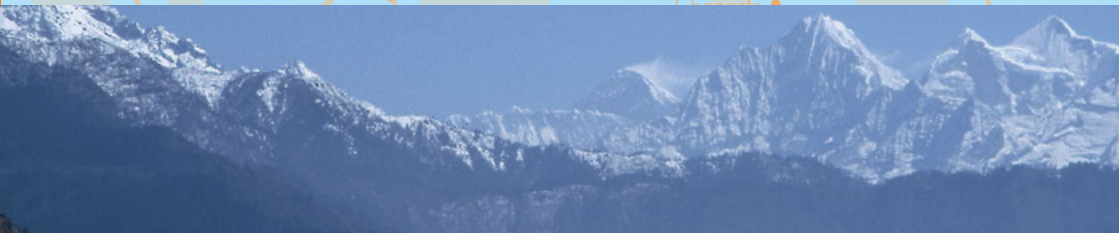




HOOG SPEL

KATJA STAARTJES

DE EERSTE NEDERLANDSE VROUW OP DE TOP VAN MOUNT EVEREST



Eerste druk december 1999 t/m zesde druk 2006:
Copyright © Katja Staartjes / Uitgeverij Podium

Zevende druk, november 2023:
Copyright © Katja Staartjes / Katja Staartjes Inspiratie
Copyright © foto's in katern: Katja Staartjes

Omslagontwerp: Studio Jan de Boer / Justus Bottenheft
Opmaak binnenwerk: Justus Bottenheft
Foto auteur voorzijde: Alex Koeleman
Foto's omslag voorzijde: Katja Staartjes
Illustraties pagina's 6 en 7: Ron Peperkamp
Illustratie pagina 8: Tirion uitgevers

