

Neo subacquei sperimentano l'acqua

Subacqueo 1

Il subacqueo è uno studente di 19 anni brevettato da sei mesi. È sano, attivo, non fuma e non beve alcol. Da bambino soffriva di congestione toracica e infezioni sporadiche, ma non ha più avuto sintomi da molti anni. Il suo medico ha certificato l'idoneità alle immersioni. Da quando si è brevettato non si è più immerso e sta iniziando una settimana di immersioni poco profonde con degli amici.

I fatti

Il primo giorno iniziò con quattro immersioni tra i 6 e i 12 metri, di 25 minuti al massimo ciascuna. Il sito d'immersione era nuovo per lui. Nel corso di due delle immersioni il ragazzo venne colto dall'ansia e si separò dal resto del gruppo con una risalita rapida verso la superficie. In entrambe le occasioni la guida riuscì a fermare la risalita ed a incoraggiare il subacqueo, calmandolo e facendolo tornare in profondità. Il secondo giorno il subacqueo in questione fece due immersioni nello stesso posto. La prima a 18,2 metri per 30 minuti, la seconda a 15,2 metri per 20 minuti, con un intervallo di superficie di 60 minuti. Durante la seconda immersione, il sub venne di nuovo preso da una forte ansia ed iniziò a risalire rapidamente verso la superficie. Di nuovo, la guida fermò il sub vicino alla superficie e lo convinse ad aspettare qualche minuto (evitando forse un danno immediato grave).

I sintomi

Poco dopo, uscito dall'acqua, il subacqueo aveva freddo e si sentiva molto stanco. La sera tardi, dopo essere tornato a casa, notò il graduale inizio di un dolore al gomito destro. Il dolore crebbe in intensità e gli venne anche un mal di testa generalizzato. Chiamò l'istruttore che lo aveva certificato, il quale gli disse che secondo lui era improbabile che avesse la malattia da decompressione (MDD). La notte seguente, visto che i sintomi persistevano, chiamò il DAN. Sfortunatamente, il subacqueo non era un iscritto DAN e si trovava a più di tre ore di automobile dalla camera iperbarica più vicina. Dato il costo di una visita in zona, decise di andare in auto con degli amici fino alla struttura e di non rivolgersi ad un medico locale per visita e assistenza.

La terapia

Fortunatamente per il subacqueo, tutti i sintomi scomparvero completamente quando venne trattato secondo la Tabella 6 U.S. Navy. Rimasto in osservazione in ospedale per il resto del giorno successivo, venne poi dimesso. Nonostante accusasse sintomi relativamente lievi, il subacqueo fece bene a rivolgersi a degli esperti. Anche se sarebbe stato meglio se si fosse fatto visitare da un medico locale, se gli avessero somministrato ossigeno al 100% e trasferito ad una struttura iperbarica, il subacqueo ha comunque vissuto un'esperienza con esito positivo, dopo l'incidente. Con sintomi post-immersione come quelli del subacqueo del racconto, è consigliato farsi visitare da un medico del posto, anche se non competente in medicina dell'immersione. Quel medico può raccogliere informazioni di base ed effettuare le valutazioni fisica e neurologica di base. Ciò è utile non solo per diagnosticare la MDD, ma aiuta anche ad escludere altre possibili cause dei sintomi. La MDD non si manifesta sempre in maniera ovvia, e può capitare anche dopo immersioni che normalmente non farebbero sospettare la MDD.

Subacqueo 2

Il subacqueo è una donna di 30 anni; ha una salute eccellente, è in forma, non fuma. Ha il brevetto da un mese. Va con la propria automobile ad un sito per immersioni ricreative, ha in programma due giorni di immersioni.

I fatti

Per il primo giorno aveva programmato due immersioni per riprendere confidenza con le tecniche apprese di recente. Le immersioni, entrambe a 7,6 metri per 26 minuti, andarono lisce come l'olio, senza fatti da segnalare. Per il secondo giorno era in programma una immersione a 18,2 metri per 50 minuti. Verso la fine dell'immersione ebbe problemi di assetto e tentò di regolare il suo giubbotto ad assetto variabile (GAV) per mantenere un assetto neutro. Ciò aumentò i problemi e lei finì col fare, nel panico, una risalita incontrollata fino alla superficie.

