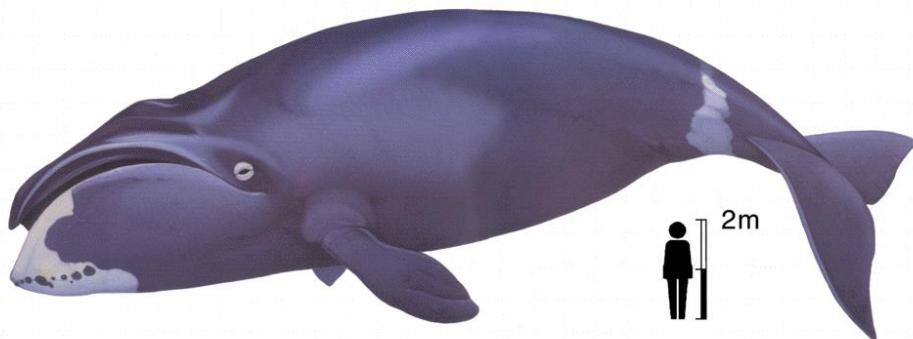
Gấu Bắc Cực sống ở trên vùng Bắc Cực. Chúng không ở cố định một nơi mà thích chu du trên băng tuyết để tìm kiếm thức ăn. Khi cần, chúng có thể bơi ra xa ngoài biển. Đôi khi quá đói, gấu Bắc Cực đi vào thị trấn và làng mạc để tìm thức ăn. Chúng có thể liều lĩnh đột nhập vào trong nhà để lùng sục. Gấu Bắc Cực được tìm thấy gần thị trấn Churchill (Manitoba, Canada). Chúng tìm kiếm thức ăn tại các bãi rác bên ngoài thành phố. Đôi khi chúng đi ngay vào giữa thành phố. Chính quyền ra lệnh không được bắn khi gấu đột nhập mà chỉ bắt rồi trả về với thiên nhiên.

Hầu hết các nước phía Bắc có đạo luật bảo vệ gấu Bắc Cực. Tuy nhiên thợ săn vẫn có thể giết chết một vài con mỗi năm.

Thịt gấu Bắc Cực rất ngon và bộ lông của chúng là một tấm áo choàng đắt giá.

Cá voi Bắc Cực (Arctic Whale)

Cá voi có thể sống trong vùng nước lạnh của Bắc Cực. Họ có một lớp mỡ dày dưới da giúp chúng đối đầu với cái lạnh kinh khủng ở vùng Bắc Cực. Có nhiều loài cá voi lai vãng kiềm ăn ở vùng Bắc Cực, nhưng chỉ có 3 loài là xem ở đây như là nhà của chúng, đó là cá voi đầu cung, cá voi trắng và kỳ lân biển (còn gọi là độc giác ngư).



So sánh tỷ lệ cá voi đầu cung với một con người

Cá voi đầu cung (bowhead) có thể đạt 18 mét chiều dài. Chúng gần như bị tuyệt chủng do săn bắn quá mức trong thế kỷ 18, 19 và 20. Tàu săn cá voi



muốn dầu của cá voi và tẩm sừng hàm. Hiện nay, tuy được luật pháp bảo vệ, nhưng chúng vẫn được coi là có nguy cơ tuyệt chủng ở Nunavut.

Cá voi trắng (beluga – white whale) được gọi là "chim hoàng yến biển" do những âm thanh mà nó tạo ra (clicks, squeaks, whistles, clucks, clicks, chirps and trills). Và vì có cái miệng cong như của một người đang cười, cho nên người ta cho rằng nó là một loài cá vui vẻ, luôn luôn mỉm cười (?).

Cá voi trưởng thành có màu trắng, nhưng những con cá con có màu xám để cho kẻ thù của chúng (cá voi sát thủ) không thể dễ dàng nhìn thấy chúng.

Cá voi trắng di chuyển thành nhóm nhỏ được gọi là tốp. Cá voi trắng ăn cá và một số sinh vật khác. Khi cần, chúng dùng trán phá vỡ lớp băng thành một lỗ thủng giúp chúng ngoi lên để thở.



Kỳ lân biển – Độc giác ngư (narwhal) sống ở vùng nước sâu lạnh của Bắc Băng Dương. Hầu hết các kỳ lân biển có lưng màu xám ở bên trên và hai bên, còn màu trắng ở dưới bụng. Con đực có một cái sừng (ngà) dài mọc ra từ phía bên trái của hàm trên. Con cái không có.

Kỳ lân biển ăn cá, tôm, cua và các sinh vật biển nhỏ khác. Người từng nghĩ rằng ngà voi được cho spearing thực phẩm.

Kỳ lân biển bị săn bắn quá mức đến độ gần như tuyệt chủng do cái ngà quý giá và lượng thịt nhiều và khá ngon của nó.



Kẻ thù của kỳ lân biển là gấu Bắc Cực, con người và cá voi sát thủ, nhưng lớp băng cứng là kẻ thù tồi tệ nhất. Đôi khi, kỳ lân biển bị mắc kẹt dưới lớp băng hình thành ở bờ mặt. Nếu không thể trồi lên để thở, chúng sẽ bị chết đuối. Khi một số kỳ lân biển họp lại với nhau, chúng có thể dùng trán để đập vỡ băng.

Hải cẩu không tai (Harp Seal)

Hải cẩu harp hay hải cẩu Saddleback là loài hải cẩu không tai, động vật có vú sống ở vùng biển Bắc Đại Tây dương và các vùng lân cận của Bắc Băng dương.

Khi sinh ra, "hải cẩu không tai" có một bộ lông màu trắng, nhưng khi trưởng thành, bộ lông trắng này được thay thế bằng một bộ lông màu xám. Điều này có thể được quy cho thực tế là các con trưởng thành dành phần lớn thời gian trong nước, cần màu sắc như vậy để ngụy trang khi tiếp cận con mồi. Trong khi những con non dành phần lớn thời gian trên mặt tuyết, màu trắng trong là một cách ngụy trang tự nhiên giúp nó tránh khỏi kẻ thù như gấu Bắc Cực và cá voi sát thủ. Đây có lẽ là một trong những ví dụ tốt nhất về sự thích nghi của động vật với môi trường thiên nhiên.

Hải cẩu trưởng thành dài từ 1,7-2,0m và cân nặng 140-190kg. Chúng ăn tôm cá, nhuyễn thể và một số sinh vật biển khác.



Trên mặt đất, hải cẩu khá vụng về, nhưng khi xuống nước, nó là một tay bơi lội cực kỳ nhanh nhẹn. Cặp chân chèo mạnh và các lớp da trơn giúp chúng di chuyển dễ dàng trong nước. Hải cẩu có khả năng lặn sâu và có thể ở dưới nước trong nửa giờ.

Hải cẩu là động vật có vú và thở bằng phổi, cho nên nó cần trôi lên khỏi mặt nước để thở. Nếu mặt nước đóng băng, chúng sẽ dùng răng gặm băng để tạo lỗ thở. Đôi khi chúng cũng phá vỡ băng bằng đầu của mình. Đây cũng là yếu điểm của chúng, vì nếu kẻ thù của chúng phát hiện ra lỗ thở, sẽ phục kích để chờ chúng trôi lên.

Hằng năm, hải cẩu con bị giết rất nhiều vì bộ da tuyệt đẹp của chúng.

Hải mã (Walrus)

Tuy có tên là "mã", nhưng nhìn chúng chẳng có một chút gì là "ngựa" cả mà chúng có vẻ là "voi" hơn, nhưng "hải tượng" (voi biển) lại là một loài khác.

Hải mã được trưởng thành rất to lớn, nặng từ 900kg đến 1400kg, chiều dài có thể đến 3m. Con đực dài và nặng hơn con cái.

Lớp da rất dày và nhẵn nhẹ, màu nâu, nhìn thì có vẻ như trơn láng, nhưng cơ thể của nó được bao phủ bởi một lớp lông ngắn màu nâu. Chúng có ngà (là răng nanh phía trên mở rộng) dài và nhọn, ngà của nó giúp hải mã leo lên khỏi mặt nước và kéo cơ thể nặng nề của nó lên băng. Ngà còn được sử dụng để chiến đấu và phá vỡ các lỗ thở trong băng. Hải mã cũng sử dụng cái đầu của nó để đập vỡ băng.

Hải mã sống ở các vùng biển và bờ biển Bắc Cực, phạm vi trải rộng đến Thái Bình Dương và Đại Tây Dương. Chúng thích sống trên băng, nhưng cũng được tìm thấy trên các bờ biển và bãi biển khác trong mùa Hè. Chúng có họ hàng với hải tượng, hải cẩu và sư tử biển.

Hàng ngày, hải mã ăn hàng ngàn con tôm và các loài nhuyễn thể. Hải mã cảm nhận những con mồi ở trong nước băng bộ râu dài và dày của nó.

Lớp mỡ dày bảo vệ cho hải mã khi chúng bơi trong vùng biển Bắc Cực lạnh giá và khi họ nằm trên băng trong gió buốt. Hải mã là động vật rất ồn ào. Chúng thường tập trung đông đúc với nhau trên các tảng băng hay trên bờ biển.

Thức ăn của hải mã là ngao, sò, hến, loài nhuyễn thể, cua, sâu và ốc sên biển. Nó cũng ăn bạch tuộc và cá.

Cũng như hải cẩu, hải mã di chuyển vụng về trên đất nhưng nó là một vận động viên bơi lội rất giỏi. Nó có thể lặn tới đáy đại dương.

Kẻ thù của hải mã là cá voi sát thủ (orca) và gấu Bắc Cực. Những động vật có răng đủ mạnh để nhai xuyên qua lớp da dày cộm của hải mã.

Con người cũng là một kẻ thù đáng sợ của hải mã: nhiều năm trước, người ta săn bắn hải mã quá mức dẫn đến nguy cơ tuyệt chủng. Người ta giết hải mã để lấy ngà, mỡ, da và thịt. Dân bản địa ăn thịt hải mã, sử dụng da để bọc kayak (thuyền thoi), để làm dây thừng và giày dép truyền thống. mỡ để làm thực phẩm và mỹ phẩm. Ngà chạm khắc làm đồ trang sức và mỹ nghệ như ngà voi.



CHIM BẮC CỰC

Hàng năm, khi tuyết bắt đầu tan chảy, cây cối đâm chồi nảy lộc, côn trùng sinh sôi phát triển, thì hàng trăm ngàn con chim đến Bắc Cực làm tổ, tìm kiếm thức ăn và sinh sản. Có chim biển, chim nước, chim bờ biển, chim săn mồi, chim hót và nhiều loài khác. Các loài chim làm tổ trên các vách đá, trên thảm cỏ, trên mặt đất hoặc dọc theo bờ biển.

Những đàn chim di cư bắt đầu đến từ tháng Năm hoặc đầu tháng Sáu, và để rồi lại ra đi vào mùa Thu, tìm những nơi ấm áp hơn để trú Đông. Nhưng cũng có những loài sinh sống quanh năm ở Bắc Cực như: quạ, gà gô tuyêt, cú tuyết, . . .

Nhạn biển Bắc Cực (Arctic Tern)

Chim nhạn là một loài chim biển tương đối nhỏ nhưng có chuyến di cư dài hơn của bất kỳ loài chim nào khác. Hàng năm, vào tháng Năm đầu mùa Hè, chim nhạn biển bay từ Nam Cực đến Bắc Cực dài 22.000 dặm hay 35.000km, để làm tổ và sinh sản. Đến tháng Tám, chúng lại quay trở về Nam Cực.



Chim nhạn vùng cực lông trắng xám, có một cái "mũ" đen từ mỏ đến cổ, mỏ nhọn màu đỏ, chân ngắn màu đỏ có màng bơi, đuôi dài chia hai. Chúng ăn chủ yếu là cá nhỏ, tôm, nhuyễn thể và bắt côn trùng khi đang bay. Chúng cũng đánh cướp thực phẩm từ các loài chim khác.

Người dân bản địa quan sát nơi quần tụ của những bầy nhạn biển để phán đoán khu vực có bầy cá và tiến hành đánh bắt.

Ngỗng tuyêt (Snow Geese)

Là loài chim lớn, sống thành bầy đòn trên các hồ và lãnh nguyên. Các tổ được làm bằng rêu và thực vật khác có ở lãnh nguyên. Trong mùa Thu, chúng di cư xa về phía Nam, đến Mexico và Hoa Kỳ để trú Đông. Vào mùa Xuân đòn ngỗng quay về để làm tổ và sinh sản trên vùng lãnh nguyên Bắc Cực. Các tổ ngỗng tập trung ở các hồ vùng lãnh nguyên.

Có hai phân loài ngỗng tuyêt: ngỗng tuyêt lớn và ngỗng tuyêt nhỏ (Greater Snow Goose và Lesser Snow Goose). Hầu hết ngỗng tuyêt có màu trắng với các mảng đen ở cánh. Một số có màu xanh, màu xám trắng ở đầu và cổ. Chúng được gọi là "ngỗng màu xanh". Ngỗng tuyêt có chân màu hồng và mỏ của nó trông giống như nó đang cười hoặc mỉm cười vì một mảng tối hình thành bởi các cạnh cắt ở mặt bên của mỏ.



Ngỗng tuyết ăn rễ và lá của cỏ, cây lách, cây liễu và các cây trỗng khác. Trong mùa Hè Bắc Cực khi có nhiều giờ ban ngày, chúng không ngừng ăn uống. Kẻ thù của ngỗng tuyết là cáo Bắc Cực, mòng biển, hải âu lớn, chó sói Bắc Cực, qua, chim ưng và đại bàng. Chúng ăn trứng và các ngỗng con. Vì thế, các con ngỗng thường ở gần ao hồ để dễ trốn thoát.

Trong đầu những năm 1900, việc săn bắn ngỗng tuyết đã bị cấm. Ngày nay số lượng ước tính có hơn 6-7.000.000 con trên toàn thế giới. Săn bắn ngỗng tuyết bây giờ được cho phép trong thời gian mùa Xuân và mùa Thu.

Thiên nga Lãnh nguyên (Tundra Swan)

Thiên nga lãnh nguyên làm tổ gần vùng nước nông, hồ, sông, . . . trên lãnh nguyên của Bắc Cực, Canada và Alaska. Chúng còn được gọi là "thiên nga huýt sáo" vì những âm thanh của đôi cánh khi chim đang bay.

Khi thời tiết trở lạnh, thiên nga lãnh nguyên bay về phía Nam tới nước Mỹ để kiếm ăn trong mùa Đông. Chúng di chuyển 6.000km mỗi năm.

Trong các loài thiên nga có tại Canada: Thiên nga lãnh nguyên, Thiên nga kèn và Thiên nga câm. Thiên nga lãnh nguyên là phổ biến nhất.

Đây là loài chim lớn với bộ lông màu trắng, chân ngắn màu đen có màng bơi. Mỏ đen với một miếng vá màu vàng nhỏ trước mắt. Lông trên cổ và đầu có một đoạn màu đỏ (khi chúng ăn ở các khu vực giàu chất sắt).

Trung bình chim trống nặng 7,5kg, chim mái khoảng 6,3kg. Chim trưởng thành thay lông (rụng lông) trong tháng Tám. Khi đó chúng không thể bay trong vài tuần cho đến khi lông cánh mới mọc đầy đủ.

Lông ngỗng, thiên nga, vịt, . . . được thu nhặt để làm túi ngủ rất ấm.

Thiên nga chủ yếu ăn các loại củ và rễ của các loài thủy sinh (cây mọc ở vùng nước nông). Chúng còn ăn hến, trai, động vật thân mềm khi trú Đông trên bờ biển Đại Tây Dương. Và cũng ăn các loại ngũ cốc như lúa mì, ngô, gạo, . . .

Quạ (Raven)

Nhiều loài chim đến Bắc Cực vào mùa Hè để kiểm ăn và sinh sản nhưng không phải tất cả trong số họ sống ở đây quanh năm. Quạ, gà gô tuyết, cú tuyết, chim sẻ tuyết, . . . là một số trong những loài chim Bắc Cực sống ở đây quanh năm.

Quạ là một trong số ít loài chim thường trú quanh năm tại Bắc Cực. Là những thành viên lớn nhất của gia đình chim. Quạ có thể tồn tại trong thời tiết giá lạnh ở Bắc Cực cả năm. Lông màu đen giúp hấp thụ nhiệt của cơ thể. Quạ đánh cắp thực phẩm từ động vật khác. Quạ ăn động vật có vú nhỏ, chim, trứng, côn trùng, sâu và các loại quả mọng. Vào mùa Đông, quạ sẽ theo gấu Bắc Cực và ăn bất kỳ những gì mà con gấu đã để sót lại.

Quạ được coi là loài chim thông minh nhất. Chúng rất dễ thích nghi và có thể tồn tại trong mùa Đông ở Bắc Cực hay mùa Hè trong sa mạc.





Trong suốt chiều dài lịch sử, con người đã suy nghĩ quạ là loài gây hại và là loài chim ác, cần phải tiêu diệt. Nhưng hôm nay trong hầu hết các quốc gia, việc giết quạ là bất hợp pháp. Tuy nhiên chúng vẫn được coi là loài gây hại, vì nó là một mối đe dọa cho vật nuôi, cây ăn quả, cây trồng và ngũ cốc của nông dân. Quạ ăn trứng và chim con của các loài nguy cấp (như chim nhạn biển, kền kền Cali, sếu . . .). Chúng cũng ăn trứng và rùa con sa mạc, làm giảm số lượng rùa đáng kể.

Gà gô tuyết, gà gô trắng (Ptarmigan)

Gà gô tuyết là một loài chim có kích thước cỡ bằng một con gà tre. Nó cũng là một cư dân thường trú quanh năm ở Bắc Cực vì nó đã thích nghi với khí hậu cực lạnh ở đây. Vào mùa Đông, gà gô tuyết được bao phủ toàn thân bằng một lớp lông màu trắng, ngay cả các mỏ và chân. Các lông trên bàn chân giúp cho nó có thể đi lại dễ dàng trên tuyết mềm mà không bị lún. Hơn nữa, màu trắng làm cho nó hòa lẫn với màu tuyết, giúp nó tránh được kẻ thù. Nhưng khi vào mùa Xuân và mùa Hè, bộ lông của nó dần chuyển sang màu nâu, vằn nâu hay đốm nâu cho phù hợp với cảnh quan chung quanh.



