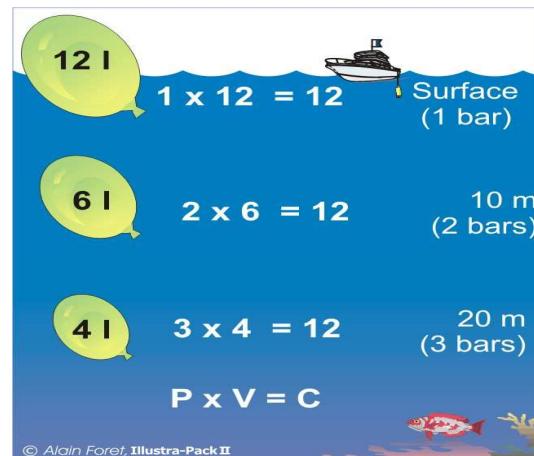


# La pression, le corps et la plongée

Comme nous l'avons vu au cours précédent la pression varie avec la profondeur



# Les barotraumatismes

définition:baro=pression(baromètre)

traumatisme=ça fait mal

Qu'est-ce qui peut nous faire mal en plongée par rapport à la pression et comment

En plongée cela concerne toutes les cavités naturelles et artificielles

# Les barotraumatismes

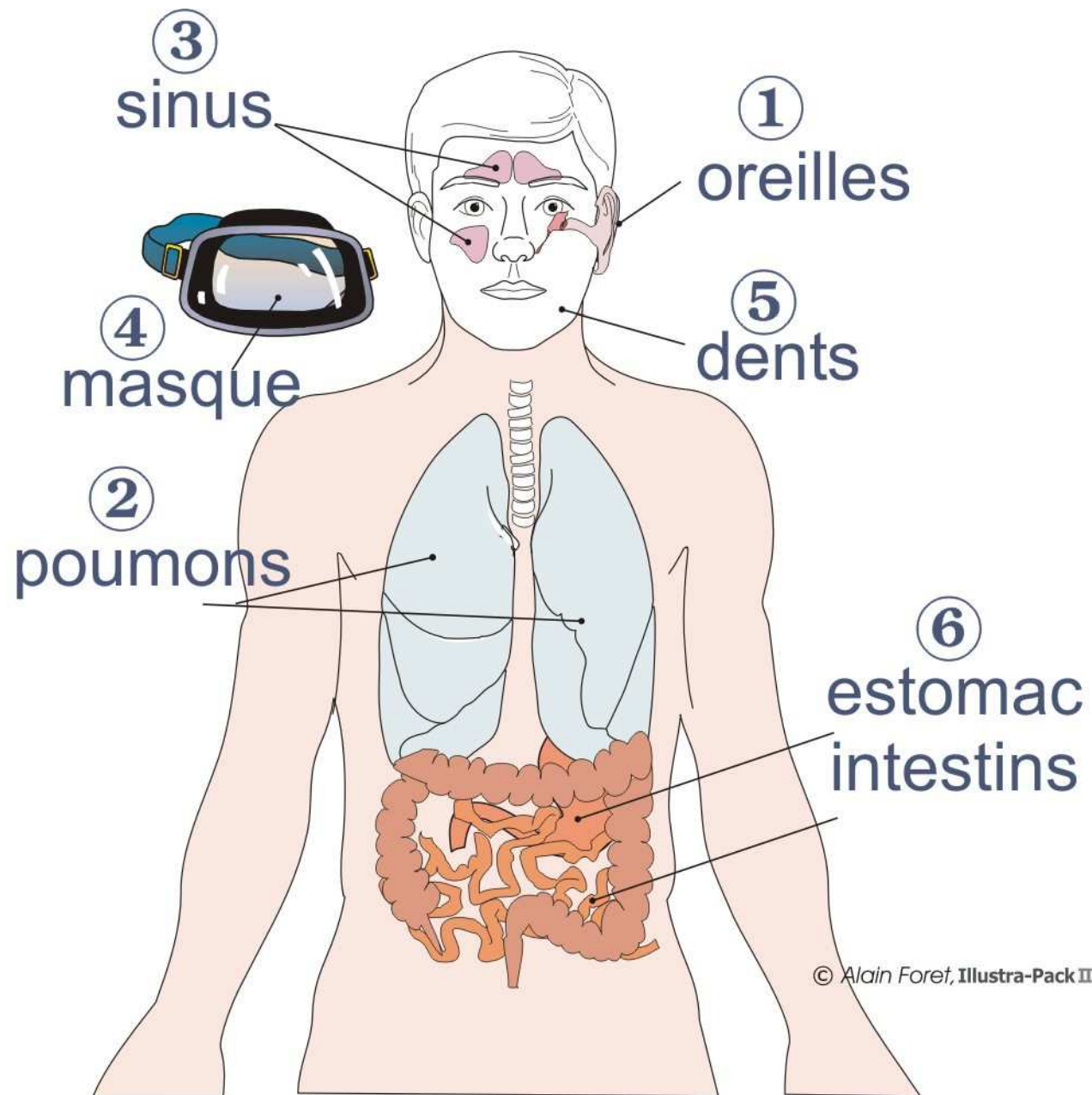
définition:baro=pression(baromètre)

