



Covid-19 - HEROPSTART DUIKEN - Update 09/05/2020

Beste Koen, beste NELOS-duiker,

Wij mochten bericht ontvangen dat in de meeste hyperbare centra in België alle niet-dringende en effectieve behandelingen met hyperbare zuurstof uitgesteld of opgeschort worden. Daarbij zal de mogelijke interventie behoorlijk vertraagd worden, omdat na elke behandeling de infrastructuur volledig moet ontsmet worden en het medisch personeel minder of niet beschikbaar is.

Daarom willen we nogmaals wijzen op de duikrestrictie die in voorgaande berichten opgenomen werd en dringen we er bijgevolg opnieuw op aan dat de duiken tijdens de coronapandemie **UITERST CONSERVATIEF EN VEILIG** moeten verlopen. Recreatieve duiken zijn een absolute aanbeveling! Het is trouwens onze gemeenschappelijke plicht om er alles aan te doen om te voorkomen dat de ziekenhuizen overbelast worden!

De lijst van de beschikbare hyperbare centra wordt wekelijks up-to-date gehouden op de NELOS-website via pagina www.nelos.be/corona en je kan eveneens informatie hieromtrent aantreffen op de website van de 'Belgische Adviesraad voor Hyperbare Zuurstoftherapie': www.achobel.be.

Tekst BEFOS-FEBRAS-doelstellingen_na_COVID-19.pdf (link)
Tekst BEFOS-FEBRAS-objectifs_apres_COVID-19.pdf (link)
Tekst Geneeskundige Commissie
(Advies_Geneeskundige_Commissie_duikhervatting_na_COVID-19.pdf) (link)

Ter herinnering, hierbij nogmaals de communicatie van 5/5/2020.

BELANGRIJK: Controleer regelmatig de [NELOS-website](https://nelos.be/artikel/Corona) (<https://nelos.be/artikel/Corona>) voor aanpassingen aan onderhavige richtlijnen. Als gevolg van aanpassingen opgelegd door de overheid, de geneeskundige commissie of ons duikonderricht kan onderstaande aangepast worden.

Vanaf 04-05-2020 mag er opnieuw gedoken worden, deze activiteit is gekoppeld aan diverse regels opgesteld door de Belgische Duikfederatie (BEFOS) en de Geneeskundige commissies van NELOS en LIFRAS. Deze regels zijn van toepassing op alle duikers, ongeacht hun federatie en zijn aanvaard door onze overheid. De uitgebreide versie en de toelichtingen en verantwoordingen kunt u aantreffen op de NELOS-website.

De richtlijnen voor wat betreft het duiken zelf zijn momenteel van toepassing voor het Belgisch grondgebied en zijn territoriale wateren.

Duikgeschiktheid

Kandidaat duikers worden in drie groepen ingedeeld in functie van hun rechtstreekse betrokkenheid met het Coronavirus:

GROEP 1

- Duikers die een **COVID-infectie met ernstige symptomen** doormaakten (met of zonder ziekenhuisopname, met of zonder positieve test, met of zonder thuisquarantaine)
- Duikers bij wie de huisarts/triage-arts/spoedgevallenarts een **sterk vermoeden** had op COVID-infectie (met of zonder ziekenhuisopname, met of zonder positieve test, met of zonder thuisquarantaine).
- Duikers die een **verminderde inspanningstolerantie** vaststelden sinds het begin van de corona pandemie (maart 2020).

GEVOLG

- **Duikverbod gedurende 3 maanden** na herstel doorgemaakte infectie of na vermoeden van infectie of na opmerken van de verminderde inspanningstolerantie.
- De herevaluatie van de duikgeschiktheid moet, tijdens deze periode, gebeuren door een arts met kennis van zake, de uiteindelijke duikgeschiktheidsbeoordeling gebeurt door een duikarts.
- De duikgeschiktheidsbeoordeling moet gebeuren o.b.v. verschillende technische onderzoeken zoals longfunctie, CT-scan van de longen, inspanningstest, echografie van het hart, ...
- Duiken blijft verboden tot na een gunstige herbeoordeling.