Bộ lông mùa Đông



Bộ lông mùa Xuân Hè

Có hai loài gà gô tuyêt sống ở Bắc Cực: gà gô tuyêt đá và gà gô tuyêt liễu. Loài gà gô tuyêt đá sống trong các khu vực núi đá. Loài gà gô tuyêt liễu sống những nơi có nhiều nơi trú ẩn. Nó lớn hơn so với gà gô tuyêt đá và có một cơ thể nặng hơn.

Những con gà gô tuyêt thay lông vài lần một năm. Mỗi lớp lông phù hợp với vùng lãnh nguyên mà nó đang sống.

Trong mùa Hè, gà gô tuyêt ăn các thức ăn chủ yếu là lá, chồi, hoa, quả, và còn ăn rêu, côn trùng, nhện,. . . Trong mùa Đông chúng ăn chồi, hạt và cành của cây bụi thấp.

Vào cuối mùa Xuân con cái đẻ lên đến mười trứng trong một cái tổ trên mặt đất. Tổ được lót bằng cỏ, địa y, lá và lông. Những quả trứng có đốm nâu trên vỏ rất khó phát hiện.

Gà gô tuyêt là nguồn thức ăn cho những người dân ở phương Bắc. Nó khá dễ để săn bắt hay đánh bắt.

Cú tuyêt, cú trắng (Snowy Owl)

Loài cú tuyêt sống trên các vùng lãnh nguyên Bắc Cực của Alaska, Canada, Bắc Âu, Nga, Greenland. Nó có thể sống quanh năm ở Bắc Cực.

Cơ thể của nó được bao phủ bởi một lớp lông dày từ đầu đến chân, để bảo vệ nó trước thời tiết khắc nghiệt của mùa Đông.

Chim mái lớn hơn và không phải là màu trắng giống như chim trống. Lông của nó màu tối và đốm. Mỏ ngắn và nhọn, chân mạnh mẽ, móng dài, cong, thị lực tốt.

Chuột Lem-mút là nguồn lương thực chính của cú. Nhưng chúng còn ăn các động vật nhỏ khác như sóc đất, thỏ rừng, chim nhỏ,.. .

Chúng sẽ ở lại ở Bắc Cực trong mùa Đông, trừ khi nguồn thực phẩm khan hiếm, chúng sẽ rời khỏi Bắc Cực trong mùa Đông để đến miền Bắc Greenland, miền Nam Canada, Bắc Âu Á, đảo Wrangel cũng như Bắc Mỹ,.. .

Khi mùa Xuân trở lại, cú tuyêt quay về vùng lãnh nguyên Bắc Cực để làm tổ. Tổ được trong một hang nhỏ trên mặt đất được lót bằng rêu và lông. Khi thực phẩm dồi dào, cú tuyêt có thể đẻ hơn mươi quả trứng. Chim mái luôn luôn nằm ấp trên những quả trứng để giữ cho chúng không bị đóng băng. Chim trống đi tìm thức ăn.

Cú tuyêt có tầm nhìn không thể tin được. Nó có thể nhìn thấy từ trên cao và sà xuống âm thầm để chụp con mồi. Giống như tất cả các cú, cú tuyêt cũng có tầm nhìn ban đêm rất tốt. Chúng là loài săn mồi ban đêm, nhưng buộc phải hoạt động ban đêm lẫn ban ngày, vì ở Bắc Cực không có "ban đêm" trong suốt mùa Hè, nên chúng đã thích nghi để săn vào ban ngày.



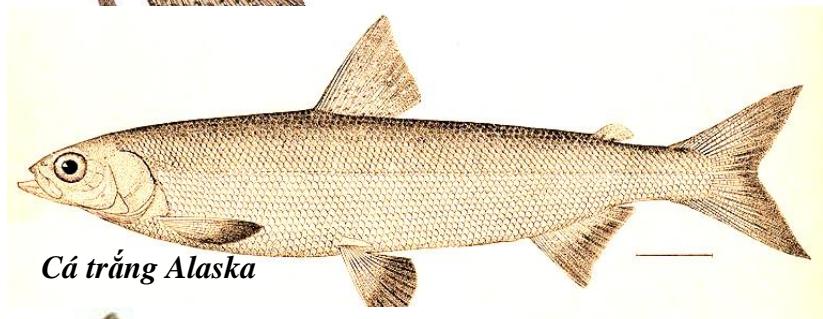
CÁ NƯỚC NGỌT BẮC CỰC

Tổng hợp có hai mươi tám loài cá nước ngọt khác nhau được tìm thấy ở các hồ, sông Bắc Cực. Một số trong các loài này dành một phần của cuộc đời chúng trong các đại dương, nhưng miễn là họ trở về sinh sản trong nước ngọt, thì cũng được xem như là cá nước ngọt.

Cá nước ngọt là nguồn thực phẩm chính của những người dân vùng Bắc Cực.



Cá đen Alaska



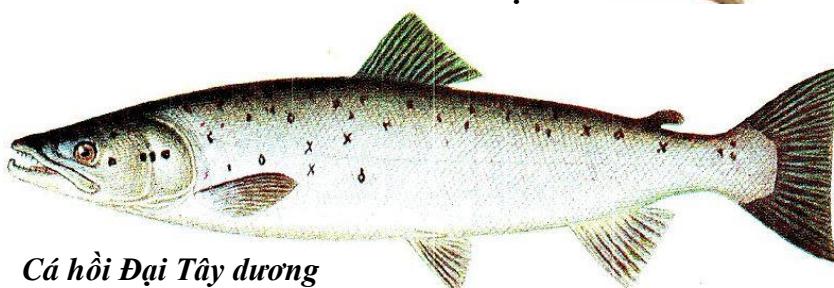
Cá trắng Alaska



Cá hồi chấm Bắc Cực



Cá cisco Bắc Cực



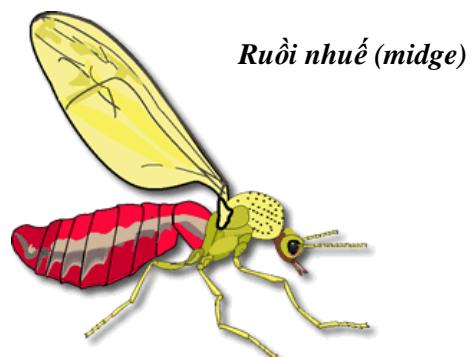
Cá hồi Đại Tây dương



Cá tầm hồ

ĐỘNG VẬT NAM CỰC

Động vật Nam Cực không phong phú cho băng Bắc Cực, nhưng có số lượng tập trung rất lớn. Gần như tất cả động vật ở đây đều bị lệ thuộc vào biển, trong thực tế, loài động vật đông đúc nhất trên mặt đất thực sự là một loài ruồi nhuế (Midge) dài khoảng 13mm.



Các loài động vật Nam Cực hầu hết phụ thuộc chủ yếu vào biển, chúng là những loài có máu nóng, nhưng chúng đã phát triển một kỹ năng sống còn để chống lại với khí hậu cực lạnh của Nam Cực. Các loài động vật là một phần đặc đáo thực sự của Nam Cực. Chúng bao gồm cá, cá voi, cá mập, hải cẩu, chim nhạn và chim cánh cụt.

CÁ

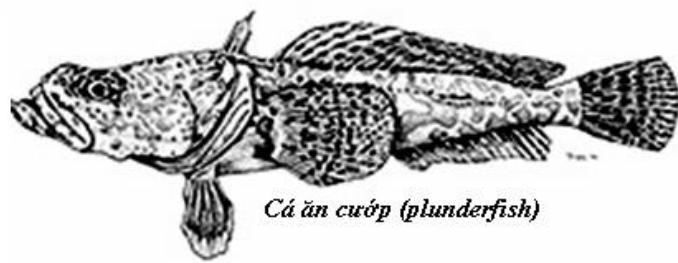
Ở Nam Cực chỉ có khoảng 120 loài cá được chia thành bốn gia đình: cá tuyết (codfish), cá ăn cướp (plunderfish), cá rồng (dragonfish) và cá băng (icefish). Có nhiều loại cá khá thú vị như cá băng chẳng hạn, nó có chất chống đông để giữ cho cơ thể không bị đóng băng. Một loài cá khác gọi là cá tuyết. Nó là khá lớn và dài trung bình từ 45-100cm, và nặng tới 10-11kg. Cá tuyết cũng có chất chống đông giúp cơ thể nó không bị đóng băng trong mùa Đông Nam Cực.



Cá tuyết (codfish)



Cá băng (icefish)



Cá ăn cướp (plunderfish)

Tất cả các cá có cấu trúc đơn giản với mang, một vây lưng, vây ngực và vây đuôi. Màu sắc của cá thường là màu xám, đỏ, đen, bạc. Hầu hết các loài cá ăn các loài nhuyễn thể (Nhuyễn thể là một loại sinh vật phù du và là nguồn lương thực chính của cá voi). Cá cũng ăn thực vật và cua.

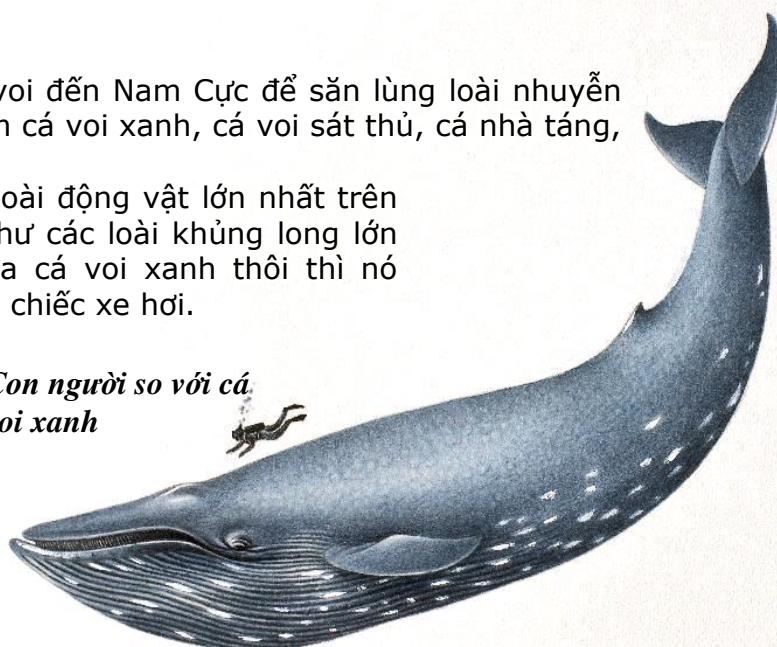
Không như cá voi và cá mập, cá có thể đi rất sâu xuống dưới nước. Cá thường bơi thành từng đàn để bảo vệ. Cá chỉ ở Nam Cực vào mùa Hè và mùa Xuân, vào mùa Thu và mùa Đông, chúng di chuyển đến hầu hết tất cả các đại dương.

CÁ VOI

Có rất nhiều cá voi đến Nam Cực để săn lùng loài nhuyễn thể, trong đó bao gồm cá voi xanh, cá voi sát thủ, cá nhà táng, cá voi lưng gù, . . .

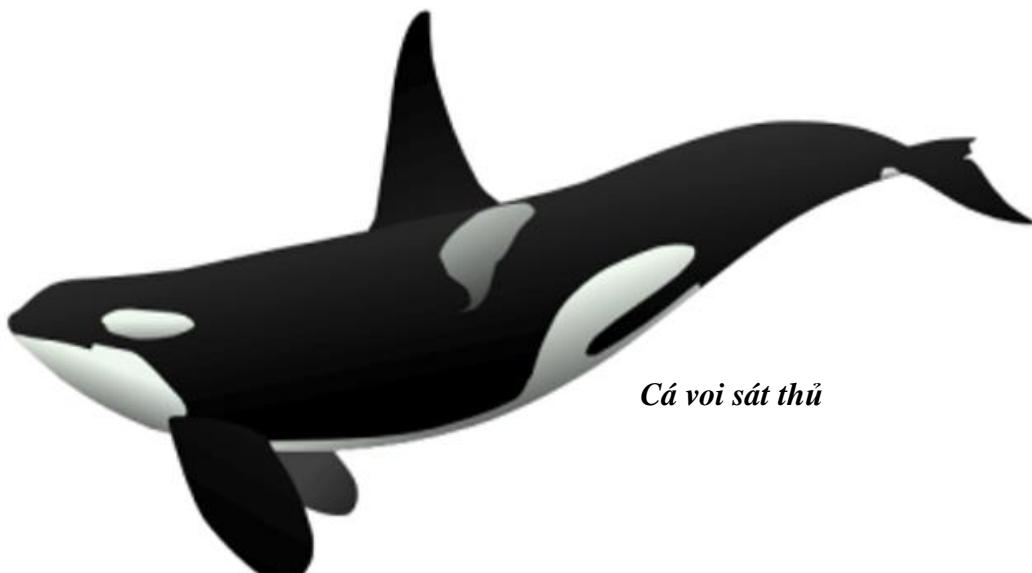
Cá voi xanh là loài động vật lớn nhất trên trái đất, có thể lớn như các loài khủng long lớn nhất. Chỉ trái tim của cá voi xanh thôi thì nó cũng đã lớn bằng một chiếc xe hơi.

Con người so với cá voi xanh



Cá voi sát thủ bơi rất duyên dáng ở trong nước. Rất nhiều người nghĩ rằng cá voi sát thủ tuy to lớn nhưng rất nhanh nhẹn và hoạt động tích cực dưới nước. Những con cá voi sát thủ rất thông minh, vì thế nó là loài cá voi được nuôi rất nhiều trên thế giới vì nó đẹp và dễ huấn luyện.

Cá voi sát thủ



Cá nhà táng là một con cá voi khổng lồ và khá hung dữ. Tên gọi của nó (sperm) được đặt tên cho loại tinh dầu lấy từ dầu cá nhà táng để làm thành mỹ phẩm, nước hoa, thuốc mỡ, . . . đó là tinh dầu spermaceti. Đặc biệt cái đầu của cá nhà táng với một hàm nhỏ hẹp chiếm 40% cơ thể của nó.

Cá nhà táng



Cá voi lưng gù được gọi như thế vì chúng có một khối u nhỏ phía sau đầu của nó. Những con cá voi lưng gù rất hiếm khi được nhìn thấy trong vùng biển của Nam Cực, nhưng rất dễ dàng tìm thấy nó ở Thái Bình Dương vì sự ấm áp của nước. Vào mùa Hè, đôi khi nó đi xuống đến Nam Cực và ở về phía Tây hầu hết thời gian.

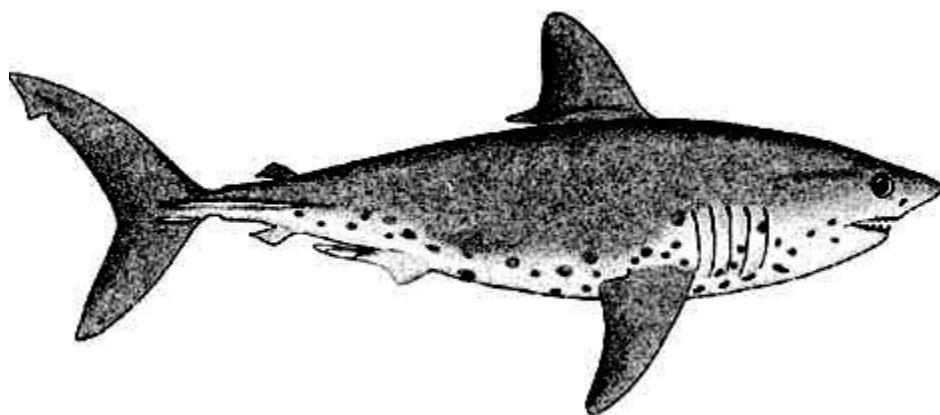


Dĩ nhiên trong khả năng hạn chế của các bạn, thì các bạn không thể nào có thể "săn" được một con cá voi. Nhưng nó có thể bị chết vì mắc cạn, vì đi lệch từ trường (?), vì (như người ta nói) tự sát, . . . lúc đó các bạn có một kho thịt đông lạnh khổng lồ, ăn cả đời cũng đủ. Đặc biệt là thịt cá voi không có mùi tanh của cá mà là mùi của thịt thú.

CÁ MẬP

Không có nhiều cá mập ở Nam Cực. Cá mập duy nhất thực sự được biết đến nhiều là cá mập hồi.

Hàm cá mập hồi lớn và có nhiều hàng răng sắc bén. Cơ thể chúng có thể có màu nâu và màu trắng hoặc màu nâu xám. Và chúng có thể dài hơn 11 feet (3,5 mét).



Hầu hết thời gian nó bơi lên phía trên cùng của mặt nước. Điều tuyệt vời là chúng có thể bơi trong các vùng nước nông chỉ khoảng 1m. Chúng vào những vùng nước nông như vậy là để kiếm ăn. Chúng ăn hầu như bất cứ điều gì, kể cả hải cẩu, cá, chim cánh cụt, và cá mập khác.

HẢI CẨU

Không phải mọi động vật đều có thể sinh sống trong nước lạnh đóng băng của Nam Cực, nhưng các con hải cẩu thì có thể nhờ vào lớp mỡ dày 5-10cm của nó. Chúng ở trên bờ và sống trên các lớp băng, thậm chí chúng còn sinh con ra trên băng trong tháng Tư hay tháng Năm.

Mặc dù chúng sống và kiếm ăn ở nước, nhưng chúng vẫn không thể ở lâu dưới nước mà phải ngoi lên trong nước mỗi 2 phút để thở. Có nhiều loài hải cẩu ở Nam Cực.

Hải cẩu Weddell

Là loài hải cẩu tương đối lớn và rất hung dữ, chúng có số lượng rất phong phú. Người ta ước tính có khoảng 800.000 con trong thời điểm hiện tại. Chúng sống về phía Nam xa hơn so với bất kỳ động vật có vú nào khác. Vào khoảng cuối tháng Tám và đầu tháng Mười, là mùa Xuân ở Nam bán cầu, hải cẩu mẹ ra khỏi các lô hổng trong băng và cho ra đời những đứa con của nó.

