

Sukeltaja ja vanheneminen - tietokilpailu



1.

Mitkä seuraavista ovat tyypillisiä iän mukanaan tuomia rajoituksia?

- A. Alentunut fyysinen kunto
- B. Muutokset keuhkojen toimintakyvyssä
- C. Alentunut kylmänsietokyky
- D. A & C
- E. Kaikki yllä mainitut pitävät paikkansa

2.

lääkäämmillä sukeltajilla on todennäköisemmin jokin lääkitys (mahdollisesti pysyvä). Lääkärit määrävät sukeltajille vain sellaisia lääkkeitä, joita voi käyttää sukeltaessa.

- A. Oikein
- B. Väärin

3.

Veden alla oleskelu vaikuttaa elimistöön monin tavoin. Verta siirtyy kehon keskiosiin, verisuonet supistuvat ja virtsaneritys lisääntyy. Nämä sukeltamisen vaikutukset ovat terveysriski erityisesti iäkkäimpien ihmisten sydän- ja verenkiertoelimistölle.

- A. Oikein
- B. Väärin

4.

Hengityskaasun tiheys kasvaa syvemmälle mentäessä. Tästä johtuvat hengitystoiminnassa tapahtuvat muutokset voivat aiheuttaa sen, että jo ennestään olemassa olevat hengityselinten toimintavajaukset saattavat puhjeta äkisti esiin.

- A. Oikein
- B. Väärin

5.

Mikä seuraavista on hyvä turvallisuusohje iäkkäämmille sukeltajille?

- A. Laajenna turvamarginaalejasi sukeltamalla lyhyempiä sukelluksia matalammassa vesissä ja vähennä

toistuvia sukelluksia. Samoin ota huomioon turvapysähdykset ja hidasta nousunopeuksia.

- B. Vältä hyppäämistä veteen
- C. Kaikki yllä mainitut pitävät paikkansa

Ⓒ

6.

Missä iässä tulisi sukeltamista alkaa vähentää?

- A. 40
- B. 55
- C. 65
- D. 75
- E. Mikään yllä mainituista ei ole olennaista

Ⓒ

7.

Pitäisikö iäkkäämpien sukeltajien sukeltaa konservatiivisemmin?

- A. Oikein
- B. Väärin

Ⓒ

8.

Ovatko verenkiertoelimistön ongelmat isompi riski iäkkäämpien henkilöiden kohdalla?

- A. Oikein
- B. Väärin

Ⓒ

9.

Pitäisikö sukeltaminen lopettaa tietyssä iässä?

- A. Oikein
- B. Väärin

Ⓒ

10.

Voivatko iäkkäämmät sukeltajat kompensoida fyysisiä rajoituksiaan kokemuksensa avulla?

- A. Oikein
- B. Väärin

Ⓒ