GROEP 2

- Duikers zonder symptomen, maar met een positieve testuitslag.
- Duikers zonder symptomen, zonder positieve testuitslag, maar die in nauw contact kwamen, zonder adequate beschermingsmaatregelen, met een persoon met bewezen of vermoede COVID-19 infectie (vb. huisgenoten).

GEVOLG

- **Duikverbod gedurende 45 dagen** na de testafname of na het eerste contact met besmette personen.
- De herevaluatie van de duikgeschiktheid moet, tijdens deze periode, gebeuren door een arts met kennis van zake, de uiteindelijke

duikgeschiktheidsbeoordeling gebeurt door een duikarts.

- De duikgeschiktheidsbeoordeling kan verschillende technische onderzoeken omvatten zoals longfunctie, CT-scan van de longen, inspanningstest, echografie van het hart, ...
- Duiken blijft verboden tot na een gunstige herbeoordeling.

GROEP 3

- Alle andere duikers: mogen voorzichtig starten met duiken van zodra dit terug toegestaan wordt door de overheid en NELOS, en met respect voor de regels opgesteld door NELOS.

Wie zich om een of andere reden onveilig voelt, kan altijd zelf om een (her)beoordeling vragen.

We willen benadrukken dat het verzwijgen/onjuist weergeven van de juiste toedracht van de medische situatie van de duiker kan leiden tot uitsluiting van verzekering bij een ongeval.

Zie ook het document [Advies Geneeskundige Commissie duikhervatting na Covid-19](#).

Voorwaarden

- De duikploegen bestaan uit maximum 2 personen (exclusief personen die onder hetzelfde dak wonen). Deze duikploeg moet , tot nader order, ook altijd uit **dezelfde twee personen** bestaan.
- Clubevenementen zijn, tot nader order, niet toegestaan.
- De duiken gebeuren in open water
- De veiligheidsafstand (1,5m) moet gegarandeerd zijn
- Kleedkamers, douches en cafetaria's zijn verboden
- Iedere deelnemer staat borg voor een perfecte hygiëne (handen wassen, fysisch contact vermijden, dragen van masker als de 1.5m niet gegarandeerd kan worden.
- Voor alle duikactiviteiten buiten het water (briefing, duikplatform, ...) dient een oppervlakte van minimaal 4m³ per persoon gerespecteerd te worden.

- Bepaalde verplaatsingen met de wagen, niet carpoolen, worden toegestaan. Het is niet de bedoeling het land te doorkruisen. NELOS kan hierover verder geen expliciete uitspraak doen, een advies is om te duiken in een duikplaats het dichtst bij je woonplaats.

Tijdelijk duikreglement

- Elke duiker moet beschikken over twee afzonderlijke ontspanners, in noodgevallen wordt de reserveontspanner aangeboden aan de mededuiker.
- Het heropstarten van de duikactiviteiten gebeurt op progressieve wijze waarbij de NELOS-regels voor het heropstarten van het duiken na een periode van non-activiteit als minimum regel dienen gerespecteerd te worden.
- De maximale duikdiepte is 40m en niet decompressieduiken zijn een absolute aanbeveling.
- Het gebruik van gasmengsels is toegelaten voor zover de partiële zuurstofdruk 1 bar niet overschrijdt.
- Het uitvoeren van openwaterproeven is gebonden aan de regels qua veiligheidsafstanden en hygiëne. Het duikonderricht zal hierover later in

detail instructies verstrekken.

- Tot nader order zijn duikleidingen en openwaterproeven niet toegelaten. Doop- en opleidingsduiken zijn toegestaan.

Duikmateriaal

- Iedere duiker zorgt ervoor dat zijn eigen duikmateriaal in perfect hygiënische toestand verkeert.
- Duikcentra, duikshops, vulstations (ook in clubs) zijn gebonden aan de regelgeving inzake Corona en moeten de veiligheid van de duikers overeenkomstig garanderen. Het gebruikte duikmateriaal moet ontsmet worden overeenkomstig de vigerende richtlijnen.
- Informatie over het ontsmettingsmiddel kan teruggevonden worden in het vernoemde DAN document (zie volgende paragraaf) onder aanbeveling nr 2.2.

