

Věnujte pozornost i malým problémům,

Při své nedávné cestě do Mexika, kterou jsem podnikl kvůli tamnímu školení, jsem se náhodou setkal se svým dávným přítelem z Ohia. Naposledy jsme spolu mluvili před více než 25 lety, ale již po chvíli našeho nynějšího rozhovoru mi bylo jasné, že jeho vášeň pro jeskynní potápění nezeslábla, spíše se ještě prohloubila.

Přímo zářil vzrušením, když popisoval některé ze svých nedávných zážitků při potápění v Conzumelu. Zmínil se, že pracuje ve výkonné radě Národní speleologické společnosti NSS) i v předsednictvu její Sekce pro jeskynní potápění (CDS), ale i při časově náročné práci v obou zmíněných neziskových organizacích si on sám i jeho žena najdou dost času pro výzkumy ve vodních i suchozemských jeskyních.

I když mám certifikaci pro jeskynní potápění již od začátku osmdesátých let minulého století, mé zkušenosti nejsou ani přibližně srovnatelné s praxí mého přítele a mnoha jiných specialistů, kteří se opakovaně vydávají do tohoto jedinečného - a potenciálně nebezpečného - podmořského světa. Velice dobře vím, že jeskynní potápění vyžaduje nejen důkladný trénink, hodně zkušeností, pokročilé dovednosti i značnou sebedůvěru, ale i nevynechání jakési trojitě kontroly těsně před ponorem, t.j. svého vybavení, stavu svého partnera i své vlastní kondice.

Zároveň se nesmí zapomínat, že jeskynní potápění není pro nové potápěče, vyžaduje se totiž pro ně speciální certifikace.

Jeskynní potápění je také o věnování pečlivé pozornosti i zdánlivým maličkostem každého jednotlivého ponoru a o včasném rozpoznání i malého problému, který by se mohl později vyvinout v problém velký nebo v celou řadu problémů následných.

Rekreační potápěči mají odpovědnost vůči sobě i ke svým kolegům. Měli by si své dovednosti udržovat a vylepšovat dalším tréninkem, získávat stále více zkušeností a posilovat sebedůvěru ve své schopnosti.

Stejně důležité je věnovat pozornost i maličkostem a včas rozpoznávat možné nástrahy a úskalí - před ponorem, během něj i po něm. Jen tak se zvýší pravděpodobnost, že každý ponor proběhne bez nehody a zranění.

Jak probíhá ponor

Rekreační přístrojové potápění je nejlépe provádět ještě s jedním člověkem. Společné potápění znamená něco mnohem více, než jen vzájemnou pomoc při nasazování výstroje a přístrojů, skočení do vody a zdržování se v blízkosti svého partnera pod vodou. Každý jedinec si musí neustále uvědomovat, že je součástí týmu a není tam jen kvůli novým zážitkům - hlavně má zajistit, aby byl ponor co nejbezpečnější.

Jeskynní potápěči dlouho předtím, než vůbec vstoupí do vody a potom ještě těsně před sestupem musí velice důkladně zkontrolovat výstroj svou i svého kolegy. I když se při rekreačním potápění vyžaduje, aby byl vždy přímý přístup k hladině, stejně je zapotřebí věnovat dostatek času pro ujištění se, že vlastní výstroj i vybava kolegy jsou v pořádku a připraveny pro naplánovaný ponor.

Před ponorem, během něj a po něm

Před ponorem se musí věnovat mimořádná pozornost i věcem, které se považují za samozřejmé a také všemu, co se jeví jako důvěrně známé. Než skočíte do vody, vzpomeňte si, zdali jste neprovedli nějaké úpravy svého vybavení, třeba jen sebemenší. A jestliže vy jste si těchto úprav dobře vědomi, nepředpokládejte, že o nich musí vědět a vypořádat se s nimi i váš kolega, kdyby pod vodou nastal nějaký problém.

