

# Uziemiony? Rozważania o skutkach wymiany stawu biodrowego i pęcherzykach podskórnych

## **Mieć biodro zdolne do nurkowania po zabiegu chirurgicznym**

*Mam 59 lat i przed dwoma miesiącami, w wyniku wypadku samochodowego, przeszedłem chirurgiczny zabieg wymiany stawu biodrowego. Całkowicie powróciłem do zdrowia i rozpocząłem zalecany przez mego doktora program wzmacniania mięśni. Certyfikat nurka uzyskałem przed wielu laty i nie chcę zarzucić nurkowania. Kiedy będzie możliwy bezpieczny powrót do nurkowania oraz czy istnieją jakieś problemy z nurkowaniem po operacji wymiany biodra.*

Członek DAN

Największą troską przy tego typu wysiłku po operacji wymiany biodra jest to, aby miejsce operacji oraz kość były w pełni wyleczone. Najprawdopodobniej będziesz mógł nurkować, gdy:

- a) twój lekarz zezwoli ci na pełną aktywność; oraz
- b) będziesz w stanie przeprowadzać swoje ćwiczenia i czynności związane codziennym życiem.

Oto haczyk: powinieneś być w stanie unieść swój pełen ciężar na biodrach; dodatkowo nie powinieneś mieć dolegliwości takich jak ból, puchnięcie lub sztywność. Nie istnieje duża różnica między wymogami fizycznymi postawionymi na twoje biodro podczas ćwiczeń w sali gimnastycznej i podczas nurkowania. Tak długo, jak miejsce operacji ma odpowiedni przepływ krwi, aby pomóc w odgazowaniu azotu, problem jest mało prawdopodobny.

Jeżeli ty - i twoje ciało - odpowiadacie pozytywnie na te zastrzeżenia, możesz rozpocząć planowanie swojego pierwszego nurkowania z nowym biodrem. Mimo wszystko, nie przemęczaj się.

Jak przy każdym typie urazu i powrocie do nurkowania, nie ma gwarancji, że nie wywołasz pogorszenia stanu swojego biodra. Jednak, największym zagrożeniem dla sytuacji nurków jest wielkość ich narażenia (głębokość i czas) na azot. Przy powrocie do nurkowania, rozsądne byłoby nurkowanie zachowawcze, na niezbyt duże głębokości, nie tak długo, ani często.

## **Nurkowanie dostało się pod jego skórę**

W okresie weekendu udałem się na nurkowanie, przeprowadzając trzy nurkowania dziennie, kończąc około południa w niedzielę. W obu dniach musiałem sobie radzić z drobnymi problemami, a podczas ostatniego nurkowania odczułem blokadę powrotną ucha (barotrauma ucha po wynurzeniu).

Mogłem słyszeć dobrze i nie odczuwałem żadnego bólu, lecz z boku szyi miałem kilka małych pęcherzyków, które mogłem ucisnąć, lecz które nie były bolesne. Czy kiedykolwiek słyszałeś o czymś takim?

Członek / instruktor DAN

Jest to nazywane podskórną odmą, ponuro brzmiąca nazwa, szczęśliwie z możliwością wyleczenia. Jednak, w wyniku czego powstają te pęcherzyki? Możliwe, że jest to uwięzione powietrze pochodzące z barotraumy płucnej: czasami płuca poddane są nadmiernemu ciśnieniu, gdy musimy uporać się z jakimiś trudnościami. Normalnie pęcherzyki powietrza nie istnieją pod skórą szyi - ani w żadnej innej tkance ciała. Jest

nieprawdopodobne, aby twoje pęcherzyki pochodziły z ucha środkowego, lecz zarówno płucna, jak i uszna barotrauma mogą wystąpić w tym samym czasie.

Barotrauma ucha środkowego podczas wynurzania może odwrócić twoją uwagę od utrzymywania otwartych dróg powietrznych; tak samo może działać próba uwolnienia zablokowanych trąbek Eustachiusza. Może ona również łatwo uszkodzić błonę bębenkową lub jedną z bardziej delikatnych błon wewnętrznych związanych z przekazywaniem dźwięku wewnątrz ucha. Jednak, krótki epizod może nie powodować bólu ucha, ani innych objawów (takich jak dzwonienie lub ogłuszający dźwięk, albo przytłumione słyszenie).

Barotrauma może się zdarzyć, gdy usilnie próbujemy oczyścić zatoki i/ lub ucho środkowe podczas nurkowania. To rzeczywiście zwiększa ciśnienie w przestrzeniach powietrznych płuc i tworzy bardzo niewielkie otwory w tkance płucnej, pozwalając niewielkim ilościom powietrza na przemieszczenie się aż do ramion, szyi lub nawet twarzy. Uraz może wystąpić w poprzednich dniach nurkowania, a kolejne nurkowania mogą pozwolić na podążanie swoją drogą do szyi.

Nurkowie mogą nie zauważyć pęcherzyków powietrza, o ile nie wywołają one objawów, takich jak odczucie ruchu pęcherzyków, zmiana głosu, opuchnięcia lub ucisk w szyi i twarzy. Chociaż nie jest możliwe dokładne określenie jak się to zdarzyło, w najlepszym twoim interesie, przed powrotem do nurkowania, jest poddanie się ocenie przez miejscowego specjalistę od uszu, nosa i gardła. Istnieje również możliwość niezdiagnozowanego problemu płucnego powodującego takie zdarzenie.

Wypadek z nadciśnieniem płucnym jest przeciwwskazaniem do dalszego nurkowania do czasu przebadania przez specjalistę medycyny nurkowej.