**Hải cẩu lông (Fur seal)**

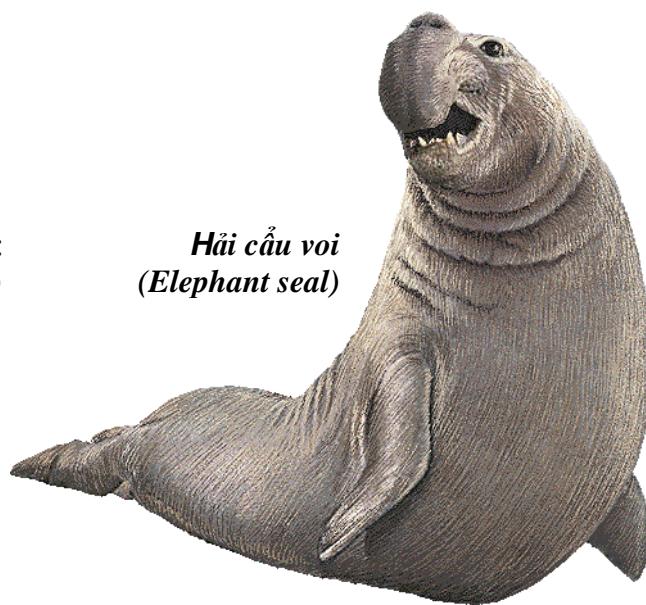
Hải cẩu Fur thuộc nhóm được gọi là Otarid hay hay hải cẩu "tai", nhóm này bao gồm hải cẩu và sư tử biển có một "miếng che tai" nhìn thấy được.

Hải cẩu Fur là một trong bất kỳ của chín loài pinnipeds thuộc họ Otariidae. Loài hải cẩu lông phía Bắc (Callorhinus ursinus) thì sinh sống Bắc Thái Bình Dương, trong khi bảy loài trong Arctocephalus chỉ được tìm thấy chủ yếu ở bán cầu Nam. Chúng có vẻ liên quan nhiều hơn với sư tử biển hơn là hải cẩu. Trong một thời gian dài, chúng bị săn bắt rất nhiều vì bộ da có lớp lông mịn màng. Các con hải cẩu đực có thể đạt 200kg (£ 440), nó có thể nặng gấp 4 lần so với con cái. Chúng sống chủ yếu trên các hòn đảo nhỏ ở Nam Cực, với 95% dân số trên thế giới được tìm thấy trên đảo Nam Georgia.

Hải cẩu lông (Fur seal)**Hải cẩu Voi (Elephant seal)**

Hải cẩu voi (còn được gọi là voi biển) là loài lớn nhất trong tất cả các loài hải cẩu. Con đực trưởng thành có thể dài đến 4,5m và cân nặng lên đến 4 tấn. Cũng giống như hải cẩu, chúng cho thấy một tình dục lưỡng hình mạnh (sự khác biệt về kích thước giữa đực và cái), con cái chỉ dài khoảng 2,8m và nặng 900kg.

Một con cái phát triển đầy đủ khi ở bên con đực, người ta thường tưởng nhầm là người lớn bên vị thành niên.

**Hải cẩu voi
(Elephant seal)**

Chúng được gọi là hải cẩu voi một phần vì kích thước của họ và cũng một phần do cái mõm trên của con đực dài ra trông như vòi voi, dùng đẩy gây ra tiếng nổ lớn để gây ấn tượng và đe dọa các đối thủ khi cạnh tranh với các con đực khác.

Hải cẩu Crabeater

Hải cẩu crabeater là một loài hải cẩu thật sự. Chúng được phân bố chung quanh bờ biển của Nam Cực. Chúng kích thước trung bình (khoảng 2 m), tương đối mảnh khảnh và có màu nhạt, được tìm thấy chủ yếu trên các đám băng trôi kéo dài ra từ bờ biển Nam Cực, mà chúng sử dụng như là một nơi để nghỉ ngơi, giao phối, kết giao xã hội và săn đuổi con mồi. Cho đến nay, chúng là loài hải cẩu có số lượng lớn nhất trên thế giới. người ta ước tính (không chắc chắn) tổng số có thể lên đến 75 triệu con.



Hải cẩu Crabeater

Hải cẩu đốm (Leopard seal)

Hải cẩu đốm (còn gọi là hải cẩu báo) là loài hải cẩu lớn thứ hai ở Nam Cực sau hải cẩu voi. Chúng rất phổ biến ở Nam bán cầu, người ta có thể tìm thấy chúng dọc theo bờ biển và trên các hòn đảo nhỏ ở Nam cực. Chúng cũng có thể được tìm thấy trên các bờ biển miền Nam nước Úc, Tasmania, Nam Phi, New Zealand, đảo Lord Howe, các quần đảo Cook và bờ biển Đại Tây dương của Nam Mỹ.

Nó có thể sống 26 năm hay nhiều hơn. Cá voi sát thủ và cá mập lớn là những kẻ thù tự nhiên của hải cẩu đốm.



Hải cẩu đốm (Leopard seal)

CHIM CÁNH CỤT

Chim cánh cụt là những sinh vật đặc hữu của Nam Cực. Có 17 loại chim cánh cụt khác nhau. Đó là: **Adelie, Blackfoot, Chinstrap, Emperor, Erectrested, Fiordland, Gentoo, Galapagos, Humboldt, King, Little blue, Magellanic, Macaroni, Rock Hopper, Royal, Snares Island và Yellow eyes.** Mỗi loài đều có màu sắc và hình thái khác nhau.

Chim cánh cụt chủ yếu sống vùng Nam Cực, nhưng chúng cũng sống ở nhiều nơi khác như Úc, New Zealand, Nam Phi, đảo Galapagos, . . .

Loài chim cánh cụt phổ biến nhất ở Nam Cực là chim cánh cụt Hoàng đế. Nó cũng là chim cánh cụt lớn thứ hai ở Nam Cực.

Khi ở trên bờ, chim cánh cụt đi lại rất vung về, nhưng khi xuống nước, nó lao như tên bắn. Thoạt nhìn, người ta không thể phân biệt đó là chim hay cá.



Adelie

Gentoo

Hoàng đế (Emperor)



Chinstrap

Chân đen (blackfoot)

Humboldt

CÂU CÁ TRÊN BĂNG

Đánh cá trên băng là cách bắt cá với dây và lưỡi câu hoặc chĩa qua một lỗ băng đông cứng trên mặt nước. Đây là cách đánh bắt của những người dân vùng băng giá để tìm kiếm lương thực cho gia đình và cũng là thú tiêu khiển cho những người rảnh rỗi.

Trang thiết bị

Các bạn cần một số dụng cụ chuyên dụng như cưa, khoan hay đục, để cắt một lỗ tròn hoặc vuông trên mặt băng. Kích thước của lỗ thông thường là 8 inch (20cm). Nếu không có những công cụ này, các bạn có thể dùng rìu để cắt. Một cái muỗng kim loại lớn có nhiều lỗ (gọi là skimmer), được dùng để múc bỏ các mảnh nước đá cho trống lỗ (nếu không có, bạn có thể chế một cái vợt băng vải thưa).



Khoan tay Mora (Mora hand auger)



Muỗng múc mảnh đá (skimmer)

Có ba phương pháp chính.

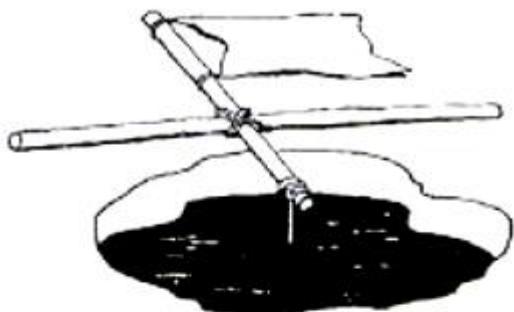
Phương pháp Thứ nhất: Sử dụng một cần câu nhỏ, nhẹ, với mồi nhử có màu sắc rực rỡ hoặc với mồi câu như sâu sáp, giun biển, cá nhỏ crappie hoặc cá tuế shiner. Người câu ngồi trên băng bên cạnh lỗ và chờ cho mồi động đậy để giựt.

Phương pháp Thứ hai: Là dùng cần bật (Tip-up), được làm bằng gỗ hoặc nhựa, và có một ống chỉ để cuộn dây câu vào, và một đoạn dây thép dẻo để gắn vào đầu cây đứng, đầu đoạn dây thép là lá cờ. Lá cờ này được uốn cong và cài vào một cái chốt, nối liền cuộn chỉ. Ở dưới cây đứng gắn cuộn chỉ có dây câu vào. Cuộn chỉ này xoay được, dùng để điều chỉnh độ sâu của lưỡi câu và mồi. Sau đó, cố định cây đứng với giá chéo trên miệng hố băng. Thả lưỡi câu và mồi xuống một độ sâu thích hợp. Khi cá ăn mồi, lá cờ sẽ bật lên để báo cho các bạn biết.

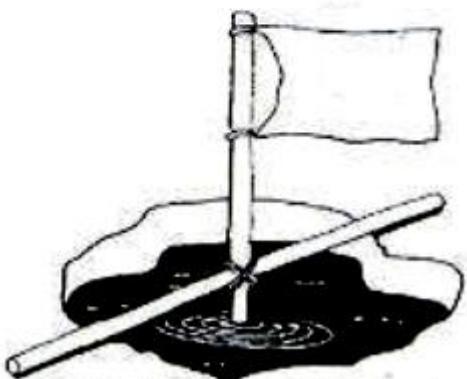


Đây là loại cần câu bập được chế tạo sẵn hoặc cần một số dụng cụ khó tìm nơi hoang dã như ống chỉ, dây thép . . . Vì vậy, để câu cá trên băng, các bạn có thể chế một cần câu bập đơn giản chỉ với hai thanh gỗ cột chéo nhau, một thanh

gác trên miệng hố và một thanh làm cẩn bật. Đầu cẩn bật gắn một lá cờ, cuối cẩn bật gắn dây và lưỡi câu. Bạn đặt cẩn bật nằm ngang. Khi cá cắn câu sẽ lôi cẩn bật dựng đứng lên. Các bạn có thể khoan nhiều lỗ và đặt nhiều cẩn câu để thu hoạch được nhiều cá hơn.



Khi cá chưa cắn câu, giàn câu và cờ nằm sát đất



Cá cắn câu kéo giàn câu vào hố băng và cờ thì dựng lên



Phương pháp thứ ba là sử dụng chìa. Khi đánh bắt băng chìa, các bạn cần chọn một nơi nghỉ là có nhiều cá hay động vật dưới nước. Cắt một lỗ băng lớn hơn so với lỗ câu. Người đánh cá đứng hay ngồi rình bên cạnh hố băng. Tay cầm nột cái chìa. Tùy theo khả năng, có thể sử dụng chìa một răng, hai răng hay nhiều răng có ngạnh. Chìa được nối với một sợi dây dài và chắc chắn dùng để thu hồi chìa và giữ con mồi. Các bạn kiên nhẫn chờ cho cá xuất hiện. Các loài cá và sinh vật dưới nước khi thấy có khoảng trống thường ngoi lên để thở, khi đó bạn phóng ngọn chìa xuống nước. Phương pháp này thường được sử dụng để bắt những loại cá lớn.



SĂN HẢI CẨU

Hải cẩu sẽ được xem nguồn thức ăn chính của bạn nếu bạn bị buộc phải sinh tồn trên vùng Bắc Cực. Chúng có thể được tìm thấy trong bất cứ nơi nào có nước, nơi có các lỗ dẫn hay các vết nứt trên băng hoặc ở những nơi có lớp băng mỏng. Một số loài hải cẩu ở lại Bắc Cực trong suốt mùa Đông, ngay cả khi lỗ nước mở rất hiếm. Hải cẩu thậm chí còn có thể được tìm thấy nhiều dặm trong nội địa từ biển vào vịnh hẹp hoặc sông.

Khi hải cẩu mới sinh, nó không biết bơi. Vào đầu mùa Xuân qua đầu mùa Hè, bạn sẽ gặp rất nhiều hải cẩu con nằm trên băng, nơi mà chúng đã được sinh ra và phải ở tại đó cho đến khi chúng có thể bơi lặn trong nước mà không chết đuối. Những chú hải cẩu con này rất dễ dàng bị giết (chỉ với một cú đánh bằng gậy) để cung cấp cho các bạn một thứ thức ăn tuyệt vời. Máu trộn lẫn với mỡ của chúng được sử dụng để làm nhiên liệu. Sữa đồng tụ trong dạ dày của chúng cũng ăn được.



Trong tháng Hai và tháng Ba, thịt của các con hải cẩu được coi mùi khó chịu, tuy nhiên, nó chỉ hơi thối chứ không độc. Hầu như tất cả các phần của con hải cẩu đều có thể sử dụng được. Bạn có thể dùng da để làm giày, mỡ làm nhiên liệu và thịt để ăn.

Một điều đặc biệt nguy hiểm: Khi tiếp xúc trực tiếp với mỡ và da hải cẩu tươi hoặc ướp muối có hiện tượng được gọi là "thối ngón tay" (?). Biểu hiệu của bệnh là các ngón tay bị sưng phù lên. Người ta cho rằng, các vết đứt hay trầy xước trên tay của bạn đóng góp vào nguyên nhân phát bệnh.

Bất cứ ai ở Bắc Cực, nên cố giữ cho bàn tay càng ít tiếp xúc trực tiếp với mỡ và da hải cẩu càng tốt. Cho dù tiếp xúc với thịt cũng phải cẩn thận.

Hải cẩu là động vật có vú và thở băng phổi, cho nên chúng buộc phải ngoi lên mặt nước định kỳ để thở. Một số loại hải cẩu có thể lặn dưới nước trong thời gian tối đa 20 phút, nhưng tất cả cuối cùng phải trồi lên. Bạn có cơ hội tốt nhất để giết một con hải cẩu trong thời gian chúng ngoi lên để thở. Trong hầu hết mọi trường hợp, thời hạn chỉ trong chớp mắt và bạn cần phải có mặt đúng nơi đúng lúc. Điều quan trọng là bạn có thể nhận ra những điểm nào mà các con hải cẩu sẽ ngoi lên để thở.

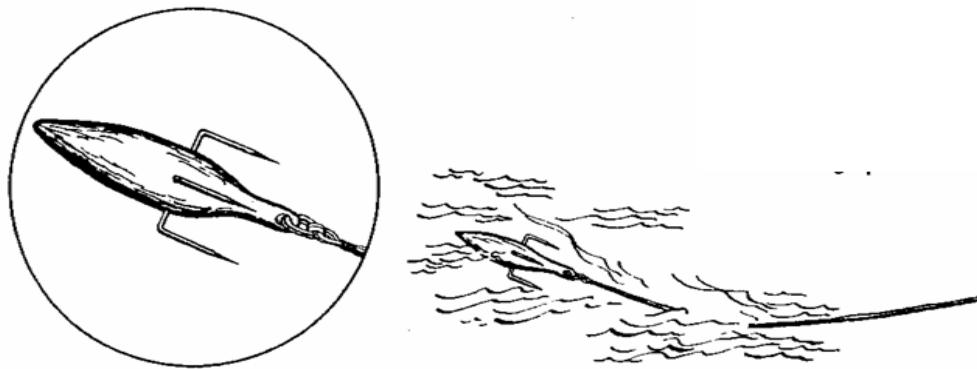
Khi lớp băng mỏng, một số hải cẩu sẽ dùng cái mũi của mình để đập vỡ băng tạo một lỗ thở. Vì vậy, trong thời gian băng còn mỏng, các bạn sẽ khó khăn để tìm một lỗ thở, nơi mà hải cẩu sẽ ngoi lên. Cách tiếp cận tốt nhất để săn bắt là tạo một lỗ thở rồi ngồi bên cạnh, kiên nhẫn theo dõi và chờ đợi. Tính cách nổi bật của các thợ săn hải cẩu thành công là sự kiên nhẫn. Nếu không có kiên nhẫn, và khả năng hoàn toàn bất động, bạn sẽ không thành công. Bất kỳ một chuyển động nhỏ nào của bạn, cũng sẽ tạo ra âm thanh và đó sẽ được chuyển qua băng, và các hải cẩu sẽ không sử dụng lỗ thở đó cho đến khi các dao động chấm dứt.

Bạn có thể đặt thiết bị cảnh báo băng cách thả một vật nổi trên mặt nước tại lỗ thở. Khi hải cẩu trồi lên, nó sẽ báo cho bạn biết về sự có mặt của nó bằng cách hất thiết bị ra khỏi nước.

Khi hải cẩu trồi lên mặt nước, bạn phải hành động cẩn thận và nhanh chóng ra tay. Sau đó là sẵn sàng để đưa con mồi ra khỏi nước. Hải cẩu là một động vật có sống mũi rất nhạy cảm, một cú đánh vào sống mũi sẽ làm cho nó choáng váng, cho dù không chết thì

nó cũng mất hết ý thức. Lúc này, các bạn có thể dễ dàng đưa ra khỏi nước để đến một điểm mà nó không thể bơi đi nếu tỉnh lại.

Bạn có thể thu hồi một con hải cẩu từ dưới nước bằng một thiết bị gọi là "manak" (hay móc bám), là những cái móc được gắn liền với một vật nặng để ném. Nếu một "manak" mà làm bằng vật liệu có thể nổi thì khá lý tưởng nhưng không hoàn toàn cần thiết. Một sợi dây dù buộc với "manak" để làm dây kéo. Khi con mồi vừa bất tỉnh, bạn phải ném "manak" để kéo con mồi lên. Nếu bạn không thể móc được con hải cẩu dính vào "manak" thì con mồi có thể chìm xuống nước.



Khi bạn bắn một con hải cẩu đang ở trong nước, ngay lập tức bạn nên cố gắng dùng "manak" để thu hồi nó. Từ cuối tháng Chín đến tháng Tư, tất cả các con hải cẩu bị bắn khi đang ở trong nước, xác của nó có thể sẽ nổi. Nhưng từ cuối tháng Tư đến đầu tháng Chín, thì một số sẽ chìm. Khoảng giữa của thời kỳ này, gần như tất cả sẽ chìm. Sự khác biệt trong các đặc tính nổi của một con hải cẩu là dựa trên nhiều yếu tố.

Trong mùa Hè, nước ngọt từ những ngọn núi tuyết ở Nam phi bị tan chảy cộng với các nguồn nước ngọt ở các vùng đất gần đó sẽ trôi lơ lửng trên bề mặt của nước biển. Tỉ trọng của nguồn nước ngọt này không nâng nổi xác của một con hải cẩu đã bị bắn. Ngoài ra vào mùa này, các con hải cẩu ăn ít nên cơ thể ít chất mỡ hơn. Đặc biệt là hải cẩu cái chỉ có lớp mỡ mỏng trong suốt mùa Hè khi chúng đang nuôi con.

Trong một thời gian ngắn vào tháng Mười, mặt nước nhanh chóng đóng băng mang lại điều kiện thuận lợi cho việc săn bắn trên băng. Trong thời gian này, các con hải cẩu tập trung vào các lỗ băng trống. Bạn phải di chuyển âm thầm trong băng trơn để dễ dàng tiếp cận các lỗ thở.

