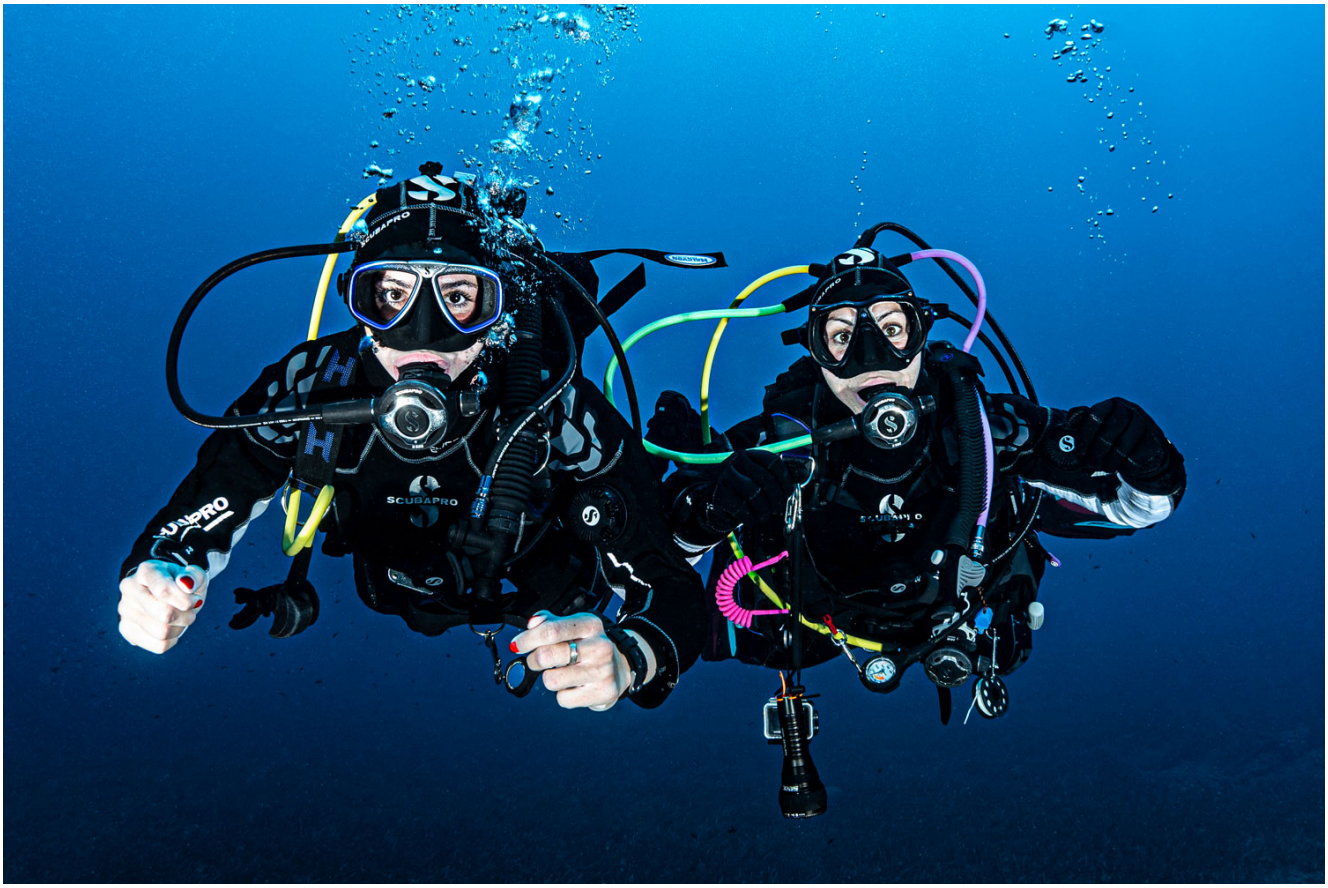
Equaleasy – Druckausgleich und Kopfhaube

Wir verlieren Körperwärme in erster Linie über den Kopf. Das gilt auch dann, wenn wir diesen nur wenig benutzen, denn der Wärmeverlust erfolgt über die Blutgefäße, nicht durch Hirnaktivität. Zweck einer Kopfhaube ist, die Körperwärme zu erhalten. Daneben sticht sie unter allen Teilen der Tauchausrüstung dadurch hervor, dass sie allein in der Lage ist, den Druckausgleich zu stören.