traumatisme=ça fait mal

Qu'est-ce qui peut nous faire mal en plongée par rapport à la pression et comment

# Les barotraumatismes

- Masque
- sinus
- dents
- intestin/estomac
- oreilles
- poumons



# masque

À la descente ,chacun de nous a eu cette sensation désagréable du masque qui se colle sur le visage « placage de masque »effet ventouse qui peut aller jusqu'à une douleur des globes oculaires voire des saignements,un gonflement de la face et du nez.

La solution simple pour éviter ce phénomène: il suffit de souffler dans le masque régulièrement à la descente.

# Les sinus

Les sinus communiquent avec l'air ambiant par des petits canaux, si ceux-ci sont obstrués (rhume, sinusite) l'équilibre des pressions ne peut pas se faire d'où douleurs, saignements.

Si cela se produit au cours de la descente, remonter un peu, se moucher, si la douleur persiste, arrêter la plongée  
prévention: ne pas plonger enrhumé, avant de plonger, effectuer un lavage de sinus. si nécessaire, consulter un ORL;

# Les dents

Lors d'un problème dentaire non traité, l'air peut entrer dans une dent à la descente et se trouver piégé à la remontée. En se dilatant cela provoque une forte douleur .

Solution arrêter la remontée, redescendre un peu et reprendre la remontée doucement.

prévention: visiter régulièrement votre arracheur de dents préféré en signalant que vous faites de la plongée

# L'estomac et les intestins

La colique du plongeur est provoquée par la fermentation des gaz dans l'appareil digestif, et concerne assez peu la plongée loisir. il vaut quand même mieux éviter les boissons gazeuses et les féculents avant de plonger

