

Dbałość o detale

Będąc na niedawnej wycieczce szkoleniowej w Meksyku, wpadłem na starego przyjaciela z Ohio. Od naszej ostatniej rozmowy upłynęło ponad 25 lat, lecz w trakcie pogawędki stało się dla mnie oczywistym, że jego pasja nurkowania w grotach nie osłabła.

Wyczuwałem jego podniecenie, gdy opisywał niektóre z jego ostatnich przedsięwzięć nurkowania w Cozumel. Wspomniął, że zasiadał w zarządach krajowego towarzystwa speleologicznego (National Speleological Society – NSS) oraz sekcji nurkowania jaskiniowego NSS (Cave Diving Section – CDS), lecz że nawet przy tym zaangażowaniu czasowym w organizację non-profit, wraz z żoną stale znajdował mnóstwo czasu na badanie suchych i mokrych systemów jaskiń.

Mimo, iż od początku lat osiemdziesiątych jestem certyfikowanym nurkiem jaskiniowym, moje doświadczenia mają się nijak do tych starego przyjaciela i tak wielu innych, którzy wypuścili się do tego wyjątkowego – i potencjalnie niebezpiecznego – podwodnego świata. Nadal rozumiem, że nurkowanie jaskiniowe wymaga treningu, doświadczenia, zaufania i wiedzy: znajomości swojego sprzętu, partnera i siebie samego.

Dodatkowo, należy mieć na uwadze, że nurkowanie jaskiniowe nie jest dla nowicjuszy: wymaga ono specjalnego certyfikatu. Nurkowanie jaskiniowe wymaga również zwracania uwagi na szczegóły nurkowania i rozpoznawania wczesnych i drobnych kłopotów, które mogłyby później stać się problemami lub serią problemów.

Na nurkach rekreacyjnych spoczywa także odpowiedzialność za nich samych oraz ich partnerów. Powinni oni utrzymywać swoją wprawę, a więc trenować, uzyskiwać więcej doświadczeń i rozwijać zaufanie do swoich umiejętności.

Tak samo ważne jest ich przywiązywanie wagi do szczegółów i wczesne rozpoznawanie potencjalnych obaw – przed, podczas i po nurkowaniu. Zwiększy to prawdopodobieństwo, że każde następne nurkowanie będzie wolne od wypadków i urazów.

Szczegóły dotyczące nurkowania

Rekreacyjne nurkowanie najbardziej bawi, gdy jest wykonywane z drugą osobą. Partnerstwo z kimś to coś więcej, niż tylko przygotowywanie się, skakanie do wody i zawieszenie pod wodą jeden w pobliżu drugiego. Partnerstwo oznacza, że stanowicie część zespołu, nie tylko dzielenie doświadczeń, lecz również wykonywanie swojej części zadania, zapewniającego, że nurkowanie jest tak bezpieczne, jak tylko jest to możliwe.

Na długo przed tym, zanim wejdą do wody, a następnie zanim się zanurzą, nurkowie jaskiniowi sprawdzają i ponownie kontrolują swój własny sprzęt oraz sprzęt swoich partnerów. Nawet, gdy rekreacyjne nurkowanie wymaga, abyś zawsze nurkowałeś z bezpośrednim dostępem do powierzchni, nadal potrzebujesz pewnego czasu, aby upewnić się, że ty, twój sprzęt i twój partner jesteście gotowi do nurkowania.

Przed, podczas i potem

Przed nurkowaniem, należy zwrócić szczególną uwagę na rzeczy, które mogłyby być wzięte za pewniki lub te, z którymi jesteście najlepiej zaznajomieni. Przed zanurzeniem, trzeba uwzględnić wszelkie modyfikacje, które mogliście wykonać w swoim sprzęcie, nawet najprostsze regulacje. I tylko dlatego, że jesteście zaznajomieni z regulacjami, nie zakładajcie, że wasz partner będzie wiedział, że dokonaliście modyfikacji lub jak sobie z nimi poradzić, jeżeli pod wodą coś pójdzie nie tak.

