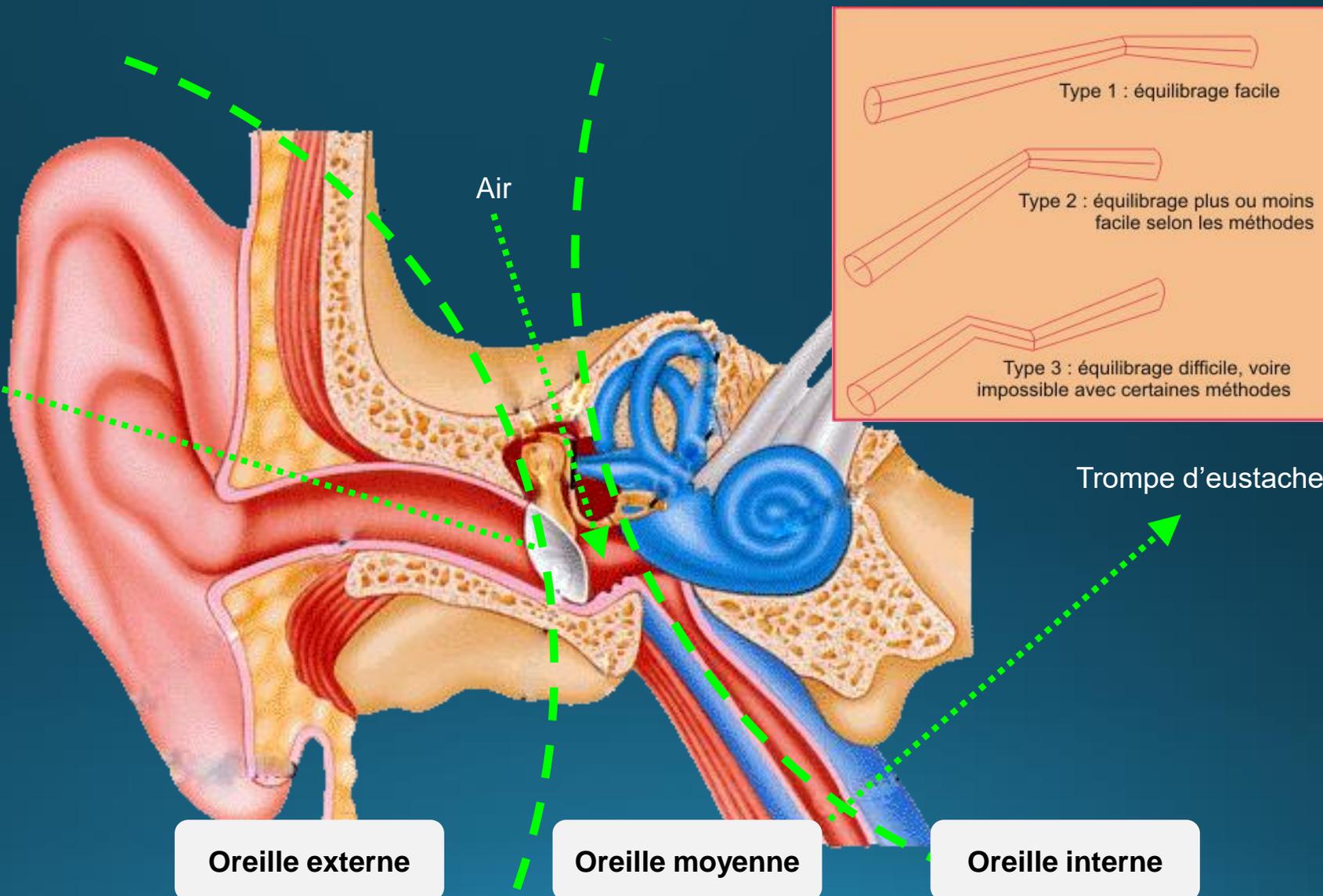


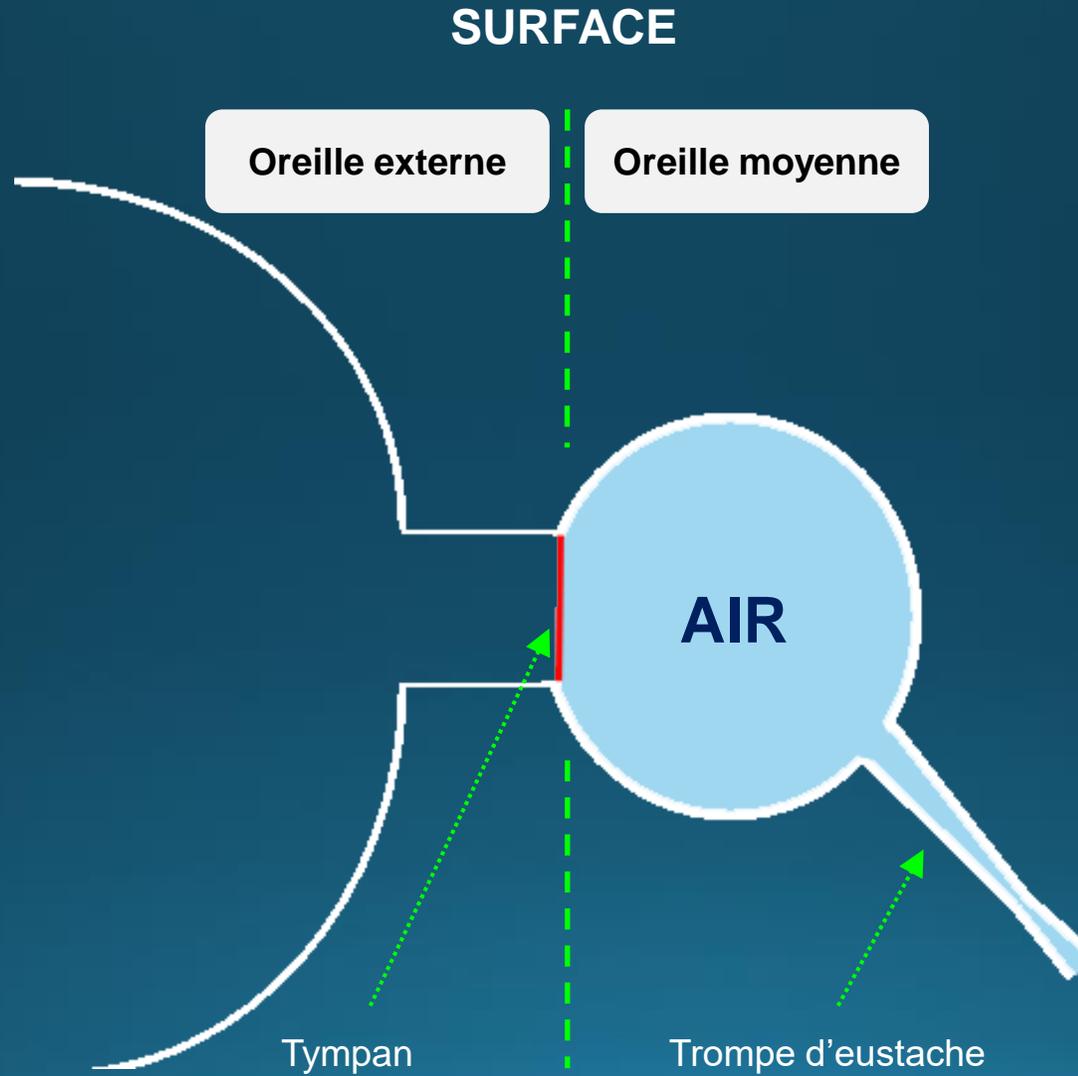
LES OREILLES

PREVENTION EN PLONGEE



Tympan

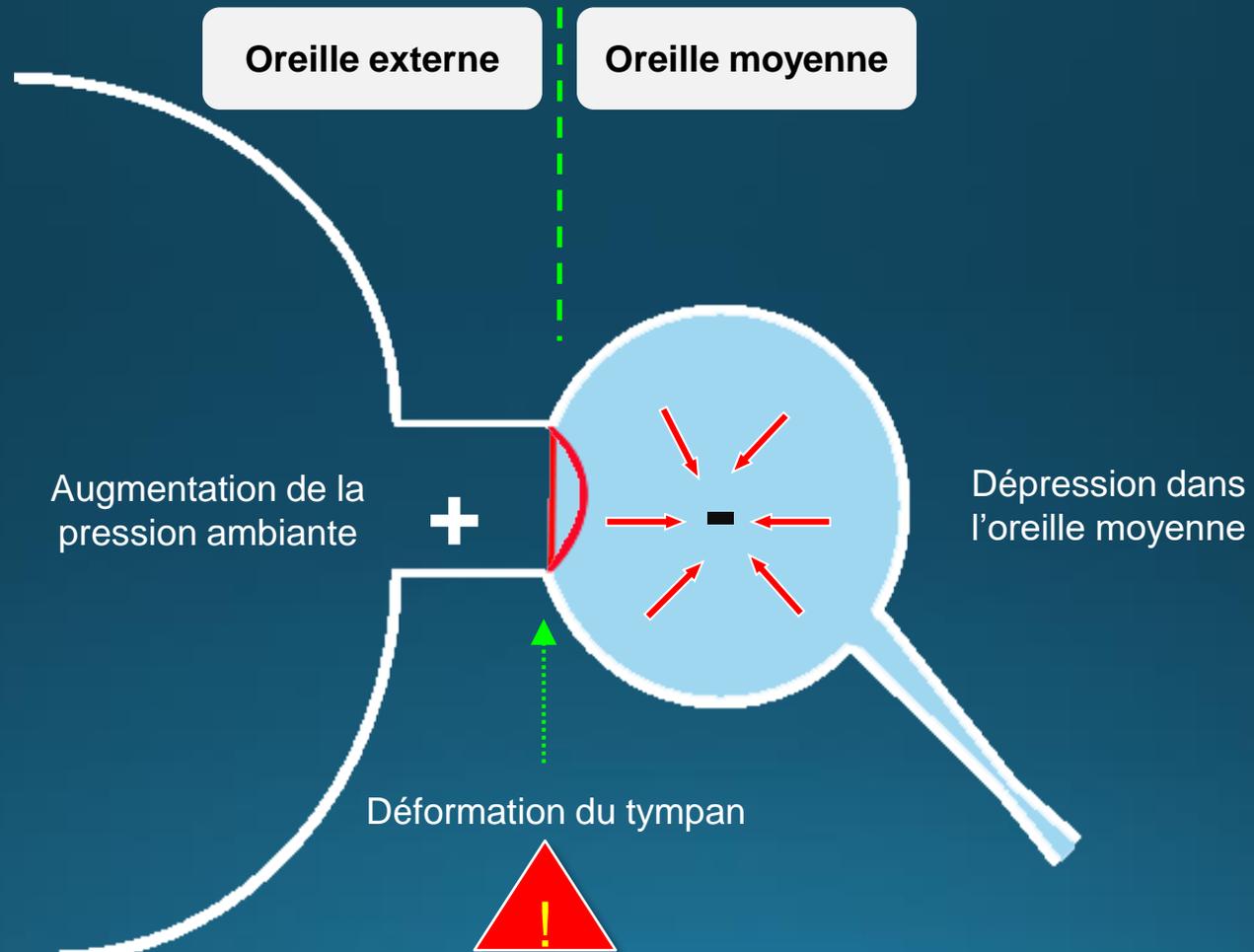




PREVENTION EN PLONGEE



DESCENTE



BAROTRAUMATISME
Gêne, douleur...

EQUILIBRAGE

Oreille externe

Oreille moyenne


BAROTRAUMATISME
Gène, douleur...

Méthodes
actives

- Valssalva
- Frenzel

Méthodes
passives

- BTV
- Edmond
- Déglutition

En cas de blocage :

- Signaler
- Ne pas forcer
- Remonter pour rééquilibrer
- Recommencer très progressivement

Prévention de l'encadrant

- Aménagement de la descente
- Progressivité
- Communication, surveillance

Prévention du plongeur

- Apprentissage,
- concentration, contrôle,
- régularité,
- douceur,
- patience...