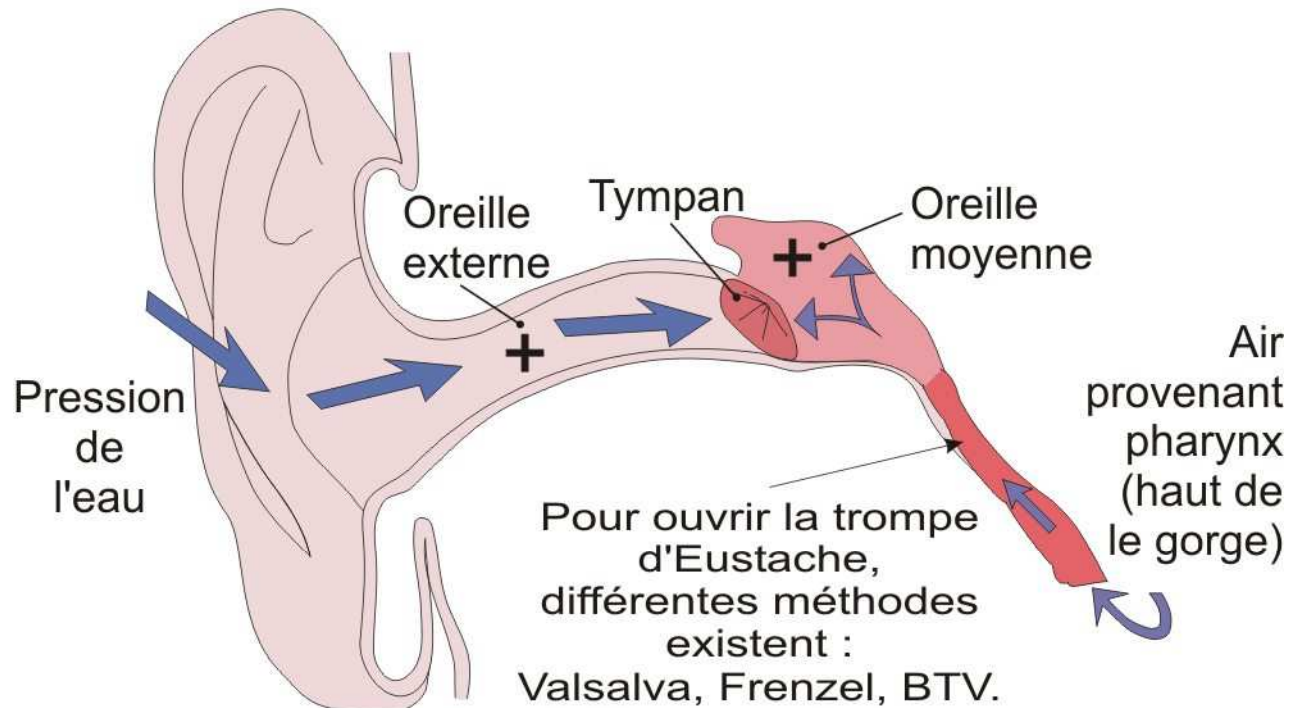
# Les oreilles

Chacun de nous a ressenti au moins une fois une gêne au niveau des oreilles à la descente et connaît une manoeuvre d'équilibrage des oreilles. si l'équilibre n'est pas atteint, la pression sur le tympan va le déformer et peut aller jusqu'à la rupture

L'équilibre se fait entre l'oreille externe et l'oreille moyenne par l'intermédiaire de la trompe d'eustache

# Les oreilles

La trompe d'Eustache est généralement fermée, empêchant l'air du pharynx de parvenir dans l'oreille moyenne.



# Les manœuvres d'équilibrages

- Valsalva
- Déglutition
- Frenzel
- BTV
- A la descente, si votre équipier a des difficultés à passer ses oreilles, restez au même niveau que lui
- prévention, effectuer les manœuvres doucement et très très régulièrement dès la mise à l'eau.