ISBN 978-90-832774-3-1
ISBN ebook 978-90-832774-4-8
NUR 483, 508

www.katjastaartjes.nl



Inhoud

Overleven op hoog niveau 9

Stormachtige voorbereiding 24

De aanloop 40

Basiskamp 64

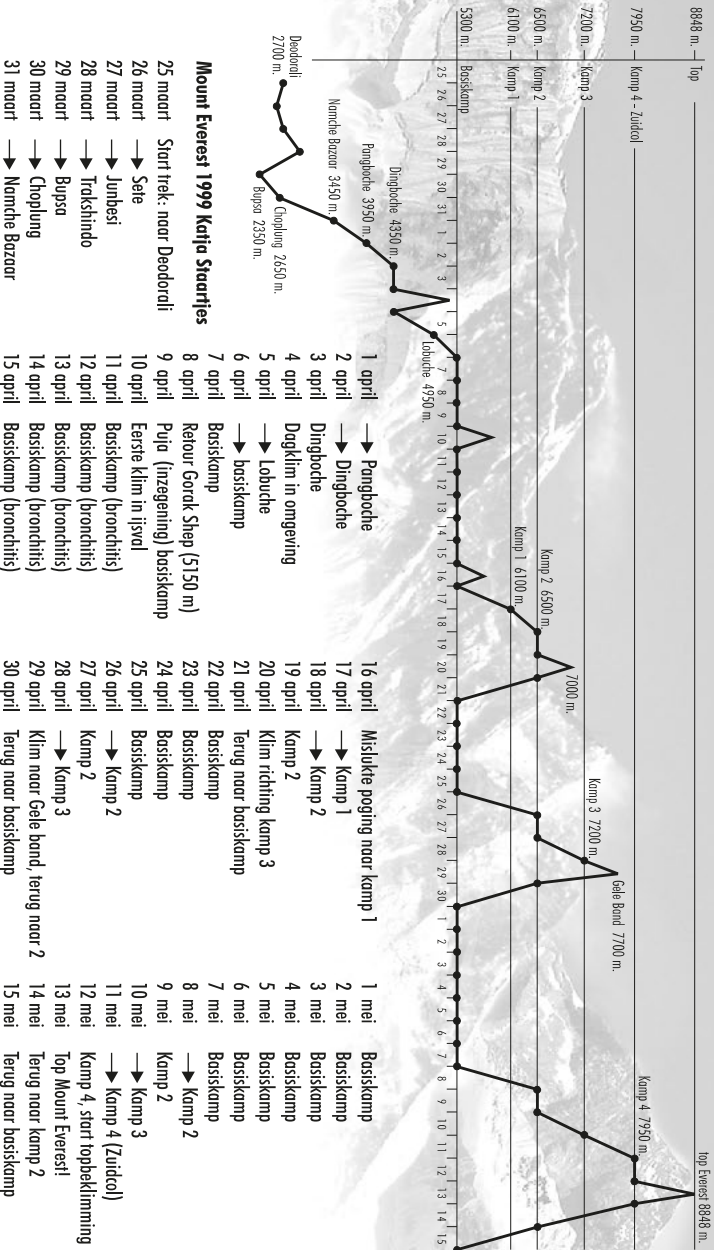
Up(s) en down(s) 92

Zwartomlijnde euforie 143

Epiloog 167

Teamleden OTT-expeditie Mount Everest 1999 170

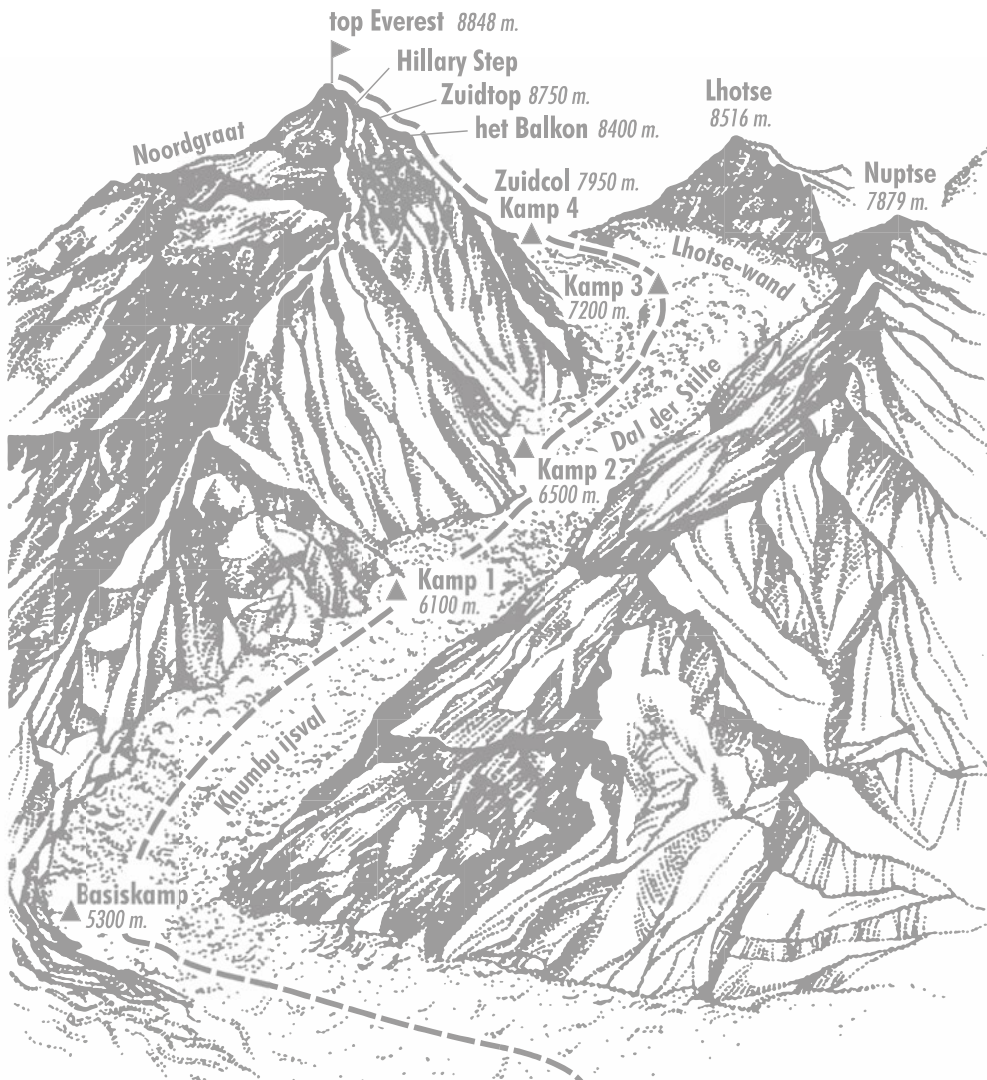
Verklarende woordenlijst 172



Mount Everest 1999 Karta Stuurtes

- 25 maart Start trek: naar Deodorli
- 26 maart → Sate
- 27 maart → Junbesi
- 28 maart → Trakshindo
- 29 maart → Bupsa
- 30 maart → Choijung
- 31 maart → Namche Bazar





top Everest 8848 m.

