Panikařit, nebo se potápět sám

5. října 2011

Možná to vyzní jako paradox, ale právě ty mechanismy, které jste popisovali v čísle o panice pod vodou, jsou hlavními důvody, proč se již řadu let potápím většinou sám.

Kdykoliv jsem se potápěl ve skupině nebo s kolegou, vždy jsem byl vystaven různým stresům.

Např. jsem se vždy obával, že nebudu hotov a připraven včas, a tudíž budu zdržovat ostatní (obvykle s sebou beru spoustu fotografických pomůcek, což samozřejmě znamená, že mně trvá příprava na ponor dost času).

Mnohem horší stres však vyplýval ze skutečnosti, že jsem vždy považoval bezpečnostní opatření jiných potápěčů při potápění za nedostatečná. Vždy jsem si uvědomoval rizika, která podstupovali. A když jsem jim sdělil své obavy a požadoval důkladnější přípravu, většinou mne velkoryse ignorovali, někdy reagovali i podrážděně. Mé obavy také často vedly kolegy potápěče k domněnce, že jsem možná špatný nebo velmi nejistý potápěč (přitom se věnuji potápění celoročně, dokonce i ve vnitrozemských jezerech v Německu a absolvoval jsem již přes tisíc ponorů).

Pod vodou jsem byl jen zřídkakdy svědkem chování, které by nám v okamžiku nebezpečí mohlo zachránit život.

Nedbalost a lehkomyslnost některých potápěčských skupin byla až neuvěřitelná. Někteří potápěči naprosto špatně odhadovali vzdálenosti a byli od sebe tak daleko, že by v případě nedostatku kyslíku měli problém dostat se včas ke svému kolegovi. Než by jej dostihli, určitě by již čelil extrémní akutní dyspnei. A akutní dyspnea může snadno zapříčinit, že potápěč začne dělat chyby, např. když nesprávně manipuluje s regulátorem a spolkne vodu, což u něj okamžitě vyvolá paniku. Mé neúspěšné pokusy napravovat chyby mých kolegů potápěčů měly za následek, že jsem si kvůli nim často dělal velké starosti. Občas jsem musel hledat kolegu, který mi jednoduše někam zmizel, někdy jsem ho vůbec nenašel. A nahoře nad vodou pak byla jeho reakce něco jako „nedělej z toho vědu, vždyť se nic nestalo…“

Naproti tomu jsem jako sólopotápěč absolutně klidný, své ponory si mohu pečlivě připravit, může mi to trvat, jak dlouho chci, a také si mohu být jistý, že budu klidný i během ponoru (nebudu se znervózňovat kvůli ostatním), což mi koneckonců ušetří i dost energie. Pravidelně si procvičuji bezpečnostní prvky a záchranářské praktiky – s kolegy nebo ve skupině bych to prováděl sotva kdy, a když už ano, tak tajně (např. bych si někde kradmo sundal masku a nacvičoval situaci případné její ztráty pod vodou). Jsem přesvědčen, že kvůli špatné přípravě na potápění a tomu odpovídajícímu chování, což se mi při potápění s kolegou jeví bohužel spíše jako pravidlo než výjimka, končí nouzové situace často vážnými nehodami, zatímco jako sólopotápěč umím zvládnout nebezpěčnou situaci mnohem lépe.

Nechci tvrdit, že sólopotápění je pro všechny potápěče jakýmsi všelékem proti panice. V minulých desetiletích jsem se setkal také s potápěči, kterým i pouhá představa potápět se bez kolegy naháněla strach, a proto by u nich takový způsob potápění zřejmě vyvolal paniku. Ale chci oponovat tomu arogantnímu a dogmatickému přístupu různých potápěčských středisek a asociací, které považují sólopotápění za „zločin proti králi“. Váš článek mě ještě utvrdil v názoru, že je třeba na současnou situaci zareagovat. Je nejvyšší čas, aby se sólopotápění považovalo za jeden z korektních způsobů potápění a pro jedince se správným mentálním přístupem i za upřednostňovanou možnost. Podle mého názoru by mnoho potápěčů uvítalo nějaký článek ve vašem časopise, který by vysvětlil – z psychologického a lékařského

pohledu – pro koho a za jakých okolností sólopotápění „zločinem proti králi“ není.