

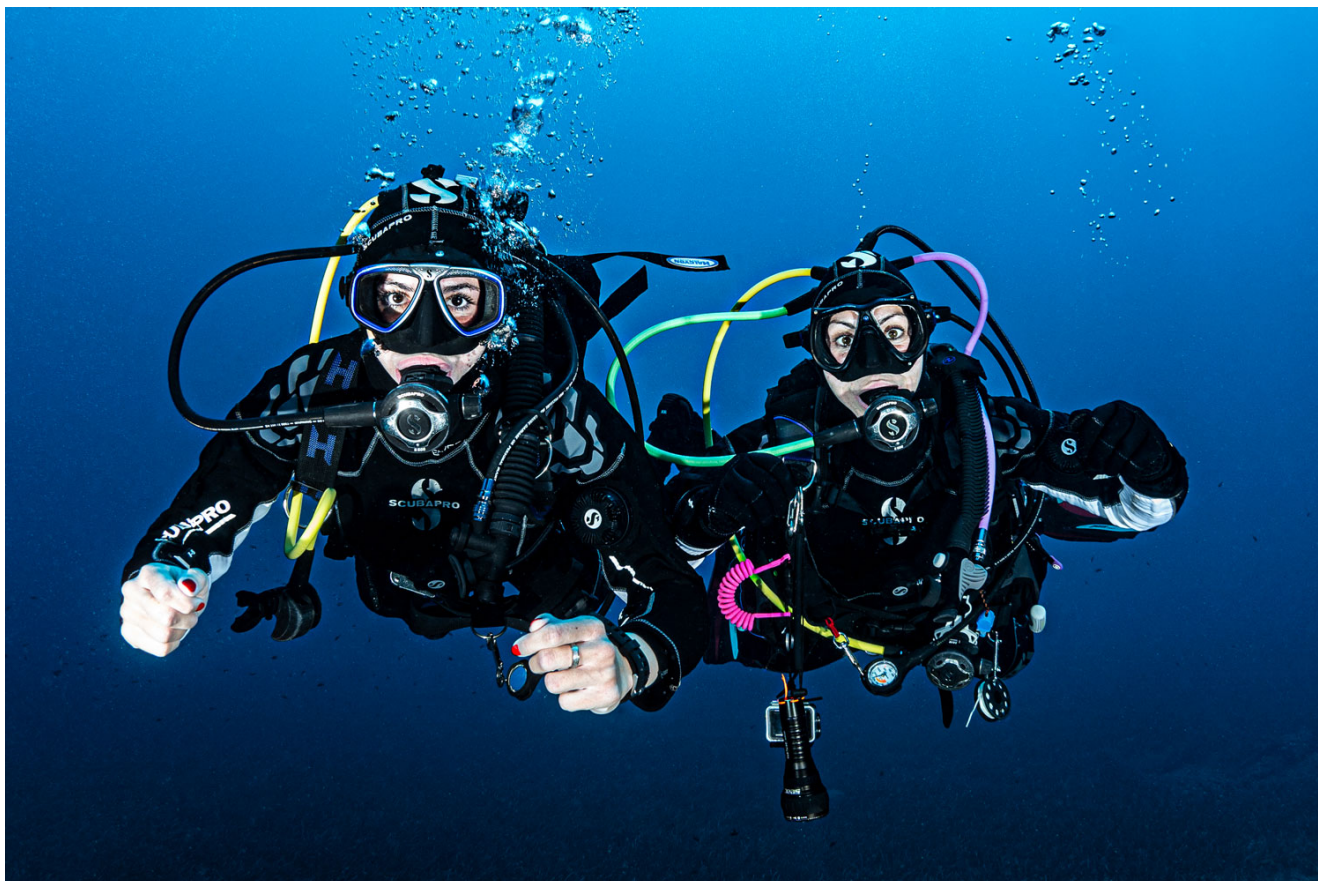
# Equaleasy - potápěčská kukla a vyrovnávání tlaku

Teplu ztrácíme hlavně z hlavy. Všichni z nás. Dokonce i ten, kdo hlavu nepoužívá, ztrácí teplo shora. Ve skutečnosti je tato tepelná energie ovlivňována krevními cévami, nikoli mozkovou aktivitou. Účelem potápěčské kukly je pomoci udržet tělesné teplo. Bohužel je to jediná součást naší potápěčské výstroje, která dokáže přímo zasahovat do vyrovnávání tlaku.

Potápěči kukly moc rádi nemají. Toto konstatování také odpovídá tomu, co všechno jsme ochotni se svými kuklami provádět. Prorážíme do nich dírký, lepíme na ně uši typu myšáka Mickeyho, nebo uši kočičí či králičí. O různých ďábelských a vikingských rozích ani nemluvě. Já sám jsem kdysi až s jakousi zvrácenou rozkoší udělal několik dírek do kukly, která byla spojená s mým polosuchým oblekem. A provedl jsem to vrtačkou. K našemu zařízení pro kompenzaci vztlaku (BCD) bychom se takto nikdy nechovali!