I sintomi

Dopo essere riemersa le girava la testa ed avvertiva un po' di nausea. Toltasi l'attrezzatura si distese per riposare. Dopo un intervallo di superficie di due ore si sentiva meglio, non manifestava sintomi, e decise di fare la seconda immersione, programmata a 13,7 metri per un tempo di fondo di 25 minuti. Fece una tappa di sicurezza di cinque minuti e uscì dall'acqua senza alcun sintomo. Subito dopo l'immersione si mise in viaggio verso casa. Per arrivare a casa doveva però attraversare montagne alte fino a 1.981 metri dopo circa 90 minuti dall'ultima immersione. A casa iniziò, dopo circa cinque ore fuori dall'acqua, a sentirsi debole e con un formicolio, una sensazione "pungente", al braccio sinistro, poi estesa a debolezza in tutto il braccio sinistro; la nausea era riapparsa dopo circa un'ora dal rientro a casa.

La terapia

La subacquea si recò al pronto soccorso locale e venne visitata da un medico. Non era iscritta al DAN, ma il medico chiamò il DAN per discutere il caso. La sub venne trasferita ad un centro iperbarico nella struttura medica locale meglio attrezzata. Venne sottoposta ad un singolo trattamento secondo la Tabella 6 U.S. Navy e si ristabilì completamente.

Conclusioni

I due incidenti dimostrano come l'essere subacquei sia qualcosa di più che avere una certificazione. Da subacquei, dovremmo chiederci se noi - con i nostri compagni - siamo pronti per certe esperienze subacquee; la questione dell'essere a proprio agio ricorre in molti dei casi di incidente riferiti al DAN. Entrambi i subacquei potevano non essere sicuri delle proprie capacità in quanto neofiti, ma entrambi hanno agito con buon senso quando si sono resi conto che qualcosa non andava con le immersioni. Hanno preso la decisione giusta e chiesto assistenza, pur non conoscendo nello specifico la MDD. In piscina e sotto diretta supervisione i subacquei possono anche eseguire correttamente tutte le tecniche, ma quanto sono a proprio agio una volta da soli? Dipende dal subacqueo e dalla situazione, ma avere il controllo della respirazione è un fattore determinante per mantenere il confort in acqua. Fattori che possono aumentare la resistenza ad una respirazione normale, come i cinghiaggi del GAV, un GAV parzialmente gonfio o una muta stretta possono causare disagio nel sub; aggiungiamo a questo la mancanza di esperienza di immersioni ad una nuova profondità e in un nuovo sito. Consideriamo che il livello tecnico ed il livello di conoscenze del subacqueo non corrispondono necessariamente al confort del neosubacqueo.

Idealmente, ogni immersione dovrebbe essere al livello delle abilità e delle conoscenze del sub. Le prime immersioni dopo il brevetto sono ancora di addestramento. Fare l'abitudine agli effetti della sommersione ha molto a che fare con l'aumento del confort e la riduzione dello stress, dell'ansia e persino del panico del sub. In questo senso, il confort in acqua è una tecnica di sicurezza tanto quanto lo è il controllo dell'assetto. A questo riguardo, anche associarsi al DAN e Alert Diver possono avere un ruolo. Nei mesi durante i quali non vi immergete, potete avere informazioni importanti riguardo la sicurezza dell'immersione, informazioni che possono aiutare voi - e le persone con le quali vi immergete - a capire meglio l'immersione ricreativa con le bombole. Se i vostri compagni di immersione non sono iscritti DAN o se conoscete nuovi subacquei che non si sono ancora uniti al DAN, incoraggiateli a farlo ora. Non esiste un'azione che da sola possa eliminare i danni da immersione, ma iscriversi al DAN è un eccellente inizio di

una lunga e bene informata carriera nel campo delle immersioni ricreative con autorespiratore.