Equaleasy – Tarierung und Druckausgleich

Wie oft haben unsere Ohren uns mitgeteilt, dass wir auf dem Weg nach unten sind?

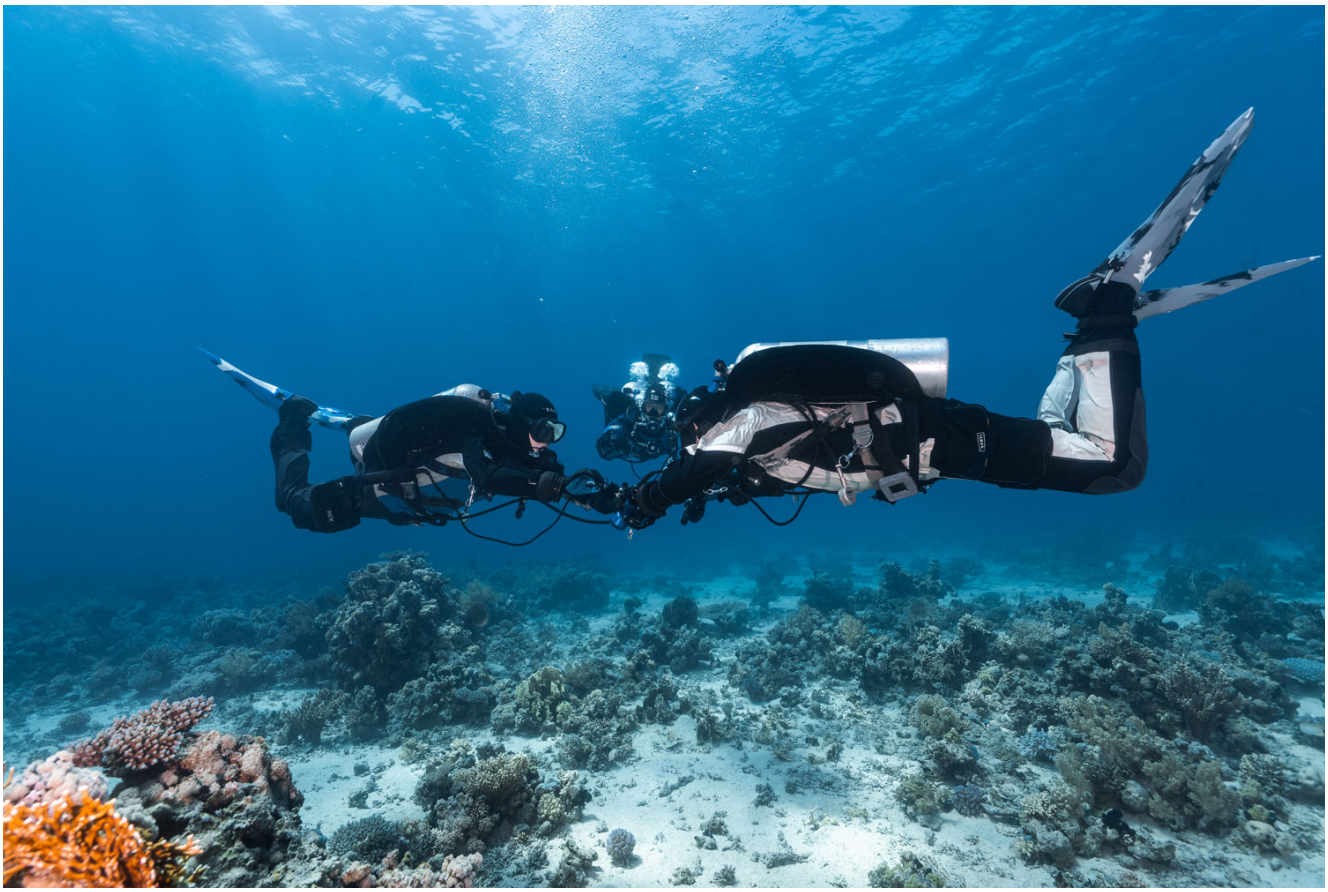
Ohren sind der druckempfindlichste Teil unserer Anatomie, und bei einem ungeplanten Abstieg sind sie die ersten, die uns warnen. Wenig überraschend sind sie auch die häufigsten Opfer schlechter Tarierung.

Eine Grundfertigkeit.