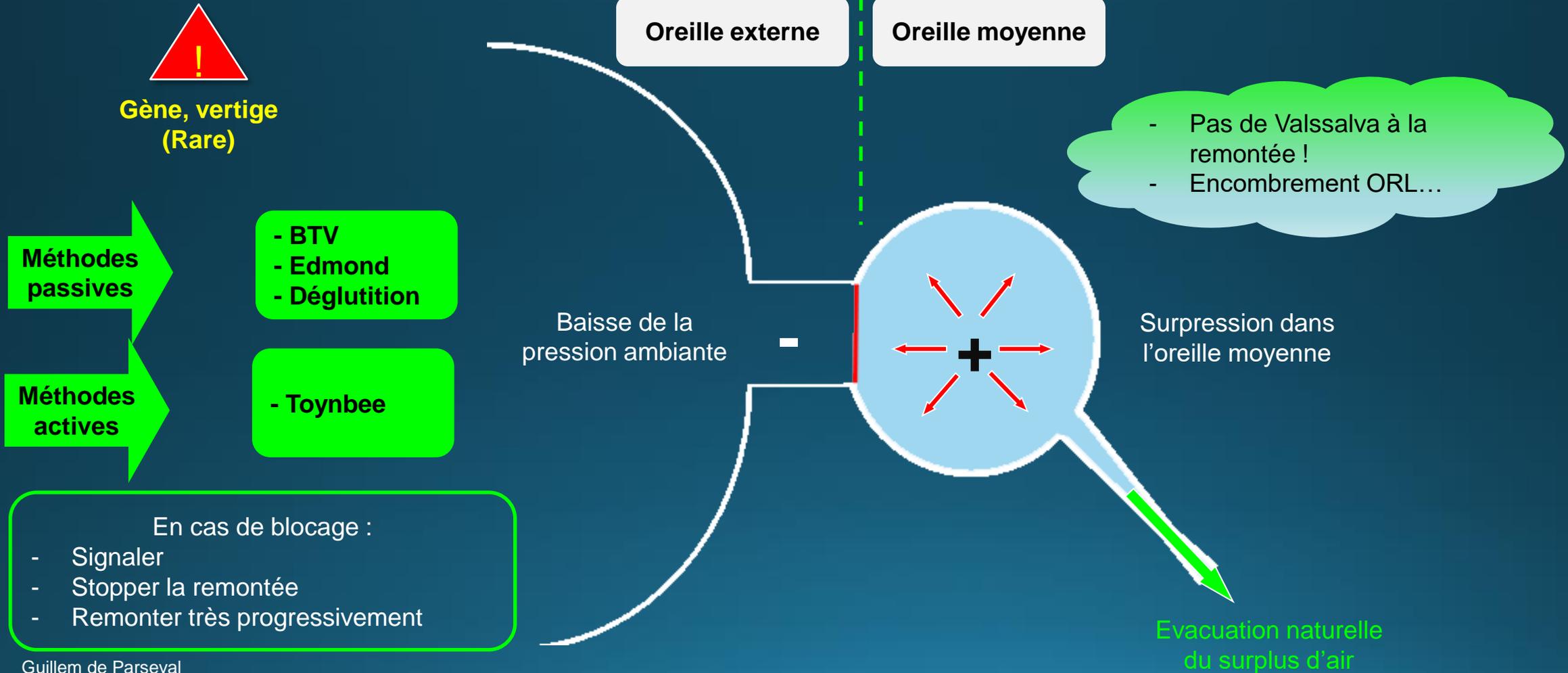
AIR

LES OREILLES

PREVENTION EN PLONGEE



REMONTEE



PREVENTION EN PLONGEE

BAROTRAUMATISMES

LES POUMONS



LES SINUS

