

Bezpieczny powrót do wody: dekalog zasiedziałego nurka

Po długiej zimie i jeszcze dłuższym okresie izolacji z powodu koronawirusa abstynencja od azotu sięgnęła zenitu. W czasie tej bardzo wyjątkowej wiosny tylko nurkowie, którzy mają swój własny basen lub prywatne wejście do morza, jeziora lub innego zbiornika mogli cieszyć się nurkowaniem. Zakładamy, że nie należysz do tej szczęśliwej kategorii ludzi, dlatego zanim zaczniesz nasycać się azotem, przeczytaj nasze porady, aby uniknąć przedawkowania i innych problemów.

1- Skafandry nurkowe, zarówno mokre jak i suche, mają tendencję do kurczenia się po pewnym okresie nieaktywności (uwaga od autora - sprawdź również swoje ubrania, moje wydają się jakby mniejsze...). Możesz próbować zrzucić rozmiar albo dwa chodząc na piechotę do miejsc nurkowych z bagażem na plecach, ale to działa tylko wtedy, gdy mieszkasz co najmniej 300 km od nich. Zamiast tego możesz wypożyczyć dobrze zdezynfekowany skafander nurkowy z lokalnego centrum nurkowego lub kupić nowy. Przekonasz się, że zagraniczne fabryki wciąż popełniają błędy w europejskich rozmiarach. Bądź ostrożny w swoich przewidywaniach, ile czasu zajmie Ci powrót do formy - może się okazać, że będziesz wypożyczać skafander przez wiele lat.



2- Skafandry się kurczą, a **akumulatory** się rozładowują. Na pewno to zauważyłeś, kiedy w kwietniu bezskutecznie próbowałeś uruchomić swój skuter podwodny. Pamiętaj o tym, że w przeciwieństwie do akumulatorów skutera, które ładują się podczas pływania, baterie w komputerze nurkowym NIE naładują się przy zanurzeniu. Po prostu kup sobie nowe, gdy tylko znajdziesz je w sklepie. Pamiętaj, że baterie mają jeszcze jedną paskudną cechę – oprócz tego, że rozładowują się podczas nurkowania, występują w wielu kształtach i rozmiarach. Znajdź więc taką, która pasuje do Twojego komputera na pewno będzie niedostępna w sklepie obok miejsca nurkowego.



3- Wodoodporna walizka z Twoim ukochanym **zestawem części zamiennych** prawdopodobnie leży tam, gdzie ją ostatnim razem położyłeś. Czy w międzyczasie robiłeś jakiś remont w domu? Nie sądzę. Zobacz, czy nie ma jej za wiaderkami z farbą. Jeśli mieszkasz z kimś, kto nie nurkuje, sprawdź, czy nie pomylił jej ze skrzynką na wiertarkę. Jest? Znalazłeś swoją ukochaną kolekcję o-ringów i kluczy imbusowych, półkilogramowy adapter DIN i cudowną tubkę silikonu, którą tak trudno dostać. Brakuje paska do maski? Urwał się na pontonie podczas nurkowania we wrześniu, pamiętasz? A teraz sprawdź, czy zapasowa maska wciąż jest w kieszeni BCD.

4- Nieprzyjemne **stworzenia** mają tendencję do wchodzenia w wilgotne, przestronne dziury. Skafandry nurkowe i drugie stopnie automatu to komfortowe miejsca dla pająków, skorpionów i karaluchów. Historia Divemastera, któremu wyjęto karalucha z oskrzeli jest niestety prawdziwa. Dlatego sprawdź ustnik przed użyciem i odwróć skafander na lewą stronę. Unikaj przenoszenia szkodników tam, gdzie nie powinno ich być.



5- Rozpocznij od łatwych nurkowań. To wcale źle o Tobie nie świadczy. Nurkowie „macho” twierdzą, że łatwe nurkowania to żadna przyjemność, ale jeśli nie chcesz być bohaterem lokalnych anegdot, nie stawiaj sobie na początku zbyt trudnych wyzwań. Jeśli to możliwe, wykonaj łatwe nurkowanie z brzegu. Pamiętaj, że ci, którzy chcą namówić Cię na skomplikowane nurkowanie będą pierwszymi, którzy potem skrytykują Twoją pływalność, trym i zużycie powietrza. Odświeżenie umiejętności nigdy nie jest ujmą na honorze.



6- Jak na pewno wiesz, nowością w tym roku jest **koronawirus**. Dlatego byłoby świetnie, gdybyś przed nurkowaniem wypełnił kwestionariusz dotyczący ryzyka (miejmy nadzieję, że bardzo małego) zarażenia się przez Ciebie wirusem. Kwestionariusz znajduje się [TUTAJ](#). Pamiętaj, aby utrzymywać odległość co najmniej jednego metra od innej osoby (w niektórych krajach zalecany dystans to dwa metry) i nosić maseczkę na twarzy, kiedy jesteś w centrum nurkowym, na łodzi lub pontonie. Pod wodą oddychaj spokojnie: tam możesz w końcu zapomnieć o wirusie!

7- Trzy nurkowania dziennie to prawdopodobnie zbyt dużo nawet dla tych, którzy wrócili do nurkowania nieco wcześniej. Ogranicz liczbę nurkowań do dwóch, a nie będziesz mieć problemów z azotem resztkowym, uszami czy poziomem energii. W przeciwieństwie do baterii w komputerze nurkowym, poziom energii u ludzi zwiększa się wraz z praktyką. Z tajemniczych powodów wydajność fizyczna i koncentracja spadają, gdy podnosi się poziom stresu i zmęczenia, nawet podczas nurkowania. Pamiętaj również o tym, że odpowiednia odległość od DCI to 5 metrów głębokości przez co najmniej 3 minuty!

8- Kontrola bezpieczeństwa przed nurkowaniem nie jest przestarzałym nawykiem, ale zasadą, która jest zbyt często ignorowana. Oczywiście z powodu ryzyka zakażenia koronawirusem nie możesz dotykać sprzętu partnera, ale możesz go poprosić, żeby skontrolował swój sprzęt samodzielnie, kiedy Ty go obserwujesz. Poleć mu, aby sprawdził BCD, pas balastowy, automaty, inflatory, komputer, rezerwę gazu i działanie zaworów (zawory powinny być ZAWSZE w zasięgu nurka). Poproś partnera, aby obserwował Ciebie, kiedy Ty przeprowadzasz kontrolę swojego sprzętu. Nigdy nie ignoruj procedur bezpieczeństwa.



9- Twoje **członkostwo w DAN** nie trwa wiecznie – musisz je [odnawiać](#) co roku!

10- Wreszcie możesz się odprężyć: Twój certyfikat nurkowy nie ma daty ważności! Musisz tylko odświeżyć swoje umiejętności nurkowania. Najlepiej to zrobić po prostu nurkując! 😊



P.S. Nie włożyłeś do walizki nowego zapasowego paska do maski? Zgodnie z prawem Murphy'ego ryzyko zepsucia się danego elementu sprzętu jest odwrotnie proporcjonalne do dostępu do części zamiennych. Nie zapominaj jednak o tym, że Twoja zapasowa maska wciąż jest w kieszeni BCD!