

# Huomio yksityiskohtiin

Ollessani lähiaikoina koulutusmatkalla Meksikossa, törmäsin vanhaan ystävääni Ohiota. Oli kulunut yli 25 vuotta siitä, kun olimme viimeksi puhuneet, mutta kävi ilmeiseksi ettei hänen intohimonsa luolasukelluksiin ole hävinnyt.

Pystyin tuntemaan innostuksen hänen kuvatessaan muutamia viimeisiä sukelluskokemuksiaan Cozumelilla. Hän mainitsi kuuluvansa sekä the National Speleological Society (NSS) että NSS:n the Cave Diving Sectionin (CDS) johtoryhmiin, mutta huolimatta näissä kahdessa voittoa tavoittelemattoman organisaation kanssa viettämästään ajasta sekä hänellä että hänen vaimollaan oli silti aikaa tutkia sekä vedenalaisia että -päällisiä luolastoja.

Vaikka olenkin ollut luokitettu luolasukeltaja 80-luvun alusta lähtien, eivät minun kokemukseni ole lähelläkään sitä, mitä vanhan ystäväni sekä monien muiden hänen kaltaistensa, jotka uskaltavat tähän ainutlaatuisen - ja mahdollisesti vaaralliseen - vedenlaiseen maailmaan. Ymmärrän edelleen, että luolasukellus vaatii koulutusta, kokemusta, luottamusta sekä tietoa: sinun on tunnettava varusteesi, sukellusparisi sekä itsesi.

Lisäksi on pidettävä mielessä, ettei luolasukeltaminen ole kokemattomille sukeltajille - se vaatii erityisluokituksen. Luolasukelluksessa on kyse myös siitä, että kiinnitetään huomiota yksityiskohtiin ja tunnustetaan kaikki pienet epämukavuustekijät, jotka myöhemmin saattavat muuttua ongelmaksi tai ongelmasarjaksi.

Virkistysukeltajilla on vastuu paitsi itsestään myös sukellusparista. Heidän tulisi pitää yllä taitojaan, jatkaa koulutustaan, saada lisäkokemusta ja kehittää sukellustaitojaan, jotta sukeltaminen on luontevaa.

Aivan yhtä tärkeää on heidän huomionsa yksityiskohtiin ja mahdollisten huolenaiheiden aikaiseen tunnistamiseen - ennen sukellusta, sen aikana ja sukelluksen jälkeen. Tällöin lisätään mahdollisuutta siihen, että yhdelläkään sukelluksella tapahdu onnettomuuksia tai tapaturmia.

## **Sukelluksen yksityiskohdat**

Virkistysukelluksesta nauttii eniten toisen henkilön kanssa. Toisen parina oleminen on muutakin kuin vain varusteiden pukeminen, veteen hyppääminen ja sukelluksen aikana toisen lähellä oleminen. Parina oleminen tarkoittaa, että olet osa joukkuetta. Et ole ainoastaan jakamassa kokemusta, vaan osasi on myös varmistaa että sukellus on niin turvallinen kuin mahdollista.

Luolasukeltajat varmistavat sekä omat että parin varusteet paljon ennen veteen menoa ja he tekevät sen uudelleen ennen laskeutumistaan. Vaikka virkistysukellus vaatiikin sinua sukeltamaan niin, että suora pintaan nousu on mahdollista, on sinun silti varmistettava että omat ja parin sukellusvarusteet ovat sukelluskuntoiset.

## **Ennen sukellusta, sen aikana ja sukelluksen jälkeen**

Ennen sukellusta - kiinnitä erityistä huomiota itsestään selviin asioihin sekä niihin seikkoihin, jotka ovat tutuimpia. Ennen kuin syöksyt veteen, mieti mitä muutoksia olet mahdollisesti tehnyt varusteisiisi, myös kaikkein vähäpätöisimmät. Ja vaikka sinä oletkin tuttu säättöjen kanssa, älä oleta parisi tietävän sinun tehneen muutoksia ja tietävän, kuinka niiden kanssa toimitaan mikäli jokin asia menee pinnan alla pieleen.