Duikveiligheid

- Het gebruik van eerste hulpmateriaal blijft onveranderd, de mondstukken dienen ontsmet te worden (alcohol is hiervoor niet toegelaten). **Zie de DAN richtlijn [COVID-19 AND DIVING OPERATIONS - 10 RECOMMENDATIONS ON RISK PREVENTION AND MITIGATION](#).**
- In geval CPR moet toegediend worden wordt aanbevolen de interventie te beperken tot thorax-compressie.
- In geval er CPR moet worden toegepast, volgt NELOS de richtlijnen van de Belgische reanimatieraad, waarbij hulpverleners geadviseerd worden te reanimeren met enkel thorax-compressies (dus zonder beademingen).
- De hyperbare centra van ziekenhuizen zijn niet steeds operationeel wegens hun activiteiten inzake Covid-19, een lijst van beschikbare centra wordt op de NELOS-website regelmatig geüpdatet.

Duiksites

- Duikcentra zijn gehouden de veiligheidsrichtlijnen van de overheid en de richtlijnen uitgevaardigd in het kader van het duiken te respecteren.
- Elke duiker dient zich strikt te houden aan de regels en richtlijnen die deze centra uitvaardigen.
- Lokale overheden en exploitanten van duikcentra hebben het recht eigen 'strengere' regels uit te vaardigen.
- Gezien die huidige regelgeving enkel betrekking geeft tot het Belgisch grondgebied, is duiken in het buitenland en de verplaatsing om zich naar het buitenland te begeven om de duiksport te beoefenen **VERBODEN**.
- Elke duiker wordt verondersteld de website van de duiksite te raadplegen of deze bereikbaar is en wat de specifieke duikvoorwaarden zijn.

Zwembaden en overdekte duikcentra

- Blijven tot nader order gesloten. Fase opening onbekend.

Theoretische lessen (van zodra toegestaan, vermoedelijk in fase 2, zijnde 18/5/2020)

- De toepassing van opleidingen op afstand blijft een prioriteit.
- Indien er theoretische lessen in klaslokalen gepland worden moeten de inrichters ervan volgende regels respecteren:
 - De afstandsregels

- De ontsmettingsregels
- De verplichting voor het dragen van maskers door de leerlingen
- Een maximum aantal leerlingen op basis van 4m² per leerling en 8m² per lesgever.
- Het samenscholen na de les moet tot een uiterste minimum beperkt gehouden worden.

Vrijduiken – Vinzwemmen – Onderwaterhockey

- Vrijduiken kan gebeuren op dezelfde voorwaarden als hierboven aangegeven
- Vinzwemmen kan gebeuren op dezelfde voorwaarden als hierboven aangegeven en dus uitsluitend in beperkte kring in openwater
- Onderwaterhockey is niet toegelaten zolang zwembaden gesloten blijven.

NELOS – Secretariaat

- Vanaf 11 mei zal het NELOS-secretariaat opnieuw beperkt bemand zijn, we wijzen erop dat de toegang tot het duikershuis onder strikte hygiënische voorwaarden toegelaten is indien dit bezoek strikt noodzakelijk is en pas na afspraak.
- De vergaderlokalen zijn tot nader order niet beschikbaar voor vergaderingen.

INFODOCUMENTEN COVID 19

- Op de [NELOS-website](#) kunt U de uitgebreide documenten van onze Geneeskundige Commissie aantreffen met uitleg betreffende de genomen maatregelen.
- Op de NELOS-website vind je eveneens de uitgebreide documenten welke door de Belgische duikfederatie aangeleverd werden inzake het heropstarten van de duikactiviteiten. Deze documenten kunnen als algemene regelgeving inzake het sportduiken beschouwd worden.
 - [Nederlandstalige versie](#)
 - [Franstalige versie](#)

NELOS Raad van Bestuur

NELOS Duikonderricht

NELOS Geneeskundige Commissie

P.S. Ken je collega's die deze mail niet ontvangen hebben, vraag hen dan om contact te nemen met de clubsecretaris om hun mail adres aan te passen in de NELOS database.

[Uitschrijven](#)