



# DE REIZENDE DUIKER

EEN ESSENTIËLE GIDS VOOR EEN VEILIGE DUIKREIS



ONTDEKKING | VEILIGHEID | PREVENTIE

 **DAN**<sup>®</sup>  
DIVERS ALERT NETWORK EUROPE



Sommige van de mooiste duikstekken bevinden zich op de meest afgelegen locaties.

Hoewel de afgelegenheid aantrekkelijk kan zijn, zijn er bepaalde factoren die in overweging genomen moeten worden bij het voorbereiden van een duiktrip.

Om te zorgen voor de hoogste mate van veiligheid moeten duikers die op reis gaan goed voorbereid en geïnformeerd zijn voordat ze op reis vertrekken.

Wat voorbereiding zal altijd nodig zijn. Dit document is bedoeld om hierbij te assisteren.

## VOOR DE REIS

REGIONALE PROBLEMEN .....	5
DUIKCENTRUMDIENSTEN .....	6
LOKALE DUIKSTEK OMSTANDIGHEDEN .....	7
GEZONDHEIDSPROBLEMEN .....	9
PERSOONLIJKE VERSUS HUURMATERIALEN .....	9
ADMINISTRATIEVE VEREISTEN .....	9
OPZETTEN VAN EEN PERSOONLIJK NOOD ASSISTENTIE	
PLAN (NAP) .....	9
PREVENTIE .....	10
VOORBEREIDING .....	11
REACTIE .....	12
AANVULLENDE DUIKOPLEIDING .....	14

# WAAR MOET JE AAN DENKEN VOORDAT JE OP REIS GAAT



## REGIONALE PROBLEMEN

Hoewel de DAN Europe alarmcentrale altijd beschikbaar is, is de hulpverlening afhankelijk van de lokale hulpdiensten. Er is niet altijd een hyperbare kamer of zelfs maar een ziekenhuis in de buurt. Het niveau van de gezondheidszorg op jouw bestemming kan anders zijn dan jij gewend bent. In gebieden met politieke onrust zijn medische hulpdiensten misschien niet beschikbaar of zijn vertraagd zelfs als jouw verzekeringsdekking geldig is.

# DUIKCENTRUMDIENSTEN

Ga er niet vanuit dat het duikcentrum de diensten die hieronder staan biedt – vraag er van tevoren naar!

- Beschikbaarheid van zuurstof, eerstehulp- en reddingsmaterialen
- Beschikbaarheid van getrainde stafleden die in een duiknoodgeval kunnen handelen
- Stafleden die jouw taal spreken
- Kwalitatief goede huuruitrustingen
- Goed onderhouden compressor (onderhoudslogboek, controle van luchtkwaliteit, gebruikerslogboeken)
- Nood Assistentie Plan
- Veilige, schone uitstraling
- Georganiseerde duiktrips (boten, soort duiken, aantal gekwalificeerde stafleden)

# LOKALE DUIKSTEK OMSTANDIGHEDEN

Informeer ernaar voor je aankomt om te voorkomen dat je in een situatie belandt waar je je niet bij op je gemak voelt en om er zeker van te zijn dat je de juiste spullen bij je hebt.

## WEER

Weersomstandigheden voor de tijd van het jaar waarin je op reis gaat. Is het het orkaanseizoen? Is de locatie onderhevig aan onweersbuien in de namiddag? Het weer is een belangrijke overweging niet alleen voor wanneer je gaat duiken, maar ook voor wanneer je ook de locatie aan de wal wil exploreren.

## WATER

Watercondities, in het bijzonder de watertemperatuur en of je in zoet of in zout water gaat duiken. Bereid je voor met het juiste wetsuit en vergeet niet dat zout water, samen met een dikker wetsuit, je meer drijfvermogen geeft.

## STROMINGEN

Van sommige duikstekken is bekend dat er het hele jaar door een sterke stroming staat. Weet dat op voorhand zodat je kunt besluiten of dit een omstandigheid is waar je klaar voor bent. Als dat zo is bestudeer dan nog eens de juiste veiligheidsreactie op omstandigheden met sterke stromingen.

## ZICHT

Verschillende condities, zoals het weer, stromingen, de tijd van de dag, enz. kunnen van invloed zijn op het zicht op een duikstek. Dus als je vragen stelt betreffende een bepaalde duikstek zorg er dan voor dat je begrijpt wanneer het zicht zo is als beschreven wordt.

## ONDERWATERLEVEN

Je wilt waarschijnlijk zuiver uit interesse op zoek gaan naar het lokale onderwaterleven, maar daar er in alle wateren giftige soorten voorkomen is een beter begrip van wat je er kunt zien een goede voorbereiding op noodsituaties en zal je helpen ervoor te zorgen dat je eerstehulpset gereed is voor iedere interactie met de lokale fauna.



## GEZONDHEIDSPROBLEMEN

specifiek voor de locatie waar je heengaat. Onderzoek gezondheidsrisico's, zoals malaria en zorg voor de nodige vaccinaties en medicijnen.