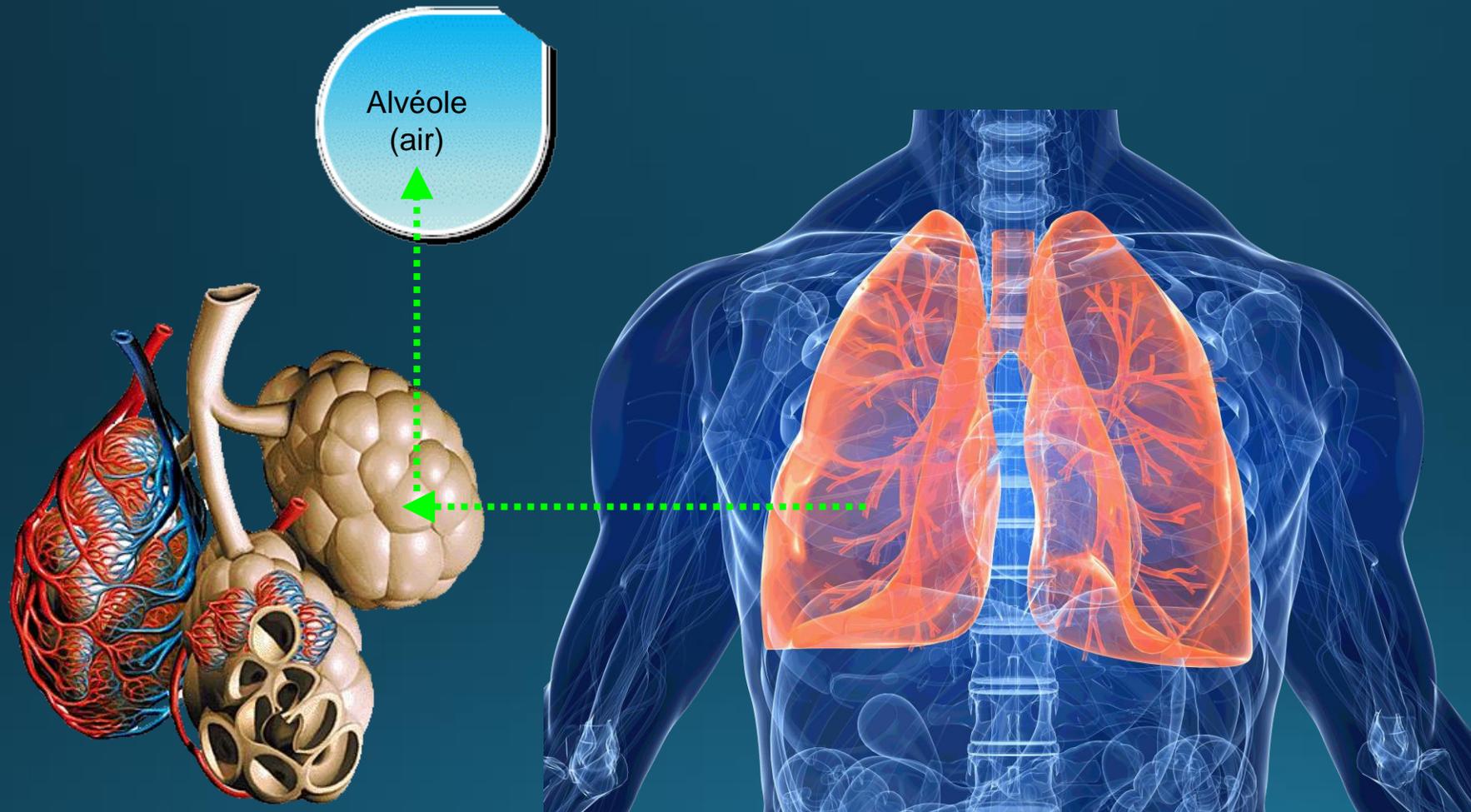


LE PLAQUAGE DE MASQUE



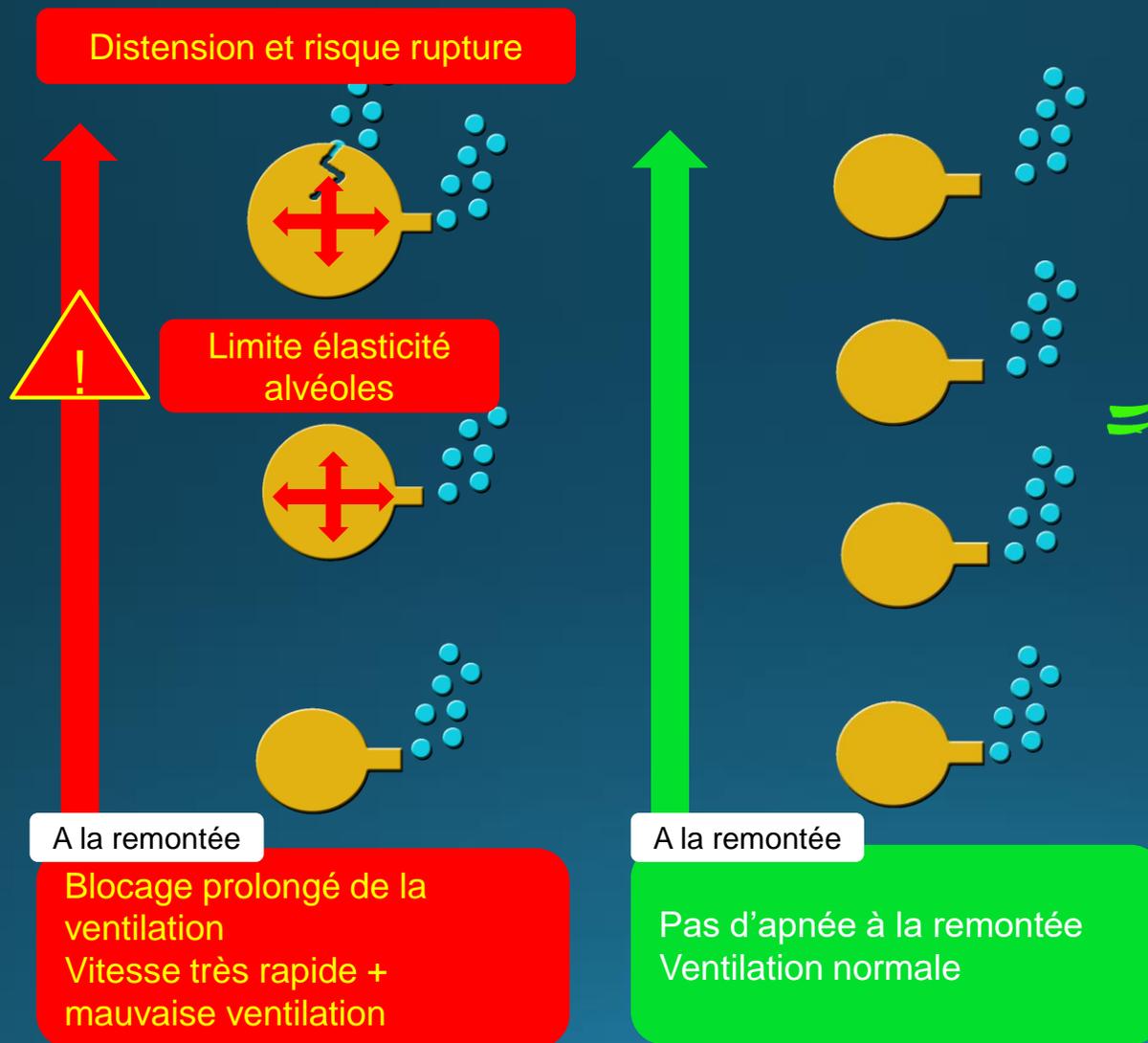
PREVENTION EN PLONGEE

LES POUMONS



