

غواصی اسکوبا ایمن است یا خطرناک ؟



غواصی با استفاده از اسکوبا می تواند هم ایمن و هم خطرناک باشد، بسته به شرایط و موقعیت غواصی و همچنین تجهیزات و آموزش هایی که غواص دریافت کرده باشد. همانطور که می دانید در هر ورزشی امکان به وجود آمدن صدمات و بیماری های وجود دارد این شامل ورزش غواصی نیز می گردد.

انسان ها ساخته نشدن برای تنفس در زیر آب این بدان معنی است که هر زمان شخصی در آب فرو رفته به طور کامل زندگی او وابسته به وسایل و تجهیزات ، مهارت ها و آموزش فرا گرفته می باشد تا

اطمینان حاصل شود که او با ایمنی و سلامت کامل به سطح آب باز گردد . این حقیقت ممکن است کمی ترسناک به نظر برسد در حالی که بسیاری از غواصان از این موضوع نگران نیستند و بسیاری از مردم را تشویق به فرا گرفتن علم و دانش غواصی می کنند .

در ورزش های چون اسب سواری . ژیمناستیک . بوکس . فوتبال . کشتی . دوچرخه سواری . جودو صدمات زیادی وجود دارد . حتی در دوران مدرسه یا در پارک ها پس صدمات و حوادث غواصی چیزی عجیبی نیست .

فراموش نکنید غواصی یک ورزش تجهیزات محور است و بدون تجهیزات امکان انجام این ورزش و تفریح وجود ندارد . همه ورزش های هوایی . آبی و خودروبی و مشابه اینها تجهیزات محور هستند ، پس همیشه استفاده از تجهیزات به معتبر ، با کیفیت و سالم را فراموش نکنید .

عوامل ایمنی در غواصی

۱. آموزش مناسب: گذراندن دوره های آموزشی معتبر و کسب گواهینامه های معتبر و شناخته شده به غواصان کمک می کند تا اصول ایمنی و تکنیک های لازم را یاد بگیرند.

۲. تجهیزات مناسب و نگهداری آن ها: استفاده از تجهیزات غواصی با کیفیت و اطمینان از نگهداری مناسب آن ها می تواند خطرات را کاهش دهد.

۳. برنامه ریزی مناسب غواصی: برنامه ریزی دقیق و آگاهی از شرایط آب و هوا و جریان های آب

۴. شرایط فیزیکی و سلامتی: غواصان باید از نظر فیزیکی در شرایط خوبی باشند و هر گونه مشکلات سلامتی خود را با پزشک در میان بگذارند

۵. غواصی با بادی: همیشه با یک بادی غواصی کنید تا در صورت بروز مشکل، کمک کنید

عوامل خطر در غواصی

۱. عدم آموزش کافی: نداشتن آموزش مناسب و تجربه کافی می‌تواند خطرات را افزایش دهد

۲. شرایط نامساعد محیطی: جریان‌های قوی، دید کم، یا آب و هوای بد می‌توانند خطرات غواصی را افزایش دهند

۳. خرابی تجهیزات: استفاده از تجهیزات معیوب یا نگهداری نامناسب از آن‌ها می‌تواند باعث بروز حوادث شود

۴. خطاهای انسانی: عدم توجه به اصول ایمنی، برنامه‌ریزی نامناسب، یا تصمیم‌گیری‌های نادرست می‌تواند منجر به حوادث شود

۵. مشکلات سلامتی: برخی از شرایط سلامتی به ویژه مشکلات مربوط به قلب و ریه‌ها می‌تواند غواصی را خطرناک‌تر کند

برخی از تلفات در غواصی اجتناب‌ناپذیر است و در اثر اوضاع غیرقابل پیش‌بینی نشده پیش می‌آید و از کنترل خارج می‌شود، ولی بیشتر تلفات غواصی را می‌توان خطای انسانی و از طرف قربانی دانست

اما پاسخ به اولین، بزرگترین و ترسناکترین سوال برای شروع غواصی «**آیا غواصی خطرناک است و احتمال مرگ در آن وجود دارد؟**»

موسسات بازرسی و کنترل نرخ مرگ و میر در ورزش غواصی اسکوبا را ۱ نفر در هر ۲۵۰ هزار غواص اعلام کرده‌اند، یعنی هر سال تقریباً ۶ تا ۱۳ مرگ در هر ۱۰۰ هزار غواص گزارش می‌شود و با وجود افزایش تعداد غواصان فعال، میزان تلفات غواصی در دهه گذشته نسبتاً ثابت مانده است.