Naše nechuť k potápěčským kuklám je výsledkem podivného chování - tedy chování kukly, ne našeho. Všechny ve světě vyráběné potápěčské kukly se snaží zachytit vzduch a vplížit se pod sukně masky. Při nošení rukavic (často se stává, že je nosíme současně) je těžké zabránit podivnému posouvání řemínku masky a ještě těžší je odstranit tu zatraceně malou část neoprenu zachyceného pod silikonovým lemem masky.

Nejvíce znepokojivé chování kukel však potápěči téměř vždy ignorují. Hodně pozornosti sice věnujeme tomu, abychom nevypadali jako Marge ze Simpsonových a nechceme si každých pět minut upravovat řemínek u masky, ale bohužel jeden z častých (a nedobrých) zvyků je opakovaně si sahat na uši.



## Poznej svého “ne/přítele”

Kukly mohou být jednou z nejzákladnějších příčin barotraumatů. Když se potápíme, může se dostat do zvukovodu voda, která vytváří přímý tlak na vnější ucho. Příliš těsná kukla může zablockovat nebo výrazně snížit tok vody směrem do zvukovodu. V nejhorším případě kukla dokonale přilne k ušnímu boltci a při sestupu se chová jako přísavka. Na začátku sestupu si potápeč nemusí všimnout nastávajícího problému. Zdá se mu, že se tlak v obou uších vyrovnává dobře. V jednom zvukovodu se však může vytvářet vakuum, což způsobí, že se bubínek roztahuje směrem ven. Pokud si potápeč tuto situaci (velmi podobnou stlačení masky) včas neuvědomí, může to mít za následek poškození tkání zvukovodu i ušního bubínku.



## Opatření, jak se tomu vyhnout

Potápečská kukla musí sedět přesně a hladce jako rukavice. Voda se musí dostat do zvukovodu a vzduch musí uniknout. Starý a osvědčený trik je vložit prst do kapuce a směřovat jej k uchu. To pomůže vzduchu uniknout a propustit vodu dovnitř. Další trik: pokud patříte k těm, kteří rádi potápečské kukly brutálně poškozují, můžete do kukly prorazit několik děr v místech, kde se setkává s ušima, a poté tyto otvory zakrýt vrstvou z prodyšné tkaniny. To pomůže cirkulaci vody do zvukovodu a zároveň omezí její šíření uvnitř komfortní zóny. Kupodivu většina potápečů propíchne pouze horní část kukly. Ano, prorážejí ji v nejméně strategické oblasti. Samozřejmě se stávají i horší věci. Na jednom fóru pro výměnu názorů jsem četl o potápeči, který se ptal na možnost použití špuntů do uší, aby se vyhnul „obvyklým“ problémům s vyrovnáváním tlaku při používání své potápečské kukly. Až mě z toho zamrazilo. Všechny odpovědi zněly stejně: vydešeně, plné paniky a velkého varování, to vše vyjádřené velice emotivně. Špunty do uší se v hloubce mohou proměnit v kulky namířené přímo na ušní bubínky. Ano, já vím, že vy to víte, ale musím to znovu připomenout. Kdo ví, možná to někdy budete potřebovat.

Suché kukly s ventilem a nízkotlakou hadicovou zátkou se v dohledné době na trhu neobjeví (pokud vůbec



někdy). Problém nevyřeší ani celoobličejové masky. Smiřme se s tím, že během příštího desetiletí do našich kukel bude vstupovat voda, a to studená. Protože musí. Ale je tu i dobrá zpráva. Na trhu již existují kukly, které jsou elektricky vyhřívány.

### Více informací:

- [Ušní barotrauma po místním ponoru na jezeře](#)
- [Záznam případu barotraumatu vnitřního ucha](#)
- [Uši a potápění](#)

---

### Další zdroje:

Chcete zvýšit své povědomí a úroveň dovedností v oblasti vyrovnávání tlaku? DAN Europe vás v tom podpoří. Italský šampion ve volném potápění v disciplíně „Bez omezení“ Andrea Zuccari se spojil s DAN Europe, aby společně vytvořili kurz *Snadné vyrovnávání-jak vyrovnávat tlak* (Equaleasy-Equalisation Awareness Course) sestavený tak, aby vás naučil správně se s vyrovnáváním tlaku vypořádat. Tento kurz poskytuje tři úrovně certifikace podle vašeho zájmu a kvalifikace: Student snadného vyrovnávání, instruktor nebo instruktor trenér. Více se o kurzu dozvíte zde: [Equaleasy course](#).

---

### O autorovi

Člen DAN od roku 1997, Claudio Di Manao je potápěčský instruktor PADI a IANTD. Je autorem řady odborných knih a románů o potápění, včetně Shamandura Generation, napínavého vyličení potápěčské komunity v Šarm el Šajchu. Spolupracuje s různými časopisy, rádiovými stanicemi a novinami - vždy na téma bezpečnost při potápění, život v moři a u moře a cestování.

---

**Překladatel:** [Klement Hartinger](#)