

Letten op details

Tijdens een opleidingsexcursie naar Mexico, ontmoette ik een oude vriend uit Ohio. Het was meer dan 25 jaar geleden dat we elkaar het laatste gezien hadden, maar het werd me tijdens onze gesprek duidelijk dat zijn passie voor het grotduiken onverminderd was.

Ik kon zijn opwinding voelen toen hij sommige van hun recente avonturen tijdens het duiken in Cozumel beschreef. Hij vertelde dat hij lid was van het uitvoerend orgaan van zowel de National Speleological Society (NSS) als de Cave Diving Section (CDS) van de NSS, maar dat ondanks de tijdsinvestering in twee non-profits organisaties zijn vrouw en hij nog steeds een heleboel tijd hadden om zowel natte als droge grotssystemen te exploreren.

Hoewel ik al sinds begin jaren 80 een gebrevetteerd grotduiker ben ik bij lange na niet zo ervaren als mijn oude vriend en vele anderen die zich in deze unieke - en potentieel gevaarlijke - onderwaterwereld begeven. Ik begrijp nog steeds dat grotduiken training, ervaring, zelfvertrouwen en kennis vereist: vertrouwd zijn met je materiaal, je buddy en jezelf.

Vergeet bovendien niet dat grotduiken niet voor nieuwe duikers is: het vereist een speciale brevettering.

Grotduiken betekent ook het schenken van aandacht aan de details van de duik en het snel herkennen van kleine ongemakken die later uit kunnen groeien tot problemen of tot een reeks problemen. Sportduikers hebben ook een verantwoordelijkheid aan zichzelf en hun buddy's. Ze moeten hun vaardigheden onderhouden, meer trainen, meer ervaring opdoen en vertrouwen in hun vaardigheden ontwikkelen. Net zo belangrijk is hun aandacht voor detail en een snelle herkenning van potentiële bekommernissen - voor, tijdens en na de duiken. Dit zal de kans vergroten dat iedere duik ongeval- en verwondingenvrij blijft.

Details van de duik

Van sportduiken geniet je het meest samen met iemand anders. Samen met iemand betekent veel meer dan alleen maar je spullen omhangen, in het water springen en onderwater in de buurt van iemand rondhangen. Buddy zijn betekent dat je deel uitmaakt van een team, niet alleen maar de ervaring deelt, maar ook jouw aandeel levert om ervoor te zorgen dat de duik zo veilig mogelijk is. Lang voor ze het water in gaan en opnieuw voordat ze afdalen, controleren en controleren grotduikers opnieuw zowel hun eigen apparatuur als die van hun buddy. Hoewel sportduiken eist dat je altijd duikt met directe toegang tot het oppervlak, moet je nog steeds de tijd nemen om zeker te zijn dat jij, je materiaal en je buddy gereed zijn voor de duik.

Voor, tijdens en na

Besteed voor de duik vooral aandacht aan de dingen die je als vanzelfsprekend beschouwt of dingen waarmee je het meest bekend bent. Bedenk voor je onderduikt, welke aanpassingen je aan je uitrusting gemaakt hebt, zelfs de simpelste van de aanpassingen. En ga er niet van uit dat jouw buddy, omdat jij op de hoogte bent van de aanpassingen, weet die dat je de aanpassing gemaakt hebt en weet hoe hij er mee om moet gaan als er iets fout loopt onderwater.

Eenmaal in het water moeten duikers een laatste mentale controle van al hun systemen uitvoeren, waaronder hun duikcomputers en met hun buddy checken alvorens af te dalen. Let tijdens de duik op omgevingsveranderingen die de dynamiek van de duik kunnen veranderen. Duikers kunnen het gevoel hebben dat ze, zodra ze hun afdaling maken, klaar zijn voor de duik, maar qua omgeving kunnen zaken snel verslechteren. Stromingen, weeromstandigheden, zicht, alles kan direct van invloed zijn op je duik. Veranderingen in een van deze zaken kunnen een relatief kalme duik veranderen in iets dat wat uitdagender is en iets waarvoor jij en je buddy wellicht slecht zijn toegerust.

Aandacht voor detail speelt ook een rol zodra je spullen schoongemaakt en ingepakt zijn. Voel hoe je je voelt; praat met je buddy over hoe hij zich voelt na de duik. Je wilt niet overdrijven, maar als je niet lekker lijkt te voelen of als je ongemak ervaart, houd dat dan niet voor je. Begrijp dat duikverwondingen, hoewel ze niet vaak voorkomen, gebeuren en dat je je niet schuldig moet voelen als je een probleem hebt.

Snelle herkenning

Voor duikers lijken de symptomen van decompressieongeval (DCO) vaak vaag. Ze worden niet herkend, duikers negeren ze vaak of ze schuiven deze symptomen terzijde als onbelangrijk of niet gerelateerd aan het duiken. Dit heeft vaak vertraging van de behandeling tot gevolg. Duikers moeten de meest voorkomende symptomen van DCO kennen: veranderd gevoel in de huid, gevoelloosheid en tintelingen, pijn, duizeligheid en vertigo, en problemen met lopen. Duikers moeten ook weten hoe ze op deze symptomen moeten reageren. Je eerste telefoontje moet naar de DAN Diving Emergency Hotline, 24 uur per dag en 365 dagen per jaar bemand. DAN medici staan klaar om je vragen te beantwoorden, je advies te geven betreffende je symptomen en je te helpen in het verkrijgen van de meest geschikte medische hulp. DAN opleidingscursussen zijn er ook om je te helpen een beter begrip te krijgen van wat te doen zou er zich een duikverwonding voordoen.

Verwondingbeoordeling

De DAN On-Site Neurological Assessment for Divers cursus richt zich bijvoorbeeld op het verkrijgen van essentiële informatie betreffende een duikverwonding waar een neurologisch probleem bij zou kunnen komen. Dit doet zich in ongeveer tweederde van alle DCO voor. De cursus onderstreept welke informatie aan de medische hulpdiensten en -artsen doorgegeven moet worden. De informatie die je verkrijgt tijdens het uitvoeren van een neurologische beoordeling helpt de arts de omvang van de verwonding te begrijpen en hoe het in de loop van tijd die nodig was om de gewonde duiker van de duikstek naar de uiteindelijke hulp te krijgen veranderd is. Bovendien kan een neurologisch onderzoek te plekke de duiker duidelijk maken dat hij direct zuurstof toegediend moet krijgen en verder onderzocht moet worden door een arts.

Van fouten leren

Grotduikers besteden na iedere duik wat tijd om door te spreken wat er onderwater goed ging, maar een groot deel van hun discussie gaat over zaken die niet gingen zoals verwacht was, zodat ze bij de volgende duik verbeterd kunnen worden. Sportduikers zouden een voorbeeld moeten nemen aan dit gedrag en met hun buddy's praten over de dingen die onderwater fout hadden kunnen gaan. Maar al te vaak wordt er in de opwinding van het praten over alle "coole" dingen die ze tijdens de duik zagen door de sportduikers vergeten met hun buddy's te praten over zaken die verbeterd zouden kunnen worden. Dit kan iets simpels - maar gevaarlijks voor zowel rif als duiker - zijn als zorgen dat je meter niet over het rif slepen. Praat, zodra de duik voorbij is, met je buddy over de manier waarop de volgende duik zelfs nog beter kan worden. Denk aan de drie checks: jij, je uitrusting en je buddy.