Khi các bạn là một nhóm nhiều người đang sinh sống trên băng và đã phát hiện một số các lỗ thở, các bạn nên để cho một người (có kỹ năng săn giỏi) ngồi phục kích ở một lỗ có tiềm năng nhất, còn tất cả đi đến những lỗ khác trong bán kính khoảng 800 mét để khuấy động. Điều này sẽ làm cho lỗ thở không có tiếng động có vẻ an toàn nhất trong khu vực, và các con hải cẩu đương nhiên sẽ sử dụng lỗ thở "yên tĩnh".

Đối với các con hải cẩu, bất kỳ chuyển động gần bên một lỗ thở, nó đoán có thể đó là một con gấu Bắc Cực, kẻ thù truyền kiếp của nó. Được biết hải cẩu có một thính giác rất tốt để ghi nhận các tiếng động (dù nhỏ) trên băng. Những hành động này của hải cẩu là để lẩn tránh gấu Bắc Cực. Thực tế này là một bài học cho bạn, vì kỹ thuật săn hải cẩu trên băng được những con gấu Bắc Cực sử dụng thì giống với kỹ thuật của bạn, đó là "sự kiên nhẫn" chờ đợi chịu tại một lỗ thở. Vũ khí duy nhất của gấu là bàn chân của mình – Còn vũ khí của bạn là súng hay lao. Bài học về sự kiên nhẫn của gấu sẽ giúp bạn thành công trong việc săn bắn.

Có hai kỹ thuật khác nhau được sử dụng rộng rãi trong việc săn bắn trên băng. Thứ nhất là giả tiếng kêu của hải cẩu. Khi áp dụng kỹ thuật này, hoặc là bạn ẩn nấp khuất trong các đống tuyết để che giấu sự hiện diện của bạn, làm cho hải cẩu tò mò tiến đến (nếu bạn giả tiếng kêu giống tiếng hải cẩu). Hoặc là bạn hóa trang sao cho mình giống như hải cẩu như bạn có thể, ghi nhớ rằng các cử động (giống hải cẩu) của bạn quan trọng hơn là màu sắc hoặc phục trang của bạn. Khi bạn tiến đến gần đủ để đảm bảo một tầm

bắn chính xác thì mới ra tay. Việc này rất quan trọng vì một con hải cẩu có thể thoát thân rất nhanh chóng.

Kỹ thuật thứ hai dành cho những người không biết giả tiết kêu hải cẩu hay kinh nghiệm là che giấu sự hiện diện của bạn trước các con hải cẩu. Cách này được mô phỏng theo gấu Bắc Cực, là thợ săn hải cẩu thành công nhất. Con gấu Bắc Cực che giấu cái mũi (màu đen) của mình khi theo dõi các con hải cẩu, và điều này gợi ý cho bạn để ngụy trang hoàn toàn sự hiện diện của bạn. Bạn có thể chế tạo một màn che bằng cách sử dụng vải dù màu trắng và di chuyển màn che từ từ về phía con hải cẩu. Đẩy tấm màn che của bạn càng nhẹ nhàng và im lặng càng tốt (Hình minh họa). Tấm màn che được cắt một lỗ để bạn quan sát và bắn, nhưng chỉ đưa súng qua lỗ cắt khi bạn đã tiến đủ gần để bắn chính xác. Nhớ cẩn thận về cái bóng của bạn. Nếu mặt trời ở phía sau bạn, bóng của bạn sẽ xuất hiện trên màn che.



Nếu bạn có sẵn hoặc có thể chế tạo được một cái móc 3 mũi nhọn như móc "manak", bạn có thể bắt một con hải cẩu ngay tại lỗ thở của nó. Bạn chỉ cần nối móc sợi với một sợi dây cáp hay một sợi dây thật chắc chắn. Ở đầu kia của dây, bạn cột vào một thanh gỗ hoặc một thanh kim loại để làm tay kéo. Để cài móc, bạn mở rộng lỗ thở, đủ để thả lưỡi câu xuống nước, treo lơ lửng khoảng 15cm dưới mặt băng. Dọn sạch tuyết chung quanh lỗ thở để bạn dễ dàng nhìn thấy khi hải cẩu trôi đầu lên. Nếu hải cẩu sử dụng lỗ thở đó, nó gần như chắc chắn sẽ bị dính, vì các lỗ thở thường chỉ rộng hơn một tí so với cơ thể của hải cẩu.

Gấu Bắc Cực

Tránh xa những con gấu Bắc Cực, nếu trong tay bạn chỉ có một khẩu súng yếu hay chỉ một cây lao, vì gấu Bắc Cực rất khỏe mạnh và rất nguy hiểm, đặc biệt khi chúng đang bị thương hoặc các con của chúng bị đe dọa. Nếu có vũ khí mạnh, bạn có thể bắn nó từ trong nước mà không chìm, và thu hồi chúng như khi bạn thu hồi hải cẩu.

Chim

Chim có thể được đánh bắt bằng mồi móc vào lưỡi câu, như thể hiện trong hình minh họa (xin xem thêm chương SĂN BẮN ĐÁNH BẮT)



THỰC VẬT ĂN ĐƯỢC Ở BẮC CỰC

CÂY ĂN QUẢ

Vào cuối mùa Hè, nhiều loại trái cây nhỏ có thể được tìm thấy rất phong phú, đặc biệt là gần rìa phía Nam của Bắc Cực. Một số loại không bị rung hay hư thối suốt cả mùa Đông. Nhiều người thậm chí còn biết cách cải thiện trong hương vị nguyên thủy của nó bằng cách làm lạnh. Một số có thể được thu lượm dưới tuyết, hoặc sau khi tuyết tan trong mùa Xuân. Sau đây là những cây ăn quả ngon và phổ biến nhất:

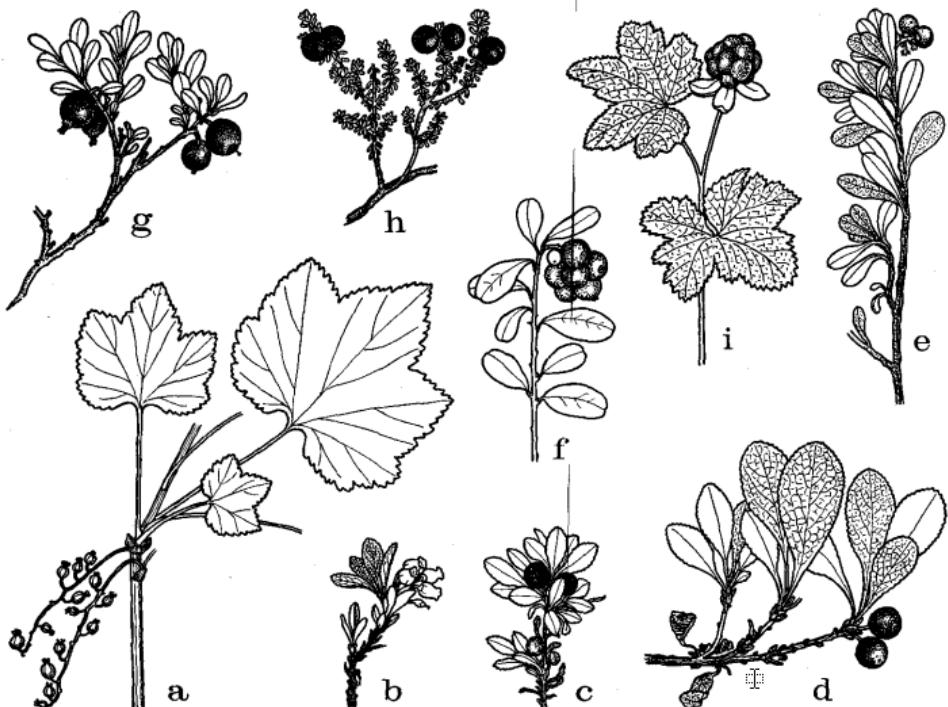


Fig. 1. Fruits and berries. a, Northern red currant (*Ribes triste*); b, c, Alpine bearberry (*Arctostaphylos alpina*); d, Red bearberry (*A. rubra*); e, Bearberry (*A. Uva-Ursi*); f, Mountain cranberry (*Vaccinium Vitis-Idaea*); g, Bilberry (*V. uliginosum*); h, Black crowberry (*Empetrum nigrum*); i, Baked-apple or cloudberry (*Rubus Chamaemorus*). X 2/5.

Black Crowberry hay Curlewberry (*Empetrum nigrum*).

Cây bụi thường xanh phân nhánh tự do, lan rộng. Lá nhỏ, trông giống như những cây vân sam hay bách xù. Hoa ẩn, đơn độc ở nách, khó thấy. Trái màu đen và bóng, mọng nước và ngọt nhưng có một hạt lớn và cứng.

Cây mọc chung quanh vùng cực và được tìm thấy ở khắp các vùng Bắc Cực, ở phía Đông Bắc Mỹ, phía Nam đến vùng núi của New England, đến California. Bởi vì sự phong phú và sức chịu đựng của nó, crowberry hay curlewberry là một loài cây ăn quả hoang khá quan trọng vì dễ tìm thấy trong vùng Bắc Cực. Người bản địa ăn tươi hay ủ lên men làm rượu.



**Black
Crowberry hay
Curlewberry**

Salmonberry hay Baked-Apple (Cây mâm xôi) (*Rubus Chamaemorus*)

Thân thảo, mọc hằng niên, lá tròn hoặc hình bầu dục, chia ra từ năm đến chín thùy. Hoa đơn độc, màu trắng. Trái còn non đầu tiên có màu đỏ, sau đó là màu hổ phách, và khi chín hoàn toàn trở thành màu vàng và rất ngon. Người ta mô tả chúng: "có lẽ là quả ngon nhất của Bắc Cực khi chín hoàn toàn. Người Eskimo chế biến chúng với mỡ mỡ của hải cẩu và tuần lộc thành một món ăn ngon và bổ dưỡng mà người ta gọi nó là "kem Eskimo".



**Salmonberry
hay Baked-
Apple**

Bilberry hay Whortleberry (Cây nham lê) (*Vaccinium uliginosum*)

Cây thấp, phân nhánh, mọc thẳng hoặc cây bụi, lá hình bầu dục nhỏ, rũ xuống, rụng lá hằng năm. Hoa nhỏ, màu hồng nhạt, mọc trong nách lá. Quả mọng, màu xanh, chín sớm trong tháng Tám. Cây nham lê mọc rất phổ biến khắp tất cả các vùng Bắc Cực và một phần phía Nam của Bắc Cực. Trái rất ngọt, thơm ngon. Nó phát triển trong vùng đất acid ở những nơi trống trải. Mặc dù vậy, cây nham lê không được người Eskimo ưa chuộng cho lắm, vì họ cho rằng: nó là nguyên nhân của bệnh sâu răng.



Bilberry hay Whortleberry

Mountaint Cranberry hay Cowberry (Man việt quất núi)

Cây bụi thấp, Mọc hoang khắp Canada. Cành leo trong bóng râm, lá thường xanh. Hoa có hình chuông, màu trắng hoặc màu hồng, trong nhỏ. Quả chín màu đỏ vào tháng Tám và tháng Chín, vẫn bám trên cành trong suốt mùa Đông và mùa Xuân năm sau. Khi lớp tuyết biến mất, nó vẫn ngọt ngào, và thậm chí tốt hơn trong mùa Thu. Cây Man việt quất núi phân bố rộng rãi trong cả vùng Bắc

Cực. Nó thích hợp với đất acid và còn được tìm thấy trong vùng đất ẩm cũng như ở nơi khô, đá.

Khi vào mùa Thu các quả bị chua, nếu đông lạnh, sẽ có thể giữ cho đến khi vào mùa Xuân năm tới. Khi đó nó được coi là có hương vị ngon hơn so với Man việt quất tươi, và là tuyệt vời nếu chế biến thành mứt và thạch. Trái tươi hay khô đều có thể nấu với đường để làm sôt, mứt hay si-rô.



Red Bearberry (Hùng quả đỏ) (Arctostaphylos alpina & rubra)

Cây bụi thấp với lá dạng trứng hay lưỡi mác ngược, mép có răng cưa, rụng lá hằng niên. Hoa nhỏ nở thành từng cụm về phía cuối cành, xuất hiện vào đầu mùa Xuân. Trong chi A. alpina các quả có màu đen và sáng bóng, còn trong chi A. rubra thì quả có màu đỏ, tuy mọng nước nhưng vô vị. Mặc dù đây là loại thức ăn khoái khẩu của gấu và gà gô tuyết, nhưng nó lại không hấp dẫn lắm với con người. Người ta chỉ sử dụng nó trong trường hợp không có nhiều trái cây khác, và phải pha chế thêm hương vị cho nó.



Bearberry hay Kinnikinnik (Hùng quả) (Arctostaphylos Uva-Ursi)

cây bụi nhỏ thường xanh. Mọc hoang ở Canada và vùng cực. Hoa có màu hồng, hình chuông, mọc thành cụm ở đầu cành. Các loại quả mọng màu đỏ san hô có thể ăn sống hoặc nấu chín, nhưng thường được phơi khô chứ không ăn

sống vì hơi nhạt, nhưng khá ngon khi nấu chín. Lá non nấu uống thay trà. Bột lá khô đôi khi được người bản địa ủ phơi và sử dụng hút như thuốc lá.



Northern Red Currant (Nho đỏ miền Bắc, Iý chua) (*Ribes triste*)

Dây nho đỏ miền Bắc mọc bò trên khắp các vùng có cây cối rậm rạp ở vùng Bắc Cực nhưng chỉ kéo dài một khoảng cách ngắn đến vùng Barren Grounds. Quả mong, ngon và chua, hầu như không thể phân biệt hương vị với nho trỗng. Quả chín vào tháng Tám nhưng chỉ tồn tại qua một thời gian ngắn.



RAU XANH

Thân, lá và hoa của một số lượng lớn các loài thực vật ở Bắc Cực có thể được sử dụng ăn tươi như rau xanh hay nấu trong súp, như muối như "dưa cải" hoặc trong món salad.

Mô tả, cùng với những ghi chú ngắn gọn về sự phân bố và cách sử dụng những loại cây này được đưa ra dưới đây để cho các bạn tham khảo.

Woolly Fernweed hay Lousewort (*Pedicularis lanata*)

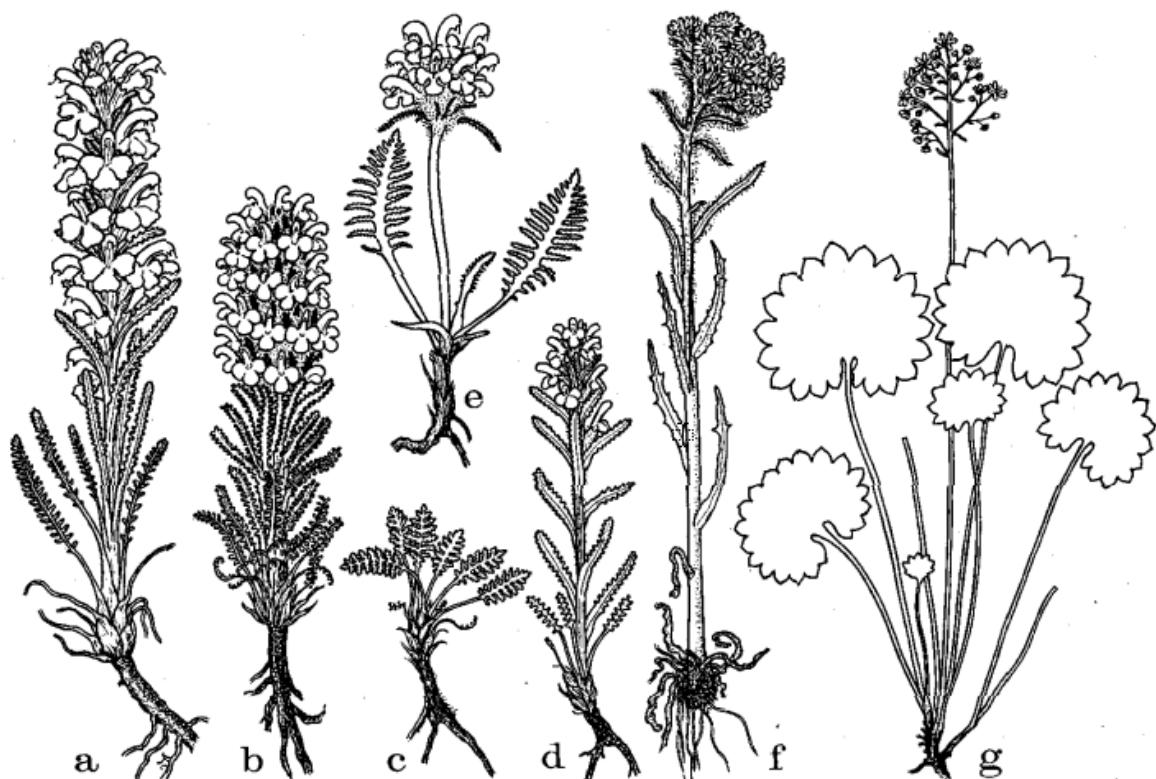
Thân thảo, mọc lâu năm với nhiều lông tơ và một gốc rễ trụ. Lá phân chia thành nhiều thùy, giống như lá của một số dương xỉ, hoa màu hồng, có mùi thơm. Cây trưởng thành thân mọc dài ra, và vào mùa Đông thường nhô ra khỏi tuyết. Rễ cây màu vàng chanh và ngọt giống như củ cà rốt, có thể ăn sống hoặc nấu chín; hoa tươi được đun sôi để ăn như rau luộc hay nấu canh. Trẻ em Eskimo

ngắt những bông hoa và hút mật hoa ngọt ngào từ ống tràng dài. Các cây fernweed là một trong những cây nở hoa sớm nhất vào mùa Xuân trên lãnh nguyên Bắc Cực.



Các loại cây sử dụng như rau xanh ở vùng lạnh

Có một số thực vật mà người ta chỉ sử dụng thân, lá, hoa, củ như một loại rau xanh để ăn tươi như xà lách, luộc hay nấu với thịt, cá, . . .



Potherbs. a, Arctic fernweed (*Pedicularis arctica*); b, c, Woolly fernweed (*P. lanata*); d, Hairy fernweed (*P. hirsuta*); e, *P. sudetica*; f, Marsh-fleabane (*Senecio congestus*); g, Round-leaved saxifrage (*Saxifraga punctata*). X 2/5.

