

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

None

2.

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

- A. Oikein
- B. Väärin

None

3.

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

- A. Oikein
- B. Väärin

None

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

None

5.

Mikä seuraavista on hyvä turvallisuusohje iäkkäämmille sukeltajille?

- A. Laajenna turvamarginaalejasi sukeltamalla lyhyempiä sukelluksia matalammissa vesissä ja vähennä toistuvia sukelluksia. Samoin ota huomioon turvapysähdykset ja hidasta nousunopeuksia.
 - B. Vältä hyppäämistä veteen
 - C. Kaikki yllä mainitut pitävät paikkansa
- None

6.
Missä iässä tulisi sukeltamista alkaa vähentää?

- A. 40
 - B. 55
 - C. 65
 - D. 75
 - E. Mikään yllä mainituista ei ole olennaista
- None

7.
Pitäisikö iäkkäämpien sukeltajien sukeltaa konservatiivisemmin?

- A. Oikein
 - B. Väärin
- None

8.
Ovatko verenkiertoelimistön ongelmat isompi riski iäkkäämpien henkilöiden kohdalla?

- A. Oikein
 - B. Väärin
- None

9.
Pitäisikö sukeltaminen lopettaa tietyssä iässä?

- A. Oikein
 - B. Väärin
- None

10.
Voivatko iäkkäämmät sukeltajat kompensoida fyysisiä rajoituksiaan kokemuksensa avulla?

- A. Oikein
 - B. Väärin
- None