



PODRÓŻUJĄCY NUREK

NIEZBĘDNY PRZEWODNIK NURKA, ZAPEWNIAJĄCY MU BEZPIECZNĄ PODRÓŻ



ODKRYWANIE | BEZPIECZEŃSTWO | ZAPOBIEGANIE

 **DAN**[®]
DIVERS ALERT NETWORK EUROPE



Niektóre z najpiękniejszych miejsc nurkowych znajdują się w bardzo odległych lokalizacjach.

Chociaż odosobnienie może być atrakcyjne, podczas przygotowywania się do podróży nurkowej należy zwrócić uwagę na pewne kwestie.

Aby zapewnić sobie jak najwyższy poziom bezpieczeństwa, podróżujący nurkowie muszą być dobrze przygotowani i poinformowani przed wyjazdem.

Zawsze powinni też wcześniej zrobić rozeznanie. Ten artykuł został napisany, aby pomóc im w przygotowaniach.

PRZED PODRÓŻĄ

PROBLEMY W NIEKTÓRYCH REGIONACH.....	5
USŁUGI CENTRUM NURKOWEGO.....	6
WARUNKI W LOKALNYM MIEJSCU NURKOWYM.....	7
KWESTIE ZDROWOTNE.....	9
TWÓJ OSOBISTY SPRZĘT ORAZ SPRZĘT DO WYPOŻYCZENIA ..	9
WYMAGANIA ADMINISTRACYJNE.....	9
USTALENIE OSOBISTEGO PLANU POMOCY W SYTUACJI AWARYJNEJ (EMERGENCY ASSISTANCE PLAN - EAP).....	9
ZAPOBIEGANIE.....	10
PRZYGOTOWANIE.....	11
REAKCJA.....	12
DODATKOWE SZKOLENIE NURKOWE.....	14

NA CO NALEŻY ZWRACAĆ UWAGĘ PRZED PODRÓŻĄ



PROBLEMY W NIEKTÓRYCH REGIONACH

Chociaż linia alarmowa DAN Europe jest zawsze dostępna, usługi zależą od lokalnych służb ratowniczych. Nie zawsze w pobliżu znajduje się komora hiperbaryczna lub choćby szpital. Poziom usług zdrowotnych w miejscu, do którego się udajesz może być różny od tego, do którego jesteś przyzwyczajony. W miejscach niepokojów politycznych świadczenie usług medycznych może być niedostępne lub opóźnione nawet jeżeli masz ważną polisę ubezpieczeniową.

USŁUGI CENTRUM NURKOWEGO

Nie zakładaj, że centrum nurkowe świadczy usługi wymienione poniżej - zapytaj o to wcześniej!

- Dostępność tlenu, pierwszej pomocy i materiałów do przeprowadzenia akcji ratowniczej.
- Dostępność wyszkolonych pracowników, którzy potrafią prawidłowo zareagować w razie sytuacji awaryjnej.
- Pracownicy, którzy mówią Twoim językiem.
- Dobrej jakości sprzęt nurkowy.
- Dobrze utrzymany kompresor (dokumenty dotyczące konserwacji kompresora, kontrola jakości powietrza, logi użytkowników).
- Plan akcji ratunkowej.
- Bezpieczeństwo i czystość.
- Zorganizowane wyprawy nurkowe (łódzie, rodzaj nurkowania, liczba wyszkolonych pracowników).

WARUNKI W LOKALNYM MIEJSCU NURKOWYM

Zapytaj o to wcześniej, aby zapobiec sytuacji, w której będziesz się czuć niekomfortowo i aby upewnić się, że masz ze sobą odpowiedni sprzęt.

POGODA

Pogoda w porze roku, w której będziesz podróżować. Czy to jest sezon huraganów? Czy w danym miejscu burze występują w określonych porach dnia, np. po południu? Pogoda jest ważną kwestią, którą należy wziąć pod uwagę nie tylko podczas planowania nurkowań, ale także odkrywania danego miejsca na lądzie.

WODA

Warunki w wodzie, a zwłaszcza temperatura wody i jej zasolenie (czy nurkowanie odbywa się w wodzie słonej czy słodkiej). Przygotuj sobie odpowiedni skafander i pamiętaj, że nurkując w słonej wodzie i w grubszym skafandrze będziesz mieć większą wyporność.

