**Высокогорный адаптивный тип.**

Коренные жители высокогорья могут жить и возделывать землю на высоте 4500 м над уровнем моря, в то время как у обитателей равнин уже на высоте 2500-3000 м не хватает кислорода для выполнения физической работы, а на высоте 4000 м нехватка кислорода ощущается даже сидя, в состоянии покоя.

Условия высокогорья для человека во многих отношениях экстремальны. Их характеризуют низкое атмосферное давление, сниженное парциальное давление кислорода, холод, снижена активность ферментов и желез, замедлен пульс, относительное однообразие пищи.

Основным экологическим фактором формирования горного адаптивного типа явилась, по-видимому, гипоксия. У жителей высокогорья независимо от климатической зоны, расовой и этнической принадлежности наблюдаются повышенный уровень основного обмена, относительное удлинение длинных трубчатых костей скелета (что связано с интенсивным эритропоэзом), расширение грудной клетки, повышение кислородной емкости крови за счет увеличения количества эритроцитов. Высокое содержания гемоглобина крови, увеличение периферического тока крови, большее число и величина капилляров, и относительной легкости его перехода в оксигемоглобин.

Не исключена возможность, что крупные размеры и сильное выступание носа способствуют приспособлению к существованию в сравнительно высокогорных областях, где некоторая разрежённость воздуха требует большой площади носового отверстия, а низкая температура благоприятствует увеличению объема носового входа как согревающей камеры. Подобные черты обнаруживаются у коренных жителей Кавказа и переднеазиатсикх нагорий.

Температура тела снижена; теплопродукция увеличивается с высотой., более интенсивен приток крови к конечностям. Артериальное давление понижено, снижен уровень холестерина, мало сердечно-сосудистых заболеваний. В условиях высокогорья в целом менее интенсивно идут процессы роста и развития, позднее наступает старость, продолжительнее жизненный цикл.