

Ytprotokoll efter tävlingsdyk visar att dykaren har full koll!

En rad begrepp och tekniker som är välbekanta för den avancerade fridykaren, är relativt okända inom SSDF. Här är tredje artikeln i en serie som förklarar sådana begrepp.

Text och bild: Erika Schagatay, professor vid Mittuniversitetet, forskare inom fridykningsfysiologi, ledamot i SSDF:s styrelse och fridykningsinstruktör 4-6

I samband med tävlingsfridykning finns en risk att atleten tar i över sin förmåga vilket kan leda till "blackout" (BO), dvs medvetslöshet pga syrebrist. Det finns därför en rad tävlingsregler utarbetade av AIDA som har till uppgift att minimera dykarens benägenhet att riskera att drabbas av BO. Till dessa hör det sk ytprotokoll en dykare måste utföra efter avslutat dyk, en serie manövrar som måste utföras i rätt ordning och följd efter dykets avslutande.

När en dykare avslutar sin prestation oavsett gren, ska dykaren, lämpligen efter några hookandningar (se artikel Sportdykaren nr 2, 2012), utföra följande tre manövrar i serie i tur och ordning: 1) Ta av mask och/eller annan ansiktsutrustning, 2) visa handtecknet för "OK", 3) säga "I am OK". Serien ska utföras inom

15 sekunder efter dyket, och med tydligt skilda utföranden av de tre momenten. Momenten ska utföras medan atleten ser stadigt på domaren, och en miss i utförandet av ett korrekt ytprotokoll medför att dyket inte räknas i tävlingen. Vid syrebrist är det nämligen mycket svårt att utföra protokollet korrekt.

En annan regel är att dykaren inte får doppa andningsvägarna under ytan efter att hon eller han kommit upp, vilket kan tyda på korta BO. Domaren ger sitt godkännande efter ett korrekt utfört ytprotokoll och 30 sekunder utan att några tecken på att dykaren får BO observerats. Under denna tid får ingen heller röra eller hjälpa dykaren fysiskt om dyket ska godkännas.

Om BO trots allt händer gör säkerhetsdykare att det är en kontrollerad situation som snabbt kan avhjälpas utan men för

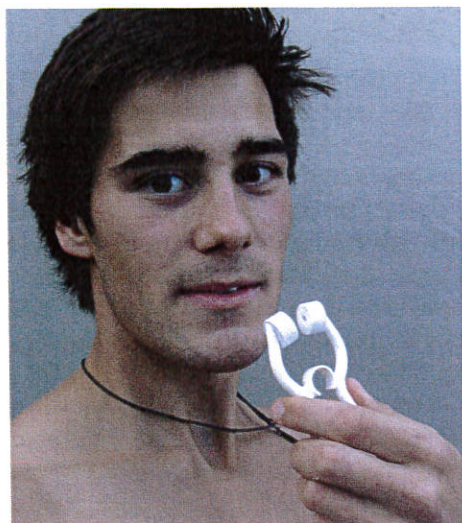
dykaren (se artikel i Sportdykaren nr 1, 2012). Säkerhetsdykaren, som ska finnas på en armlängds avstånd, ingriper och utför vid behov sk "blow-tap-talk" vilket gör att dykaren snabbt börjar andas igen (se artikel i Sportdykaren nr 1, 2012).

Tack till fridykaren och SSDF-instruktören Orio Johansson som kollat artikeln och illustrerat ytprotokollet på bilderna. ■

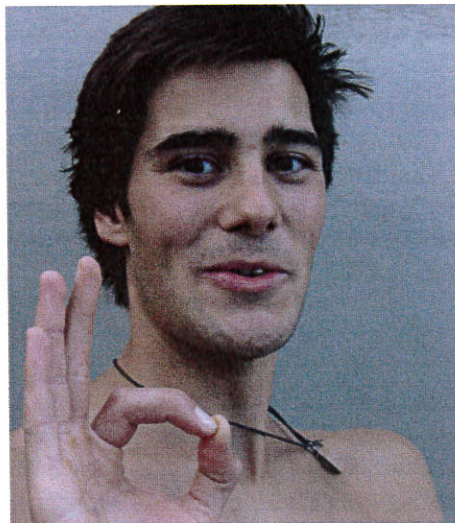
Blackout, förkortas "BO" = medvetslöshet pga syrebrist

Så gör du ytprotokollet:

1. Ta av all ansiktsutrustning.



2. Gör handtecknet "OK".



3. Säg "I am OK".