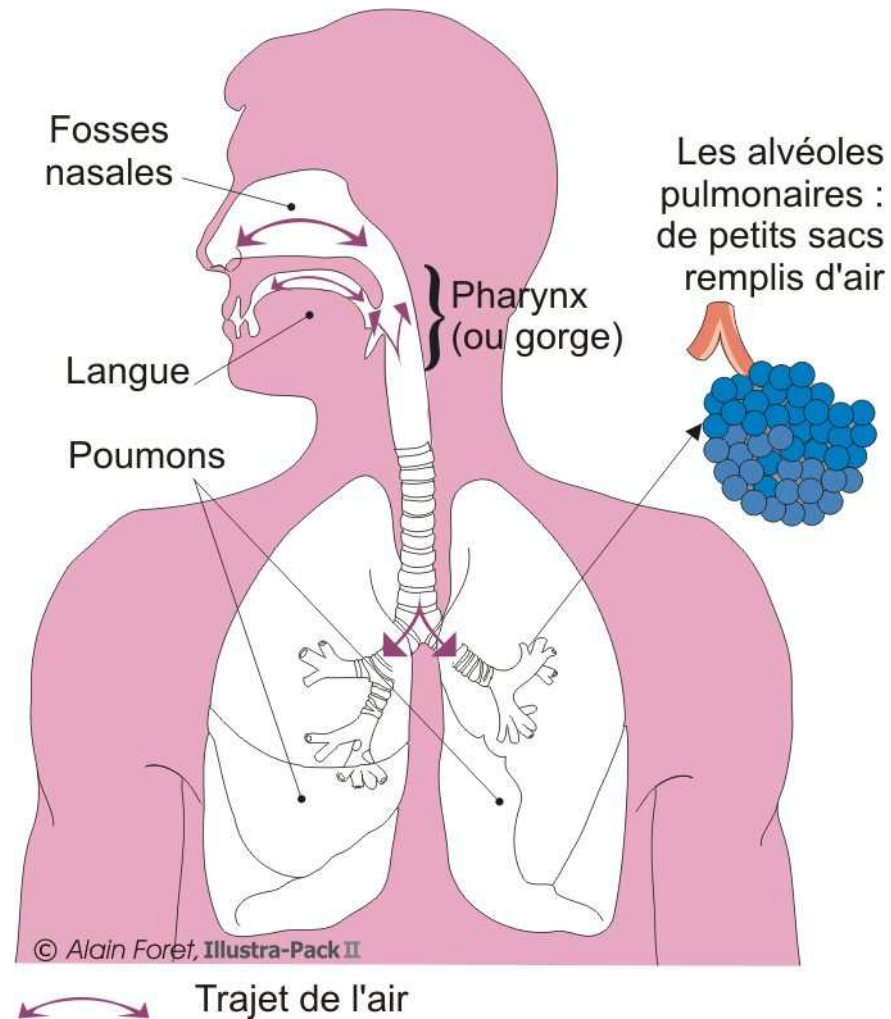
# Les manœuvres d'équilibrage

- A la remontée
- Jamais de valsalva
- théoriquement, l'équilibre se fait naturellement, en cas contraire, pratiquer la manœuvre de Toynbee. bouche fermée, nez pincé, déglutir et aspirer par le nez qui reste fermé!

# prevention, conduite à tenir

- Ne plongez pas enrhumé
- Ne forcez pas(il y aura d'autres plongées)
- Pas de manœuvres brusques ou tardives
- En cas de problème,assistez votre équipier
- (vertige alerno-barique)
- Si douleurs,bourdonnements,surdité,consulter un médecin ORL
- En mers chaudes,rincez bien les oreilles l'eau douce afin d'éviter les otites infectieuses

