

SCURA

## Thông tin về an toàn cho người đi lặn sâu có giấy phép

Môi trường dưới nước thật là vô cùng hấp dẫn và kỳ vĩ. Nhưng lòng biển cũng có thể nguy hiểm nếu bạn không tuân theo hướng dẫn của người giám sát lặn và người hướng dẫn lặn.

- Tuân theo hướng dẫn của người giám sát lặn hoặc người hướng dẫn lặn
- Đi lặn theo từng cặp đôi hoặc nhóm ba người với nhau luôn luôn gần nhau
- Luôn luôn kiểm tra lượng dưỡng khí của mình và của bạn mình và biết mức dưỡng khí tối thiểu cần có để bơi lên trên mặt biển được an toàn
- Nếu đi lặn cùng với người giám sát lặn hoặc người hướng dẫn lặn, luôn luôn ở gần họ
- Chỉ lặn xuống độ sâu mà mình đã được huấn luyện
- Trước khi đi lặn cần hỏi người giám sát lặn để biết hành trình cuộc đi lặn, điều kiện cụ thể nơi lặn và những nguy hiểm có thể xảy ra

Là người đi lặn, bạn có trách nhiệm giữ an toàn khi đi lặn và tuân theo hướng dẫn của người giám sát lặn, người hướng dẫn lặn hoặc người điều hành hành trình đi lặn

### Xin hãy đảm bảo là:

- Bạn biết ai là người giám sát lặn, người hướng dẫn lặn và vị trí cố định của họ, và biết cách để họ có thể làm sao giúp bạn được
- Hết sức chú ý để biết cách xử sự trong trường hợp khẩn cấp, ví dụ như khi cần cấp cứu, khi gặp nạn và khi cần cứu hộ và cách sử dụng các phương tiện báo cấp cứu

### Xin hãy hết sức chú ý để biết:

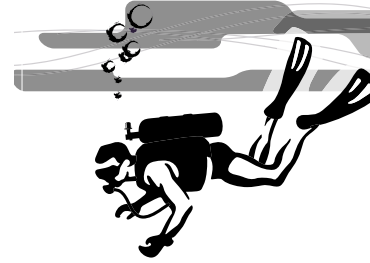
- Mức nước sâu
- Tâm nhìn dưới nước
- Sóng ngầm dưới nước
- Điều kiện đáy biển
- Điều kiện sinh thái sinh vật trong lòng biển tại vị trí lặn

### Xin hãy tuân thủ hướng dẫn về:

- Cách lên thuyền và cách rời thuyền
- Cách xuống nước và cách lên khỏi mặt nước

Tùy thuộc vào kiểu lặn, mức độ lành nghề của bạn khi đi lặn và điều kiện môi trường, người giám sát lặn hoặc người hướng dẫn lặn cần phải hướng dẫn cho bạn biết về những điều sau đây:

- Rủi ro có thể xảy ra khi hết dưỡng khí
- Rủi ro có thể xảy ra đối với sức khỏe và an toàn khi lặn xuống nhiều lần trong thời gian 24 giờ hoặc khi đi lặn liên tục trong mấy ngày liền mà không có đủ thời gian nghỉ ngơi dưỡng sức trên cạn
- Rủi ro có thể xảy ra đối với sức khỏe và an toàn khi lặn xuống độ sâu mà cảm thấy như bị mê và nhu cầu cần phải di chuyển sang nơi nước nông hơn khi cảm thấy như vậy
- Nhu cầu cần phải dừng lại để đảm bảo an toàn khi lặn xuống nước
- Rủi ro có thể xảy ra khi đi máy bay hoặc khi đi tới vùng có độ cao khác biệt so với mặt biển sau khi lặn
- Tác động của việc cơ thể bị mất nước sau khi lặn
- Rủi ro có thể xảy ra với những hoạt động khác sau khi lặn
- Rủi ro có thể xảy ra khi đang bệnh mà đi lặn



SCURA

## Thông tin về an toàn cho người đi lặn sâu có giấy phép

**BẢN KHAI ĐIỀU KIỆN SỨC KHỎE CHO NGƯỜI ĐI LẶN GIẢI TRÍ**  
Người đi lặn đeo bình dưỡng khí cần điền và ký vào đơn này

FORM 26 (V2.06-04)

### Chi tiết cá nhân

Họ \_\_\_\_\_ Tên \_\_\_\_\_  
 Địa chỉ \_\_\_\_\_  
 Điện thoại \_\_\_\_\_  
 Ngày sinh \_\_\_\_\_ Giới tính: Nam Nữ

### Bạn đã từng bị, hoặc hiện nay đang bị những căn bệnh sau đây:

	CÓ	KHÔNG
1 Hen suyễn hoặc thở khò khè		
2 Rối loạn thần kinh, rối loạn thần kinh cột sống, rối loạn tâm thần		
3 Mổ ngực		
4 Viêm phế quản mãn tính hoặc đau ngực kinh niên		
5 Viêm xoang mãn tính		
6 Bệnh yếu phổi (Tràn khí phế mạc)		
7 Tiểu đường (có đường trong máu)		
8 Mổ tai		
9 Động kinh		
10 Ngất xỉu, co giật hoặc choáng		
11 Bệnh tim mạch hoặc bất kỳ dạng bệnh tim nào		
12 Bị đau tai khi bay		
13 Lao phổi hoặc căn bệnh phổi kinh niên		

### Hiện nay bạn có đang bị

	CÓ	KHÔNG
14 Khó thở		
15 Viêm tai mãn tính hoặc tai chảy nước kinh niên		
16 Huyết áp cao		
17 Căn bệnh nào khác hoặc có bị mổ trong tháng vừa qua		
18 Thủng màng nhĩ		

	CÓ	KHÔNG
19 Hiện nay bạn có đang uống thuốc hoặc dùng thuốc chữa trị bệnh gì không (không kể thuốc ngừa thai)?		
20 Trong khoảng 8 giờ đồng hồ trước khi đi lặn bạn có uống rượu không?		
21 Bạn đang có thai không?		
22 Bạn có hiểu rằng nếu bạn không khai điều kiện sức khỏe có gì không phù hợp với việc lặn an toàn sẽ là điều có thể rủi ro cho sinh mạng và sức khỏe của bạn?		

Chữ ký: \_\_\_\_\_ Ngày / /

Người chứng kiến: \_\_\_\_\_ Ngày / /