Mieti vähän enemmän

DAN-koulutuksessa olemme usein kuulleet onnettomuuteen joutuneiden osallistujien kertoneen, että he toivovat, että olisivat käyttäneet muutaman ylimääräisen minuutin tutustuakseen turvavarusteisiinsa ennakkoon.
Älä odota tarkistaaksesi turvavarusteita ja ensiapulaukkuja ennen sukellukselle menoa. Ne on tarkistettava säännöllisesti. Pidä kirjaa vanhenemispäiväyksistä sekä siitä, koska varusteet on huollettu. Viettämällä vähän aikaa joka viikko – tai edes joka kuukausi. Ja tekemällä pienen varmistuslistan kaikista kertakäyttöisistä ja uudelleenkäytettävistä tavaroista voit pienentää ongelmaa, joka tulee jos erehdyksistä ja valmistautumattomuudesta.

Mukana olevassa “katsaus sukellusonnettomuuksiin” keskusteli DANin lääkäri siitä, mitä pitäisi tehdä huolehdittaessa yleisistä merieläinten aiheuttamista vammoista, kuten syvät haavat ja hiertymät. DANin koulutuksessa opetamme sekä tiedolla että käytännön harjoituksilla. Molempia tarvitaan, jotta selvitään erilaisista tilanteista ja autetaan hätätilanteessa tai vältetään se estäen mahdollisesti hengenvaarallista vammaa muuttumasta pahemmaksi.

Aika katsoa työkaluja – ensiapulaukku Eli mitä ovat muutamat tarvitsemistasi varusteista? Ja kuinka voit parhaiten varmistaa, että kaikki tarvittava on saatavilla ja hyvässä kunnossa kun tarvitset niitä? Aletaan puhumalla sukelluksen perusensiapulaukusta. Mukana olevassa taulukossa mainitut tavarat ovat ne perusvarusteet, jotka löydät DANin ensiapulaukusta (DAN First Aid Kit).

Haavasiteitä
Huomaa, kuinka tavarat on jaettu moduuleihin tai paketteihin, jotta voit ottaa suoraan sen mitä tarvitset. Esimerkiksi, lopeta verenvuotomoduuli sisältää verenvuodon tyrehdyttämiseen tarvittavia varusteita: hansikkaita suojaamaan kehon eritteiltä, 10×10 cm tai 5×5 cm haavalappuja, rullasiteitä ja muita suoraan painamiseen tarvittavia tavaroita. Tiesitkö, että steriilit siteet ja muut steriilit sidetarpeet vanhenevat?
Valmistaja ei voi taata steriiliyttä vanhenemispäiväyksen jälkeen. On tärkeää käyttää puhtaita ja steriilejä siteitä jotta vältetään tulehdus, joten näiden varusteiden säännöllinen tarkistus on tärkeää.

Lääkkeet & huuhtelunesteet
Pidä lääkelaukkua sekä laukkua lisävarusteille, kuten vetyperoksidi tai suolaliuos. Laukussa pitäisi olla: apteekissa myytävää särkylääkettä, kuten ibuprufeiiniä ja parasetamolia; antibioottirasvaa; ripulilääkettä ja närästyslääkettä.
Näitä tavaroita tulisi inventoida säännöllisesti sen varalta, että niitä on käytetty tai vanhenemispäivämäärä lähestyy. Varmistu myös siitä, että ensiapulaukussasi on etikkahappoa (normaalia viinietikkaa) neutraloimaan useita merieläinten myrkytyksiä sekä steriiliä vettä huuhtelemaan ja puhdistamaan haavoja.

Desinfioi käytön jälkeen
Muutamat tavarat voi puhdistaa ja käyttää uudelleen. Niihin saattaa kuulua joustava lasta, 20ml injektioruisku (huuhteluun) sekä DANin elvytysmaski. Varmistu siitä, että ymmärrät kuinka desinfioit nämä tavarat kunnolla ennen kuin käytät niitä.
Saatavilla olevista desinfiointiaineista toiset ovat toisia parempia. Monasti käytetään 10 prosenttista valkaisunestettä (10% valkaisuainetta, loput vettä). Liota tavaroita viitisen minuuttia ja huuhtele juoksevalla vedellä. Anna sitten kuivua. Älä yritä desinfioida ja käyttää uudestaan kertakäyttöisiä tavaroita.

‘Raskaat’ varusteet
Ei ainoastaan hyvä ensiapulaukku ole ensisijaisen tärkeä. Hapenantovarusteet ja AED-laite ovat aivan yhtä tärkeitä. DANin koulutuksessa neuvomme aina varmistamaan varusteet ennen sukellukselle lähtöä.

Hapenantolaitteet
Usein on hapenantolaitteen pussimaski (nonrebreather mask) avattu ja käärittyy takaisin kömpelöön nippuun. Happiletku, annostelija tai paineenalentaja saattavat olla kateissa sekä happipullo tyhjä tai melkein tyhjä. Aivan liian usein on ilmiselvää, ettei paineenalentajaa tai annostelijaa ole huollettu useaan vuoteen.
DAN hapenantolaitteiden valmistaja suosittelee varusteiden huoltoa joka toinen vuosi. Löydät listan Allied Healthcare Products Authorized Service Centers DAN Amerikan nettisivuilta Oxygen Resourcesosiosta (http://www.diversalertnetwork.org/training/oxygen/repair. asp),. Menet yksinkertaisesti DANin nettisivulle ja klikkaat “Training & Education” sekä sieltä “Oxygen Resources.”