Jakmile se dostanete do vody, proveďte v duchu (ještě před zahájením samotného sestupu) jakousi závěrečnou kontrolu celého systému, včetně svého potápěčského počítače. Během ponoru pak sledujte

možné změny prostředí, které mohou změnit celkovou dynamiku ponoru. Potápěči někdy bývají přesvědčeni, že jakmile začnou sestupovat, vše proběhne podle jejich plánu. Prostředí se však může rychle změnit k horšímu.

Proudy, počasí, viditelnost, to vše má na ponor přímý dopad. Změna kterékoliv z těchto podmínek může proměnit celkem klidný ponor v něco mnohem náročnějšího, na co ani vy, ani váš partner nebudete připraveni a budete zvládat jen s velkými obtížemi.

Maličkostem se musí věnovat pozornost i tehdy, kdy je výstroj již opláchnuta a zabalena. Sledujte, jak se cítíte vy sami, ale také se zeptejte svého kolegy, jak se po ponoru cítí on. Určitě není potřeba nic přehánět, ale když nejste ve své kůži a něco s vámi není v pořádku, nenechávejte si to pro sebe. Mějte stále na mysli, že ke zraněním a nehodám při potápění dochází (i když ne příliš často) a že se nemáte za co stydět, když vás potká nějaký problém.

Včasně rozpoznání

Příznaky dekompresního onemocnění (DCI) jsou pro potápěče často nejasné. Mohou projít bez povšimnutí. Potápěči je často úplně ignorují, nebo je považují za nepodstatné či nesouvisející s potápěním. Častým výsledkem je opožděná terapie. Všichni potápěči by měli naprosto jasně znát hlavní příznaky DCI: Změny vnímavosti pokožky, znecitlivění a brnění, bolesti, závratě a potíže s chůzí. A potápěči by také měli vědět, jak na tyto příznaky zareagovat.

Váš první telefonát by měl být na horkou linku Pohotovostního střediska DAN (s provozem 24 hodin po 365 dní v roce). Tam jsou lékařští odborníci DAN připraveni odpovědět na vaše otázky, nabídnout vám radu ohledně vašich příznaků a zajistit vám co nejvhodnější zdravotní péči. Pro lepší pochopení, co dělat v případě potápěčského zranění, také existují školicí kurzy DAN.

Vyhodnocení zranění

Kurz DAN na provádění neurologického vyšetření potápěčů přímo na místě se například soustřeďuje na to, jak se získávají základně důležité informace o potápěčském zranění, při kterém došlo k nějaké neurologické újmě. Stává se to přibližně ve dvou třetinách všech případů DCI. V kurzu se učí, jaké informace je potřeba sdělit zdravotní pohotovosti a příslušným lékařům.

Informace, které zjistíte při neurologickém vyšetření pomohou lékaři pochopit rozsah zranění a jak se změnilo od okamžiku, kdy k němu na místě potápění došlo, do chvíle, kdy byl potápěč dopraven k poskytnutí kvalifikované zdravotní péče. A provedení neurologického vyšetření přímo na místě může potápěče přesvědčit o potřebě okamžitého příjmu kyslíku a nutnosti dalšího lékařského vyšetření.

Poučení z chyb

Po každém ponoru diskutují jeskynní potápěči o tom, co se pod vodou povedlo, ale mnohdy se probírají i věci, které neproběhly tak, jak se očekávalo a co by se mělo příště udělat lépe.

Rekreační potápěči by si měli vzít takové chování za vzor a se svými kolegy probírat situace, které mohly pod vodou přinést nějaké nepříjemnosti. Při diskusích se svými partnery se však rekreační potápěči kvůli vzrušení z úžasných věcí, které během ponoru viděli a zažili, zapomínají zmínit o tom, co by se mělo zlepšit. A mohlo by to být i něco jen velmi jednoduchého – ale nebezpečného jak pro útes, tak i pro potápěče – např. netáhnout manometr podél útesu.

Po ukončeném ponoru si prohovořte se svým partnerem, jak by mohl být příští ponor ještě lepší. A mějte neustále na mysli nutnost tří kontrol: Sebe samotného, své výbavy a svého kolegy.