Hillary Step

Zuidtop 8750 m.

het Balkon 8400 m.

Lhotse
8516 m.

Noordgraat

Zuidcol 7950 m.
Kamp 4

Nuptse
7879 m.

Kamp 3
7200 m.

Lhotse-wand

Dal der Stille

Kamp 2
6500 m.

Kamp 1
6100 m.

Khumbu ijsval

Basiskamp
5300 m.

Overleven op hoog niveau

11 MEI 1999. Ik begin er steeds meer aan te twijfelen. Of ik het ga halen. Of ik een toppoging zal kunnen wagen. Het is nu vijf uur in de middag. Tegen half twee zijn we aangekomen in kamp 4 op 7950 meter. Hier begint vanavond onze klim naar de top. Het kamp is gelegen op de beroemde Zuidcol, een pas tussen Mount Everest en zijn buur Lhotse. De col vormt de grens tussen Nepal en Tibet. Onophoudelijk giert de wind. Hier tref je ondanks de hoogte zelden sneeuw aan, want wat er valt, wordt meestal spoedig weer meegenomen de lucht in. Het is een onheilspellende plek op aarde. Losse stenen, enkele tenten en dat wat voorgaande expedities hebben achtergelaten. Boven de 7500 meter, in de Zone des Doods, blijft een mens maximaal een dag of vijf in leven.

Langzaam maar zeker begint tot mij door te dringen dat ik vanavond waarschijnlijk niet kan meegaan voor de toppoging. De hoogte eist zijn tol. De tocht vanuit kamp 3 was zwaar, heel zwaar. De sneeuw was enkeldiep, de klim was steil en het was berekoud. Met een man of twintig klommen we vandaag omhoog, onder wie vier van onze teamleden. Door de drukte moest ik regelmatig wachten op lastige stukken. Klimmen in je eigen tempo was de eerste uren niet aan de orde. Een vreemde gewaarwording, tot nu toe had ik in kleine groepjes geklommen, dan wel alleen. Lager op de berg had ik nog intens kunnen genieten van het uitzicht en het klimmen zelf, maar dat was er nu niet meer bij. Onmogelijk. Het zuurstoftekort liet er geen twijfel over bestaan dat ik de Zone des Doods betrad.

We klommen door de beroemde Gele Band, een opmerkelijke laag zeer bros gesteente dat als een horizontale band door het Everest-massief loopt en geelachtig van kleur is. Hierna richting Geneefse Pijler, het laatste obstakel van de tocht vandaag. Wachten, inklikken, stap, stap, stap, uitrusten. Het leek een eeuwigheid te duren. Na het uitklikken van het touw boven op de pijler lag ik even naar adem te happen. Met moeite sleepte ik me het laatste stukje naar ons einddoel van vandaag. Het was een afstandje van niets, maar ik leek niet vooruit te komen. Eindelijk de tenten. Wat was er met me aan de hand? Was het de hoogte of lag het aan de zware rugzak? Naast al mijn eigen spullen droeg ik deze dag namelijk als extra bagage een zuurstofcilinder van zeven kilo en een bijbehorend masker, beiden ongebruikt in m'n rugzak. Voor mij had het aan het begin van de dag al vastgestaan dat ik de apparatuur tijdens deze klim níet zou aanspreken. Liefst helemaal geen extra zuurstof, maar zeker niet onder de 8000 meter.

En daar zit ik dan, apathisch in de tent. Ik deel de kleine behuizing met Mike Smith, een van de gidsen uit onze ploeg. Het bezwaart me dat ik niet fit ben. Normaal gesproken neem ik actief deel aan de gezamenlijke taken; sneeuw scheppen en smelten voor het verkrijgen van water om te kunnen drinken. Nu zit ik er maar wat bij, op het schuimrubberen matje in de dikke, donzen slaapzak. Hoewel we hier al een tijdje zijn, heb ik nog niets gedaan. Zelfs mijn rugzak heb ik nog niet uitgepakt.