Loài **fernweed** gồm có nhiều cây tương tự như nhau, nhưng có một số khác biệt như:

Arctic Fernweed (*Pedicularis Arctica*)

Ít gai len và hoa thưa hơn và có màu hồng nhạt. Gốc là màu vàng nhạt và mảnh khảnh hơn. Arctic fernweed là một loài mọc hoang Bắc Mỹ, khoảng từ Tây Bắc Greenland đến phía Bắc bờ biển Alaska.

Hairy Fernweed (*Pedicularis hirsuta*)

Hoa vẫn nhạt màu trong một cành ngắn hơn. Giống như loài trước, phạm vi phân bố của fernweed lông là Bắc Cực hay vùng cao Bắc Cực, nhưng giới hạn đến Tây Á, Châu Âu, Greenland và phía Tây Canada Bắc Cực.

Fernweed (*Pedicularis sudetica*)

Cây thảo lâu năm, mọc quanh vùng cực, lá láng nhẵn, thân và lá có màu xanh tối, mảnh mai, nhánh gốc tự do. Hoa có màu đỏ tối, mọc dày đặc trên một cành mảnh và dài trông như những hạt giống trưởng thành.

Người Siberi dùng hoa và thân của nó để muối dưa, gốc thì luộc hay nấu súp.



Mountain Sorrel (me chua núi) (*Oxyria digyna*)

Cây thấp và trơn nhẵn, mọc thẳng, sống hơi lâu năm, đơn giản, thân từ một gốc lớn, rễ chùm. Lá chủ yếu mọc ở gốc, hình thận trông giống như lá cây rau má, thân cây mảnh mai. Hoa nhỏ, màu đỏ hoặc màu xanh lá cây, trong một chùm giống như lông chim.



**Mountain
Sorrel (me
chua núi)**

Cây me chua núi là một loài mọc quanh vùng núi cao Bắc Cực, dao động từ mũi phía Bắc của đảo Ellesmere và trên núi cao, ngay cả phía Nam California. Nó

thích một số nơi có bóng mát và khe núi dốc, nơi tuyết tích tụ trong mùa Đông và cung cấp độ ẩm kéo dài suốt mùa phát triển. Ở những nơi như vậy lá me xanh tươi có thể tìm thấy ở tất cả các nơi trong mùa Hè.

Lá và cành non mọng nước ăn được. Là nguyên liệu để chế biến nước giải khát. Khi nấu chín, hương vị của chúng tương tự như rau bina. Trong Greenland rất ngon.

Những người Eskimo của Greenland và Alaska ăn lá tươi của cây me chua nui, trộn với mỡ hải cẩu.



Fig. 3. Potherbs. a, Broad-leaved willow-herb (*Epilobium latifolium*); b, Northern sweet coltsfoot (*Petasites frigidus*); c, Roseroot (*Rhodiola rosea*); d, Mountain sorrel (*Oxyria digyna*). X 2/5.

Broad-leaved Willow-herb (Thảo liễu) (*Epilobium latifolium*)

Cây mọc thẳng, đơn thân hay phân nhánh, là loại thảo mộc lâu năm cao khoảng 6-18 inches, có lá hình mũi mác màu xanh đậm và hơi lục lam, không cuống, và dày cớm. Hoa màu tím, rất lớn và sắc sỡ. Các trái dài và hẹp có bốn hạt giống dài, mượt, có chum tơ trắng.



Cây thảo liễu thường mọc quanh rìa vùng cực và thậm chí rất phong phú khắp Bắc Cực. Chúng mọc trên cát, sỏi, đất và các vùng ngập nước như ven sông và trên đồng băng ẩm ướt. Những bông hoa lớn nhất ở Bắc Cực này có thể ăn sống như một loại xà lách; lá mọng thịt của nó khi nấu chín có mùi vị tương tự như rau bina. Trong vùng Greenland, người ta ăn sống lá và hoa với mỡ hải cẩu.

Đây cũng là loại cây lương thực quan trọng nhất đối với các loài động vật ăn cỏ ở Bắc Cực.

Eskimo Rhubarb (đại hoàng Eskimo) (*Polygonum alaskanum*)

Cây thân thảo, sống lâu năm, phân nhánh tự do, gốc có thịt dày một vài inch, cành mang lá cao 3-6 feet. Thân cây có màu đỏ, thịt dày. Hoa nhỏ có màu xanh lục, kết thành từng chùm lớn, có lông bông ở kẽ lá. Đại hoàng Eskimo mọc phổ biến trong Đông Bắc châu Á, Alaska, Yukon, đến phía Bắc Mackenzie. Nó thích đất ẩm, đất phù sa hoặc vùng đất trống. Nó còn được tìm thấy dọc theo bờ sông, và trên đất mới sạt lở ở vùng đóng băng.

Các cây non màu đỏ tươi, mọng nước, xuất hiện ngay sau khi tuyết tan, có hương vị giống như đại hoàng và có thể được sử dụng để hầm như "Đại hoàng". Nước ngọt ép từ thân cây dùng để chế biến nước giải khát.

Thân và lá của nó được người Siberi nấu với thịt thái mỏng hay muối làm dưa.



Arctic Sourdock (*Rumex arcticus*) Fig. 4c, d.

Cây sống lâu năm, thân đơn, cứng, bắt nguồn từ một gốc mập mạp. Lá chủ yếu mọc ở gốc, các cánh màu xanh đậm và hơi nhiều thịt, có hình bầu dục đến hình mũi mác hẹp, dài từ 3 đến 12 inch và rộng 1 đến 2 inch, thân dài và mảnh dẻ. Phát hoa cao 1-3 feet, ở đầu có một chùm hoa đơn giản hay phân nhánh ngắn nhỏ, hoa màu đỏ.

Các cây Sourdock Bắc Cực mọc phổ biến ở các đồng cỏ màu mỡ, núi cao hay các vùng Bắc Cực khác nhau, từ Bắc Cực châu Âu và châu Á qua Alaska tới vùng Mackenzie, nhưng không tìm thấy trong vùng vịnh Hudson.

Các lá tươi và cành non có thể ăn sống như xà lách, hoặc nấu chín như rau bina.



Fig. 4. Potherbs. a, Angelica or *kvan* (*Angelica Archangelica*); b, Eskimo rhubarb (*Polygonum alaskanum*); c, d, Arctic sourdock (*Rumex arcticus*). X 1/3.

Northern Sweet Coltsfoot (*Petasites frigidus*) Hình. 3b.

Cây thân thảo lâu năm với một gốc mảnh mai, bò lan dần giống mạng nhện. Cuống hoa mập mạp, nhiều thịt, xuất hiện ngay sau khi tuyết tan, cao 8-18 inch, với các lá mo bao thân càng cao càng nhỏ và chấm dứt ở chùm hoa. Hoa chùm, màu trắng kem, có mùi thơm.



Northern Sweet Coltsfoot

Lá có hình tam giác, mọc sát gốc, dài từ 2 đến 3 inch, màu xanh lá cây, trơn láng ở mặt trên và có lông măng màu trắng bên dưới, cuống lá mảnh mai.

Cây mọc phổ biến trong các vùng lạnh nguyên ẩm ướt khác nhau, từ Bắc Âu qua châu Á, phía Tây Alaska, và miền tây Canada gần Vịnh Hudson.

Các lá non và cuống hoa của cây có thể được ăn sống, nấu chín như các loại rau, hoặc làm thành "dưa cải". Cây này rất được người Siberi yêu thích.



Fig. 5. Potherbs. a, Sea purslane or seabeach sandwort (*Arenaria peploides*); b, Dandelion (*Taraxacum arcticum*); c, Marsh marigold or “cowslip” (*Caltha palustris*); d, Willow (*Salix pulchra*); e, f, Scurvy grass (*Cochlearia officinalis* ssp. *arctica*). X 2/5.

Marsh-fleabane (*Senecio congestus*) Hình. 2f.

Cây sống trong hai năm, có thân đơn và mập, cao từ 1-4 feet, ở đầu là một chùm hoa tản phong màu vàng, có lông tơ ở trên đầu; lá hình mũi mác, dẹt song, có răng cưa, xẻ thùy nhiều hoặc ít.

Mọc phổ biến ở vùng đất Băng Cực trong những đầm lầy trên vùng lạnh nguyên Băng Cực hay các cạnh vùng đầm phá, nhưng đạt được sự phát triển tốt nhất là trên những vùng đất trống tại khu vực băng giá vĩnh cửu. Các lá non, hoa và thân cây có thể ăn sống như salad hoặc nấu chín như các loại rau hay làm thành "dưa cải".



Marsh Marigold or "Cowslip" (Cúc vạn thọ hay Ngọc trâm)

(Caltha palustris s. lat) Fig. 5c.

Là một loài thảo mộc ở vùng đầm lầy thuộc họ buttercup có hoa màu vàng. Lá khá lớn, trơn nhẵn, tròn hoặc hình thận, màu xanh đậm, hơi dày và mềm. Lá có thể được ăn sống như xà lách, hoặc nấu chín.

Còn có một số chủng tộc của cây "ngọc trâm" mọc quanh vùng cực; khi ở lạnh nguyên cao vùng Bắc Cực thì thấp lùn, trong khi đó nếu mọc xa về phía Nam, trong vùng rừng thì cao hơn và cứng cáp hơn.

**Roseroot (Rhodiola Rosea & R. Integrifolia) Hình. 3c.**

Cây lâu năm, mọc thành bụi, mọng nước, gốc kép lớn, dày và nhiều thịt với một mùi thơm thoang thoảng của hoa hồng. Thân cây cao từ 6 đến 12 inch, nhiều thịt màu xanh lục hoặc hồng, lá hình chữ nhật, có răng cưa. Các hoa màu vàng nhạt hoặc màu hồng. Hai loài họ hàng gần của roseroot được tìm thấy ở Bắc Cực.



Trước tiên chúng mọc phổ biến ở Bắc Âu, phía Nam Greenland, và vùng Đông Bắc Mỹ; sau đó được tìm thấy ở miền Đông châu Á và miền Tây Bắc Mỹ. Cả hai nơi cây đều phát triển ở những nơi ẩm ướt, và có thể mọc cả trên vách đá, thường gần biển; trong đất màu mỡ, bên dưới những vách đá. Nếu mọc gần những nơi con người cư trú nó sẽ tươi tốt và phát triển mạnh. Các thân cây non mọng nước và lá có thể được ăn sống như xà lách, hoặc nấu chín như rau ăn.

Angelica hoặc Kvan (*Angelica Archangelica*) Hình. 4a.

Một loại cây thô và trơn nhẵn, với bẹ lá rất lớn, dài, rỗng, thân cây màu xanh lá; phát hoa cao từ 3 đến 6 feet, trên đầu mọc thành tán nhỏ, màu xanh trắng, hoa có mùi thơm ngọt ngào.

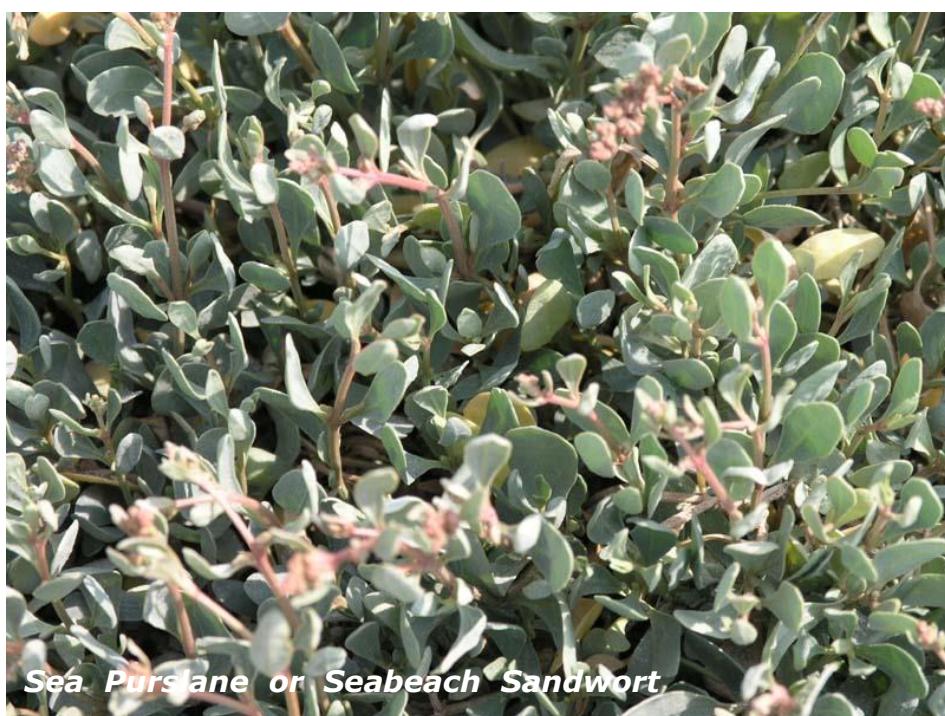
Cây mọc ở vùng núi cao phương Bắc Cựu thế giới và vùng Bắc Cực, kéo dài từ phía Tây bán đảo Scandinavia đến Greenland, nó còn được tìm thấy xa về phía Bắc như Disko Island.

Ở vùng Lapps và Greenland người ta dùng thân lá và hoa còn non lột vỏ để ăn sống. Với khẩu vị của người châu Âu thì cây kvan ăn sống thì có mùi vị khá nặng, nhưng khi nấu chín hay làm kem, nó được coi là rất ngon.



Sea Purslane or Seabeach Sandwort (*Arenaria peplodes*) Hình. 5a.

Cây thảo sống lâu năm, thuộc họ anh thảo (chickweed), mọc quanh vùng cực, phần nào nhiều đất thịt. Cây mọc phổ biến trên các bãi biển, cồn cát biển, nơi nó thường mọc thành tẩm thảm dày đặc. Người ta sử dụng thân cây non mọng nước và lá có thể ngâm như là "dưa cải muối" hay nấu như rau ăn.



Sea Purslane or Seabeach Sandwort

Dandelion (Bồ công anh) (*Taraxacum*) Hình. 5b.

Một số loài bồ công anh được tìm thấy ở vùng Bắc Cực, đặc biệt là trên gờ vách đá ẩm ướt, hoặc gần nơi cư trú của con người, chúng được trồng và chăm sóc rất tươi tốt. Người ta thường dùng lá non của tất cả các loài, đặc biệt là để thực hiện một salad tuyệt vời, và trong suốt mùa Hè, lá có thể được sử dụng làm rau ăn.

**Dandelion (Bồ công anh)****Round-leaved Saxifrage (Saxifraga punctata)** Hình. 2g.

Cây thảo thấp, sống lâu năm, trơn láng, không thân, lá từ gốc lan tỏa ra. Màu xanh đậm hình trái tim hay hình tròn. Các phát hoa mảnh mai vươn cao từ 6-10 inch, ở trên có một hoa màu trắng hoặc hơi vàng.

Các lá này và tương tự như loài cây "hồ nhí" có nguồn gốc ở miền Đông châu Á và Tây Bắc Mỹ được ăn sống với mỡ hải cẩu, hoặc là muối "dưa cải" theo cách của người Siberia phương Đông và người Eskimo phương Tây.

**Arctic Willow (cây liễu Bắc Cực)** (*Salix spp*) Hình. 5d.

Họ liễu có rất nhiều loài, ở đây chúng tôi muốn nói đến loài liễu ở vùng Đông Siberia, cây liễu *Salix kolymensis* (*Salix boganidensis*) mọc phổ biến chung quanh vùng Pitlekaj, được người Sigeria sử dụng số lượng lớn lá và chồi non làm thức ăn như rau hay muối như "dưa cải". Bogoras (1904) cho biết thêm rằng

các vỏ bên trong của rễ cây liễu trong một thời gian là một nguồn thực phẩm quan trọng của người Siberia.

Các lá của một số cây liễu Bắc Cực, bao gồm cả những cây liễu trong vùng lạnh nguyên Alaska và Tây Bắc Mackenzie đều rất ngon miệng. Weyer (1932) nói rằng người Eskimo vùng Alaska ăn lá non của cây liễu. Theo Rodahl (1944) các chồi và lá của cây liễu Bắc Cực là rất giàu vitamin C.



Scurvy Grass. *Cochlearia officinalis*. Hình. 5e, f.

cây thân thảo sống hai năm, mọc ở ven bờ biển. Cây luôn xanh trong mùa Đông, lá mọng nước, hình thận, màu xanh tươi sáng và trơn láng, cuống lá mảnh mai. Hoa bông mo kín, màu trắng. Quả giống hình cầu, chứa một vài hạt lớn.

Scurvy grass mọc phổ biến quanh vùng cực và dọc theo bãi biển Bắc Cực và các vách đá nhưng hiếm khi thấy trong vùng nội địa. Nó còn được tìm thấy trên đất ẩm, gần vách đá. Nó sẽ trở thành cao và tươi tốt nếu ở gần nơi con người cư trú.

Lá có hương vị hơi cay khi ăn sống như xà lách, nhưng khi nấu chín thì ngon và được xem là có thể trị bệnh bại huyết và như đã được đề cập trong nhiều bài tường thuật các cuộc thám hiểm Bắc Cực.



CÁC LOẠI CÂY ĂN RỄ VÀ CỦ

Một số cây cỏ trong vùng Bắc Cực có củ và rễ có thể dùng để chế biến thành thức ăn vì chúng có hàm lượng đường và tinh bột cao. Rễ củ của những loại cây này có thứ hạng cao trong giá trị thực phẩm, nhưng do kích thước nhỏ, hiếm khi có được số lượng lớn.



Fig. 6. Roots and root tubers; beverage plants. a, Liquorice-root (*Hedysarum alpinum* s. lat.); b, c, Eskimo potato (*Claytonia tuberosa*); d, Alpine bistort (*Polygonum viviparum*); e, Shrubby cinquefoil (*Potentilla fruticosa*); f, g, h, Labrador tea (f, *Ledum groenlandicum*; g, h, *L. decumbens*). X 2/5.

Liquorice-root hay Masu (cam thảo) (*Hedysarum alpinum*) Hình. 6a.

Là một loại cây mảnh mai, dài, nhưng không phải dây leo, sống lâu năm, phân nhánh, lá mọc từ thân cây, hoa mọc từ nách lá, cuống hoa dài hơi hồng, rủ xuống, hoa màu tía. Quả hạt là tuyến tính, bằng phẳng, dài 1-2 inches. Các lá có cuống ngắn, hình lông chim lẻ, với hình chữ nhật hoặc dạng hình mác ngược.

Củ rễ ngọt ngào, có hương vị hơi giống như củ cà rốt, cây trưởng thành vào tháng Tám nhưng có thể được thu hoạch cho đến khi mặt đất bị đóng băng.