Vedessä sukeltajien tulisi tehdä varusteistaan viimeinen mentaalitarkistus sisältäen sukellustietokoneen sekä varmistaa parinsa ennen laskeutumista. Tarkkaile ympäristön muutoksia sukelluksen aikana, koska

ne saattavat muuttaa sukellusta oleellisesti. Sukeltajista saattaa tuntua että he ovat valmiit sukellukselle, mutta asiat voivat nopeasti muuttua huonompaan suuntaan. Virtaukset, sääolosuhteet, näkyvyys – näillä kaikilla voi olla suora vaikutus sukellukseen. Muutokset missä tahansa näistä voivat muuttaa suhteellisen tapahtumaköy hän sukelluksen joksikin paljon vaativammaksi johon sinulla ja parillasasi ei ole oikeita varusteita.

Yksityiskohtien huomiointi tulee mukaan myös, kun varusteet on huuhdeltu ja pakattu. Mieti kuinka voit. Keskustele pariisi kanssa siitä, mikä hänen olonsa sukelluksen jälkeen on. Et halua ampua yli, mutta mikäli sinulla on jonkinlaisia oireita tai epämukavuutta, kerro se muillekin. Ymmärrä, että sukellusonnettomuuksia tapahtuu, vaikka ne ovatkin harvinaisia eikä sinun tule hävetä, mikäli sinulla on ongelma.

### **Aikainen tunnistaminen**

Vähenevän paineen aiheuttaman sairauden (DCI) oireet ovat sukeltajille usein epämääräisiä. Oireet saattavat jäädä tunnistamatta. Sukeltajat jättävät ne huomioimatta tai he saattavat väheksyä niitä merkityksettöminä tai sukellukseen liittymättöminä. Tämä aiheuttaa usein hoidon viivästymisen. Sukeltajien tulisi tietää yleisimmät DCI:n oireet: muuttunut ihon tuntoaisti, tunnottomuus ja pistely, kipu, huimaus ja suuntatajun menetys (vertiko) sekä kävelyvaikeudet. Sukeltajien tulisi myös tietää, kuinka näihin oireisiin puututaan.

Sinun ensimmäisen puhelusi tulisi olla DANin sukellusonnettomuuden hätälinja (the DAN Diving Emergency Hotline) joka palvelee 24 tuntia päivässä, 365 päivää vuodessa. DANin lääkärit ovat valmiina vastaamaan kysymyksiisi, antamaan neuvoja oireisiisi sekä auttamaan sinut soveltuvimpaan lääkärinhoitoon. DAN-kurssija on saatavilla auttamaan sinua paremmin ymmärtämään mitä tehdä, mikäli onnettomuus sattuu.

### **Vammojen arviointi**

DANin neurologisen arvioinnin (the DAN On-Site Neurological Assessment for Divers) kurssi esimerkiksi keskittyy siihen, kuinka mahdollista neurologista vajaatoimintaa aiheuttavasta sukellusonnettomuudesta kerätään tärkeää tietoa. Noin kahdessa kolmasosassa DCI-tapauksista ilmenee neurologista vajaatoimintaa. Kurssi korostaa mitä tietoa kertoa hätäkeskukseen ja lääkärille.

Neurologisen arviointisi aikana keräämäsi tieto auttaa lääkäriä ymmärtämään tapaturman laajuuden sekä kuinka oireet ovat muuttuneet siinä ajassa, kun sukeltaja saadaan sukelluspaikalta varsinaiseen hoitoon. Neurologisen arvioinnin tekeminen saattaa myös saada sukeltajan ymmärtämään välittömän happiensiavun sekä lääkärintarkistuksen tärkeyden.

### **Opi virheistä**

Luolasukeltajat viettävät sukelluksen jälkeen aikaa keskustelemalla mikä meni oikein sukelluksen aikana. Keskustelu keskittyy paljon myös asioihin, jotka eivät menneet suunnitelmien mukaan jotta niitä voi tehdä paremmin seuraavan sukelluksen aikana.

Virkistyssukeltajien tulisi kopioida tämä käyttäytyminen ja jutella sukelluspariensä kanssa asioista, jotka olisivat voineet mennä pinnan alla pieleen. Liian usein kaikkien “makeiden” asioiden näkemisen aiheuttamassa kiihtymyksessä sukeltajat unohtavat puhua parinsa kanssa niistä asioista joita tulisi tehdä paremmin. Tämä voisi olla jotain niinkin yksinkertaista – mutta vaarallista sekä riutalle että sukeltajalle –

kuin ettei anneta jonkun mittarin roikkua riutta pitkin.

Kun sukellus on tehty, keskustele parisi kanssa kuinka seuraava sukellus voi olla vieläkin parempi. Pidä mielessäsi kolme tarkistusta: itsesi, varusteesi ja sukellusparisi.