مقایسه خطرات مرگ ناشی از غواصی اسکوبا با فعالیت‌های دیگر

غواصی اسکوبا ۱ نفر در هر ۲۵۰ هزار نفر

دوچرخه سواری ۱ نفر در ۱۴۰ هزار نفر

مسابقه دو ماراتن ۱ نفر در هر ۱۲۶ هزار نفر به علت ایست قلبی

چتر بازی ۱ نفر در هر ۱۱۶ هزار نفر

رقص در پارتنی ۱ نفر در هر ۱۰۰ هزار نفر

زایمان ۱ نفر در هر ۶ هزار نفر

سوانح رانندگی ۱ نفر در هر ۵ هزار نفر

پس نتیجه می‌گیریم غواصی نمودن بسیار ایمن‌تر از دوچرخه سواری، رقصیدن، بچه دار شدن و رانندگی است.

آمار فوت شدگان در حوادث مربوط به غواصی

سال ۲۰۱۴ در کل ۱۴۶ نفر کشته
سال ۲۰۱۵ در کل ۱۲۷ نفر کشته
سال ۲۰۱۶ در کل ۱۶۹ نفر کشته
سال ۲۰۱۷ در کل ۱۲۷ نفر کشته
سال ۲۰۱۸ در کل ۱۵۷ نفر کشته

یک آمار وضعیتی از حوادث غواصی

۹۰٪ فوت شدگان کمر بند وزنه به آنها وصل بوده است
۸۶٪ هنگام فوت تنها بوده اند
۵۰٪ بی سی دی خود را باد نکرده بودند
۲۵٪ ابتدا روی سطح آب مشکل داشتند
۵۰٪ بر روی سطح آب فوت شده اند
۱۰٪ در هنگام فوت تحت آموزش بودند
۱۰٪ به آنها توصیه شده بود که از نظر پزشکی نمی توانند غواصی کنند
۵٪ غواصی غار بودند

اما دلایل اصلی و علت مرگ غواصان

۴۱٪ اتمام گاز تنفسی
۲۰٪ گیر کردن
۱۵٪ خرابی تجهیزات غواصی
۱۱٪ شرایط نامساعد دریا
نرخ مرگ و میر غواصی نشان می دهد که مرگ و میر در غواصی غیر معمول است و بالا نیست. با این حال، بیشتر حوادث ناگوار در نتیجه مستقیم یکی از سه عامل (یا همه) رخ می دهد
عدم تمرکز
اعتماد به نفس بیش از حد
سهل انگاری محض

نرخ مرگ و میر غواصی در غار

با توجه به پیروی از پروتکل های استاندارد غواصی غار باعث شده است نرخ مرگ و میر غواصان در غار پایین باشد با این وجود، برخی از عوامل مؤثر شناخته شده عبارتند از:
۱. عدم استفاده از دستورالعمل های بازگشت به سطح آب (به ویژه در میان غواصان آموزش ندیده که به داخل غارها می روند)
۲. عمق بیش از حد (از جمله غواصان آموزش دیده)
۳. تمام شدن هوا قبل از رسیدن به خروجی غار (مثلاً گم شدن، یا وحشت زده شدن)

شایع ترین دلایل حوادث در غواصی اسکوبا

۱. مشکلات فیزیولوژیکی مانند بیماری های قلبی ، ریوی ، استرس
۲. عدم توانایی کار با تجهیزات و مشکلات مربوط به آن
۳. خطرات محیطی و مشکلات در آب

اما هر سه مورد بالا قابل پیشگیری است . اگر یک غواص به صورت صحیح و اصولی آموزش دیده باشد و به موارد و نکات گفته شده احترام بگذارد هیچ اتفاقی برای او نخواهد افتاد .

۱- قبل از شروع غواصی پرسشنامه پزشکی را تکمیل کند و بصورت صادقانه به آن پاسخ دهد و نکات و مسائل و بیماری یا جراحی های ریوی و قلبی را عنوان کنید . البته برخی از غواصان واقعیت را نمی نویسند چون می ترسند که مانع از غواصی آنها شود . اما باید بدانند که این پرسشنامه پزشکی بصورت دوره ای وجود دارد و در صورت معلوم شدن اظهار خلاف واقع می تواند منجر به ابطال گواهی نامه غواصی او گردد .