Vào mùa Xuân, trước khi mới bắt đầu tăng trưởng, cây thậm chí tốt hơn so với hương vị trong mùa Thu, nhưng nhanh chóng trở thành gỗ cứng. Các loại củ rễ vào mùa Xuân và đầu mùa Hè loại thức ăn chính của gấu nâu và gấu đen cũng như một số loại chuột đồng cỏ. Trong mùa Thu người ta thu hoạch và lưu trữ các

loại củ để sử dụng cho mùa Đông. Để có được một nguồn cung cấp rau quả này, người Eskimo Alaska cướp của những con chuột "cache" băng cách xác định vị trí của chúng với con chó được huấn luyện đặc biệt cho mục đích này. Người ta cho rằng, phương pháp này cũng được người Siberia sử dụng. Một số người, trong đó bao gồm nhiều chủng tộc sống quanh vùng cực, từ lãnh nguyên Bắc Cực cho đến phía Nam đều sử dụng cây này như là một nguồn thực phẩm bổ sung.



Liquorice-root hay Masu



Eskimo Potato (khoai tây Eskimo) *Claytonia tuberosa*. Hình. 6b, c.

Có củ tròn như các loài khoai ở vùng châu Á, được tìm thấy ở miền Đông Siberia và bắc Alaska, khi luộc rất ngon miệng và bổ dưỡng. Người ta cho rằng dọc theo bờ biển phía Bắc của Chukotski Poluostrrov này là một trong những nơi mà người ta hầu hết sử dụng thức ăn thực vật. Vào năm 1926, khoai tây Eskimo đã được phổ biến tới các vùng Little Diomede Island và Tây Bắc Alaska.



Eskimo Potato

Alpine Bistort (quyên sâm) (*Polygonum viviparum*) - Hình. 6d.

Cây thấp, sống lâu năm với một gốc ngắn và dày giống như củ, và như liễu Bắc Cực, lá cây màu xanh bóng. Hoa nhỏ màu trắng hoặc màu hồng thay sặc sỡ xuất hiện ở đầu cuối cành. P. Các gốc kép, mặc dù hơi cứng nhưng rất giàu tinh bột và có một hương vị ngọt hấp dẫn.



CÁC CÂY DÙNG LÀM NƯỚC GIẢI KHÁT

Một số cây được người ta sử dụng lá và hoa tươi hay phơi khô để nấu uống như trà.

Shrubby Cinquefoil.. Potentilla fruticosa. Hình. 6e.

Cây bụi cao từ 1 đến 3 feet nhiều nhánh, hoa lớn màu vàng, và nhiều lá kép khá nhỏ mượt, mỗi lá hình thành từ 5-7 lá đơn, lá non có lông tơ. Các bụi cinquefoil mọc phổ biến trong suốt vùng cận cực, trong những vùng đầm lầy ẩm ướt cũng như ở những nơi đất đá, nhưng không tìm thấy ở những khu vực vượt quá giới hạn của vùng cực. Các lá khô có thể được sử dụng như là một nguyên liệu để nấu uống thay thế cho trà.



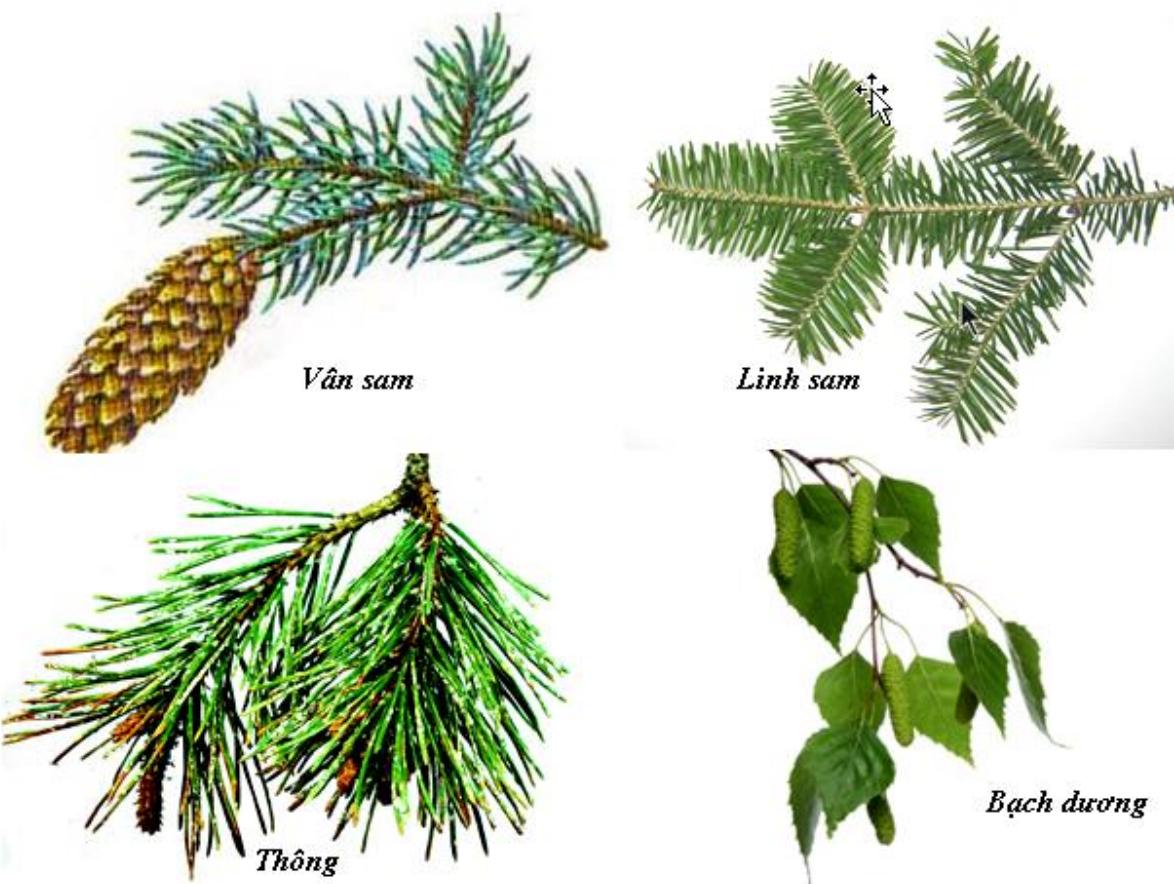
Labrador Tea (trà Labrador) (Ledum decumbens) hình. 6f, g, h.

Cây bụi thấp, thường xanh, phân nhánh, có mùi thơm nồng, lá hình xuồng bên dưới được bao bọc bởi một lớp lông tơ dày đặc màu giásắt. Hoa cụm tán phòng màu trắng, rất thơm và gây kích thích. Một hoặc một số loài tương tự có cùng họ với loài này mọc khắp Bắc Cực, trong đầm lầy hoặc trên vùng lãnh nguyên ẩm ướt. Các lá của chúng có thể được thu hoạch trong suốt cả năm và sau khi sấy khô, có thể được sử dụng như là một nguyên liệu để thay thế cho trà.



Spruce Tea (trà vân sam)

Một truyền thuyết được thực hiện bằng cách bỏ cành non và lá của cây vân sam, cây độc cân, nhũ hương linh sam, cây thông, hoặc bạch dương trong nước và đun sôi, từ lâu đã được biết đến là có giá trị như là một bài thuốc trị bệnh bại huyết (scorbut); "trà vân sam" được làm từ những lá non của cây nhựa thơm linh sam, là một thức uống khá dễ chịu khi được uống nóng với đường.



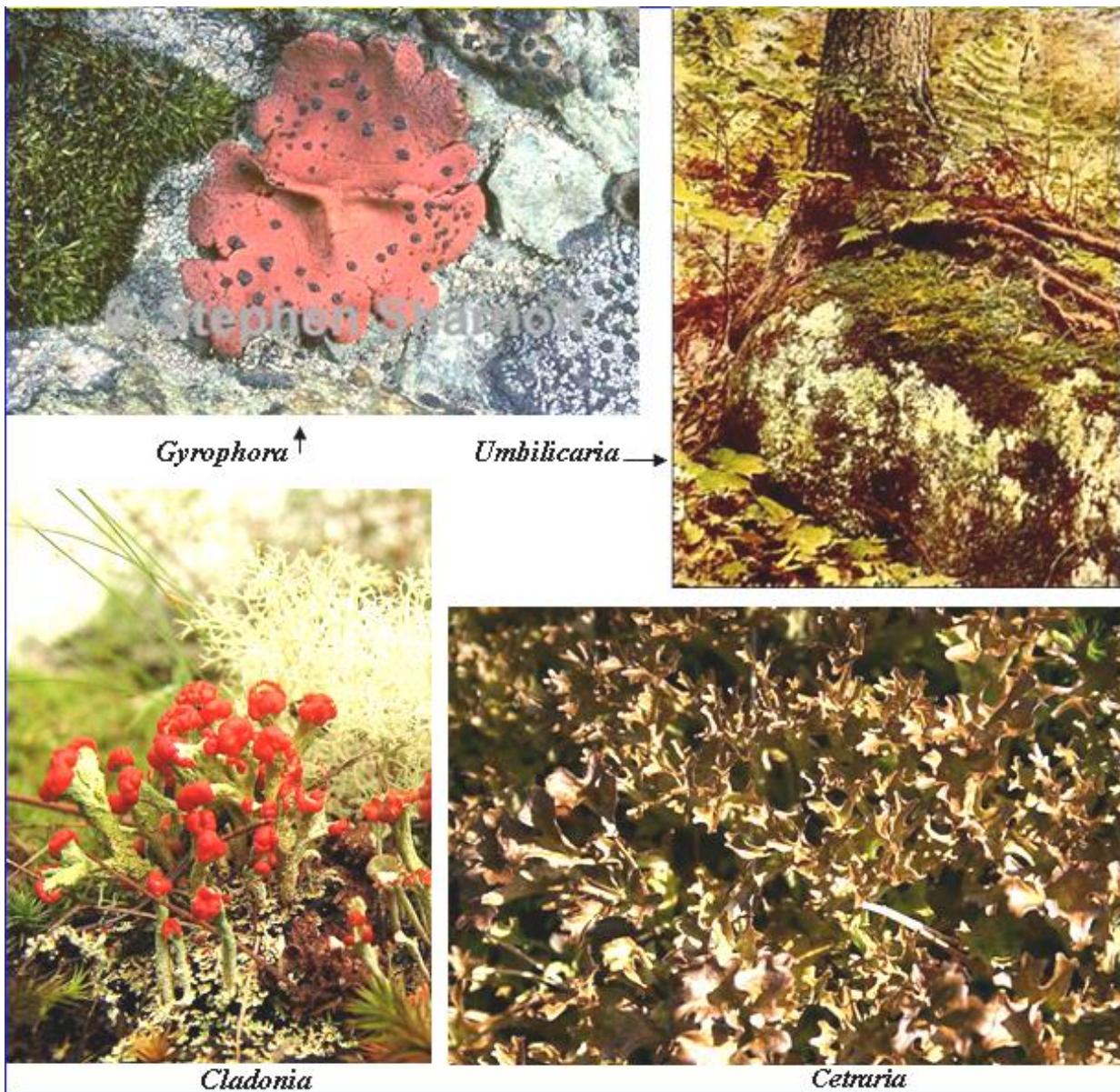
ĐỊA Y

Khi nói đến các nguồn thực phẩm ở vùng Bắc Cực, chúng ta phải nghĩ đến nguồn địa y khô màu xám, màu nâu, nâu xám hoặc nâu, thường gọi nhầm là "rêu", là thảm thực vật vô cùng phong phú, mọc tràn lan trên mặt đất hoặc bám trên các vách đá, hàng rào, thân cây, . . . Vì vậy, trong số các loài thực vật ăn được khác nhau ở Bắc Cực, loài thực phẩm có giá trị lớn nhất có lẽ nên trao cho địa y, bởi vì chúng rất dồi dào, có thể thu hoạch được 4-5 tấn đôi khi chỉ từ một mẫu Anh (acre).

Địa y là một dạng sinh vật đặc biệt được hình thành do sự chung sống giữa một loại tảo và nấm. Các sợi nấm hút nước và muối khoáng cung cấp cho tảo. Tảo nhờ có chất diệp lục, sử dụng chúng để chế tạo chất hữu cơ nuôi sống cả hai bên. Trong cuộc sống chung này tảo và nấm đều có vai trò nhất định, không bên nào lệ thuộc hoàn toàn vào bên nào. Hình thức sống đó gọi là cộng sinh.

Địa y mọc thấp gần như rêu, đa dạng về màu sắc như: xám, vàng, nâu, hoặc đen, đỏ. Ở nhiều nơi trên vùng Bắc Cực (và các nơi khác), địa y là thành phần quan trọng của thảm thực vật.

Có nhiều loại địa y khác nhau được tìm thấy ở Bắc Cực, nhưng không phải loại nào cũng ăn được, và trong những loại không có độc, thì chỉ một số ít được cho là ngon miệng với con người. Còn hầu hết các địa y có chứa một chất axit có thể gây buồn nôn hoặc nặng thì bị kích ứng nội tạng, trừ khi bỏ đi hoặc vô hiệu hóa bằng cách đun sôi trong nước đã được thêm một lượng nhỏ bicarbonate de soude (baking soda).



Thật dễ dàng để nhận ra những địa y có thể ăn được: chúng gồm địa y đá thuộc các chi Gyrophora và Umbilicaria, thường được gọi là "lòng bò đá", và một vài loài Cladonia và Cetraria, thường gọi nhầm là "rêu "hoặc" rêu tuần lộc". Như tên gọi của nó, loài này mọc trên đá, có hình dạng bất thường, phiến lá giống như chiếc đĩa, màu nâu, lục, hoặc đen. Khi khô chúng cứng và dễ vỡ, nhưng trong thời tiết ẩm, chúng trở nên mềm mại, và trong điều kiện này có thể dễ dàng tách ra từ đá. Các loại "rêu" mọc trên mặt đất, thường là giữa các cây khác đôi khi thành thảm dày đặc và gần như tinh khiết. Quan trọng nhất trong đó là loài "rêu" Iceland (*Cetraria islandica*), có chứa 80% "tinh bột địa y", bên cạnh một số protein và chất béo, và "rêu tuần lộc" (*Cladonia rangiferina*, *Cl. sylvatica*, và *Cl. alpestris*). Đây là loại địa y thấp, rậm rạp, giống như san hô. Đầu tiên là màu nâu sẫm, lá của nó giống như dây đeo, các cạnh có lông nhỏ, trong khi đó lá của rêu keindeer "có nhiều nhánh như san hô. Những địa y này thường dễ vỡ khi khô. Vì vậy tốt nhất là nên thu thập trong khi thời tiết ẩm.



Cetraria islandica

Sau khi đun sôi với baking soda, địa y nên được sấy khô, tốt nhất là sấy trong lò, cho đến khi giòn và sau đó nghiền bột, việc này có thể được thực hiện bằng cách cọ xát giữa lòng hai bàn tay, hoặc bằng cách giã, đập, hoặc tốt hơn xay tại một nhà máy xay lúa mạch. Bột địa y, nếu đưa vào ngâm trong nước qua đêm, sẽ thành thạch khi đun sôi với nước hoặc sữa. Một pound (592gr) bột rêu Iceland sẽ sản xuất bốn lít sữa tương tự như sữa ong chúa và được xem là rất bổ dưỡng và dễ tiêu hóa. Trong vùng Iceland và ở miền Bắc Scandinavia, rêu Iceland được sử dụng để làm bánh và nấu súp. Và trước đây, trong thời kỳ khan hiếm, bột chế biến từ địa y này đã được thêm vào bột mì để làm bánh mì.

Các địa y ẩm sẽ không thể làm thành bột trừ khi trộn với một lượng nhỏ bột lúa mì. Bột này có thể làm bánh bích-quy rất ngon nếu pha chế hai phần bằng nhau từ bột của địa y và bột lúa mì.

Các thành phần trong tinh bột của địa y có thể bị lên men, cho nên ở Scandinavia trước đây người ta còn dùng để sản xuất rượu.

Địa y là thành phần quan trọng nhất trong các tài nguyên vùng cực Bắc, vì ngoài việc làm thực phẩm cho con người, nó còn là thức ăn chính của các loài tuần lộc. Cho nên địa y rất quan trọng đối với dân Eskimo, dân Lapps, ở phía Bắc của Thụy Điển, Na uy và Phần Lan, vì tuần lộc là nguồn thực phẩm chính của họ. Ngoài ra Địa y còn được dùng để sản xuất nước hoa và phẩm nhuộm.

Nấm

Nhiều loại nấm ăn được khác nhau mọc trong suốt Bắc Cực, đặc biệt là gần rìa phía Nam của vùng lanh nguyên. Vào giữa mùa Hè và đầu mùa Thu, người ta có thể thu hái các loại nấm. Đặc biệt cho đến nay, chưa có loài nấm độc hại được phát hiện ở phía Bắc, ngoại trừ loài nấm Toadstool (*Amanita phalloides*) đã được tìm thấy trong các vùng cây cối rậm rạp trên lưu vực sông Mackenzie và trong vùng Yukon (xin xem phần NẤM trong chương THỰC PHẨM NOI HOANG DÃ).

Rong biển

Một số loài tảo biển ăn được, mọc và phát triển dọc theo bờ biển núi đá Bắc Cực. Một số được người Eskimo sử dụng thường xuyên, nếu chủ yếu là trong thời gian khan hiếm thực phẩm. Trong vùng Greenland, một số loài, bao gồm cả *Rhodymenia palmata* và *Laminaria spp.* Được ăn sống, luộc trong nước sôi hoặc trộn dầu dấm. Người ta ước tính rằng, 50% lượng vitamin C của người Eskimo vùng Đông Greenland có nguồn gốc từ tảo biển (xin xem phần RONG TẢO).



Rhodymenia palmata



Laminaria spp

THỰC VẬT Ở NAM CỰC

Tuy Nam Cực là một lục địa, nhưng rất ít loài thực vật có thể chịu đựng được cái lạnh khắc nghiệt của Nam Cực. Trong điều kiện lạnh giá và khô cằn, chỉ những loài có khả năng chịu đựng mới có thể tồn tại. Một số cổ gắng tồn tại bằng cách biến thành màu nhạt hơn và sống dưới những tảng đá, nơi có ánh sáng mờ mờ. Những loài thực vật nhỏ này sống ngay dưới bề mặt của đá, nơi chúng được bảo vệ khỏi bị khô, nhiệt độ cực lạnh và quá nhiều ánh sáng.