Vanavond rond een uur of negen zullen we al vertrekken, richting de top van Mount Everest. De beklimming duurt een nacht plus de volgende dag. Ik voel paniek opkomen. Hoe moet ik in de tussentijd ooit genoeg vocht binnenkrijgen? Er rest ons slechts een paar uur voor vertrek. Acht liter per vierentwintig uur is het devies op deze hoogte: elke duizend meter één liter extra drinken.

Water is van levensbelang. Op achtduizend meter is de zuurstofspanning slechts dertig procent ten opzichte van die op zee-niveau. Daardoor is het voor de mens moeilijker om zuurstof op te nemen. Het lichaam reageert hierop door de hartslag te verhogen en de ademhaling te versnellen. Via de uitademing raak je zo meer vocht kwijt, ook omdat de lucht extreem droog is. Dit vochtverlies moet je compenseren. Bovendien wordt je bloed stroperig op deze hoogte, doordat het aantal rode bloedlichaampjes tijdens de acclimatisatieperiode toeneemt. Veel drinken gaat de verdikking enigszins tegen.

De geringe hoeveelheid zuurstof wordt aangewend voor de meest essentiële levensprocessen: de hart-, long-, en hersenfunctie. Voor alle overige lichaamsfuncties is onvoldoende energie beschikbaar, zodat het lichamelijke vermogen ernstig wordt teruggeschroefd en het denkproces uiterst langzaam verloopt. In de Zone des Doods ligt de spijsvertering zelfs praktisch stil. Het vergt te veel zuurstof en energie om voedsel te verteren. Hoewel het lichaam voedsel eigenlijk hard nodig heeft, roept iedere gedachte aan eten weerzin op. Je moet niet verbaasd kijken als de maag, wanneer je toch iets eet, dit er linea recta weer uitgooit. Op deze hoogte teer je dan ook in razend tempo in op je lichamelijke reserves. Lichaamsvet en spieren verdwijnen als sneeuw voor de zon.

Ik begin me steeds slechter te voelen. Als Mike even naar buiten is, maak ik van de gelegenheid gebruik om te plassen. In een plastic doosje. Eenmaal klaar steek ik mijn arm buiten de tent om het doosje te ledigen en klaar is Kees. Tenminste, zo zou het moeten gaan. Het gaat echter mis, want als ik het doosje oppak, gutst de inhoud deels over de rand mijn slaapzak in. Ik ben niet in staat mijn bewegingen te beheersen. Wat een toestand. Ongerustheid overspoelt me. Dit gevoel wordt nog versterkt als ik een half uur

later naar buiten ga en amper in staat ben om in een rechte lijn te lopen. Ik lijk wel dronken. Kon ik de waanzinnig harde wind maar als excuus opvoeren.

Ik weet wat dit betekent: hoogteziekte. Hoe moet ik in deze staat de berg op? Terug in de tent vertel ik Mike van mijn coördinatieproblemen, maar hij reageert er nauwelijks op. Als we rond zes uur radiocontact hebben met kamp 3 vraag ik naar Denis Brown, behalve klimgenoot tevens onze expeditie-arts. Ik beschrijf hem de symptomen. Zijn diagnose is duidelijk: hoogteziek en mogelijk zelfs een voorstadium van hersenoedeem. Direct aan de hoogteziekte-medicijnen Diamox en Dexamethason, is zijn conclusie. En zoveel mogelijk aan de zuurstoffles. Vanavond vertrekken is uitgesloten en waarschijnlijk moet ik morgenvroeg afdalen.

Ik slik. Wat een domper. Het zal toch niet waar zijn dat ik echt hersenoedeem krijg en naar beneden moet? Ik heb niet eens een toppoging gedaan! Alles valt in duigen. Alhoewel, misschien is er eind mei nog een kans. Een paar dagen bijkomen in ons basiskamp op 5300 meter en dan de hele klim weer opnieuw hiernaartoe. Ik moet er even niet aan denken. Hoe dan ook, geen vertrek voor mij vanavond. Met tegenzin neem ik de voorgeschreven medicijnen in.