PREVENTION EN PLONGEE

LES POUMONS



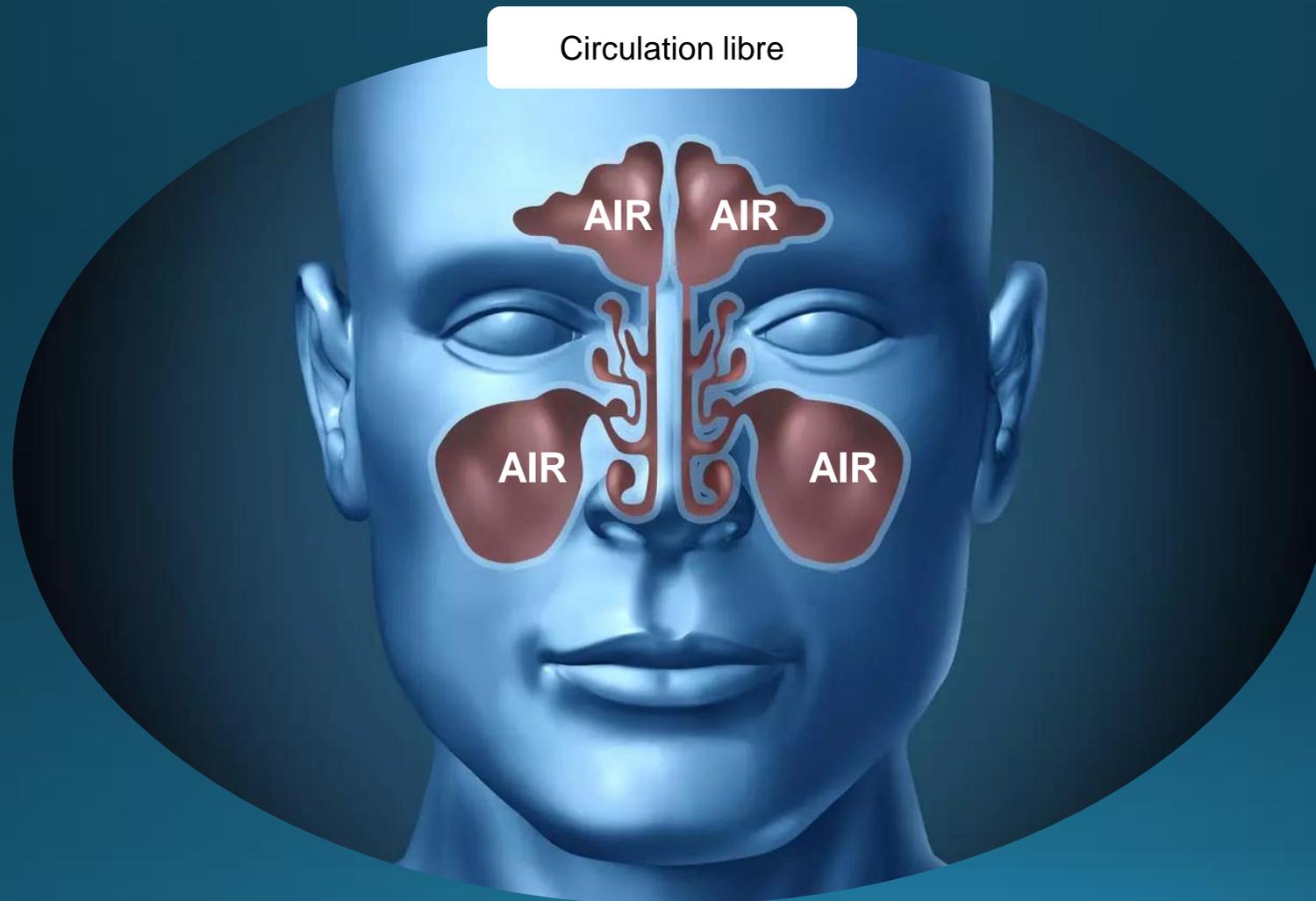
- 
- Prévention de l'encadrant**
- Gestion de la plongée
 - Surveillance et communication