Kopfhauben werden von Tauchern eher lieblos behandelt. Wir stanzen Löcher hinein und bringen Mickey-Maus-, Katzen-, oder Hasenohren an. Oder auch Teufelshörner. Ich habe die Kopfhaube meines Semi-Dry-Neoprenanzugs genussvoll mit einer Bohrmaschine durchlöchert. Mit einer Tarierweste (BCD) würden wir niemals so umgehen!

Unsere Abneigung gegenüber Kopfhauben ist vielleicht eine Konsequenz seltsamer Verhaltensweisen – und zwar von Seiten der Kopfhaube. Ausnahmslos fangen sie gerne Luftblasen ein oder kriechen unter Maskenschürzen. Mit Handschuhen (die häufig gemeinsam mit Kopfhauben getragen werden) ist es schwierig, die Wanderung des Maskenbands zu verhindern, und noch schwieriger, das kleine bisschen Neopren unter der Maskenschütze hervorzuholen.

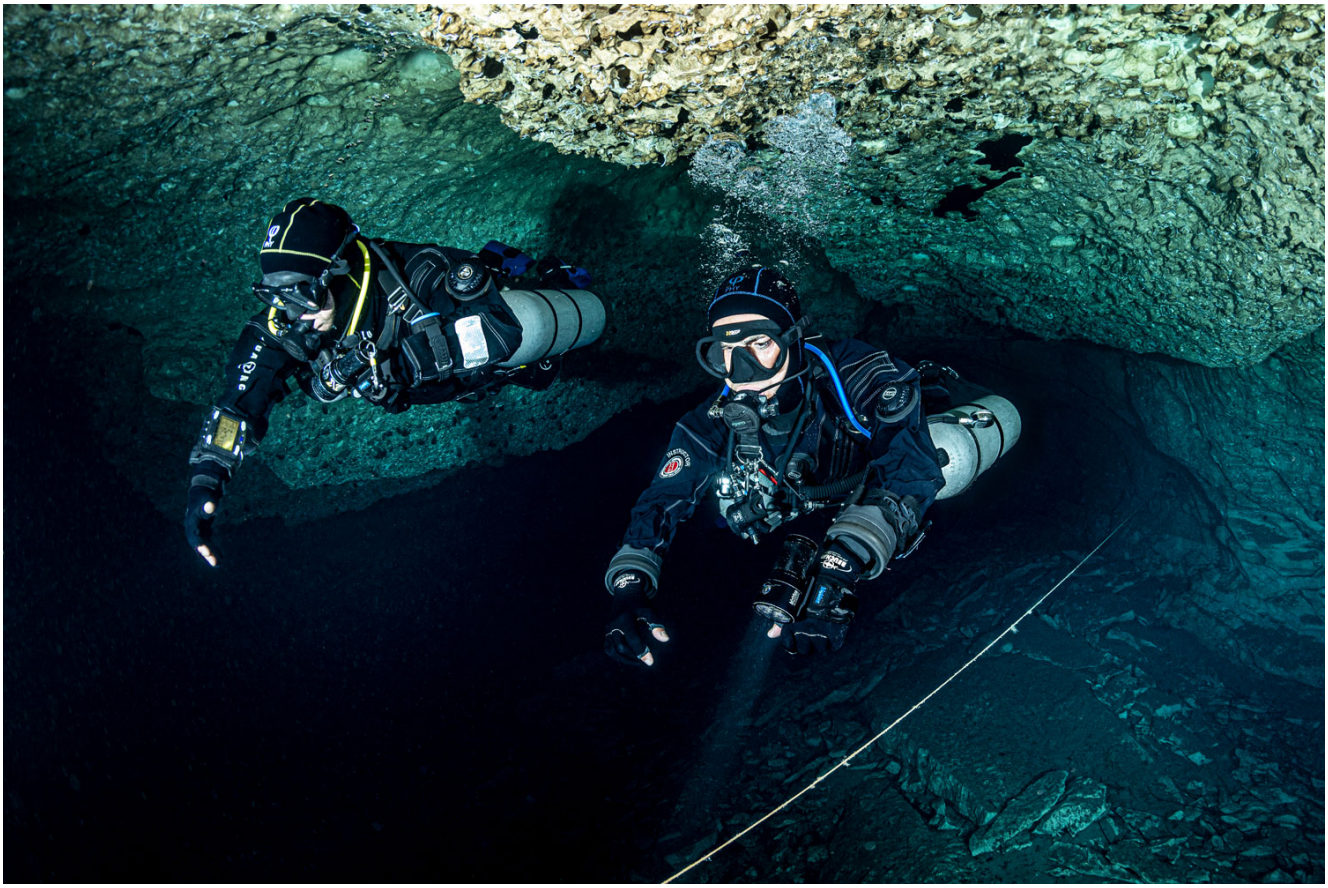
Während wir uns dieser Probleme sehr bewusst sind – wir wollen nicht wie Marge aus der Serie “Die Simpsons” aussehen, und wir wollen nicht alle fünf Minuten unser Maskenband richten – wird die problematischste Eigenschaft der Kopfhauben von Tauchern häufig ignoriert: ihre Tendenz, mit unseren Ohren Schabernack zu treiben.



