

10 BEZPEČNOSTNÍCH PRAVIDEL

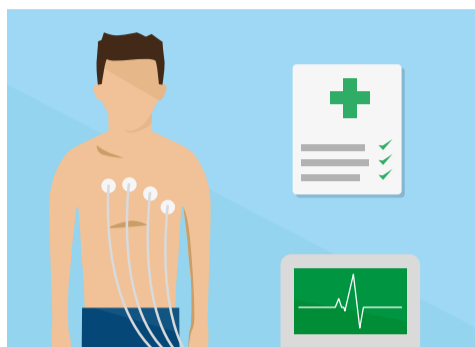
1

Absolvujte potápěčské kurzy a kurzy poskytování první pomoci i s kyslíkem a obnovujte si je s kvalifikovanými instruktory.



2

Podstupujte každoroční lékařské prohlídky se zaměřením na způsobilost pro potápění (i po nemoci, zranění a/nebo když máte brát nějaké léky).



3

Udržujte se správně zavodnění pravidelným pitím vody i se solnými přísadami. Před potápěním a bezprostředně po něm se vyhněte alkoholu a těžké fyzické námaze.



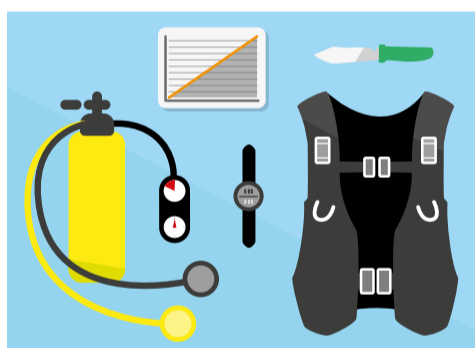
4

Vždy si zkontrolujte dobrý stav a správnou funkčnost všech svých přístrojů i výstroje a výbavy svého kolegy. Ujistěte se, že vše odpovídá plánovaným ponorům.



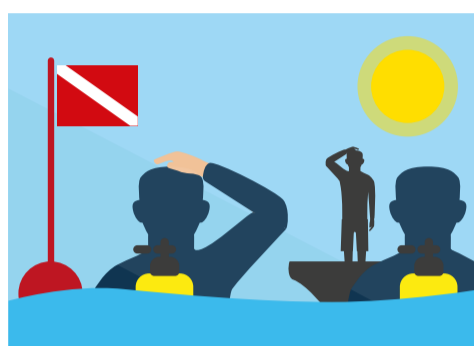
5

Noste BC, dvojitě regulační ventily, tlakoměr a nůž; i když používáte počítač, mějte s sebou hloubkoměr, hodinky a tabulky.



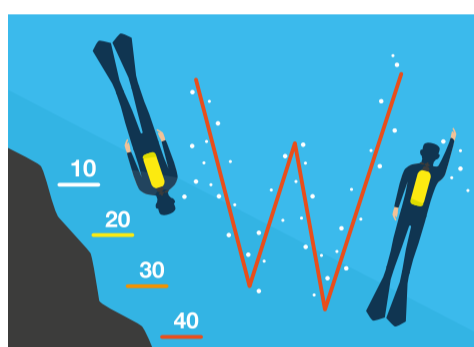
6

Vždy se potápějte pouze za příznivých povětrnostních podmínek a s příslušnou podporou na hladině. Používejte signální bóji.



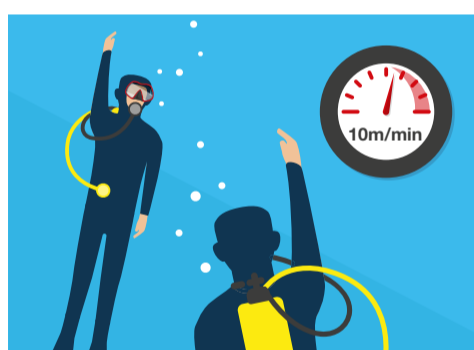
7

Potápějte se pouze do hloubek, na které jste vyškoleni a certifikováni. Vyhněte se profilům typu "jo-jo" a při stoupaní nikdy nezadržujte dech.



8

Stoupejte 9-10 metrů za minutu, používejte nejnovější dekompresní modely a upřednostňujte vyšší "konzervativní" stupně.



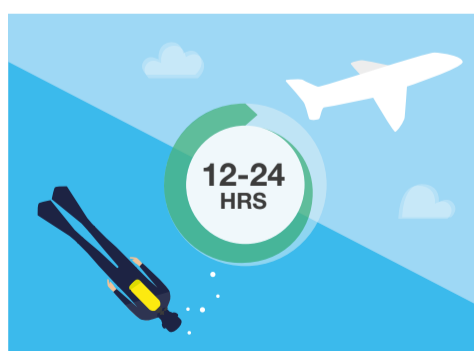
9

V případě podezření na DCI ihned nasadte 100% kyslík s vhodným regulačním ventilem a aplikujte jej dostatečně dlouho. Nepokoušejte se o nějaké dekompresní procedury pod vodou! Zavolejte do DAN!



10

Než poletíte zpět, respektujte doporučení od DAN: Neleťte alespoň 12 hodin po jediném ponoru a alespoň 24 hodin po opakovaných ponorech a/nebo po dekompresním potápění.



DŮLEŽITÉ

Zajistěte, abyste měli pohotově k dispozici všechny materiály potřebné pro první pomoc – i s kyslíkovou soupravou (např. kyslíkovou soupravou DAN).

Výskyt příznaků (i opožděný) po ponoru vyžaduje okamžité vyhledání specializované péče. Zavolejte do DAN!

Nezapomeňte, že v případě potřeby pomoci v nouzové situaci mají pouze členové DAN nejlepší celosvětově dostupnou péči.