Ik ben geen voorstander van middelen tegen hoogteziekte. De ziekte is immers een natuurlijke reactie van het lichaam op de abnormale omstandigheden die je zelf hebt opgezocht. Bovendien is het gebruik van deze medicijnen omstreden, omdat ze ongewenste bijverschijnselen geven. Diamox wordt door veel klimmers op grote hoogte gebruikt. Sommigen slikken het zelfs preventief of beginnen er al mee bij de bekende hoogtehoofdpijn. Zelf heb ik het spul nog nooit eerder aangeraakt. Als ik echt hersenoedeem krijg, ziet het er niet best voor me uit. Ik weet donders goed wat dit betekent. Het is immers een ernstige vorm van hoogteziekte waar-

bij sprake is van een abnormale vochtophoping in de hersenen. De symptomen zijn: coördinatieproblemen, verwardheid en de reguliere verschijnselen op grotere hoogte, zoals zware hoofdpijn en braken. Als het uit de hand loopt, kan het leiden tot hallucinaties en bewustzijnsvermindering en is het levensbedreigend. Voor hersenoedeem bestaat eigenlijk maar één remedie: afdalen. En snel.

Ik kan maar niet geloven dat ik hersenoedeem heb. Afgezien van een lichte hoofdpijn en wat duizeligheid heb ik immers geen lichamelijke waarschuwing gehad. Maar ja, daarom is het ook zo gevaarlijk. Soms krijg je die waarschuwing niet. Misschien dan toch...

Met trage bewegingen pak ik de zware zuurstoffles en het masker uit de rugzak. Het voelt alsof ik nu geen keus heb. Mike helpt me om de fles aan de praat te krijgen. Hij is geschrokken van de woorden van Denis. Ik ga liggen met het masker voor mijn gezicht. Ik heb nog steeds te weinig gedronken, maar goed, wat nu telt is *zuurstof*. Prioriteiten stellen. Ik probeer me te concentreren op mijn ademhaling. Adem in, adem uit. Ik kijk op mijn horloge. Nog even en ze gaan, op weg naar het hoogste punt van de aarde. Uit ons team vertrekken alleen de Argentijn Willie Benegas, de Spanjaard Enrique Guallart en twee Sherpa's richting de top. Mike is resoluut in zijn besluit om pas morgen met de volgende groep uit ons team omhoog te gaan. Nu kan hij bij mij blijven. Enrique heeft tenslotte Willie, zijn eigen ingehuurde privé-gids. Ik ben Mike dankbaar.

De afvalrace naar de top is overduidelijk. Eén teamgenoot bleef de achtste mei in het basiskamp: voedselvergiftiging. De tweede viel vandaag af, bij vertrek uit kamp 3. Hij voelde zich niet sterk genoeg. En nu ik. Ongeloof, ik accepteer het nog niet echt. Het zuurstofmasker, dat ik voor de eerste keer in mijn leven draag en waar ik zo tegen opzag, valt mee. Ik heb geen last van het gevreesde claustrofobische gevoel. Ik doezel wat weg.



Het overweldigende landschap van de Khumbu-ijsval



Katja steekt de gapende gletsjerspleet over bij kamp 1 (6100 m)

Ook dit is een gevolg van de hoogte: je droomt vaker en heftiger. Ik rits mijn slaapzak open. Martin Doyle is ook wakker. We kijken allebei omhoog naar het gele doek. De tent schudt heen en weer door de wind.

‘Goedemorgen,’ zegt hij. ‘Wat een beestenweer vannacht, hè?’

‘Dat kun je wel zeggen. Ik had af en toe het idee dat we met tent en al de lucht in geblazen zouden worden.’

Het is even na half zes. Wat gaan we doen? De weersomstandigheden zijn eigenlijk te slecht om nu te vertrekken. Wat zouden Willie en Enrique van plan zijn? Ons geroep levert niets op. We komen niet boven de storm uit. De branders die we proberen aan te steken waaien steeds uit, ook al hebben we de onderkant van het tentdoek goed vastgezet. Pas na een paar keer lukt het. Een scherpe vlaag kou komt de tent binnen als Martin de rits opentrekt om met Willie en Enrique te gaan overleggen. De uitkomst: ze zullen straks direct afdalen naar kamp 2. Er staat te veel wind om hoger te klimmen op de Lhotse-wand, vinden ze. Jack en Kin-Man gaan mee naar beneden. Gisteravond had Kin-Man op een gegeven moment geroepen dat hij nú naar beneden wilde. Hij kon niet langer tegen de situatie, de kou, het gedoe met de branders en tentmaat Jack die hoogteziek was. Gelukkig is hun gezondheidstoestand vannacht niet verslechterd. We geven het tweetal thee en manen ze de branders te ontsteken.