Muista täyttää happipullosi kunnon kaasuntäyttöpaikassa. Yhdysvalloissa FDA:lla (Food and Drug Administration) on tietyt vaatimukset lääkekaasupullojen täyttöä varten. Esimerkiksi happipulloon, joka on merkitty lääketieteelliseen käyttöön saa laittaa vain lääkehappea. Lisäksi kaasuntäyttöpaikan on varmistettava säiliön tarkistus ennen niiden täyttöä.
Kun happi on valmis täytettäväksi, valmistetaan se yleensä erissä ja testataan. Jokaiseen pulloon leimataan eränumero ja
vanhenemispäivämäärä. Useimmat lääkekaasujen toimittajat vaihtavat tyhjät pullot täysiin, koska niiden täyttäminen vaatii aikansa. Koska DANin happipullot eivät ole vakiokokoisia pulloja, varaudu siihen, että joudut jättämään pullosi ja hakemaan sen myöhemmin. Kaasun toimittajat eivät yleensä täytä happipulloja odotettaessa.

Automaattiset ulkoiset defibirillaattorit (AED – Automated External Defibrillator)
AED-laitteet ovat yleistymässä kaikkialla maailmassa. AEDlaitteesi tulisi olla säännöllisesti tarkastettu, jotta varmistetaan sen toimintakunto sekä että kaikki varusteet ovat olemassa. Varmista elektrodien vanhenemispäivämäärät ja varmista, että sinulla on jotain, millä pystyt leikkaamaan pois vaatteet tai sukelluspuvut sekä millä pystyt kuivaamaan alueen, mihin elektrodit kiinnitetään. Useimmat AED-laitteet on ohjelmoitu päivittäiselle tarkistukselle. Sinun tulisi kuitenkin suorittaa säännöllisesti myös perusteellisempi tarkistus, kuten akun irrottaminen, mikäli AED-laitteessa on sellainen toiminto.

Ihmisvoima
Ei riitä että sinulla on tarvittavat turvavarusteet joka sukelluksella – ihmisten on myös osattava käyttää niitä kunnolla. Sinulla tulisi olla voimassa oleva PPE- ja ensiapukoulutus. Lisäksi DAN tarjoaa valikoiman kursseja, jotka lisäävät perusensiaputaitoja sukellukseen erikoistuneella ensiapukoulutuksella.

Erinomainen kurssi kaikille sukeltajille – ennen kaikkea sukellushenkilökunnalle – on DAN Diving Emergency Management
Provider (DEMP) -kurssi, joka tarjoaa koulutusta hapen annossa (Oxygen First Aid for Scuba Diving Injuries), vaarallisten merieläinten aiheuttamien vammojen hoidossa (First Aid for Hazardous Marine Life Injuries), AED-laitteen käytössä (Automated External Defibrillators (AEDs) for Scuba Diving) sekä valinnaisena hapenannon jatkokoulutusta (Advanced Oxygen First Aid for Scuba Diving Injuries) niille, jotka

saattavat hyötyä lisäkoulutuksesta.

Järjestä säännöllisiä koulutusskenaarioita ja harjoituksia erilaisilla hätätilanteilla, jotta jokainen on harjoitellut kunnolla hätätilanteita varten. Varmista, että jokainen tietää hätämerkinantolaitteiden sijainnin sekä kuinka veneen radiot ja puhelimet toimivat. Niille veneellä tai sukeltajien kanssa työskenteleville, jotka eivät ole sukeltajia DANin Dive Accident First Aid for Nondivers-kurssi tarjoaa ideaalin koulutuksen.
Tee hyvä hätätilanteen toimintasuunnitelma ja suunnittele säännöllisiä harjoituksia. DAN Training on auttamassa sinua kurssien ja onlineseminaarien kanssa sekä antaa neuvoja, kun tarvitset niitä.

Perusteet
Epäillessäsi sukellusonnettomuutta, suosittelee DAN seuraavaa:

- Poista vammautunut henkilö pois vaarasta;
- Varmista tilanteen turvallisuus;
- Tarkkaile ABC´t (Ilmatiet auki, hengitys, verenkierto);
- Laita vammautunut sukeltaja mukavaan makaavaan asentoon (huomautus: mikäli vammautunut henkilö on pahoinvoiva, tajuton tai tajunnantaso on alentunut laita hänet kyljelleen pää tuettuna (tunnetaan pelastusasentona);
- Mikäli vammautunut sukeltaja on täysin tajuissaan eikä hänellä ole hengitysvaikeuksia, voit antaa alkoholitonta, hiilihapotonta, kofeiinitonta juomaa, kuten vettä tai hedelmämehua;
- Anna hengitettäväksi mahdollisimman korkeapitoista happea hyvin istuvan elvytysmaskin kanssa;
- Aktivoi alueen paikallinen pelastuspalvelu;
- Ota yhteys DANiin varmistaaksesi, että vammautuneen sukeltajan tilannetta hallitaan kunnolla ja tämä saadaan tarvittaessa siirrettyä lähimpään painekammiolla varustettuun sairaalaan. Tämä palvelu on kaikkien saatavilla riippumatta jäsenyydestä tai vakuutuksesta.