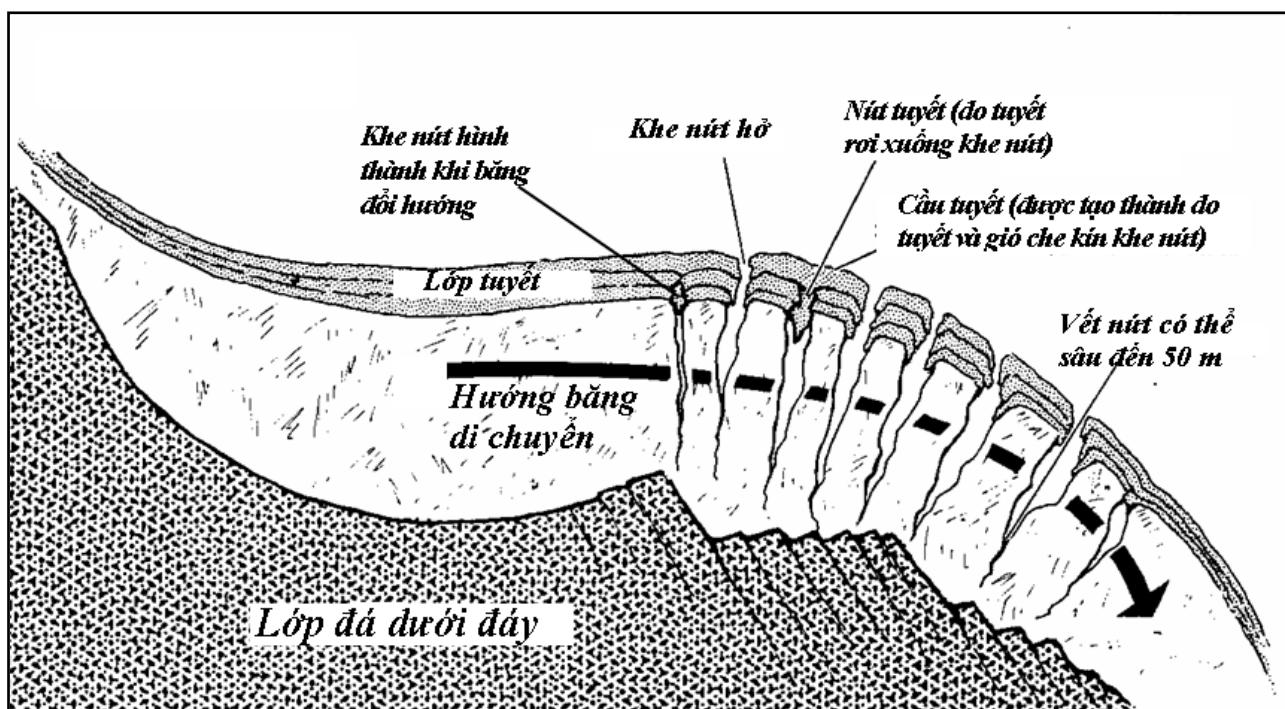
Trong thung lũng khô, một số thực vật chuyển qua trạng thái "ngủ khô", chúng không hoạt động trong hầu hết thời gian, nhưng bắt đầu phát triển trong khoảng thời gian ngắn khi có các dòng nước chảy. Ở bán đảo Nam Cực, nơi có khí hậu biển nhiều hơn là lục địa, ở đây nhận được cả mưa và tuyết. Cuộc sống thực vật phổ biến hơn một chút. Người ta ghi nhận được khoảng 150 loài địa y, 30 loài rêu, một số loại nấm và một loài địa tiên.

NHỮNG MỐI NGUY HIỂM TRÊN VÙNG BĂNG TUYẾT

Những nguy hiểm khi đi lại, sinh hoạt trên băng tuyết thì rất nhiều, chủ yếu như: khe nứt, thác băng, băng vỡ, tuyết lở, . . . chúng ta cần phải biết cách dự đoán để phòng tránh cũng như khi cần thì biết cách đối phó hay thoát thân.

Khe nứt

Khi sông băng chảy trên một địa hình bất thường (bờ dốc, vực sâu...), khe nứt có thể xuất hiện ở phần cuối dốc của sông băng. Những khe nứt này bị tuyết phủ (có khi là một lớp rất mỏng) làm cho sự đi lại trên băng rất nguy hiểm, (vì có những khe nứt có thể sâu đến 50m). Vào mùa Đông, do tuyết phủ và tần suất hạn chế, nên rất khó nhận ra chúng. Vào cuối mùa Hè, những khe nứt ở vào thời kỳ rộng nhất nhưng được che phủ bởi một mảng băng mỏng (như một cái cầu). Do đó, nguy hiểm càng tăng lên nhiều lần.



Thác băng

Nếu sông băng trôi qua một vực thẳm cao hay một dốc đứng, thì băng sẽ gãy và tạo thành một thác băng. Những thác băng này là một trong những trở ngại chính cho việc di chuyển an toàn trên băng. Những vụ tuyet lở cũng thường xảy ra trong các khu vực tiếp giáp với thác băng. Thời điểm tương đối an toàn nhất để vượt qua những thác băng là vào buổi sáng sớm, trước khi mặt trời mọc.

RƠI XUỐNG HỒ BĂNG

Khi các bạn di chuyển trên một lớp băng mỏng hoặc bên dưới có một dòng chảy làm băng mỏng dần, thì có thể gây ra vết nứt vỡ băng, làm cho bạn rơi xuống nước.

Chỉ sau khi rơi xuống nước một vài phút, hiện tượng giảm nhiệt cơ thể sẽ xảy ra. Đây là một điều vô cùng nguy hiểm, cho nên các bạn phải cố gắng thoát ra khỏi nơi đó thật nhanh.

Khi bị rơi xuống băng, trước tiên, các bạn phải xác định được hướng có băng cứng (dùng cùi chỏ hay nắm tay đập mạnh xuống băng) khi phát hiện ra được lớp băng có thể chịu đựng được sức nặng của các bạn thì để hai tay trên mặt băng, cố gắng trườn lên mặt băng. Khi đã ở trên mặt băng thì khoan vội đứng dậy mà hãy trườn, bò, lăn, ... để trọng lượng cơ thể của các bạn phân bổ rộng trên mặt băng và không sụp xuống băng một lần nữa. Khi thấy đã đến vùng băng rắn chắc đủ để chịu đựng được sức nặng của cơ thể thì mới đứng lên và di chuyển nhanh vào bờ. Cố gắng làm cho cơ thể nóng lên và khô ráo càng nhanh càng tốt.

Muốn làm quần áo khô, các bạn hãy lăn tròn trên tuyet. Sức nặng của chính cơ thể các bạn sẽ ép nước ra khỏi quần áo và tuyet sẽ hấp thu lượng nước đó. Tuy nhiên số nước còn lại sẽ đóng băng thành một lớp vỏ bọc cứng quanh thân làm tăng trọng lượng và gây khó chịu cho các bạn. Quần áo của các bạn sẽ mất đi khả năng cách nhiệt. Nên thay quần áo và sưởi ấm càng nhanh càng tốt. Nếu không, các bạn sẽ gặp nguy hiểm vì cơ thể bị giảm nhiệt trầm trọng.

Cứu người rơi xuống hồ băng

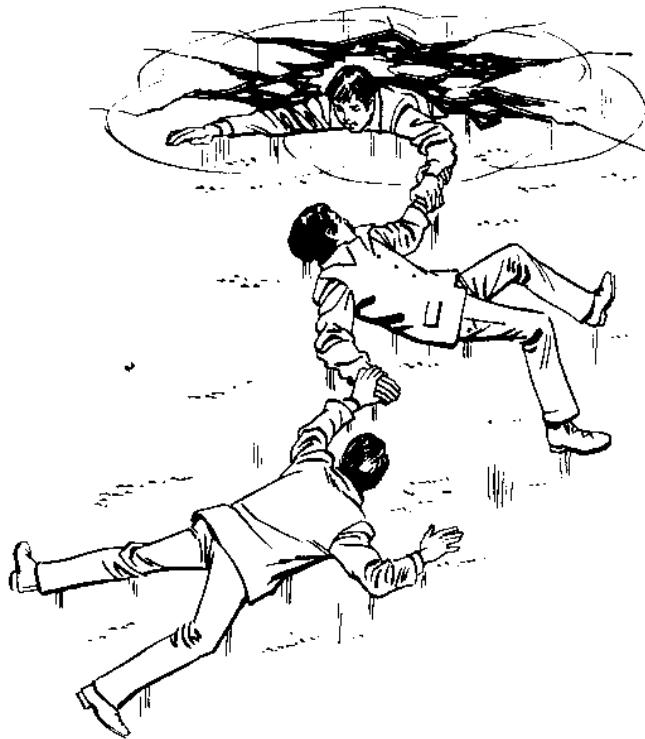
Khi trong nhóm có một người rơi xuống hồ băng, đừng vội chạy lại để kéo lên, vì sóng chấn động đã làm rạn nứt lớp băng quanh đó, rất dễ làm cho người đến cứu cũng lọt vào hồ băng. Các bạn nên:

- Nắm dài xuống thành một hàng, cầm tay chân nhau cho thật chặt, người đầu hàng vung cho nạn nhân một vật để họ cầm nắm như: áo quần, chăn mền, dây, sào... rồi từ từ kéo họ lên.



- Nếu thấy băng khá rắn chắc hay gần bờ, thì người thứ nhất cố gắng trườn lên để tiếp cận nạn nhân, người thứ hai nắm cổ tay người thứ nhất... Khi áp sát nạn nhân thì nắm tay họ để kéo lên.
- Các bạn cũng có thể đẩy về phía nạn nhân một cành cây hay một sào dài.
- Nếu có một cái thang nhẹ thì thật lý tưởng, khi nạn nhân đã bám được vào thang thì bảo họ nằm lên để các bạn kéo vào.

- Nếu các bạn có dây và nạn nhân còn tỉnh táo, thì các bạn làm nhanh một nút ghẽ đơn ở đầu dây để ném cho họ. Nếu nạn nhân đã hôn mê, người cấp cứu cần nhanh chóng buộc một đầu dây vào người mình, đầu dây kia nhờ người khác cầm hay cột vào một điểm chịu chắc chắn, rồi bò tới kéo nạn nhân ra khỏi hố băng, đưa đến nơi an toàn.



TÉ NGÃ XUỐNG DỐC

Việc té ngã bất ngờ khi di chuyển trên băng hay trên sườn dốc có phủ tuyết là chuyện thường xảy ra.

- Nếu đi một nhóm có buộc chung một sợi dây thì người rơi té có thể được những thành viên trong nhóm trì kéo để giữ lại.

- Nếu di chuyển mà không có dây buộc, khi bị té ngã hãy sử dụng rìu như một cái phanh. Nếu các bạn đang mang giày có đinh, các bạn nên dang chân ra và co đầu gối lại để cho những cái đinh bám vào tuyết.

TUYẾT LỞ

Tuyết lở hay tuyết chuỗi là hiện tượng khi một lượng tuyết lớn, thường trộn với nước và không khí, đột ngột tuôn xuống triền núi. Tuyết lở có khi đẩy thêm cả đá tảng.

Tuyết lở không là tai nạn mà là một thảm họa. Trong thời Thế Chiến II, một trận tuyết lở đã chôn vùi 40.000 quân nhân ở vùng Tyrol, trong trận chiến giữa Áo và Ý. Và còn biết bao nhiêu đoàn thám hiểm, biết bao nhiêu đoàn lữ hành, ... bị chôn vùi dưới những trận tuyết lở. Cho nên, việc dự đoán chính xác một trận tuyết lở là rất cần thiết.

DỰ ĐOÁN MỘT TRẬN TUYẾT LỞ

Để dự đoán một trận tuyết lở, chúng ta không nên chỉ dựa vào một yếu tố đơn giản mà phải kết hợp bởi nhiều yếu tố. Một người có kinh nghiệm, có thể nhận ra tình trạng nguy hiểm trong từng trường hợp, do đó họ có thể tránh xa khỏi vùng có tuyết lở.

Mọi trận tuyết lở đều có một nguyên nhân "kích hoạt". Thường thì có 4 nguyên nhân chính sau:

1. Sự quá tải.
2. Vết cắt, vết nứt.
3. Nhiệt độ.
4. Sự chấn động.

Sự quá tải: Đây có lẽ là nguyên nhân chính trong những trận tuyết lở. Những đống tuyết mới được hình thành dần dần và có kết cấu chặt chẽ, cho đến khi tự nó bị phá vỡ bởi sức nặng của chính nó và bắt đầu trượt đi.

Vết nứt: Điều này xảy ra do nhiều nguyên nhân khác nhau

- Bị cắt bởi những đế giày trượt tuyết.
- Bị cây cối, vách đá... cắt ngang làm mất sự kết dính.
- Sự chuyển dịch của lớp tuyết bên dưới.

Nhiệt độ: Nhiệt độ gia tăng làm yếu đi sự kết dính của tuyết, làm tăng thêm độ giòn cũng như sức căng của một mảng băng.

Chấn động: Yếu tố này có liên quan đến sự nứt rạn, nhưng có tính chất khác biệt, không giống như những tác động tương tự. Vì ở đây, tuyết có thể nứt một vết dài và lở là có thể do tiếng sấm, tiếng la lớn có âm thanh cao, động đất hoặc những chấn động xuyên qua mặt đất, các vụ nổ hoặc sóng phản hồi từ các vụ nổ, sự di chuyển của các xe cơ giới hạng nặng,...

PHẢN ỨNG KHI BỊ TUYẾT LỞ

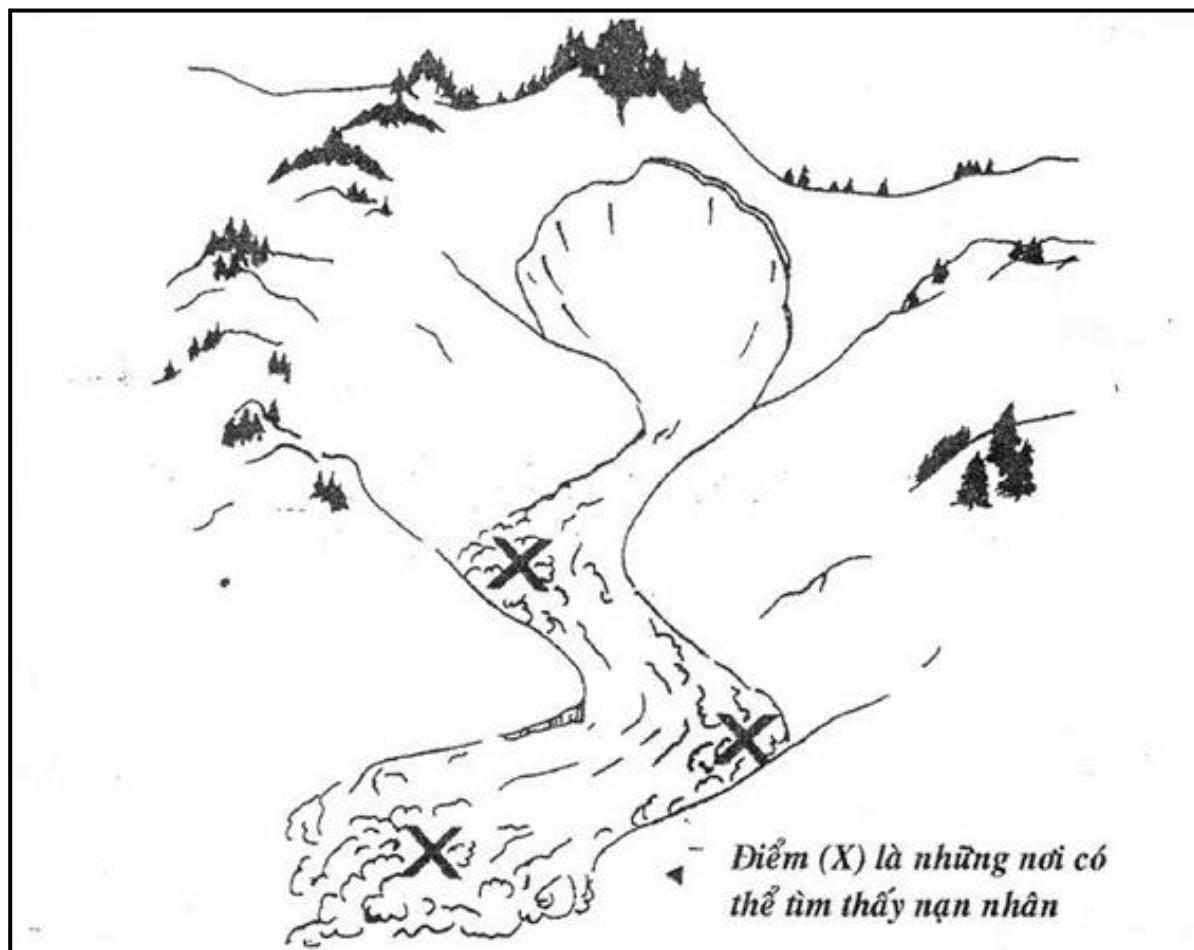
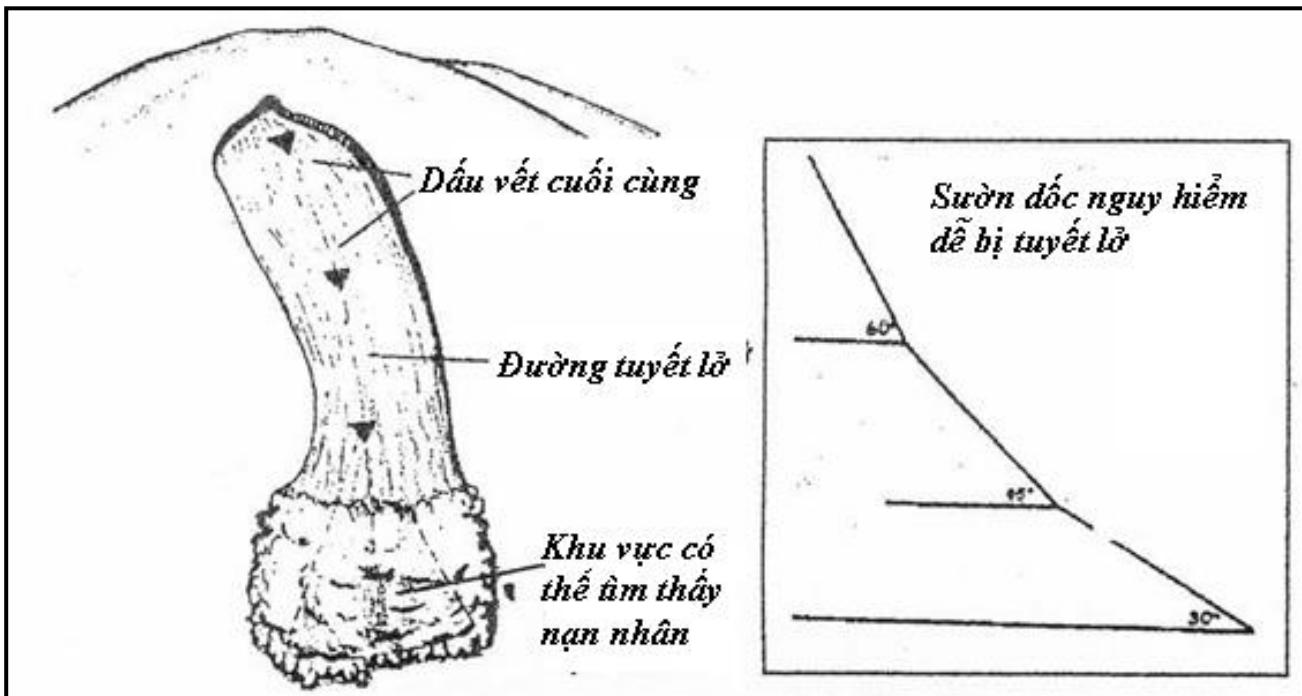
- Vất bỏ tất cả vật nặng trên người như ba lô, giày trượt,...
- Rời xa tuyến đường tuyết lở bằng cách chạy dạt ngang sang hai bên hay chạy lên cao (không nên chạy xuống núi, vì tuyết lở có thể đạt tốc độ 50km/giờ, các bạn không thể nào thoát được).
- Nếu không chạy kịp thì cố gắng bám chặt bất cứ vật gì kiên cố ở dốc núi như: gốc cây lớn, mỏm đá...
- Nếu thấy bị cuốn theo dòng tuyết, lập tức vùi đầu vào trong cổ áo để tránh băng tuyết lọt vào đường hô hấp gây ngạt thở. Hai tay ôm lấy đầu để tạo thành một khoảng không gian hô hấp lớn nhất.
- Nếu bị tuyết dồn xuống vách núi, cần cố gắng ngoi lên trên bề mặt của lớp tuyết. Sử dụng động tác như bơi để ngoi lên, hai tay đỡ đá và cản tuyết trượt xuống.
- Khi thấy tốc độ của tuyết lở giảm xuống, thì cần nhanh chóng cố gắng tìm cách phá tuyết mà ra, nếu không, khi tuyết vụn trượt xuống và dừng lại sẽ nhanh chóng bị đông cứng.
- Để cho nước bọt trong miệng từ từ chảy ra coi xem vị trí cơ thể của chúng ta có lộn ngược hay nghiêng lệch gì không. Nếu nước bọt chảy ngược vào miệng thì chứng tỏ cơ thể chúng ta đang đảo ngược. Cố gắng xác định vị trí chính xác của cơ thể để phá tuyết mà ra.
- Nếu không chui ra khỏi đống tuyết được thì không nên cử động nhiều để tiết kiệm năng lượng của cơ thể. Tranh thủ ép tuyết ra chung quanh để tạo một không gian hô hấp trong khi chờ cứu viện.