Martin en ik besluiten toch omhoog te gaan. Ons doel is bijgesteld van de Geneefse pijler tot de Gele Band, op 7700 meter. Ik probeer mijn stijgijzers vast te klikken aan mijn schoenen, waar ik pas bij de vijfde poging in slaag. Het materiaal is stug hierboven. Ik ga voorop. Mijn spieren zijn stram van de kou en de ongemakkelijke houding waarin ik vannacht heb geslapen. Het is net half negen geweest. Na een half uur ploeteren staan we oog in oog met

een oud en verlaten kampement. De resten van minimaal vijf tenten wapperen in de wind. Een lugubere aanblik, die nog versterkt wordt door de donkere hemel. Het voelt alsof de dood op de loer ligt. Dóór, weg hier. Moeizaam klimmen we verder. Het volgende touw. Inklikken, rust, zes stappen, rust. Tot het einde van het touw en dan begint het ritueel opnieuw. Wanneer zouden we bij de andere tenten komen? Gisteren was het plezierig geweest dat ons kamp 3 zich ruim een uur klimmen onder het kamp van de andere expeditieteams bevond. Maar wat we gisteren minder hoefden te doen, moeten we vandaag extra klimmen. Eindelijk, daar zijn de tenten van het andere kamp 3. We zien en horen niemand.

‘Hé, Katja, ik keer om. Het gaat vandaag niet lekker. Ik heb het nog steeds koud en het weer verbetert niet.’

Wat te doen? Ik sta in dubio en kijk naar boven. Zojuist is ons doel voor vandaag in zicht gekomen, de geelbruine horizontale rotsband. Het is niet bepaald fijn om alleen door te gaan, maar eigenlijk wil ik wel graag de Gele Band aantikken.

‘Ik kan misschien beter met je mee teruggaan,’ zeg ik.

‘Voor mij hoeft je het niet te doen, hoor,’ meldt Martin.

Ik hijg uit en besluit: ‘Goed, dan ga ik nog even door. Tot later in kamp 3 of 2.’ Langzaam klim ik verder. Ik kijk omhoog. Nee, ik zie geen mens. Het lijkt wel of er niemand in het andere kamp 3 heeft gezeten vannacht. De klok en de vertraging tikken door. Steeds vaker rust ik uit. Als in slow motion beweeg ik me voort. Hoger en hoger, hier is de Zone des Doods. Hoe was het ook alweer? Goed nadenken. In Nederland had ik een boodschap meegekregen. Tijdens de beklimming moet ik één worden met de berg. Concentreren. Ik leg mijn hand op het ijs en bied Chomolungma mijn excuses aan voor de ijsschroeven en sneeuwankers die hier zijn aangebracht. Sherpa Tenzing Norgay zei het in 1953 zo: ‘Vergeef mij, Moedergodin, dat ik mijn pickel in uw borst sla.’ Prachtig gezegd.

Verder. Ik ben bijna bij de Gele Band. Wie zei dat de normaalroute naar de top van Mount Everest een 'jakroute' is die door toeristen eenvoudig omhooggelopen kan worden?

Er is veel kritiek op de toegenomen vercommercialisering rondom de beklimming van Mount Everest. Door het aanbieden van commerciële expedities is het beklimmen van de hoogste berg ter wereld inderdaad voor een breder publiek toegankelijk geworden. Je hoeft nu niet meer twee jaar van tevoren te beginnen om alles zelf te organiseren. Voldoe je aan de eisen van de betreffende organisatie en leg je het bijbehorende inschrijfgeld op tafel, dan kun je deelnemen. Je hoeft je tijdens de expeditie alleen nog maar te concentreren op de beklimming zelf. Het gevolg is dat zich de laatste jaren steeds meer klimmers op de flanken van de Everest bewegen. Van 1953 tot en met 1973 waren er slechts 38 succesvolle persoonlijke beklimmingen. In de twintig jaar daarna volgden ruim vijfhonderd successen. De laatste zes jaar lag het aantal op ruim tweehonderd. Tot en met 1998 hebben rond de 790 klimmers de hoogste top gehaald. Zo'n 120 van hen, veelal Sherpa's, hebben zelfs meer dan één keer op de top gestaan.