## PERSOONLIJKE VERSUS HUURMATERIALEN

Beslis welke duikuitrustingsstukken je mee wilt nemen en welke materialen je wil huren. Zaken om aan te denken:

- Toegestaan gewicht in het vliegtuig
- Beschikbaarheid en kwaliteit van huurmaterialen
- Zorg, als je je eigen duikuitrusting meeneemt, ervoor dat er goed onderhoud gepleegd is en neem een “red een duik” kit mee
- Sommige duikveiligheidsmaterialen zijn misschien niet te huur (bv lampen, computer, duikmes)

## ADMINISTRATIEVE VEREISTEN

De benodigde papieren zullen afhankelijk zijn van waar je naar toe gaat. Sommige documenten waar je aan moet denken:

- Geldig paspoort
- Toeristenvisum
- Medische formulieren
- Duikverzekering en DAN lidmaatschap

## OPZETTEN VAN EEN PERSOONLIJK NOOD ASSISTENTIE PLAN (NAP)

Hoewel het lokale duikcentrum een NAP zou moeten hebben, is het aan te raden dat je een NAP voor jezelf en voor de mensen die met je meereizen hebt. Een volledig NAP moet uit drie componenten bestaan: PREVENTIE, VOORBEREIDING en REACTIE.

# PREVENTIE

Er zijn verschillende factoren waar je aan moet denken en die je helpen te voorkomen dat er zich zo wie so een incident voordoet.

- **FYSIEKE FITNESS**

Duiken vraagt om een zeker niveau van kracht en uithoudingsvermogen. Conditie, zoals sterke stromingen, kunnen de vereiste krachtinspanning wijzigen.

- **MEDISCHE FITNESS**

Als je een medisch probleem hebt, of dat nu chronisch of van korte termijn is, moet je nagaan of je in staat bent om er veilig mee te duiken.

- **MENTALE FITNESS**

Of het nu is voor de trip zelf of op de boot voor de duik, als je voelt dat je er niet klaar voor bent, maak die duik dan niet.

- **OPLEIDING**

Zorg dat je opgeleid bent voor het soort duiken die je tijdens je trip tegenkomt. Duik nooit voorbij je eigen grenzen. Overweeg een herhalingscursus of zet je duikopleiding voort met het behalen van een ander brevet voor je op reis gaat.

- **UITRUSTING**

Laat je duikuitrusting regelmatig onderhouden en ken je eigen spullen en die van je buddy door en door.

- **DUIKPLANNING**

Neem duikomstandigheden, specifieke gevaren en lokaal onderwaterleven in ogenschouw.



# VOORBEREIDING

Zelfs met de juiste preventietechnieken zullen er nog steeds ongelukken gebeuren! Wees er klaar voor!

- **WEES OP DE HOOGTE VAN DE LOKALE HULPDIENSTEN**

Je moet de beschikbaarheid en de lokale hulp- en vervoersdiensten kennen.

- **DOE EEN EERSTEHULP OPLEIDING**

Zorg ervoor dat jouw eerstehulp-, reanimatie- en zuurstoftoedieningsvaardigheden up to date zijn.

- **NEEM DE NODIGE NOODHULPMIDDELEN MEE**

De zaken die nodig zijn in je eerstehulpkoffer kunnen per locatie verschillen.

- **DEEL INFORMATIE**

Zorg ervoor dat je buddy op de hoogte is van jouw gezondheidstoestand, zoals allergieën, medische conditie, verzekeringsdekking en of je al dan niet lid van DAN bent.



# REACTIE

Met een goede voorbereiding zou je, in het onwaarschijnlijke geval van een ongeval, klaar moeten zijn om goed te reageren. DAN is 24 uur per dag, iedere dag en over de hele wereld bereikbaar.

## VOOR NIET SPOEDEISENDE MEDISCHE INFORMATIE OF ASSISTENTIE:

[medical@daneurope.org](mailto:medical@daneurope.org)

## IN GEVAL VAN EEN MEDISCH NOODGEVAL:

### ALS JE IN HET BUITENLAND BENT

Bel voor duik en niet-duik noodgevallen, het Internationale Alarmnummer.

Je wordt verbonden met een arts die de situatie beoordeelt en assistentie biedt in samenwerking met de lokale diensten.

### ALS JE IN HET LAND BENT WAAR JE WOONT

In het geval van een duikongeval: bel de lokale medische hulpdienst (ambulance) en DAN voor gespecialiseerde begeleiding.

In het geval van een niet-duik medisch noodgeval: bel de lokale medische hulpdienst (ambulance).

Als je niet zeker bent betreffende de ernst van het ongeval is het beter om te bellen in plaats van af te wachten of de situatie verslechtert.

# DOWNLOAD DE DAN EUROPE APP



- SOS oproepknop
- Directe verbinding met de Alarmlijn
- Mogelijkheid de GPS locatie te delen
- Gemakkelijke toegang tot je Lidmaatschapsgegevens



# AANVULLENDE DUIKOPLEIDING



Als je andere duikmogelijkheden wilt exploreren, vergeet dan niet de benodigde opleiding te volgen voordat je dan gaat doen.

## **BLIJF JE VAARDIGHEDEN HERHALEN.**

Vergeet niet dat je niet alleen up to date moet blijven voor wat betreft je duikvaardigheden, maar ook voor wat betreft reddingsvaardigheden zoals reanimatie, eerstehulp en het toedienen van zuurstof.

## **BLIJF LEREN.**

Leren over duikstekken, nieuwe materialen, het laatste veiligheidsonderzoek, enz. maakt je alleen maar een betere en veiligere duiker.



# DE REIZENDE DUIKER

Een essentiële gids voor een veilige duikreis

All photos by: © Marcello Di Francesco Photography