- 
- Prévention du plongeur**
- Formation
 - Plongée refresh

PREVENTION EN PLONGEE

LES SINUS

Circulation libre

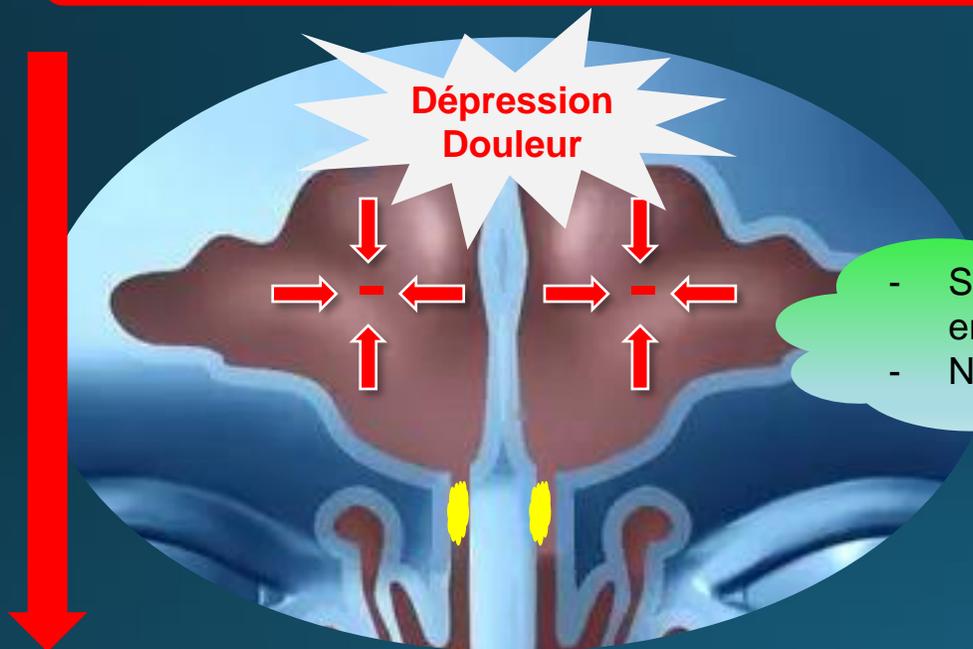


PREVENTION EN PLONGEE

LES SINUS

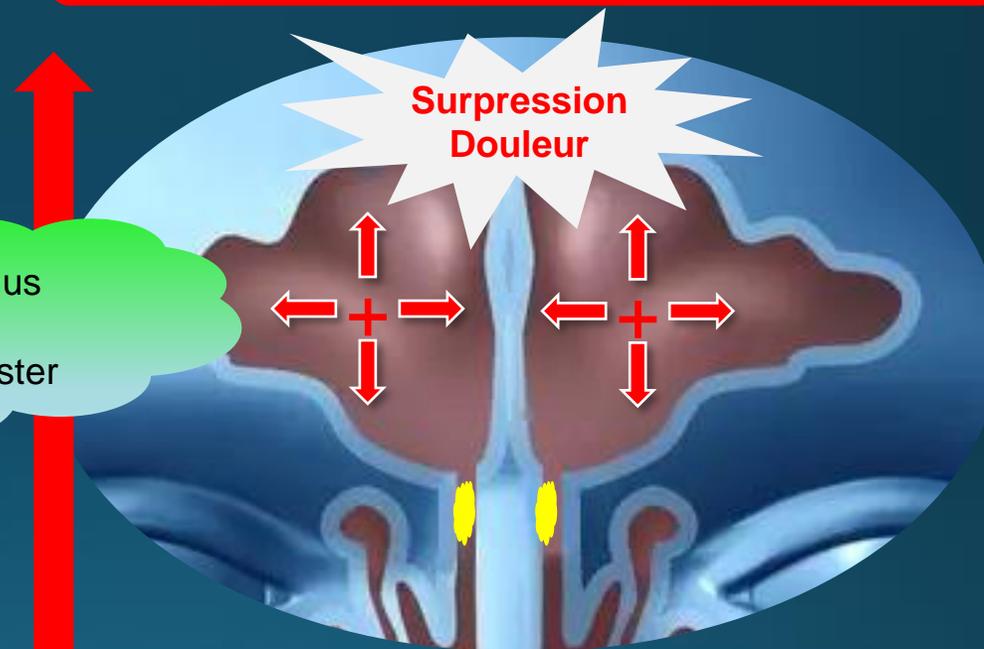
BAROTRAUMATISMES

Obstruction à la descente
(mucosités, congestion)



- En cas de blocage :
- Signaler
 - Stopper la descente

Obstruction à la remontée
(mucosités, congestion produites en plongée)



- En cas de blocage :
- Signaler
