

# SCUBA

## Information om säkerhet för apparatdykare med certifikat

Undervattensmiljön är mycket spännande och vacker. Den kan emellertid, vara farlig om du ej följer instruktionerna som ges ut av din dykledare eller dykinstruktör.

- Följ instruktionerna som ges ut av din dykledare eller instruktör
- Dyk parvis eller med tre kompisar, och håll er i närheten av varandra
- Kolla regelbundet din egen och dina kompisars lufttillgång och det minsta luftinnehållet som behövs för ett tryggt och säkert återvändande upp till vattenytan
- Om du dyker tillsammans med en guide, dykledare eller instruktör, håll dig alltid i närheten av dem
- Dyk endast ner till det djup som du har blivit tränad till
- Fråga din dykledare om planeringen för dyket, dykplatsens förhållanden och om riskerna, innan du dyker

Du har ansvaret som dykare att dyka med säkerhet och följa instruktionerna som ges ut av dykledaren, instruktören eller dykutflyktens driftsledare

### Var god och försäkra dig om:

- Att identifiera dykinstruktörer, ledare och utkikspersoner och hur de kan hjälpa dig
- Att noga lägga märke till nödfallsåtgärder, såsom återkallelse, nödläge och räddningsförfarande, och användning av signalanordningar

### Var god och lägg noga märke till:

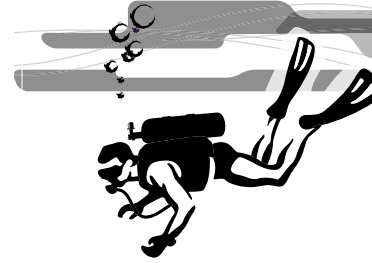
- Vattendjupet
- Sikten under vatten
- Undervattensströmmar
- Terrängen under vattnet
- Marinlivet inom området

### Var god och följ dessa instruktioner om:

- Hur man kliver in och ut ur båten
- Hur man tar sig in och ut ur vattnet

Beroende på vilket slags dykning som skall göras, din kompetens som dykare och miljöförhållanden, så skall din dykinstruktör eller dykledare ge dig råd om följande:

- a) Riskerna om att luften tar slut
- b) Riskerna om hälsa och säkerhet med anledning av flertals dykningar inom en 24 timmars period eller anledning av dykningar inom ett flertal dagar med inadekvata mellanrum vid ytan
- c) Riskerna om hälsa och säkerhet när det gäller kvävenarkos i djupet och behov av detta att flytta sig till mer grunt vatten om detta inträffar
- d) Nödvändigheten att göra säkerhetsuppehåll då du är på uppåtgående vid alla dykningar
- e) Riskerna associerade med flygande eller altitudutsättning efter dykning
- f) Effekter av dehydrering efter dykning
- g) Riskerna associerade av ansträngning efter dykning
- h) Riskerna associerade med dykning då du är sjuk



# SCUBA

## Information om säkerhet för apparatdykare med certifikat

### MEDICINSK DEKLARATION FÖR DYKNING INOM EN TILLFLYKTSORT

Formulär som skall fyllas i och undertecknas av alla apparatdykare (scuba divers)

FORM 26 (V2.06-04)

### Personliga Detaljer

Efternamn \_\_\_\_\_ Förnamn \_\_\_\_\_  
 Adress \_\_\_\_\_  
 Telefon \_\_\_\_\_  
 Födelsedatum \_\_\_\_\_ Kön      Manlig      Kvinnlig

### Har du lidit av, eller lider du nu av, något av de följande-

	Ja	Nej
1 Astma eller andfåddhet		
2 Hjärna, ryggrad eller nervositetsstörningar		
3 Bröstkorgsoperation		
4 Kronisk bronkit eller ständig bröstkorgsåkomma		
5 Kroniskt sinus hälsotillstånd		
6 Lungkollaps ( pneumotorax )		
7 Mellitus diabetes ( sockersjuka )		
8 Öronoperation		
9 Epilepsi		
10 Svimningar, slaganfall eller blackouts		
11 Någon typ av hjärtsjukdom		
12 Återkommande öronproblem då du flyger		
13 Tuberkulos eller annan långvarig lungsjukdom		

### Lider du för närvarande av-

	Ja	Nej
14 Andfåddhet		
15 Kronisk öronavsöndring eller infektion		
16 Högt blodtryck		
17 Annan sjukdom eller operation inom den sista månaden		
18 Brusten trumhinna		

	Ja	Nej
19 Tar du för närvarande någon slags medicin eller drog (med undantag av oralt preventivmedel) ?		
20 Har du intagit alkohol inom de sista 8 timmarna innan dykningen ?		
21 Är du gravid ?		
22 Förstår du att om du döljer något om ditt hälsotillstånd som är oförenligt med ett säkert dykande och att detta kan möjligtvis bli till risk för ditt liv och hälsa ?		

Signatur: \_\_\_\_\_ Datum / /  
 Vittne: \_\_\_\_\_ Datum / /