

NOTE

La réglementation relative aux plongées en Zélande a changé récemment. Les informations détaillées ont été présentées dans l'Hippocampe.

Cette réglementation impose aux organisateurs de prendre en charge et de considérer toute une série d'aspects.

Le document ci-joint, présenté comme une check-list, a pour but de les aider lors de ces sorties. Les annexes ont l'intention de les guider dans leurs choix.

Plan de Plongée

- Plan du lieu de plongée
- Particularités de la sortie de l'eau
- Compétences particulières requises :

- Vérification de l'autonomie en gaz respirable:
- Profil de plongée : Dans la courbe
 Décompression légère
 Autre.....

Briefing

- Présentation du site : faune, flore, curiosités, dangers, façon de se mettre à l'eau et d'en sortir
- Sécurité
 - O₂ (démonstration + Pression)
 - Bouteille de réserve
 - Eau, trousse de secours
 - Plan d'évacuation
- Heure de mise à l'eau :
- Durée maximum de la plongée : min
- Profondeur maximum autorisée : (en fonction des palanquées)
- Annonce à la sécurité surface : - heure de départ
 - heure de retour
 - paramètres de plongée
- Rappels
 - respecter les règles locales et de la LIFRAS
 - suivre le plan de plongée établi
 - respecter la faune et la flore, ne rien remonter.
- Présentation des palanquées CP - SF - Acc
- Exercices à effectuer
- Rappel de l'utilité du débriefing.

Evaluation de la plongée

- Tout le monde est-il sorti de l'eau ?
- Incidents enregistrés ?
- Respect de la planification ?

Description du problème rencontré (le cas échéant)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Mesures prises

.....

.....

.....

.....

Quelles sont les adaptations faites au plan de plongée ? Quels sont les risques encourus ?

.....

.....

.....

Liste des documents à emporter

- Farde des brevets LIFRAS
- Liste des membres
 - Adresse,
 - Personne à contacter
 - N° de téléphone ou portable
 - Visite médicale
 - ECG
- Procédure de réanimation
- Fiche d'évacuation
- Déclaration d'accident

Numéros de téléphone et adresses des caissons et hôpitaux

Zélande	
Hôpital Bergen-op-Zoom	
boerhaven 1 Bergen-op-zoom	
Tel	+ 31 (0) 164 278000

Hôpital Goes	
S'gravenpoldersweg 114 Goes	
Tel	+ 31 (0) 113 234000

Hôpital Zierikzee	
Koning Gustaafweg 2 Zierikzee	
Tel	+ 31 (0) 111 430000

Antwerpen	
ZNA Stuivenberg Antwerpen	Caisson
Lange Beeldekenstraat N° 267 2060 Anvers	
Tel	+32 (0) 3 217 71 11 caisson +32 (0) 3 217 75 75
UZ Antwerpen	Caisson
Spoedgevallendienst Wilrijkstraat, 10 2650 EDEGEM	
Tel	+32 (0) 3 821 38 06 / +32 (0) 3 821 30 55

Brugge Caisson	
AZ St Jan Spoedgevallendienst Ruddershove 10 8000 Brugge	
Tel	+ 32 (0) 50 45 20 00

Zeebrugge Caisson	
Graaf Jansdijk 1 8380 Zeebrugge	
Tel	+ 32 (0) 50 55 86 89 caisson +32 (0)50 55 87 13

Numéros de téléphone importants	
Secours :	112
DAN Belgique	0800 / 12382
DAN Etranger	+ 32 (0) 2 262 22 82
Lifras	+ 32 (0) 2 521 70 21

INFORMATIONS RELATIVES AU PLONGEUR	
Nom :
Date de Naissance :
Adresse :Localité
Personne à prévenir :
Tel :GSM :

Problèmes médicaux particuliers (allergies, médicaments, maladies, etc).....
.....
.....

CARACTERISTIQUES DE LA PLONGEE	SIGNES OBSERVES	HEURE
Lieux :
<input type="radio"/> Plongée libre <input type="radio"/> Plongée scaphandre
Profondeur max Mètres
Durée Totale Minutes
Heure de sortie H.....
Paliers
mètres
minutes
Ordinateur : A JOINDRE !!!	Premiers soins	<input type="radio"/> P.L.S.
Mélange respiré → <input type="radio"/> air	<input type="radio"/> Bouche à Bouche	<input type="radio"/> M.C.E
→ <input type="radio"/> Autres	<input type="radio"/> Oxygène <input type="radio"/> Boissons	Litres
Plongée : <input type="radio"/> Unitaire <input type="radio"/>	<input type="radio"/> Tel club ou accompagnant :	
Succesive		
Vitesse de remontée :mètres / minutes	

Sensation de fatigue inhabituelle	Sensation de démangeaison	Sensation de malaise de mal être	Perte de force Faiblesse	Modification du comportement Agitation
Eruption cutanée Démangeaisons	Douleur articulaire	Picotements	Douleur dorsale	Engourdissement Fourmillements Paralysie
Nausées Vertiges	Troubles de l'équilibre	Troubles de l'audition	Troubles respiratoires	Perte de connaissance
Troubles de la vision	Trouble de la parole	Difficulté pour marcher	Symptômes du choc	Toux sanglante Spume Difficulté respiratoire

Fiche d'évacuation (suite)

A L'ATTENTION DES MEDECINS ET AMBULANCIERS

La personne identifiée sur cette fiche a pu être victime, au cours d'activités de plongée sous-marine, de lésions suite à une pathologie de décompression. Peut-être ne connaissez-vous pas cette pathologie très particulière. Dans ce cas, le réseau d'alerte pour plongeur (DAN) peut vous aider dans le traitement de ce patient. (DAN : +32 2 262 22 82 hors Belgique - 0800 123 82 depuis la Belgique). Un médecin spécialisé dans le traitement des accidents de plongée y est à votre disposition pour vous fournir toute information utile.