PRĄDY

W niektórych miejscach silne prądy występują przez cały rok. Powinieneś o tym wiedzieć wcześniej, aby podjąć decyzję, czy to są warunki, z którymi jesteś gotowy sobie poradzić. Jeśli tak, przypomnij sobie zasady bezpieczeństwa podczas nurkowania w silnym prądzie.

WIDOCZNOŚĆ

Różne czynniki, takie jak np. pogoda, prądy czy pora dnia mogą wpłynąć na widoczność w danym miejscu nurkowym. Kiedy zadajesz pytania na temat danego miejsca, upewnij się, że wiesz kiedy widoczność jest taka, jaką znasz z opisów.

ORGANIZMY MORSKIE

Prawdopodobnie będziesz chciał zebrać informacje na temat życia w danym miejscu nurkowym z czystej ciekawości. Jednak w każdym środowisku wodnym są też gatunki, które wytwarzają toksyny. Jeśli masz wiadomości na temat organizmów, które możesz zobaczyć, jesteś przygotowany na ewentualną sytuację awaryjną oraz możesz upewnić się, że twoja apteczka pierwszej pomocy jest wyposażona w odpowiednie leki przydatne przy spotkaniu z lokalną fauną.



KWESTIE ZDROWOTNE

Kwestie zdrowotne specyficzne dla miejsca, do którego się udajesz. Sprawdź, jakie są ryzyka zachorowania w danym miejscu (np. na malarię) i zaszczep się lub weź odpowiednie leki.

TWÓJ OSOBISTY SPRZĘT ORAZ SPRZĘT DO WYPOŻYCZENIA

Zdecyduj, które elementy sprzętu chcesz zabrać ze sobą, a które chcesz wypożyczyć. Weź pod uwagę następujące kwestie:

- Dopuszczalna waga bagażu w danych liniach lotniczych.
- Dostępność i jakość wypożyczanego sprzętu.
- Jeśli bierzesz swój sprzęt upewnij się, że przeszedł odpowiedni serwis i że masz ze sobą zestaw ratujący nurkowanie.
- Niektóre elementy sprzętu zapewniające bezpieczeństwo mogą nie być dostępne do wypożyczenia (np. latarka, komputer, nóż)

WYMAGANIA ADMINISTRACYJNE

Potrzebne dokumenty będą różne w zależności od tego, gdzie będziesz podróżować. Niektóre z tych dokumentów to:

- Ważny paszport.
- Wiza turystyczna.
- Zaświadczenia medyczne.
- Ubezpieczenie nurkowe i karta członkowska DAN

USTALENIE OSOBISTEGO PLANU POMOCY W SYTUACJI AWARYJNEJ (EMERGENCY ASSISTANCE PLAN - EAP)

Chociaż lokalny operator nurkowy powinien mieć EAP, zaleca się, abyś ty również miał EAP dla siebie i dla osób, z którymi podróżujesz. Pełny EAP powinien opisywać trzy elementy: ZAPOBIEGANIE, PRZYGOTOWANIE oraz REAKCJĘ

ZAPOBIEGANIE

Aby zapobiegać wypadkom, należy wziąć pod uwagę kilka czynników.

- **SPRAWNOŚĆ FIZYCZNA**

Nurkowanie wymaga pewnego poziomu siły i wytrzymałości. Nurkowanie w trudnych warunkach, np. w silnym prądzie, może wymagać większej siły.

- **ZDROWIE FIZYCZNE**

Jeżeli cierpisz na jakąś chorobę, niezależnie od tego, czy jest ona przewlekła czy krótkotrwała, musisz zdecydować, czy jesteś w stanie bezpiecznie brać udział w nurkowaniach.

- **ZDROWIE PSYCHICZNE**

Jeśli przed podróżą lub na łodzi przed nurkowaniem czujesz, że nie jesteś przygotowany do wykonania nurkowania, odwołaj je.

- **POZIOM WYSZKOLENIA**

Upewnij się, że przeszedłeś odpowiednie szkolenie dla nurków zaplanowanych podczas wyprawy nurkowej. Nigdy nie nurkuj poza granice swoich limitów. Przed podróżą rozważ wzięcie udziału w kursie odświeżającym umiejętności lub w kursie kontynuacji edukacji nurkowej, po którym otrzymasz kolejny certyfikat.

