

Question N° 1 (7 Points)

Qu'en concluez-vous ? **(1 point)**

Probablement accident de décompression

Quelle erreurs ont pu être faites **(2 points)**

Trop de plongées par jour (>2 / 24h)

Pas de jours de repos pour éliminer l'azote résiduel cumulé non pris en compte par la MN 90 (T>300mn)

Conduite à tenir ? **(3 points)**

Faire uriner, O₂ en normobar avec débit maximum autorisant la délivrance d'O₂ jusqu'à la prise en charge par équipe médicalisée, aspirine + eau plate max. 500mg (5mg/kg)

Allonger PLS si nécessaire, surveillance

Diriger sur hôpital avec caisson via pompier et/ou SAMU, alerte faite par VHF sur CROSS

Remplir fiche d'accident

confier bloc utilisé au sauveteur

Question N° 2 (6 Points)

Décrivez en quelques lignes le mécanisme de l'essoufflement. **(3 points)**

Augmentation des efforts (direct : palmage trop important, froid....; indirect : détenteur dur, fin de bloc), qui augmente la quantité de CO₂ produite. => augmentation du rythme respiratoire avec uniquement balayage du haut des poumons. Ou schéma expliquant le processus. Le déficit O₂/CO₂ augmente ce qui aggrave le phénomène. Sentiment d'asphyxie, augmentation du stress, risque de remontée rapide =< surpression pulmonaire et/ou noyade

Quels conseils donneriez vous à un débutant pour prévenir l'essoufflement? **(3 points)**

Contrôler l'effort : Palmage efficace, lestage, accrochage au fond si courant, matériel en bon état, contrôle de la consommation. Ne pas hésiter à diminuer son rythme voir à s'arrêter pour contrôler l'effort. Si nécessaire, retour en surface en utilisant la stab plutôt que les palmes...

Contrôler la respiration : Respiration adaptée, en cas de tendance vers l'essoufflement, respirer amplement en insistant sur l'expiration

Question N° 3 (8 Points)

a) Quels sont les risques encourus par un apnéiste lors de la pratique de l'hyperventilation? **(2 points)**

Syncope anoxique, et noyade

b) Décrivez succinctement le mécanisme de cet accident. **(3 points)**

Diminution de la sensibilité au CO₂ (Bulbe rachidien) → augmentation de la durée de l'apnée → consommation d'oxygène et chute du taux d'O₂ en dessous du seuil de syncope (du également à une baisse de la pression ambiante) .

c) Quelles préventions proposez-vous pour les éviter ? **(3 points)**

Pas d'hyperventilation
Récupération entre chaque apnée
Durée de l'apnée et de la séance
Apnée statique
Surveillance du binôme
Lestage