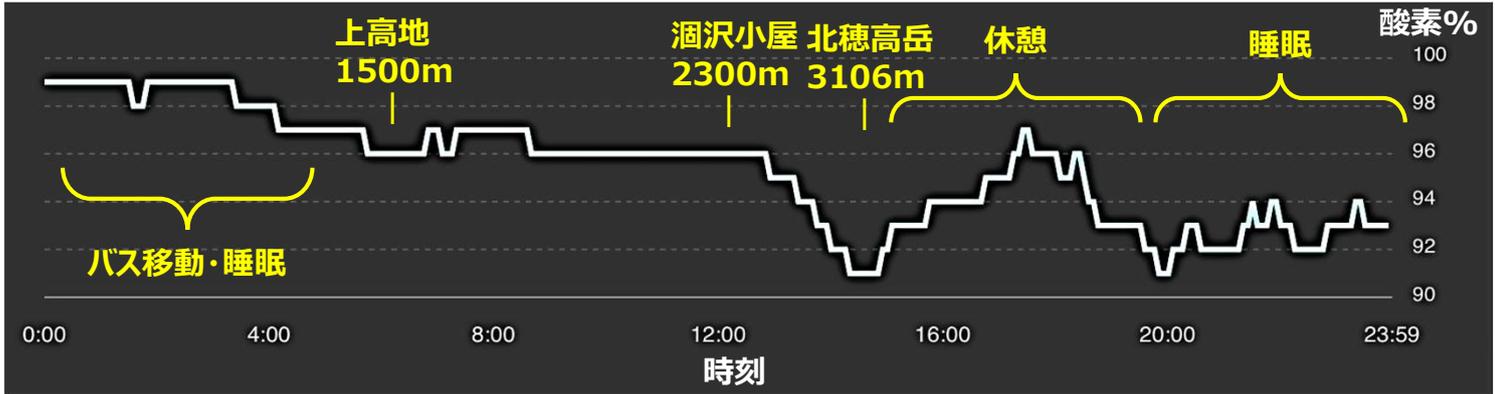


3000m級登山における酸素飽和度の推移

登山日：2023.7.21～23日
天候：晴時々霧（3日間とも）
50代 男性 171cm 65kg
登山歴10年 頻度1-2回/月
3000m級は4回目
使用デバイス：SOXAI ring

1日目：標高アップと運動により酸素飽和度急低下(98%→91%)。
休憩で96%まで回復するが睡眠時は92-94%の範囲に低下。



2日目：運動による急低下などは見られないが、酸素飽和度は終始93%-95%で推移



3日目：活動開始とともに、97%程度まで回復（高地順応？）。槍平小屋につく頃には平地レベル（98%程度）まで回復。