# Les poumons



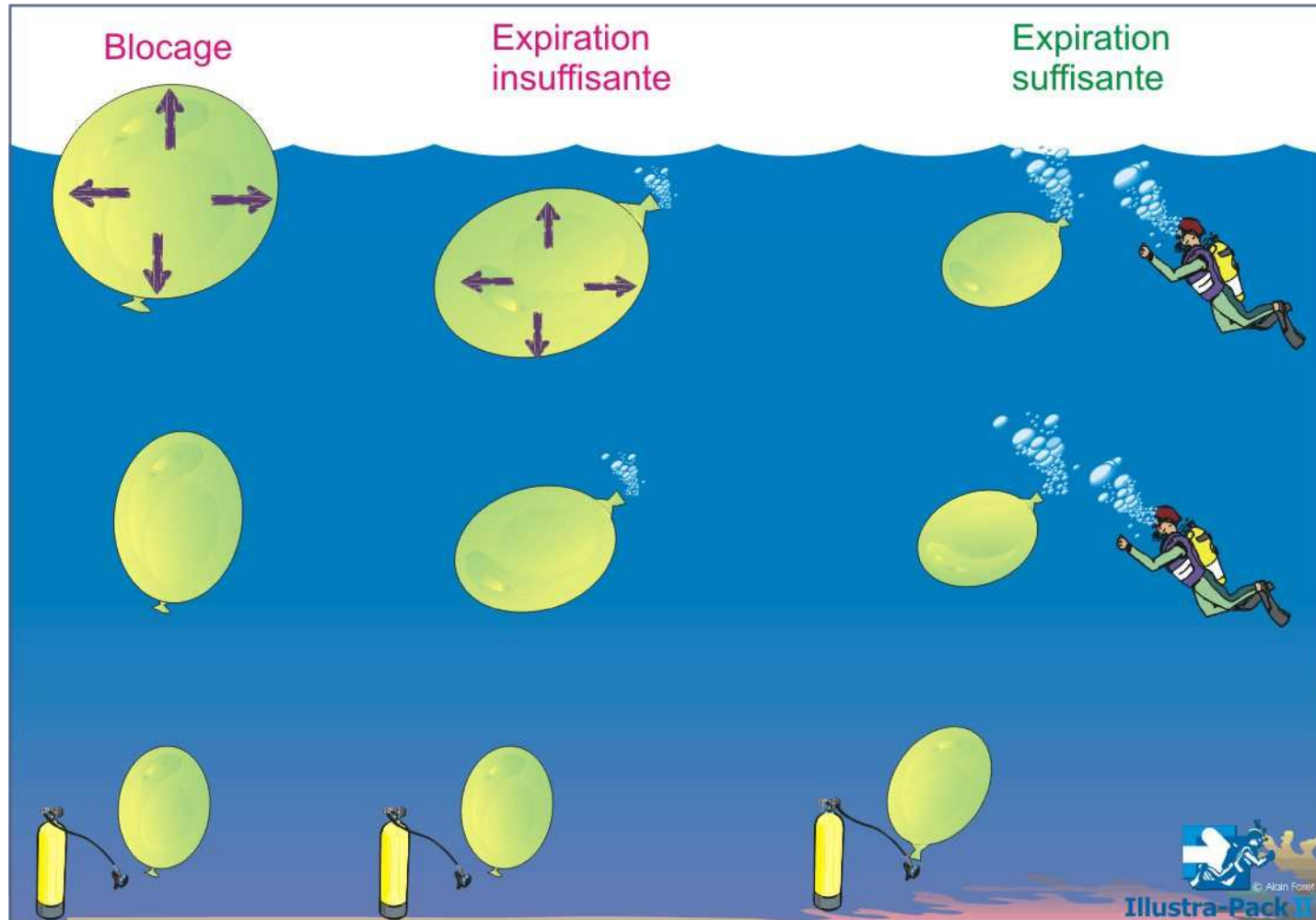
# La surpression pulmonaire

C'est le traumatisme le plus grave mais le plus facile à éviter.

Il est dû à la distension des alvéoles pouvant aller jusqu'à la rupture.

Les symptômes: sang dans la salive, difficultés à respirer, perte de connaissance dans les cas extrêmes. la conséquence peut être fatale.

# Surpression pulmonaire



# Prévention

- Ne jamais bloquer sa respiration à la remontée
- Remonter à la vitesse préconisée sur tout entre 10 m et la surface et entre chaque palier(6m/min)
- En cas de remontée rapide,insister sur l'expiration.
- Remontez en regardant vers la surface

# Conduite à tenir

- En cas de surpression pulmonaire, assister la personne dans l'eau,
- Signaler le problème à la sécu de surface qui mettra en oeuvre les procédures d'urgences
- --- mettre la personne sous O2
- ---prevenir les secours
- --si la personne est consciente la faire boire(eau plate)et lui proposer de l'aspirine

# Conduite à tenir

- Le reste de la palanquée
- --suit les consignes
- --dégage le pont, range le matériel
- --indique les paramètres de la plongée
- --si possible donne des précisions sur la survenue de l'accident

# conclusion

Les traumatismes sont faciles à éviter en respectant les procédures d'équilibrages et les vitesses préconisées. Au prochain cours nous aborderons les risques du milieu .