De kritiek op de vercommercialisering van de Everest spitst zich vooral toe op de afvalproblematiek en op het niveau van de klimmers. Inderdaad, een aantal potentiële Everest-beklimmers overschat de mate waarin zij tijdens de expeditie ondersteund zullen worden. Zij denken: er is toch een gids? Maar het punt is nu juist dat ook gidsen ernstige last krijgen van de hoogte in de Zone des Doods. En dus moet je op deze berg zelfstandig kunnen functioneren. Al worden er soms toch klimmers toegelaten die dat niet kunnen. Voor de organisatie betekent iedere extra klimmer meer geld in het laatje. Tsja, het fenomeen, de commerciële belangen die de strijd aangaan met de kwaliteitseisen. Af en toe wordt er door een organisatie dus een concessie gedaan aan de vereiste vaardig-

heden en klimervaring van een deelnemer. Maar om nu te zeggen dat een toerist deze berg kan beklimmen... De Everest blijft 8848 meter hoog en er is maar één manier om op de top te komen: stap voor stap. Dat zul je toch echt zelf moeten doen.

‘Maar je doet toch niet alles zelf?’ zeggen de critici dan. Klopt. De klimmers komen met een vliegtuig naar Nepal en maken gebruik van een bus. En daarna gebruiken ze hun stijgieters en pickel ook nog op de berg. Maar er is geen treintje, of lift, zoals op Mont Blanc.

‘Even zonder gekheid,’ zeggen ze dan, ‘tijdens zo’n beklimming kun je toch ondersteund worden?’ Klopt. De beklimming wordt minder zwaar en minder risicovol door het gebruik van extra zuurstof. Ook bieden de Sherpa’s in mindere of meerdere mate ondersteuning tijdens expedities. Zij zorgen onder andere voor de maaltijdbereiding in het basiskamp en soms hogerop, leggen grotendeels de vaste touwen aan en dragen een deel of al het expeditiemateriaal. Gidsen kunnen klimmers ook tot op zekere hoogte inhoudelijke en mentale steun geven tijdens de beklimming. En ook niet-commerciële expedities maken veelal gebruik van zuurstof en Sherpa’s, zij het meestal in mindere mate. En wat het gebruik van vaste touwen betreft: er is geen enkele klimmer die zelf een eigen touw gaat aanleggen als er een goed vast touw op de berg hangt.

Tot slot de hamvraag: stelt een beklimming van de normaalroute van de Everest met zuurstof via een commerciële expeditie dan wel wat voor? Er is een groot verschil met de beklimmingen van vroeger en de traditionele beklimmingen zonder extra zuurstof langs technisch moeilijke routes. In de jaren vijftig en zestig beschikten de klimmers bij lange na niet over de hoogwaardige kleding en materialen die wij nu hebben. De legendarische klimmer Reinhold Messner, die er als eerste mens in slaagde de veertien achtduizenders te beklimmen, was tevens de eerste mens die in 1978 zonder extra

Op 13 mei 1999 bereikte Katja Staartjes als eerste Nederlandse vrouw de top van Mount Everest, met 8848 meter de hoogste berg ter wereld. Een indrukwekkende en historische prestatie, waarvan zij in *Hoog Spel* verslag doet. Ze beschrijft haar fysieke en mentale hoogtepunten & dieptepunten, en staat stil bij het tragische overlijden van een teamgenoot. Daarnaast neemt ze de organisatie van de expeditie onder de loep en geeft haar visie op de toegenomen commercie in de bergsport. Maar bovenal is *Hoog Spel* het verhaal van een tomeloze passie voor de bergen.

‘Om in één ruk uit te lezen (...) Waar de meeste Everest-boeken blijven hangen in beschrijvingen en klimstrategieën, maakt *Hoog Spel* voor het eerst sinds lange tijd weer enthousiast.’

– *Hoogtelijn*

‘Ongelooflijk mooi boek (...) echt heel erg spannend.’

– *Paul de Leeuw*



KATJA STAARTJES bekleedde managementfuncties in het bedrijfsleven en de non-profitsector. Zij gaf haar vaste baan op voor de bergen en beklom Cho Oyu en Mount Everest. Daarna volgden expeditie naar de achtduizenders Gasherbrum 1, Dhaulagiri en Manaslu. Na *Hoog Spel* schreef de bergbeklimster nog drie boeken, waaronder *TopTeams*, dat op de shortlist stond voor ManagementBoek 2020. Katja is een veelgevraagd spreker op bijeenkomsten en congressen. Naast haar lezingen werkt zij tegenwoordig als coach voor leiders en teams.