- **SPRZĘT**

Regularnie oddawaj swój sprzęt do serwisu i upewnij się, że wiesz jak działa sprzęt należący do ciebie i do twojego partnera.

- **PLANOWANIE NURKOWANIA**

Uwzględnij warunki nurkowania, specyficzne rodzaje ryzyka oraz lokalne organizmy morskie.



PRZYGOTOWANIE

Nawet jeśli stosujesz odpowiednie techniki zapobiegania, wypadki nadal się zdarzają. Bądź na to przygotowany!

- **UZYSKAJ INFORMACJE O LOKALNYCH SŁUŻBACH**

Powinieneś znać lokalizację i dostępność najbliższych służb ratowniczych i usług transportowych.

- **WEŹ UDZIAŁ W SZKOLENIU Z PIERWSZEJ POMOCY**

Upewnij się, że twoje umiejętności pierwszej pomocy, resuscytacji krążeniowo-oddechowej (CPR) i podawania tlenu są aktualne.

- **MIEJ PRZY SOBIE NIEZBĘDNE ŚRODKI MEDYCZNE, KTÓRE MOŻESZ WYKORZYSTAĆ W SYTUACJI AWARYJNEJ**

Elementy wyposażenia twojej apteczki pierwszej pomocy mogą różnić się w zależności od lokalizacji.

- **DZIEL SIĘ INFORMACJAMI**

Upewnij się, że Twój partner nurkowy został poinformowany o Twoim stanie zdrowia, alergiach i chorobach oraz zna twój zakres ubezpieczenia i wie, czy jesteś członkiem DAN.



REAKCJA

Jeśli jesteś odpowiednio przygotowany, choć to mało prawdopodobne, jeżeli jednak zdarzy się wypadek, powinieneś być gotowy zareagować w odpowiedni sposób. DAN jest dostępny 24 godziny na dobę, każdego dnia, w każdym miejscu na świecie.

JEŚLI POTRZEBUJESZ INFORMACJI MEDYCZNYCH LUB POMOCY W TRYBIE NIEPILNYM:
medical@daneurope.org

W RAZIE NAGŁEGO PRZYPADKU MEDYCZNEGO WYMAGAJĄCEGO POMOCY LEKARSKIEJ:
JEŚLI JESTEŚ ZA GRANICĄ

W razie nagłego przypadku medycznego związanego i niezwiązanego z nurkowaniem zadzwoń na międzynarodowy numer alarmowy. Skontaktujesz się z lekarzem, który oceni sytuację i udzieli Ci pomocy we współpracy z lokalnymi służbami.

JEŚLI JESTEŚ W KRAJU ZAMIESZKANIA

W razie nagłego przypadku nurkowego: zadzwoń na lokalny numer służb medycznych (EMS) oraz do DAN, aby uzyskać specjalistyczną konsultację medyczną.

W razie nagłego przypadku nienurkowego: zadzwoń na lokalny numer służb medycznych (EMS).

Jeśli nie jesteś pewien, jak poważny jest wypadek, lepiej zadzwonić niż czekać, aż sytuacja się pogorszy

POBIERZ APLIKACJĘ DAN EUROPE APP



- Przycisk prośby o pomoc - SOS
- Bezpośrednie połączenie z linią alarmową
- Możliwość wysłania współrzędnych GPS
- Łatwy dostęp do szczegółów Twojej karty członkowskiej



DODATKOWE SZKOLENIE NURKOWE

Jeśli chciałbyś poznać nowe rodzaje nurkowania, pamiętaj, aby najpierw wziąć udział w odpowiednim szkoleniu.

CAŁY CZAS ODŚWIEŻAJ SWOJE UMIEJĘTNOŚCI.

Pamiętaj, aby utrzymywać wysoki poziom nie tylko umiejętności nurkowych, ale również umiejętności ratowniczych, takich jak CPR, pierwsza pomoc czy podawanie tlenu.

KONTYNUUJ SWOJĄ EDUKACJĘ NURKOWĄ.

Zdobywanie informacji na temat nowych miejsc nurkowych, sprzętu czy najnowszych badań na temat bezpieczeństwa sprawi, że będziesz lepszym i bezpieczniejszym nurkiem.



PODRÓŻUJĄCY NUREK

Niezbędny przewodnik nurka, zapewnijający mu bezpieczną podróż

All photos by: © Marcello Di Francesco Photography