 - Stopper la remontée...

- Se rincer les sinus en surface
- Ne pas trop insister

PREVENTION EN PLONGEE

LE PLAQUAGE DE MASQUE

BAROTRAUMATISMES

Dépression volume d'air du
masque à la descente



Sensation de placage,
aspiration



Hématomes

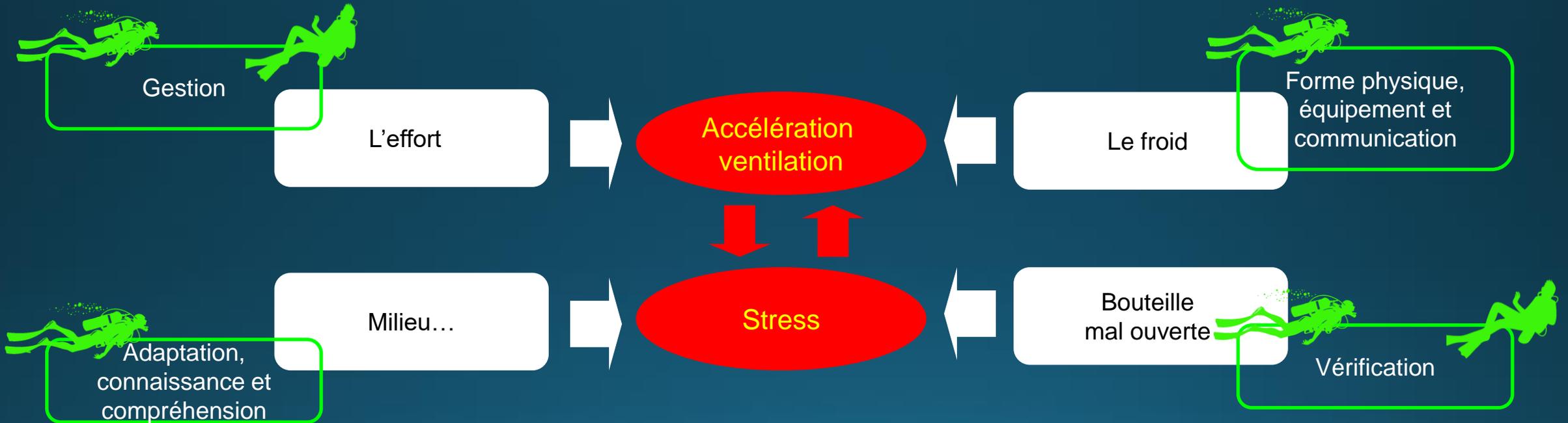


Souffler régulièrement dans
son masque à la descente

Ne pas trop serrer la sangle

L'ESSOUFFLEMENT

L'essoufflement est une augmentation excessive du rythme ventilatoire.

