

Noví potápěči si „zkoušejí vodu“

... Jako potápěči bychom se měli pečlivě pozorovat – a to se týká také našich potápěčských kolegů – abychom si byli jisti, že jsme dobře připraveni na nejrůznější situace, které nás mohou pod vodou potkat. Pocity nepohody potápěčů pod vodou již zapříčinily mnohá zranění, která byla nahlášena do DAN a jsou zaznamenána v tamější databázi.

1. POTÁPĚČ

Jedná se o devatenáctiletého studenta vysoké školy, který získal certifikaci před šesti měsíci. Je aktivní, zdravý, nekouří a nepije alkohol. V dětství prodělal jednu poruchu (ucpání) horního dýchacího traktu a občas míval běžné infekce, ale již řadu let nemá žádné příznaky. Jeho obvodní lékař mu potápění povolil. Od získání certifikace se nepotápěl a se svými přáteli začal jednotýdenní sérii ponorů do mělké vody.

Nehoda

První den začalo potápění čtyřmi ponory do hloubky 6 – 12 metrů po dobu do 25 minut na každý ponor. Potápěčská lokalita byla pro něj nová. Při dvou ponorech zažil tento potápěč pocit určité úzkosti, odpojil se od skupiny a začal rychle stoupat k hladině. Během obou těchto ponorů jej vedoucí potápění dokázal zastavit a přesvědčit, aby se uklidnil a vrátil zpět do hloubky.

Druhý den provedl tento potápěč dva ponory na stejném místě. První byl do hloubky 18,2 metrů na 30 minut s následnou šedesátiminutovou přestávkou na hladině, poté provedl druhý ponor do hloubky 15,2 metrů na 20 minut. Při druhém ponoru zažil tento potápěč opět silný pocit úzkosti a začal rychle stoupat k hladině. Vedoucí skupiny jej opět zastavil (již téměř u hladiny) a přesvědčil jej, aby tam několik minut setrval (snad proto, aby zabránil okamžitému a možná i vážnému zranění).

Příznaky

O něco později, když tento potápěč vyšel z vody, pociťoval chlad a velkou únavu. Večer po návratu domů jej začalo bolet v pravém lokti. Bolest sílila a také se dostavily bolesti hlavy. Zavolal svému instruktorovi (od kterého získal certifikaci) a ten mu sdělil, že to na dekompresní onemocnění (DCI) nevypadá. V noci, když příznaky přetrvávaly, zavolal do DAN. Tento potápěč nebyl bohužel členem DAN a od nejbližší rekompresní komory byl vzdálen více než tři hodiny jízdy autem. Kvůli ceně za místní lékařské vyšetření se rozhodl návštěvu a pomoc u místního lékaře vypustit a nechal se do rekompresní komory zavézt svými přáteli.

léčba

Naštěstí pro tohoto potápěče se mu dostalo přesné terapie podle tabulky č. 6 Námořnictva Spojených států, po čemž příznaky zcela zmitely. Po zbytek následujícího dne zůstal v nemocnici na pozorování a poté byl propuštěn.

I když se jednalo o poměrně slabé příznaky, rozhodl se tento potápěč správně zavolat o radu. Sice by bylo lepší, kdyby jej nejdříve vyšetřil místní lékař, nasadil mu stoprocentní kyslík a teprve potom jej nechal přepravit do rekompresního zařízení, přesto mělo zranění tohoto potápěče šťastný konec.

Vyskytnou-li se po potápění příznaky podobné těm, jaké zaznamenal zmíněný potápěč, rozhodně se doporučuje nechat se vyšetřit místním lékařem, i když se nejedná o odborníka na potápěčskou medicínu. Tento lékař zjistí základní informace a provede základní fyzická a neurologická vyšetření. To nejen pomůže diagnostikovat DCI, ale také pomůže vyloučit jiné možné příčiny příznaků dané osoby. Ne vždy se projevuje DCI naprosto jasně a zřetelně a toto onemocnění se může dostavit i po ponorech, po kterých by se DCI zpravidla neočekávalo.

2. POTÁPĚČ

V tomto případě jde o třicetiletou ženu. Těší se vynikajícímu zdraví, je fyzicky zcela fit a nekouří. Certifikaci má jeden měsíc a vyjela si autem do oblasti vhodné pro rekreační přístrojové potápění. Naplánovala si dva dny potápění.

Nehoda

Na první den si naplánovala dva ponory, aby si znovu procvičila nedávno nabyté dovednosti. Oba ponory do hloubky 7,6 metrů proběhly zcela hladce a normálně. Druhý den uskutečnila ponor do 18,2 metrů na dobu 50 minut.

