

# Prenditi tutto il tempo che serve!

Durante gli addestramenti DAN abbiamo spesso sentito dire dai partecipanti coinvolti in un incidente, che avrebbero desiderato aver dedicato dei minuti in più per controllare il proprio equipaggiamento di sicurezza.

Non aspettare a controllare le attrezzature di sicurezza e le unità di primo soccorso prima di un'escursione subacquea: devi controllarle regolarmente. Tieni un registro delle date di scadenza e di manutenzione dell'equipaggiamento. Dedicando poco tempo ogni due settimane - anche una volta al mese - alla creazione di una semplice lista di tutti gli oggetti monouso e non, puoi prevenire i problemi derivanti da sviste o da impreparazione.

Nella sezione Incident Insight di questo numero, un medico DAN ha discusso delle procedure per curare le lesioni comuni dovute a forme di vita marina, come le lacerazioni e le abrasioni. Nei corsi di addestramento DAN, insegniamo sia i principi teorici che quelli pratici. Sono necessarie entrambe le cose per affrontare le tante situazioni avverse ed evitare che una lesione grave o potenzialmente pericolosa per la vita peggiori.

## **Tempo per l'attrezzatura - Il kit di Primo Soccorso per le immersioni**

Dunque, di quali oggetti hai bisogno? E come puoi prenderti cura di loro al meglio, così che tutti i componenti siano subito disponibili e in buone condizioni quando ne hai bisogno?

Cominciamo parlando di un kit base di primo soccorso per le immersioni. Gli articoli elencati di seguito sono gli elementi fondamentali di un Kit DAN di Primo Soccorso.

### **Medicazioni per le ferite**

Nota come gli oggetti sono divisi in moduli, o pacchetti, così da poter prendere esattamente ciò che è necessario. Per esempio, il modulo Ferma Sangue contiene gli articoli necessari a controllare le emorragie: guanti per proteggersi dalle sostanze del corpo, garze 4 pollici per 4 e 2 pollici per 2 (10×10 cm o 5×5 cm), garze arrotolate e altri oggetti per fornire una semplice pressione diretta.

Sapevi che le garze sterili e altri materiali sterili per le fasciature hanno delle date di scadenza? Il produttore non può garantire la sterilità degli articoli chiusi nei pacchetti dopo la data di scadenza. Utilizzare medicazioni sterili e pulite è fondamentale per evitare infezioni, quindi il controllo periodico di questi oggetti è importante.

### **Medicazioni e soluzioni per pulire le ferite**

Tieni con te una borsa per le medicazioni e qualsiasi altro sussidio aggiuntivo, come il perossido di idrogeno o una soluzione salina. La borsa dovrebbe contenere: analgesici senza prescrizione medica, come l'ibuprofene e l'acetaminofene, creme antibiotiche, loperamide per diarrea e antiacidi.

Fai periodicamente un inventario di questi articoli qualora qualcosa sia stato usato o si stia avvicinando alla data di scadenza. Accertati che il kit di primo soccorso abbia anche una quantità adeguata di acido acetico (il comune aceto domestico) per neutralizzare i tanti avvelenamenti marini, e una soluzione salina sterile o dell'acqua sterile per sciacquare e pulire le ferite.

### **Disinfettare dopo l'uso**

Alcuni articoli possono essere puliti e riutilizzati. Questi articoli potrebbero essere una stecca flessibile, una siringa da 20 ml con punta per catetere e la maschera di rianimazione oronasale DAN. Assicurati di saper disinfettare correttamente questi oggetti prima di usarli.

Tra le molte soluzioni disinfettanti disponibili, alcune sono migliori di altre. Potresti usare, ad esempio, una soluzione candeggina-acqua al 10 per cento. Immergi gli articoli per cinque minuti e risciacquali con acqua fresca. Poi lasciali asciugare all'aria. Non tentare di disinfettare e riutilizzare articoli usa e getta.

### **L'attrezzatura 'pesante'**

Non è essenziale soltanto un buon kit di primo soccorso. Sono importanti anche le apparecchiature per l'ossigeno e i defibrillatori automatici esterni (DAE). Nei corsi di addestramento DAN, consigliamo sempre di controllare l'equipaggiamento prima di un'immersione.

### **Unità di ossigeno**

Spesso, la maschera non-rebreather dell'unità di ossigeno viene aperta e riposta alla buona nella custodia in un rotolo di carta. Possono mancare i tubi o i regolatori dell'ossigeno e la bombola d'ossigeno può essere quasi vuota. Troppo spesso il regolatore e la valvola d'ingresso dell'inalatore non sono stati revisionati, né sottoposti a manutenzione da diversi anni.