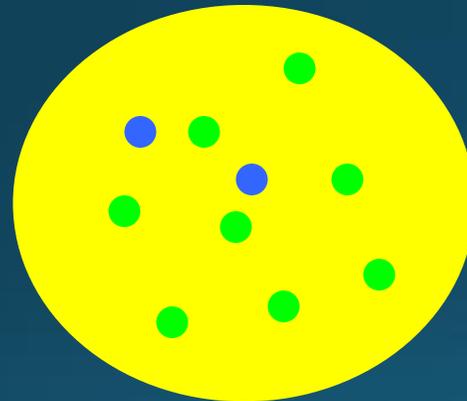


PREVENTION EN PLONGEE

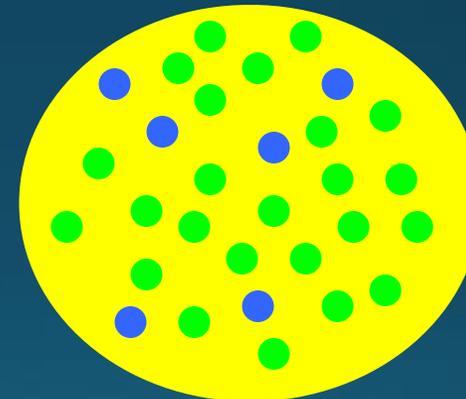
L'ACCIDENT DE DECOMPRESSION



- Molécules d'azote (N₂) 80%
- Molécules d'oxygène (O₂) 20%



Air en surface (1bar)



Air à 20m (3 bar)

L'air respiré à 20m de profondeur est 3 fois plus concentré en molécules

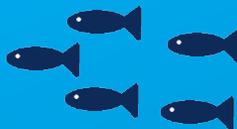
PREVENTION EN PLONGEE

L'ACCIDENT DE DECOMPRESSION



EQUILIBRE EN SURFACE

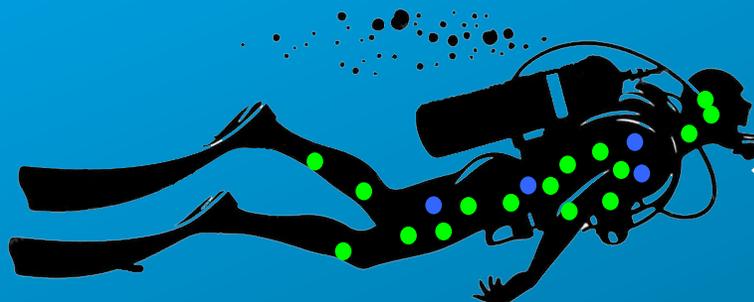
Air en surface (1bar)



Plus la plongée est profonde et longue plus la quantité de gaz emmagasinée est importante.

SATURATION EN PLONGEE

Accumulation progressive de gaz par la ventilation



Air à 20m (3bar)



AUTRES INCIDENTS

PREVENTION EN PLONGEE

L'ACCIDENT DE DECOMPRESSION



ACCIDENT DE DESATURATION A LA REMONTEE

Non respect des procédures,

Facteurs favorisants :

- Age, fatigue, surpoids,
- Déshydratation, froid, effort,
- Plongée à répétition, ...



Mauvaise élimination du gaz,
Formation de bulle de gaz
dans l'organisme.



Perte de sensation et/ou de
motricité,
Troubles de l'équilibre,
Troubles neurologiques...



Apparition des symptômes
différée (de quelques minutes à
quelques heures).

Accident très rare pour les profondeurs de 20m, quasi
inexistant pour les profondeurs inférieures à 15m.

Réversible si détection et prise en charge rapide !



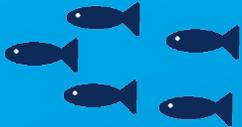
PREVENTION EN PLONGEE

L'ACCIDENT DE DECOMPRESSION



DESATURATION NORMALE

Elimination progressive du gaz



Prévention de l'encadrant

- Contrôle de la vitesse de remontée
- Eventuellement palier de décompression



Prévention du plongeur

- Pas d'apnée
- Pas d'avion
- Pas de montée en altitude

12h



PREVENTION EN PLONGEE



L'environnement sous-marin confrontent le plongeur à des risques spécifiques, barotraumatismes, essoufflement, accident de décompression.

Par son expérience et connaissance de la pratique, l'encadrant met en place une prévention pour anticiper les problèmes éventuels.

Le plongeur Niveau 1 connaît les risques, et a aussi une part de prévention à mettre en œuvre.

QUIZ !

