Ein Erste-Hilfe-Kasten für das Tauchen

Ob Quallengift oder das Zusammenwirken von Taucherflasche und Schwerkraft, ohne Erste-Hilfe-Kasten können Verletzungen im oder auf dem Wasser gefährlich oder gar tödlich sein. Daher sollte ein solcher bei jedem Tauchgang in greifbarer Nähe sein. Und genau wie die Tauchausrüstung braucht auch der Erste-Hilfe-Kasten Pflege und Wartung, damit er im Falle eines Falles von Nutzen ist. Ein vollständiger und tauchgerecht bestückter Erste-Hilfe-Kasten kann Ärgernisse verschwinden lassen und Notfälle erträglich machen.

Die Grundausstattung eines Erste-Hilfe-Kastens für das Tauchen ist vergleichbar mit der eines handelsüblichen Erste-Hilfe-Kastens und sollte die meisten im Kasten aufgeführten Artikel bereits enthalten. Das ist ein guter Anfang. Für das Tauchen lohnt es sich jedoch, ein paar Dinge zusätzlich einzupacken.

Pflaster sind schön und gut, aber es gibt einfachere Wege eine Schnittverletzung, einen Kratzer, oder eine Blase zu verbinden. Flüssigpflaster und wasserfeste Pflaster sind für das Tauchen eine sinnvolle Ergänzung. DAN empfiehlt außerdem Benzoeharz, um die Haftwirkung von Pflastern zu unterstützen, insbesondere in feuchter Umgebung.

Weitere sinnvolle Ergänzungen können von der Art des Tauchgangs abhängen. Insektenabwehrmittel gehört dazu – Prävention ist immer besser als Behandlung. Sonnenschutzmittel genauso: Packen Sie eine Extraflasche meeresfreundlicher Sonnenmilch ein, um schmerzhaften Sonnenbrand zu vermeiden. Bei schlechten Lichtverhältnissen und für die Untersuchung kleiner Wunden, z. B. durch Splitter, kleine Stachel, oder die Überreste von Quallententakeln. Überlegen Sie außerdem, ob reiner Sauerstoff vorhanden ist oder Sie selbst welchen mitbringen sollten.

Latexfreie Handschuhe sind nicht sonderlich reißfest; es lohnt sich, Ersatz vorrätig zu haben.

Während Essig (Haushaltsessig oder 4- bis 6-prozentige Essigsäure) bei Kontakt mit tropischen Quallenarten sehr nützlich ist (z. B. australische Würfelquallen), kann das gleiche Mittel bei Mittelmeerquallen sogar schädlich sein (stark kontraindiziert z. B bei *Pelagia noctiluca,* einer der häufigsten Quallenarten im Mittelmeer), da es die von der Qualle auf der Haut zurückgelassenen, mit Gift gefüllten Zysten zum Platzen bringen kann. Das wichtigste Gegenmittel, das stets angewendet werden sollte, ist das mechanische Entfernen der Tentakelreste, wobei Kratzen und Reiben dringend zu vermeiden sind, verbunden mit dem Eintauchen in heißes Meewasser (kein Süßwasser!) für 20-30 Minuten zur Linderung der Schmerzen und der lokalen Entzündingsreaktion. Das Wasser sollte so heiß sein, dass es gerade noch erträglich ist (42 bis 45° für die meisten Menschen).

Eines der wichtigsten Werkzeuge ist nicht per se medizinische: EIn Schreibgerät. Wenn man mit einer Situation zu tun hat, die nach der ersten Hilfe noch weitere Behandlung erfordert, können eventuell angelegte Notizen über die bereits vorgenommenen Maßnahmen für das behandelnde Personal sehr nützlich sein.

Normale Bandagen sind auch außerhalb des Tauchens nützlich, da Schnittverletzungen, Kratzer, Prellungen, Verstauchungen und Überdehnungen zu den häufigsten Verletzungen auf Booten zählen. Schnelles und effektives Verbinden von Wunden kann das Infektionsrisiko minimieren, und die richtigen Medikamente oder auch nur eine Eispackung können helfen, Unwohlsein oder kleinere Verletzungen an Bord zu behandeln und vielleicht einen Tauchgang zu retten.

Doch auch wenn Sie Ihren Erste-Hilfe-Kasten so weit ausbauen möchten, dass alle Eventualitäten abgedeckt sind, so ist dies in der Praxis nicht möglich. Flexibles Denken – zusammen mit dem in DAN-Kursen vermitteltem Wissen und Ausbildung – kann helfen, aus den vorhandenen Materialien Lösungen zu improvisieren, wenn spezialisierte Mittel nicht vorhanden sind.

Für uns bei DAN ist Tauchen nicht nur ein Job, sondern eine Leidenschaft. Hier sind ein paar Tipps für den Erste-Hilfe-Kasten aus der täglichen Praxis.

Tipps von DAN-Mitarbeitern

“Achten Sie darauf, den Kasten nach jeder Benutzung wieder aufzufüllen, sonst sind die Vorräte schnell verbraucht.”

“Haben Sie immer ein paar Zungenspatel vorrätig. Man kann damit gebrochene Finger schienen, Salben auftragen, und vieles mehr. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.”

“Die richtige Ausrüstung zu haben gibt einem das nötige Selbstvertrauen für die Behandlung.”

Zu guter Letzt – und besser kann man es kaum sagen: “Man sollte immer einen Erste-Hilfe-Kasten dabei haben. Er gehört auf die Packliste für die Tauchausrüstung. Es ist nur eine Frage der Zeit, wann man ihn braucht.”

Empfohlene Inhalte für Erste-Hilfe-Kästen

Grundvorrat

- Nitrilhandschuhe (hypoallergen)
- Barriere für HLW (Mund-Nase-Maske)
- Pinzette
- Sicherheitsnadeln
- Verbandschere
- Desinfektionsmittel (Isopropanol) oder Wischtücher
- Erste-Hilfe-Anleitung

Verbände und Bandagen

- Heftpflaster
- Gaze-Pads und -Rollen
- Dreieckstuch
- Elastische Binden
- Medizinisches Klebeband

Zubehör

- Essig
- sterile Salzlösung
- Spritze für Spülungen
- Heiße und kalte Packungen

Medikamente

- Aspirin
- Acetaminophen (Paracetamol)
- Ibuprofen
- Diphenhydramin (Antihistamin)
- Hydrocortison-Creme
- Antibiotische Salbe
- Dimenhydrinate (Reisetabletten)
- loperamid (Imodium®)
- Säurebinder (z.B. Bullrich-Salz®)

Der Autor

Tim Blömeke unterrichtet Tech- und Sporttauchen in Taiwan und auf den Philippinen. Er ist Autor und freier Übersetzer, sowie Mitglied des Redaktionsteams von Alert Diver. Im Netz erreicht man ihn über seinen Blog und auf Instagram.