CỨU THOÁT NẠN NHÂN BỊ TUYẾT LỞ

Khi một người bị tuyết lở chôn vùi, chúng ta phải tổ chức việc cấp cứu càng nhanh thì hy vọng sống sót của họ càng lớn. Nhiều trường hợp được ghi nhận là nạn nhân có thể sống sót sau 72 giờ bị chôn vùi trong tuyết. Tuy nhiên, thông thường thì nạn nhân chết ngay lập tức vì va chạm, hoặc chết trong thời gian ngắn vì giảm nhiệt, vì choáng, vì nghẹt thở,... trung bình chỉ tồn tại trong một giờ đồng hồ.

Nếu có một dấu vết gì của nạn nhân trong khu vực, hãy lập tức bắt đầu tìm kiếm thăm dò ở quanh đó. Nếu không thấy, chúng ta thăm dò ở những vị trí có

khả năng nạn nhân bị cản lại như cây cối, tảng đá hoặc phía dưới những chỗ đó. Những mép của đường trượt hay những điểm đặc biệt cũng được xem xét kỹ. Xác nạn nhân cũng có thể văng lên trên bề mặt hay bên cạnh của đường trượt. Những nạn nhân được cứu sống trong những vụ tuyêt lở, phải được di chuyển bằng phương diện nhanh nhất, dưới sự chăm sóc đặc biệt của nhân viên y tế.



BẢO VỆ SỨC KHỎE Ở VÙNG LANH

Trong khi sinh hoạt trong vùng Bắc Cực lạnh giá, ngoài những bệnh thông thường mà bạn có thể mắc phải, các bạn còn cần phải đề phòng những bệnh đặc biệt thường gặp ở vùng cực như:

TÊ CÓNG

Tê cổng, hoặc đóng băng một chỗ nào đó trên cơ thể là một mối nguy hiểm cho những ai tiếp xúc với nhiệt độ dưới 0^o của một mùa Đông Bắc Cực. Nói đúng ra, tê cổng không thể ngăn chặn được, nhưng nguy cơ có thể được giảm thiểu nếu biết cách. Nếu thờ ơ với một điểm tê cổng là có thể dẫn đến hoại tử. Chỗ tê cổng không làm cho các bạn đau nhức mà hoàn toàn ngược lại, nó mất cảm giác. Tê cổng có thể xảy ra mà không có một biểu hiệu nào để cảnh báo cho nạn nhân biết. Vì vậy, bạn cần phải kiểm tra mặt, tay và bàn chân của mình thường xuyên. Nếu thấy có triệu chứng như da chỗ đó bị cứng và chuyển thành màu xám hay màu trắng, bị mất cảm giác . . . là bạn đang bị tê cổng.

Nếu bạn đang bị tê cổng, **không nên áp tuyết hay nước đá** vào chỗ cổng theo phương pháp cũ mà người ta thường làm trước đây. Đó là điều không thực tế. Thay vào đó, phải làm cho phần bị ảnh hưởng ấm dần lên. Không chà xát hay mát-xa tại chỗ đó, vì việc này có thể gây ra nhiều tác hại. nếu khuôn mặt của bạn bị tê cổng, hãy áp bàn tay ấm áp của bạn vào. Nếu cổ tay bị đông lạnh, hãy làm ấm nó bằng cách nắm nó với bàn tay kia. Nếu bàn tay và các ngón tay bị cổng, hãy làm ấm bằng cách luôn chung vào ngực hoặc dưới nách của bạn, bên trong các lớp áo.

Chân bị tê cổng là đặc biệt nghiêm trọng. Hãy cố gắng giữ cho đôi chân của bạn không bị đóng băng, nhưng nếu đã bị, thì phải chăm sóc ngay lập tức. Thay đổi giày khác ấm hơn nếu bạn có thể, hoặc bọc chúng trong vải hay lông thú cho đến khi chúng ấm dần lên, nhưng không đặt chúng gần lò sưởi hoặc ngọn lửa, mà nên làm ấm lên từ từ.

Bạn sẽ có một cảm giác nóng rát sau khi phần tê cổng ấm lên. Việc tan băng thực tế có thể rất đau đớn. Sau khi chỗ bị tê cổng ấm lại, có thể chỗ đó bị phồng rộp và lột da giống như khi bị cháy nắng.

BỊ PHỎNG BỞI TIA NẮNG

Tia nắng phản chiếu từ băng tuyết, có thể đủ sức làm phỏng da các bạn, gây khó chịu. Sự phỏng này vẫn có thể xảy ra ngay cả trong những ngày bầu trời đầy mây. Vì vậy, các bạn cần che kín cơ thể, những phần lộ ra thì phải bôi kem chống nắng. Nếu không, vết phỏng sẽ dẫn đến sốt và phải cẩn vài ngày để hồi phục.

MÙ TUYẾT

Khi ánh nắng mặt trời chiếu trên một vùng tuyết trắng rộng lớn, sẽ tạo nên ánh sáng phản chiếu đến nhức mắt. Điều này thường xảy ra sau một trận tuyết rơi hoặc ngay cả khi mặt trời bị khuất sau màng sương hay hơi nước mỏng. Tránh nó như tránh bệnh dịch hạch cho đến khi bạn có thiết bị che chở và bảo vệ mắt của mình.

Đeo kính râm (kinh mát), hoặc kính khe hẹp (như đã đề cập ở trước) mà bạn tự tạo bằng vỏ cây, vải, da, dây đai, . . . để che bớt ánh sáng vào mọi lúc trong ban ngày. Đừng để bị lừa bởi một ngày u ám. Trong một ngày trời nắng, bạn chỉ cần nâng kính lên 5-6 lần là bạn có thể bị mù tuyết.

Triệu chứng của mù tuyết là các bạn cảm giác như bụi vào mắt, nhức mắt, chảy nước mắt, nhức đầu và không thể phân biệt chỗ cao thấp của mặt đất. Sau

đó, mắt của bạn sẽ bắt đầu боли, viêm và ngay càng nhạy cảm và đau đớn khi tiếp xúc với ánh sáng, thậm chí là với một ánh sáng yếu.

Loại thuốc tốt nhất cho bệnh mù tuyêt là bóng tối hoàn toàn. Trong suốt thời gian ánh sáng ban ngày, bạn phải băng mắt lại, không để cho ánh sáng lọt vào. Một cục nước đá hoặc nước lạnh sẽ mang lại sự giảm đau như không để có nguy cơ đóng băng.

Trong hầu hết các trường hợp, mù tuyêt sẽ biến mất trong hai hoặc ba ngày được chăm sóc. Khi lần đầu tiên sử dụng lại mắt, bạn có thể nhìn thấy tất cả mọi thứ thành hai, nhưng thường sau đó sẽ trở lại như cũ.

NHIỄM ĐỘC CARBON MONOXIDE (KHÓI)

Trong số các nguy hiểm ở Bắc Cực, bị nghẹt thở bởi khí carbon monoxide là một trong những nguy cơ lớn nhất. Nhất là đối với những người chưa bao giờ phải chịu khí hậu cực lạnh trong thời gian dài, những mong muốn được ấm áp, cho nên thường đốt lửa để sưởi trong chỗ trú ẩn.

Nếu có thể, bạn nên phụ thuộc vào quần áo của bạn để giữ cho bạn ấm áp hơn là phụ thuộc vào lửa. Ở nơi trú ẩn tạm thời, bếp lửa và máy sưởi chỉ nên sử dụng để nấu ăn và sau đó đưa ra ngoài. Nếu bạn đốt một bếp lửa trong nửa giờ tại một nơi trú ẩn kém thông thoáng có thể sản xuất một lượng khói carbon monoxide. Carbon monoxide có thể giết chết một người ngủ mà không cần cảnh báo.

Việc điều trị là thay đổi không khí. Nếu bạn đang ở trong một nơi trú ẩn và bắt đầu cảm thấy buồn ngủ, hãy coi chừng độc khí carbon monoxide. Nên đi ra ngoài ngay, di chuyển chậm; bỏ băng tay nếu cần thiết. Hít thở đều và không di chuyển. Che chở cơ thể với áo và chăn để ngăn ngừa tê cứng. Trên tất cả, hãy loại bỏ ngay nguồn thải ra khí carbon monoxide.

TỔNG QUÁT

Khi tai nạn xảy ra trong vùng lạnh, có thể dẫn đến một cú sốc, đặc biệt là nếu có đau đớn hay chảy máu. Một người bị thương nên được bảo vệ ngay lập tức với chăn, bạt, vải thừa hoặc túi ngủ. Giữ đầu và phần trên của cơ thể thấp hơn so với các chân và các bộ phận ở dưới. Giữ ấm, không cho uống rượu và chườm nóng nếu có thể ở vùng bụng, ngực và đùi.

Nếu cần thiết phải sử dụng ga-rô để cầm máu, nhưng không để căng trong một thời gian dài. Chườm lạnh có thể có kết quả. Nếu băng bó quá chặt cũng nguy hiểm vì có thể làm giảm lưu thông máu.

CÔN TRÙNG GÂY HẠI VÙNG BẮC CỰC

Muỗi: Từ giữa tháng Sáu đến khoảng giữa tháng Chín, khi đợt sương giá đầu tiên đến, điều tồi tệ nhất của Bắc Cực là muỗi xuất hiện. Vào thời gian này, muỗi nhiều vô số, gấp mười lần trong cùng một diện tích ở vùng nhiệt đới. May mắn thay, muỗi Bắc Cực không mang mầm bệnh, nhưng khó chịu. Cho nên trong mùa này, lưới trùm đầu chống muỗi, xà cạp, và găng tay sẽ là những vật quan trọng trong trang phục của bạn.

Muỗi cát (Sandfly): Được tìm thấy với số lượng lớn trên đất liền, gây khó chịu vào đầu buổi chiều, giảm hoạt động vào buổi tối lạnh. Một số loài được biết đến như pinkies, midges, and "no-see-ums," chúng là những loài hút máu họ và đủ nhỏ để chui qua các lưới mùng bình thường hoặc mạng lưới trùm đầu.

Ruồi trâu: Đôi khi còn được gọi mooseflies (ruồi hươu), deerflies (ruồi nai), như vết cắt của dao mổ, sẽ chảy nhỏ giọt. Ruồi trâu gây khó chịu vào những ngày nóng. Để bảo vệ, bạn cần một lưới trùm đầu, xà cạp, và găng tay.

Ruồi đen (Blackfly): Là loài gây hại tồi tệ trong một số khu vực Bắc Cực, đặc biệt là ở các khu rừng trong những tháng mùa Hè. Vết cắn của nó gây sưng nghiêm trọng. Bảo vệ chống lại chúng cũng giống như muỗi và ruồi trâu.



Muỗi cát



Ruồi trâu



Ruồi đen

TÓM TẮT VIỆC SINH TỒN TRONG VÙNG BĂNG GIÁ

Phần lớn những người gặp nạn ở vùng băng tuyết hay giá lạnh thường do sự giảm nhiệt của cơ thể làm thương tổn cục bộ dẫn đến sự tê cứng, làm cho mọi hoạt động để sinh tồn gặp nhiều khó khăn, sau cùng là gây tử vong. Vậy: điều quan trọng và bức thiết nhất để sinh tồn trong vùng băng tuyết hoặc lạnh giá là phải giữ ấm cơ thể.

- Đốt lửa để sưởi ấm là biện pháp quan trọng nhất trong vùng băng giá, vì vậy phải biết cách gìn giữ và bảo quản lửa (Xin xem phần LỬA)
- Quần áo chống lạnh nên rộng thoáng. Khi đã mặc quần áo chống lạnh rồi, thì không nên hoạt động mạnh, vì nếu ra mồ hôi nhiều mà không thoát được khiến cho bên trong quá ẩm, làm giảm khả năng chống lạnh. Nếu cần làm việc nặng thì cởi quần áo dày ra.

- Quần áo, găng tay, tất, giày, mũ,... giữ được khô ráo cũng là một điều tối quan trọng.

- Tạo một chỗ trú ẩn an toàn và tiện nghi (Xin xem phần CHỖ TRÚ ẨN)
- Nếu không có túi ngủ thì cho dù chỗ trú ẩn có nhóm lửa cũng không nên ngủ nằm để tránh bị tê cứng.

- Khi cần hong khô y phục bên lửa thì phải cởi ra, không nên vừa mặc vừa hong khô, vì sẽ làm cho chúng bị ẩm ướt do đổ mồ hôi.

- Không nên mặc nhiều quần áo khi ngủ bằng túi ngủ, vì sẽ đổ mồ hôi nhiều làm túi ngủ ẩm ướt, vừa khó ngủ vừa dễ bị bệnh khi ra khỏi túi.

- Túi ngủ không nên để trực tiếp trên mặt tuyết mà nên lót một lớp cành lá cây hay nệm khí.

- Sau mỗi lần sử dụng, nên làm thoát khí ẩm ở trong túi ra, để khi trời giá lạnh sẽ không bị ngưng tụ thành hơi nước.

- Nếu có nhiều người ở chung mà không có túi ngủ, thì mỗi người nên thay phiên nhau chớp mắt ngủ, người thức tỉnh phải duy trì và bảo quản ngọn lửa, đồng thời thỉnh thoảng nên gọi tỉnh người khác để tránh mê thiếp đi do quá lạnh.

- Nếu thấy có triệu chứng da bị lạnh, rùng mình, bước đi không vững, phát âm khó khăn... lập tức tìm ngay một nơi ấm áp để trú ẩn. Đốt lửa để sưởi ấm, uống nước nóng, ăn những thức ăn ngọt có năng lượng cao (như kẹo, bánh, sô-cô-la...) ủ ấm, mặc thêm quần áo.

- Nếu thấy xuất hiện ở mặt và tay những đốm màu trắng, cho thấy có khả năng bị tổn thương do lạnh. Hãy chà xát hay hơ nóng những chỗ đó.

- Không nên dùng tuyết để chà xát vùng bị tổn thương, vì như thế sẽ làm tăng nhanh sự tản nhiệt, lan rộng phạm vi tổn thương. Nếu được thì nên ngâm trong nước ấm khoảng 43°C. Những bạn đồng hành có thể giúp nạn nhân băng cách ủ những nơi thương tổn dưới nách hay ngực của mình.

- Trong môi trường băng giá, không nên uống rượu hay xoa bóp cơ thể để chống lạnh, vì như thế sẽ làm dãn nở những mao mạch gần da, tăng huyết dịch, bị tản nhiệt nhanh, nhiệt độ cơ thể sẽ hạ xuống gây nên té cổng.

- Nếu thấy có người bạn đồng hành nào có những triệu chứng bất thường như: nói lắp nhảm, mắt lạc thần, hành động kỳ lạ... lập tức tiến hành cấp cứu ngay. Chủ yếu là sưởi ấm cơ thể, ủ ấm, cho uống nước nóng, ăn thức ăn có năng lượng cao, vận động cơ thể. Nếu để trễ thì vô cùng nguy hiểm.

- Nếu có điều kiện, các bạn nên ăn vặt thường xuyên, nhất là những món ăn có năng lượng cao. Thiếu thốn thực phẩm ở vùng băng giá thì nguy hiểm gấp nhiều lần thiếu thốn thực phẩm ở rừng núi hay sa mạc. Vì đó sẽ dẫn đến tình trạng té cổng.