Problemerkennung.

Kopfhauben können eine tückische Ursache von Barotrauma sein. Beim Tauchen wird unser Gehörgang mit

Wasser geflutet, welches direkten Druck auf das Außenohr ausübt. Eine zu enge Kopfhaube kann den Fluss des Wassers im Gehörgang blockieren oder einschränken. Im schlimmsten Fall legt sich die Haube so auf die Ohrmuschel, dass sie beim Abstieg wie ein Saugnapf wirkt. Zu Beginn des Abstiegs bemerkt der Taucher das beginnende Problem vielleicht nicht – es fühlt sich an, als würde der Druckausgleich funktionieren. Es bildet sich jedoch allmählich ein Vakuum in einem Gehörgang, wodurch sich das Trommelfell nach außen wölbt. Wenn dieser Vorgang (der einem mangelnden Druckausgleich der Maske sehr ähnlich ist) nicht rechtzeitig erkannt wird, kann es zu Schäden im Gewebe des Gehörgangs und des Trommelfells kommen.



Problemvermeidung.

Eine Kopfhaube muss eng anliegen, wie ein Handschuh. Wasser muss den Gehörgang erreichen und Luft muss entweichen können. Ein bewährter Trick ist, einen Finger in Richtung Ohr unter die Haube zu schieben. Ein anderer Trick ist, Löcher in die Haube zu bohren, wo sie die Ohren bedeckt, und diese dann mit einer Lage eines durchlässigen Stoffs zu bedecken. Dies ermöglicht die Zirkulation von Wasser in den Gehörgang, ohne den Komfort allzu sehr zu beeinträchtigen. Seltsamerweise durchlöchern die meisten Taucher nur die Oberseite der Haube – eine strategisch ungünstige Stelle. Doch es gibt schlimmeres. In einem Forum habe ich die Frage eines Tauchers gelesen, ob die “üblichen” Probleme mit dem Druckausgleich beim Tauchen mit Haube möglicherweise durch Tragen von Ohrstöpseln zu lösen seien. Mir lief es kalt den Rücken hinunter. Die Antworten besagten alle das Gleiche: Blankes Entsetzen. Unter Wasser verwandeln sich Ohrstöpsel in Pistolenkugeln, die sich direkt auf die Trommelfelle zu bewegen. Ich weiß, Sie wissen das. Eine Erinnerung kann jedoch nicht schaden – vielleicht gibt es jemanden, der sie braucht.

Trockenhauben mit Ventil und Inflatorschlauch wird es in absehbarer Zeit nicht geben. Vollgesichtsmasken lösen das Problem auch nicht. Wir müssen uns damit abfinden, dass Wasser (ja, kaltes Wasser) in unsere

Kopfhauben eindringen wird. Weil es so sein muss. Die gute Nachricht? Elektrisch beheizte Hauben sind bereits am Markt erhältlich.

Mehr zu diesem Thema:

- Barotrauma des Ohrs nach einem lokalen Tauchgang
- Tagebuch über ein Innenohrbarotrauma
- Ohren und Tauchen

Zusätzliche Ressourcen:

Möchten Sie Ihren Druckausgleich verbessern? DAN Europe steht hinter Ihnen. Der italienische Apnoetaucher Andrea Zuccari, Meister in der Disziplin “No Limits”, hat gemeinsam mit DAN Europe den Kurs Equaleasy – Equalisation Awareness entwickelt, damit Sie Ihren Druckausgleich unter Kontrolle bekommen. Je nach Interesse und Qualifikation gibt es drei Stufen: Schüler, Ausbilder, und Ausbildertrainer. Hier erfahren Sie mehr: Equaleasy-Kurs.

Der Übersetzer

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.