



Coronavirus (Covid-19) in de duiksport

NELOS-Info nr. 386

Beste duiker

N.a.v. de recente Covid-19 (Coronavirus)-verspreiding in België, vinden we het belangrijk om jullie te adviseren i.v.m. duik- en zwembadactiviteiten.

- Personen die op vakantie geweest zijn in een risicogebied (Noord-Italië, China, ...) wordt gevraagd om extra oplettend te zijn. Maar ook bij geringe klachten van luchtweginfecties thuis te blijven en niet te gaan trainen om verspreiding van mogelijk coronavirus te voorkomen. Dus als je klachten hebt, ook niet naar de cafetaria of het zwembad gaan om ergens te helpen of veiligheid aan de kant te voorzien.
- Voor wat betreft de proef 'wisselen mondstuk' (en andere proeven/oefeningen waarbij een mondstuk gedeeld wordt): we beschikken momenteel niet over informatie over eventuele virusverspreiding onder water. Voor zover we nu weten gebeurt de voornaamste overdracht via (speeksel)druppeltjes van mens tot mens. In noodsituaties mag er niet getwijfeld worden over het uitvoeren van buddy-breathing. Maar gezien de huidige situatie adviseren we het boven en onder water oefenen van deze proef, voorlopig tot 31 maart, maximaal te vermijden; in geval waar deze oefeningen niet te vermijden zijn (bv. reeds geplande zwembadexamens) is het aan de evaluerende instructeur om een alternatieve uitvoering van deze proef toe te passen waarbij het risico zo gering mogelijk is (= geen contact door verschillende personen aan 1 ontspanner).
- Bijkomend adviseren we aan alle clubs om na iedere training de gebruikte ontspannersets/tuba/maskers van de club te ontsmetten, bv. met Dettol.
- Voor wat betreft mond-op-mondbeademing tijdens CPR: hier geldt een officiële richtlijn van de Belgische Resuscitation Council. RedFed heeft hieromtrent intussen ook gecommuniceerd (ondersteund door Sport Vlaanderen):

"Beademen tijdens een reanimatie verhoogt op significante wijze de overleving van slachtoffers van een hartstilstand buiten het ziekenhuis.

Deze techniek aanleren is dus zeer belangrijk. De ontwikkelingen van het coronavirus dwingen ons echter tot nader order enkele aanpassingen door te duwen voor zowel de trainingen, bijscholingen als voor de examens.

Vanaf heden vragen we jullie om geen mond-op-mond te oefenen op de reanimatiepoppen.

De techniek om de luchtwegen te openen met de hoofdkanteling-kinlift-manoeuvre (head tilt chin lift) moet zeker worden getraind. De instructeur zal er bijzonder over waken dat de hoofdkanteling en de kinlift uiterst kwaliteitsvol wordt verricht, zowel bij het nakijken van de ademhaling met de "Kijken, Horen, Voelen sequentie" als bij het verrichten van de beademingen. Maar tijdens dit laatste wordt het plaatsen van de mond, op de mond van de oefenpop, niet toegepast.

Concreet betekent dit dat we het hoofd van de reanimatiepop achterwaarts kantelen en de kinlift uitvoeren, maar dat we boven de pop blazen weg van de mond van de reanimatiepop en weg van jouw collega.

We gebruiken het pocketmasker niet!

Er wordt ten stelligste aangeraden dat de deelnemers de handen zouden ontsmetten na elke oefening."

- Uiteraard blijft het nastreven van een optimale handhygiëne geadviseerd, namelijk:
 1. Was je handen regelmatig en grondig met water en zeep.
 2. Moet je hoesten? Doe dat in een papieren zakdoekje of in de binnenkant van jouw elleboog.
 3. Gebruik papieren zakdoekjes bij het niezen of snuiten en gooi ze weg in een afsluitbare vuilbak.
 4. Vermijd om handen te geven. Begroet elkaar met een zwaai of met de elleboog.
 5. Probeer erop te letten jouw gezicht zo weinig mogelijk aan te raken met jouw handen.

Wij blijven de aanbevelingen volgen naarmate ze evolueren en houden jullie verder op de hoogte.

Met vriendelijke groeten,

Dr. Catherine De Maeyer, Voorzitter Geneeskundige Commissie NELOS
Sven Vandekerckhove, Voorzitter Commissie Duikonderricht NELOS
Ronny Margodt, Voorzitter NELOS

Met vriendelijke groeten,

Technisch directeur
Sven VANDEKERCKHOVE



Voorzitter
Ronny MARGODT