۲- عدم مهارت و توانایی کار با جلیقه تعادل و یا ضعیف بودن مهارت در استفاده از آن باعث بروز مشکل می گردد . که این امر مربوط به مربی شده که چرا مهارت استفاده از آن را کامل به هنرجو نیاموخته است و اگر آموخته چرا با توجه به اینکه او مهارت کافی برای استفاده از آن نداشته برای او گواهی نامه صادر نموده است . در هر حال هنرجو در کنار مربی باید روش استفاده از جلیقه تعادل را به طور کامل و صحیح بیاموزد و با تمرین بتواند آن را کنترل کنند .

۳- برای برنامه غواصی باید شرایط محیطی مناسب باشد . غواصی در جریان های زیر آبی قوی ، غواصی در آب با دید محدود ، موج بودن دریا ، غواصی در محل ناشناخته ، غواصی در عمق های زیاد ، دمای پایین آب ، غواصی در شب ، حوادث ناشی از آبزیان ، گیر کردن در تورهای رها شده ، مشکل در ورود و خروج به آب میتواند از جمله موارد محیطی برای آسیب و صدمات در هنگام غواصی باشد

به این آمار دقت کنید

- ۹۰٪ مرگ و میرهای غواصی در شرایطی اتفاق می افتد که در حیطه آموزش و تجربه غواصان بوده است
- هراس و صعودهای سریع عواملی هستند که در حدود ۲۰٪ تلفات غواصی نقش دارند
- بین ۳۰ تا ۴۰٪ از غواصانی که در حوادث جان خود را از دست دادند، کنترل شناوری ناکافی داشتند
- تقریباً ۵۰٪ از مرگ و میرهای غواصی مربوط به شرایط پزشکی مانند حملات قلبی است
- بررسی های ناکافی قبل از غواصی در حدود ۱۰٪ از حوادث غواصی نقش دارد
- ۷۸٪ تلفات غواصی مربوط به غواصان تفریحی است

غواصان بالای ۵۰ سال بیشتر در معرض حوادث غواصی مرگبار به دلیل مسائل بهداشتی هستند
علت اصلی مرگ و میر در حوادث غواصی غرق شدن است که بیش از ۶۰ درصد موارد را تشکیل می دهد
تعداد قابل توجهی از تلفات غواصی با غواصانی است که کمتر از ۲۰ تجربه غواصی دارند

تقریباً ۲۵٪ از مرگ و میرهای غواصی در هنگام صعود رخ می دهد
مردان حدود ۸۵٪ از کل تلفات غواصی را تشکیل می دهند
هنرجویان و غواصان تازه گواهینامه در بخش قابل توجهی از تلفات غواصی دخیل هستند
بیماری رفع فشار مسئول حدود ۱۰ تا ۱۵٪ از مرگ و میرهای غواصی است
غواصی انفرادی تقریباً ۲۰ تا ۳۰٪ از کل تلفات غواصی را تشکیل می دهد

نتیجه گیری

. به مسائل مربوط به سلامتی و تناسب اندام خود دقت کنید ، یک سبک زندگی سالم انتخاب کنید و انجام معاینات پزشکی منظم رو در غواصی داشته باشید
. هر چه توانایی ها و تجربه غواصی شما بیشتر باشد حوادث کمتری اتفاق می افتد
. آمار می تواند هر چیزی را ثابت یا رد کند. اما تخمینی که ارزش توجه دارد این است که در هر ۲۵۰ هزار غواصی یک مرگ غواصی وجود دارد. با این حال، این بدان معنا نیست که شما ۲۵۰ هزار زندگی دارید
. برخی افراد در اولین یا دومین غواصی خود خواهند مرد. در حالی که دیگران، و غواصان همکارشان، ممکن است در طول زندگی خود چند هزار بار غواصی کنند.

غواصی خطرناک است اگر :

موارد پزشکی خود را صادقانه عنوان نکنید
به صحبت های مربی احترام نگذارید
تمرین ها و مهارت های خود را به درستی انجام ندهید
عدم بازآموزی مهارت ها بعد از گذشت ۶ ماه از آخرین غواصی
فراتر از سطح آموزش های به غواصی بپردازید
با نگرشی محافظه کارانه و احترام به قوانین غواصی هیچ گونه خطری شما را تهدید نمی کند بلکه ورزشی بسیار زیبا ، مفرح و هیجان انگیز در انتظار شماست



گردآوری ، تألیف و ترجمه : سعید پروین

مركز غواصی بین المللی مارینا www.IranMarina.com

استفاده از مطالب این مقاله به شرط امانت داری و رعایت اخلاق حرفه ای (درج منبع و نویسنده) آزاد می باشد