Gute Tarierung ist unabdingbar für Komfort und Sicherheit beim Tauchen. Die kann nicht oft genug gesagt werden. Schlechte Tarierung erhöht den Luftverbrauch. Wichtiger jedoch ist der Effekt auf die Regelung der vertikalen Geschwindigkeit. Tarierung beginnt mit der richtigen Menge Blei: Wer mehr Blei trägt als nötig, muss mehr Luft in sein Tariermittel pumpen, was die Auswirkungen von Druckveränderungen bei einem Tiefenwechsel verstärkt. Ein Trockentauchanzug verhält sich genau so. Eine rasche Veränderung des Volumens eines Trockis oder Tariermittels kann zu einem ungeplanten Aufstieg oder Abstieg führen.

Wer zu viel Blei trägt und das nicht mit zusätzlichem Gas im Tariermittel ausgleicht, hat typischerweise eine aufrechte Wasserlage: Kopf oben und Flossen unten. Um nicht abzusinken, müssen solche Taucher ständig ihre Flossen bewegen, was den Meeresboden und die Klarheit des Wassers gefährdet.

Wer andererseits zu wenig Blei trägt oder zu viel Luft im Tariermittel hat, taucht mit dem Kopf nach unten (negative Wasserlage). In dieser Position kann es schwierig sein, Luft aus dem Inflatorschlauch abzulassen, womit zur Tarierung nur das Überdruckventil am unteren Ende der Weste oder des Wings übrig bleibt. In einem Trocki kann eine negative Wasserlage dazu führen, dass sich Luft in den Füßen aufstaut und Notfallmaßnahmen erforderlich macht.



Ein häufiger Tauchunfall.

Die gefährlichsten Folgen schlechter Tarierung sind ein unkontrollierter Aufstig und verpasste Deko-Stopps. Solche Fehler können einen Taucher direkt in die Druckkammer befördern. Das Risiko eines Barotraumas mag im Vergleich gering erscheinen. Die Zahlen erzählen jedoch eine andere Geschichte: Die häufigste Verletzung beim Tauchen ist Barotrauma, nicht DCS, und mangelhafte Tarierung gehört zu den wichtigsten Ursachen von Barotrauma.

Ein Taucher muss nicht bis auf den Grund des Meeres abstürzen oder an die Oberfläche schießen, um sich zu verletzen. Repetitive, plötzliche Tiefenwechsel können leicht zu Ohrenschäden führen. Tauchlehrer sind besonders gefährdet, wenn sie ihren Schülern während der Ausbildung bei Auf- und Abstieg helfen, häufig mit beiden Händen, und dabei nicht auf ihre eigene Tarierung achten oder zu selten einen Druckausgleich machen. Viele sind zudem mit dem freihändigen Druckausgleich nicht vertraut, der im EqualEasy-Kurs beschrieben wird. Ganz gleich aus welchem Grund, jeder unkontrollierte Abstieg belastet unsere Ohren.

Rettet die Ohren!

Kehren wir zurück zu den Lektionen aus dem Anfängerkurs: Wenn ein Sporttaucher an der Oberfläche sein Tariermittel entleert, einatmet, und dann die Luft anhält, sollte er etwa auf Augenhöhe im Wasser dümpeln. Dieses Verfahren funktiert einigermaßen zuverlässig. Die Binsenweisheit “lieber ein Kilo zu viel als ein Kilo zu wenig” ist mit Vorsicht zu genießen. Wer es mit den extra Kilos übertreibt, geht neue Risiken ein..

Unter Wasser sollten sich Taucher zur Tarierung in erster Linie auf ihren BCD verlassen und das Lungenvolumen zur Feinjustierung nutzen. Alleiniger und zu hektischer Gebrauch des Tariermittels jedoch lässt den Taucher zum Yoyo werden. Was den Druckausgleich angeht, ist es besser proaktiv zu sein als reaktiv: Wenn wir beschließen auzusteigen, sollten wir darauf vorbereitet sein, Luft aus dem BCD abzulassen. Wenn wir tiefer gehen, sollten wir nicht zu viel Gas ablassen, insbesondere wenn wir schon auf Tiefe sind. Während des Tauchgangs ist es nützlich, hin und wieder die Position von Kopf und Beinen zu überprüfen – diese zeigt uns nicht nur, wie es um unsere Wasserage bestellt ist, sondern auch, wie es mit unserer Tarierung steht.

Wenn Sie mehr wissen möchten:

- Die richtige Wasserlage
- Atmung und Tarierung: innehalten, atmen, denken, und dann handeln

---

Über den Autor

Claudio Di Manao ist PADI und IANTD Tauchausbilder und seit 1997 DAN Mitglied. Er ist Autor verschiedener Bücher und Romane über das Tauchen, u.a. Shamandura Generation, einem aufregenden Portrait der Tauch-Community in Sharm el Sheik. Er arbeitet für Magazine, Radiosender und Zeitungen und spricht bzw. schreibt über Tauchsicherheit, Meereslebewesen und Reisen.

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.