



Acc2013/01/C

SUJET ACCIDENTS

durée :45mn

Question 1 : 6 points

Nombre de plongeurs aiment à se retrouver, à l'issue de la plongée, autour d'une boisson. Au-delà de l'aspect convivial, cette habitude peut prévenir la déshydratation. Celle-ci représente en effet un risque face auquel le plongeur doit rester vigilant.

- Quels sont les mécanismes physiologiques qui rendent le plongeur particulièrement sujet à la déshydratation ? (2 points)
- Quel accident en particulier la déshydratation peut-elle favoriser ? Pourquoi ? (1,5 point)
- De quel moyen thérapeutique le plongeur secouriste dispose-t-il pour contrecarrer cet effet, le cas échéant ? Dans quelles conditions ? (1,5 point)
- Quels types de boissons conseillez-vous (ou déconseillez-vous) à vos plongeurs ? A quel(s) moment(s) ? (1 point)

a) *Diurèse d'immersion (0,5)*

Diurèse thermique (0,5)

Ventilation d'un air sec (0,5)

Sudation amplifiée par la combinaison (0,5)

b) *L'accident de décompression (0,5), par un effet d'augmentation de la viscosité du sang (1), et donc de l'évacuation de l'azote dissous, ainsi que des éventuels embolies.*

c) *De l'aspirine (1), non effervescente, qui fluidifie le sang, doit être administré en dose de 500mg (ou dose pédiatrique) maximum, si pas d'allergie (0,5).*

d) *Eviter les boissons diurétiques (café, thé), et alcoolisées. L'eau reste la meilleure solution(0,5). Boire régulièrement (avant et après la plongée), par petites prises si conscient, avant la sensation de soif. (0,5)*

Question 2 : 4 points

Dans l'organisation de la plongée, quels sont les éléments susceptibles d'engendrer ou d'aggraver un accident de décompression

Avant la plongée (2 points)

Pas envie de plonger, méforme, froid

Mauvaise préparation de la décompression : systèmes de décompression différents, plus de 2 plongées par 24 h, Intervalle mal pris en compte, cumul des plongées (2 profondes le même jour, plongées 7j/7).

Site et conditions mal choisies : courant, vagues, houle, conditions stressantes (visibilité, conditions météo et embarcation ...)

Pendant la plongée (1 point)

Efforts, couple profondeur/temps

Mauvaise gestion de l'air

Après la plongée (1 point)

Efforts (remontée de l'ancre, conditions météo et embarcation inadaptée, sites de plongée ...).

Question 3 : 4points

a) Quel est l'accident que risquent principalement les N1 dans la zone des 10 m à la remontée? (1pts)

b) Quel comportement devez-vous avoir en tant que guide de palanquée pour l'éviter ? (1pts)

c) Expliquez les mécanismes de cet accident. (1pts)

d) Comment réagissez-vous lors de cet accident au retour sur le bateau? (1pts)

a) *Suppression pulmonaire*

b) *Comportement du chef de palanquée :*

FFESSM C'Omité MArtinique des Sports SUBaquatiques Maison des sports, Pointe de la Vierge 97200 Fort de France. La Martinique

Commission Technique Régionale Email : ctrm972@gmail.com Site : <http://www.ctrmartinique.com> Tel : 06 96 71 22 29

Courrier : [Gaelle Blanc-Kergourlay Résidence Occitane, B24, La Crique Anse Mitan 97229 Trois Ilets](mailto:Gaelle.Blanc-Kergourlay@residenceoccitane.com)



Proximité du stagiaire pour pouvoir intervenir.

Surveillance de la ventilation du plongeur.

Remontée sur un pendeur ou le mouillage.

Lors du briefing d'avant plongée, rappeler au plongeur qu'il doit expirer à la remontée.

c) Mécanisme :

A la remontée, le volume d'air à l'intérieur des poumons se détend du fait de la loi de Mariotte. Si cet air n'est pas évacué par le nez ou la bouche, il y a risque de distension des alvéoles et passage d'air dans la circulation.

d) CAT :

Administration d'O₂ : à débit max. , prise d'aspirine (<500mg), eau (si conscient) prévention détresse cardio-circulatoire, rappel des autres palanquées et alerte des secours pour une évacuation d'urgence vers un centre hyperbare ;

Question 4 : 6 points

L'apnée est une pratique de la plongée, en expansion.

a) Quels sont les risques spécifiques et inhérents à cette pratique ? (3pts)

b) Quels en sont les moyens de prévention ? (3pts)

a) Syncope anoxique et noyade Syncope hypoglycémique (chasse prolongée). (2 points)

b) Quels en sont les moyens de prévention ? (4 points)

Syncope et samba

Pas d'hyperventilation

Récupération de plusieurs minutes entre chaque apnée profonde

Pas plus de 6 à 8 apnées profondes par heure

Limitation de durée de l'apnée et de la séance

Lestage adapté

Bonne condition physique

Hypoglycémie suite froid et efforts physiques

Limitation du temps de chasse, boisson sucrée à disposition, bouée de repos.

Alimentation adaptée avant la séance.