Gdy tylko znajdą się w wodzie, nurkowie powinni wykonać ostatnią mentalną kontrolę wszystkich swoich systemów, włączając komputery nurkowe i sprawdzić je ze swoim partnerem przed dokonaniem zanurzenia. Podczas nurkowania, obserwować zmiany środowiska, które mogą zmienić dynamikę nurkowania. Nurkowie mogą czuć, że gdy tylko się zanurzyli, są gotowi do nurkowania, lecz za względu na zmiany środowiska, sprawy szybko mogą obrócić się na gorsze. Prąd, warunki pogodowe, widoczność, wszystko to może mieć bezpośredni wpływ na wasze nurkowanie. Zmiany dowolnego z tych parametrów mogłyby zmienić stosunkowo spokojne nurkowanie w nieco bardziej wyzywające i w sytuację, do zmagania z którą, ty i twój partner możecie być źle wyposażeni.

W grę wchodzi również dbałość o szczegóły, gdy wasz sprzęt został wypłukany i zapakowany. Zwróćcie uwagę jak się czujecie; porozmawiajcie z partnerem, jak on się czuje po nurkowaniu. Nie chcecie zareagować zbyt mocno, lecz jeżeli wydaje się wam, że źle się czujecie lub odczuwacie pewien dyskomfort, nie zachowujcie tej wiedzy dla siebie. Zrozumcie, że urazy nurkowe, chociaż nieczęste, zdarzają się i że nie powinniście poczuwać się do winy, jeżeli doświadczacie problemów.

Wczesne rozpoznanie

Dla nurków, objawy zespołu zaburzeń dekompresyjnych (DCI) są często niewyraźne. Mogą one przejść nierozpoznane; nurkowie często ignorują je lub mogą odrzucić te objawy, jako nieznaczące lub niezwiązane z nurkowaniem. Często skutkuje to opóźnieniami w terapii. Nurkowie powinni znać najbardziej powszechne objawy DCI: zmienione odczucia skóry, drętwienie i swędzenie, ból, zawroty głowy i vertigo oraz trudności z chodzeniem. Nurkowie powinni również wiedzieć, jak reagować na te symptomy.

Wasz pierwszy telefon powinien być wykonany do ratunkowej gorącej linii DAN (Diving Emergency Hotline) działającej 24 godziny na dobę, przez 365 dni w roku. Lekarze DAN są gotowi do odpowiedzi na wasze pytania, oferują na podstawie waszych objawów wskazówki co do dalszego postępowania i pomogą wam uzyskać najbardziej odpowiednią opiekę medyczną.

Dostępne są również kursy szkoleniowe DAN, mające pomóc wam lepiej zrozumieć co robić, jeżeli wystąpi uraz związany z nurkowaniem.

Ocena urazu

Na przykład kurs DAN Badanie Neurologiczne On-site koncentruje się na tym, jak uzyskać istotne informacje o urazie nurkowym, który potencjalnie wywoła skutki neurologiczne. Zdarza się to w mniej więcej dwóch trzecich wszystkich przypadków DCI. Kurs podkreśla, które informacje przekazać ratunkowym służbom medycznym i lekarzom. Informacje zgromadzone podczas przeprowadzania oceny neurologicznej pomogą lekarzowi zrozumieć rozmiar obrażeń i charakter ich zmian w czasie dostarczania nurka z miejsca nurkowania na miejsce udzielenia profesjonalnej opieki lekarskiej. Również, przeprowadzenie dostępnej na miejscu oceny neurologicznej może wskazać nurkowi potrzebę natychmiastowego zarządzania podania tlenu i dodatkowej oceny przez lekarza.

Nauka na błędach

Nurkowie jaskiniowi po każdym nurkowaniu spędzają czas omawiając co przebiegało prawidłowo pod wodą, lecz sporą część dyskusji przeznaczają na rzeczy, które nie przebiegły w oczekiwany sposób, więc przy następnym nurkowaniu mogą być poprawione. Nurkowie rekreacyjni powinni skopiować to zachowanie i rozmawiać z partnerami o rzeczach, które pod wodą mogłyby pójść niefortunnie. Zbyt często w podnieceniu dyskusją o wspaniałych rzeczach, które widzieli podczas nurkowania, nurkowie rekreacyjni zapominają powiedzieć swoim partnerom o rzeczach, które mogą wymagać ulepszenia.

Czasami mogłoby to być coś tak prostego - lecz niebezpiecznego zarówno dla rafy, jak i dla nurka - jak uważanie, by nie pozwolić na to, żeby konsola z przyrządami nie była wleczone po rafie. Gdy tylko nurkowanie jest zakończone, porozmawiaj ze swoim partnerem o sposobach sprawienia, aby następnym razem nurkowanie było jeszcze lepsze. Miej na uwadze trzy kontrole: siebie, swojego sprzętu i swojego partnera.