DAN consiglia la manutenzione dell'equipaggiamento ogni due anni. Le bombole di ossigeno destinate all'uso medico, ad esempio, possono essere riempite soltanto da ossigeno medico. Inoltre, i fornitori di gas devono controllare la bombola prima di riempirla.

Una volta pronto, l'ossigeno medico viene solitamente confezionato in lotti e testato. Su ogni bombola verrà stampato il numero del lotto e la data di scadenza del gas. La maggior parte dei fornitori di gas medico scambia le bombole vuote con quelle piene, per via del tempo richiesto per il riempimento. Dal momento che le unità di ossigeno DAN non utilizzano bombole dalle dimensioni standard, devi essere disposto a lasciare bombola e a ritirarla più tardi. Di solito, i fornitori di gas non riempiono le bombole di ossigeno al momento, mentre attendi.

### **Defibrillatori automatici esterni**

In tutto il mondo i DAE diventano sempre più conosciuti. La tua unità DAE dovrebbe essere controllata regolarmente per garantire che sia nell'ordine operativo e che abbia tutta l'attrezzatura. Controlla le date di scadenza delle piastre e assicurati di avere gli accessori, come ad esempio forbici per tagliare i vestiti o le mute e un panno asciutto, per pulire l'area in cui vengono attaccate le piastre. La maggior parte dei DAE sono programmati per effettuare controlli giornalieri; tuttavia, dovresti eseguire periodicamente anche un controllo più esteso, come un test di inserimento della batteria, se il DAE ha tale possibilità.

### **Il potere delle persone**

Durante ogni immersione non è fondamentale soltanto l'equipaggiamento di sicurezza, ma anche essere persone addestrate correttamente ad usarlo. Dovresti avere un certificato valido di CPR e di primo soccorso di base. Il DAN offre una vasta gamma di corsi di formazione che integrano il primo soccorso di base con un addestramento di primo soccorso specifico per i subacquei.

Un corso perfetto per tutti i subacquei - e, in particolare, per il personale subacqueo - è il corso DAN Diving Emergency Management Provider (DEMP), che fornisce un'addestramento nell'Oxygen First Aid for Scuba Diving Injuries, First Aid for Hazardous Marine Life Injuries, Automated External Defibrillators (AEDs) for Scuba Diving e una sezione facoltativa chiamata Advanced Oxygen First Aid for Scuba Diving Injuries per coloro che possono approfittare del training aggiuntivo.

Bisogna preparare costantemente scenari di addestramento e fare esercitazioni così che ognuno sia ben preparato in caso di emergenza. Assicurarsi che tutti sappiano dove sia l'attrezzatura per le segnalazioni di un'emergenza e i comandi radio sulle imbarcazioni. Il corso DAN Dive Accident First Aid for Nondivers offre

una formazione ideale per i non subacquei che lavorano sulle imbarcazioni o con i sub. Sviluppa un buon piano di assistenza in caso d'emergenza e pianifica le esercitazioni regolarmente. Il DAN Training è qui per assisterti con corsi, seminari online e consigli utili, quando ne hai bisogno.

### **Le basi**

Per lesioni a seguito di un'immersione, il DAN consiglia quanto segue:

- Allontanare la persona lesa dal pericolo;
- Garantire la sicurezza del luogo;
- Monitorare le vie aeree, la respirazione e la circolazione;
- Mettere il subacqueo infortunato in posizione sdraiata (nota: se la persona infortunata ha la nausea, è incosciente o semicosciente, posizionarla su un lato, con la testa sostenuta - posizione laterale di sicurezza o di decubito laterale);
- Se il subacqueo infortunato è del tutto cosciente e non ha difficoltà respiratorie, si possono fornire fluidi non alcolici, senza gas e senza caffeina, come acqua o un succo di frutta;
- Fornire la più elevata concentrazione di ossigeno, inspirato applicando in modo aderente la maschera oronasale di rianimazione;
- Attivare il protocollo della propria area per le emergenze mediche locali;
- Contattare il DAN per esser certi di comportarsi correttamente con il subacqueo ferito e avere informazioni riguardo la struttura iperbarica più vicina e disponibile, se necessario. Questo servizio è disponibile per tutti, indipendentemente dal tipo di assicurazione e di membership.