

Duiken na COVID-19 (aanvullende adviezen)

Aanvullende adviezen van de Geneeskundige Commissies NELOS – LIFRAS in de context van de COVID-19 problematiek.

De medische commissies NELOS en LIFRAS hebben de medische criteria voor het hervatten van de duiksport (zie ons gemeenschappelijk document van 1 mei 2020) geherevalueerd.

Op basis van de momenteel beschikbare kennis is het momenteel niet geïndiceerd om de criteria en aanbevelingen die in het document van 1/5/2020 werden toegelicht, te wijzigen.

Met betrekking tot de noodzakelijke medisch-technische onderzoeken stellen we volgende adviezen voor. Deze onderzoeksadviezen gelden voor duikers in categorie 1 en categorie 2. Deze duikers bieden zich aan bij / overleggen met een arts met kennis van zake, die het verdere onderzoeksbeleid zal opstellen. De uiteindelijke beoordeling van de duikgeschiktheid gebeurt door een duikarts, ondermeer o.b.v. de resultaten van de vereiste onderzoeken.

- Gebruik van een oriënterende vragenlijst (zie bijlage of download COVID_SCUBA-duiker_vragenlijst.pdf van www.nelos.be/corona).
- Een inspanningstest (loopband of fiets) met meting van de zuurstofsaturatie (meting ter hoogte van de vinger) en electrocardiogram wordt eveneens sterk geadviseerd. Dit onderzoek biedt een beoordeling van de hart- en ademhalingsfunctie. Een saturatiedaling <94% of met >5% ten opzichte van de startwaarde wordt als afwijkend beschouwd.
- Bij de minste twijfel en zeker bij personen die ernstig ziek geweest zijn, worden een longfunctietest (inclusief DLCO) en een echocardiografie (inclusief meting van de druk in de longslagaders) geadviseerd.
- Standaard uitvoeren van een CT-scan van de longen is verplicht bij personen die ernstig ziek geweest zijn. Dit onderzoek geeft vnl. een morfologische beoordeling. Voor de andere gevallen laten wij de beslissing aan de longarts.

We ontvingen vragen in verband met jeugdruiken, vrijruiken, onderwaterhockey en vinzwemmen. Hieronder enkele aandachtspunten heïromtrent, evenals onze visie ten aanzien van de geldigheid van de inspannings-ECG's.

Jeugdruiken

Vanzelfsprekend dient het wettelijk kader gerespecteerd te worden. De Covid-19 richtlijnen voor volwassenen zijn ook op het jeugdruiken van toepassing. Uiteraard onder voorbehoud van naleving van de klassieke adviezen inzake watertemperatuur, maximale diepte en duur van de duik. Het blijft essentieel om de regels van sociale afstand te respecteren.

Vrijduiken

Vrijduiken kan hervat worden onder dezelfde voorwaarden als het SCUBA-duiken. Vrijduikers wordt aangeraden om in een eerste fase zowel de diepte als de duikduur te beperken. Een maximale diepte van 15 m wordt hierbij niet overschreden. Elke vorm van competitie is momenteel verboden.

Onderwaterhockey

Vermits de zwembaden momenteel nog steeds gesloten zijn, is de beoefening van onderwaterhockey momenteel niet mogelijk. Ivm de beoordeling van de duikgeschiktheid, gelden dezelfde adviezen en indeling in 3 groepen als voor de SCUBA-duikers. Momenteel ontbreekt bruikbare informatie ivm intensieve sportbeoefening na Covid-19 infectie. Elke vorm van competitie is momenteel verboden.

Vinzwemmen

Vergelijkbare beoordeling van de geschiktheid als voor de openwater duikers. Hierbij verdient het potentieel verhoogde risico op immersie-longoedeem na doormaken van een COVID-19 infectie (al dan niet symptomatisch) extra aandacht, dit risico wordt nog vergroot door gebruik van een tuba. We adviseren daarom submaximale inspanningsintensiteiten. Zwembadtraining blijft voorlopig onmogelijk, cfr. gesloten zwembaden. Elke vorm van competitie is momenteel verboden.

Geldigheid van inspannings-ECG's

Voor duikers waarbij de geldigheidsduur van het ECG verviel tijdens de lock-down: op basis van de huidige medische informatie en het mogelijk verhoogde risico op duikgerelateerde problemen bij personen met een niet-tijdig gediagnosticeerde hartaandoening, is het niet verstandig om de geldigheidsduur van ECG's te verlengen. We denken hierbij bijv. aan duikers die een infarct doormaakten en jaarlijks een nieuwe inspanningstest moeten uitvoeren. Het is daarom de verantwoordelijkheid van de betrokken duikers om het inspannings-ECG te laten uitvoeren ALVORENS opnieuw te gaan duiken.

Namens de leden van de Geneeskundige Commissie NELOS en LIFRAS,

Geneeskundige Commissie NELOS

Dr. Catherine De Maeyer
Dr. Hans Engels
Dr. Filip Gallant
Dr. Olga Gerbosch
Dr. Herman Van Bogaert
Dr. Martin Vanden Eede
Dr. Paul Van der Eecken
Dr. Thisbe Vanrysselberghe

Commission Médicale LIFRAS

Dr. Henry de Broux
Dr. Michel de Heusch
Dr. Olivier Goldberg
Dr. Biagia Pecoraro
Dr. Guy Vandenhoven
Dr. Thierry Wauters



QUESTIONNAIRE DE DEPISTAGE COVID-19 - PLONGEURS SCUBA
SCREENINGVRAGENLIJST COVID-19 - SCUBA DUIKERS

NOM: NAAM:	Prénom: Voornaam:
Date de naissance: Geboortedatum:	

QUESTIONNAIRE – VRAGENLIJST

A REMPLIR PAR LE PLONGEUR /IN TE VULLEN DOOR DE DUIKER

	Yes	No
Avez-vous été en contact avec un cas possible ou confirmé de COVID-19 ces 30 derniers jours? Hebt u de voorbije 30 dagen contact gehad met een mogelijk of bevestigd geval van COVID-19?		
Vous sentez-vous malade ? Voelt U zich ziek ?		
Avez-vous, ou avez-vous présenté ces 30 derniers jours un des symptômes suivants ? Hebt U, of heeft U de afgelopen 30 dagen volgende symptomen gehad?		
Koorts of koude rillingen - Fièvre ou frissons		
Algemeen zwaktegevoel - Faiblesse générale		
Hoest – Toux		
Keelpijn - Maux de gorge		
Loopneus - Ecoulement nasal		
Verlies van reuk- of smaakzin – Perte du goût et/ou de l’odorat		
Kortademigheid - Essoufflement		
Diarree - Diarrhée		
Misselijkheid/braken – Nausée/vomissement		
Hoofdpijn – Maux de tête		
Pijn (spier, borst, buik, gewrichten) – Douleur (muscles, poitrine, ventre, articulations)		

J'affirme sur l'honneur que les réponses sont sincères et honnêtes.
Ik bevestig op mijn eer dat de antwoorden oprecht en eerlijk zijn.

Date/Datum:

Signature/Handtekening:

Versie 25/05/2020