

Sauerstoffsättigung (nur Richtwerte, sehr individuell)

98% - 96% Normalsättigung (bis 2500m)

Nachts teils bis 90% Normalsättigung

BC: unter 85% - 90% normal

ABC: zwischen 80% und 90%

Lager 1: ca. 75% - 80% Ideal (nicht unter 70%)

Lager 2: 70% - 75% (noch OK)

Unter 70% kritisch (aber auch individuell)