TER ATTENTIE VAN ARTSEN EN AMBULANCIERS

De persoon op dit blad aangeduid lijdt eventueel aan ietsels ten gevolge van een drukvermindingsongeval tijdens een diepzeeduik. Het is best mogelijk dat U geen kennis heeft van deze zeer bijzondere pathologie. In dit geval, kan het alarm-netwerk voor duikers (DAN) U zeker helpen bij de behandeling van deze patiënt (DAN 080012382 vanuit België - +32 3 262 22 82 vanuit alle andere landen). Een gespecialiseerd arts in diepzeeduikongevallen behandeling is te Uwer beschikking om U de nodige inlichtingen te verschaffen.

FOR THE ATTENTION TO DOCTORS AND EMS

The person identified on this form may have been exposed to injuries due to decompression pathology during diving activities. It is possible that you are not aware of all the specific terms of this particular pathology. In this case, the Divers Alert Network (DAN) could assist you to treat this patient (DAN +32 2 262 22 82 outside Belgium 0800 123 82 from Belgium). An expert in decompression pathology injuries is at your service in order to inform you.

Comment je composeune trousse de secours, ... une trousse de voyage pour un secouriste-plongeur ?

Dr Christian Migeotte

Le nécessaire...

- ❑ Gants non stériles,
Mettez des gants avant de manipuler des plaies
- ❑ Sparadrap et pansements stériles
- ❑ Compresses stériles 5x5 - 10x10
- ❑ Tampons d'ouate
- ❑ Bandes collantes pour plaies (p ex. : STERISTRIP®)
Refermez les petites plaies avec des strips après désinfection locale.
Procédez de même pour les plaies plus profondes dans l'attente d'une suture éventuelle.
- ❑ Bandes de crêpe 5cm - 10cm
- ❑ Bandages triangulaires
- ❑ Pince à échardes
- ❑ Aiguilles stériles
Pincés et aiguilles pour éliminer échardes, limailles, épines et piquants indésirables.
N'oubliez pas de désinfecter la plaie avant et après avoir "opéré" !
Attestation médicale nécessaire pour certains pays !
- ❑ Ciseaux (gros)
- ❑ Garrot
- ❑ Couverture de survie
- ❑ Désinfectant local (p ex. : ISO-BETADINE® mono doses, HANSAMED® spray)
- ❑ Antidouleur, antipyrétique (p ex. : DAFALGAN®, ASPRO®)
- ❑ Antispasmodique (BUSCOPAN® comprimés)
- ❑ Antiémétiques (MOTILIUM® comprimés solubles)
- ❑ Anti-inflammatoire local (p ex. : LUIFLEX® spray)
- ❑ Pommade anti-allergique (p ex. : LOCOID® crème)
Apaise les coups de soleil et agressions de méduses.
Attention aux **dates** de péremptions.
En plus, les pommades supportent difficilement les fortes chaleurs.
- ❑ Boisson : eau plate potable (1,5l)

Les adresses et téléphones utiles

- ❑ Secours
- ❑ Hôpitaux
- ❑ Caisson

Utile...

- Bouteille d'oxygène + débitmètre
- Canule de GUEDEL
Permet de maintenir la langue en position haute chez une personne inconsciente
- POCKET MASK®
Petit masque s'adaptant bien hermétiquement à tous les visages.
Autorise aussi bien le "bouche à masque" que le raccord de bouteille d'O2
- Instant Cold Pack (FLEXOVERSAL®)
Pour contusions et entorses les jours d'été caniculaire loin de tout glaçon !
- Bain oculaire (p ex. : OCAL® 125ml)
- Pommade antibiotique (FLAMMAZINE®)
- Thermomètre

... mais non conseillé.

- Gouttes auriculaires (OTIPAX®)
- Décongestionnant nasal (VIBROCIL®)

Le nec plus ultra...

- Attelles gonflables (SAMSLINT®)
- Ballon d'insufflation

Selon destination...

... transports

- Mal des voyages (TOURISTIL®)
- Somnifère léger

... soleil

- Crème de protection solaire à indice élevé ou écran total
- Crème après-soleil
- Beurre de cacao
- Gouttes ophtalmologiques décongestionnantes (UVESTAT®)
- Antiallergique comprimé (ZYRTEC®)

... bestioles

- Produit pour rendre l'eau potable (MICROPUR®)
- Anti-moustiques (MOUTIMUG®)
- Vinaigre
- Pompe à venin (ASPIVENIN®)
- Sels de réhydratation orale
(1 banane broyée, 5 cuillères à café rases de sucre et ½ cuillère à café de sel dans 1 litre d'eau bouillie ou de thé)
- Inhibiteur du transit intestinal (IMMODIUM®)
- Antibiotique contre la dysenterie (diarrhée sanglante, forte fièvre, crampes violentes)
- Anti-protozoaires et antipaludéens (prévention malaria)
- Vaccinations nécessaires: (Tétanos, Diphtérie, Hépatite A et B, fièvre jaune, fièvre typhoïde...)
En fonction de la destination.

... et divers

- Préservatifs...

Feuille de renseignements



	Nom	Prénom	Brevet	N ^{bre} plongée	Dernière plongée	Gaz utilisé	Profondeur maximale	Décompression	Consommation L/min	Pour accord Signature
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										
19										
20										
21										