Ke konci ponoru měla problémy s vyvážením a pokusila se je odstranit použitím kompenzační zátěže (BCD), aby dosáhla neutrální vzplývavosti. To však tyto problémy ještě zvýšilo, kvůli čemuž ji zachvátila částečná panika a následoval rychlý výstup až na hladinu.

Příznaky

Po výstupu na hladinu pociťovala závratě a chtělo se jí zvracet. Po vrácení přístrojové výbavy si lehla a odpočívala. Po dvouhodinové přestávce na hladině se cítila lépe a příznaky zmizely, proto se rozhodla pro druhý ponor, tentokrát do hloubky 13,7 metrů na dobu 25 minut. Při výstupu udělala pětiminutovou přestávku a po vystoupení z vody nepociťovala žádné příznaky.

Ihned po ponoru se vydala autem na cestu domů. Asi po devasáti minutách od posledního ponoru musela projet horskou silnici ve výšce asi 1 981 metrů. Doma pak asi pět hodin po vystoupení z vody ji přepadla všeobecná slabost a začala ji "pichlavě" brnět levá paže. Slabost se potom přenesla do zmíněné levé paže, navíc asi hodinu po návratu domů měla znovu pocit nutkání na zvracení.

Léčba

Potápěčka vyhledala místní oddělení pro zdravotní pohotovost a dostalo se jí řádného lékařského vyšetření. Nebyla členkou DAN, ale vyšetřující lékař do DAN zavolal o radu. Potápěčka byla převezena do hyperbarického zařízení v místním velkém zdravotním středisku. Podstoupila terapii podle tabulky č. 6 Námořnictva Spojených států a všechny příznaky beze zbytku zmizely.

DISKUSE

Tyto dvě nehody dokazují důležitou skutečnost: Potápění není jen získat certifikaci. Jako potápěči bychom se měli pečlivě pozorovat - a to se týká také našich potápěčských kolegů - abychom si byli jisti, že jsme dobře připraveni na nejrůznější situace, které nás mohou pod vodou potkat. Pocity nepohody potápěčů pod vodou již zapříčinily mnohá zranění, která byla nahlášena do DAN a jsou zaznamenána v tamější databázi. Oba potápěči si nebyli svými schopnostmi a vědomostmi zcela jisti, ale oba jednali podle selského rozumu správně, jakmile si uvědomili, že je po jejich ponorech něco v nepořádku. Správně se rozhodli vyhledat pomoc, i když neměli nijak hluboké znalosti o DCI.

V bazénu a pod dozorem mohli potápěči provádět vše naprosto správně, ale jak dalece byli klidní a "v pohodě", když se octli pod vodou sami a k tomu ještě na neznámém místě? Záleží na potápěči i na situaci, ale pro zachování klidu a pohody pod vodou je klíčově důležité udržovat si správné dýchání. Různé překážky, které ztěžují normální dýchání (např. hrudní popruhy kompenzátoru vztlaku), částečně nafouknutý kompenzátor, nebo těsná vesta mohly u těchto potápěčů vyvolat pocit znepokojení a nejistoty a navíc se k tomu mohl přidat i jejich nedostatek potápěčských zkušeností v nové hloubce a na neznámém místě.

Platí zásada, že každý ponor by měl odpovídat dovednostem a znalostem příslušného potápěče. První ponory po získání certifikace vlastně patří stále ještě do nácviku. Navyknout si na účinky ponoření má hodně co dělat s dostáváním se do pohody a zbavováním se stresu, pocitů úzkosti nebo dokonce paniky. V

tomto smyslu je dovednost dostat se do pocitu pohody pod vodou stejně důležitá jako dovednost správně se vyvážit.

Tady může hrát svou roli i členství v DAN a časopis Alert Diver. I v měsících, kdy se nepotápíte, můžete získávat dost informací o bezpečnosti při potápění, které budou nápomocné vám i těm, s kterými se budete potápět - vždyť jde "jen" o lepší pochopení přístrojového potápění.

Jestliže vaši potápěčtí kolegové nejsou členy DAN, nebo jestliže znáte nové potápěče, kteří se ještě k DAN nepřipojili, doporučte jim, aby tak učinili co nejdříve.

Neexistuje žádný postup, který by zcela vyloučil nebezpečí zranění při provozování potápění, ale členství v DAN je dobrý začátek pro dlouhou a poučenou dráhu v oblasti rekreačního přístrojového potápění