

Dr med. Jarosław Krzyżak

Moje 3 grosze do ... dyskusji na Forum Nuras na temat:

„Dziecko jako nurek rekreacyjny ?”

Od kilku lat, co jakiś czas na forach nurkowych pojawia się pytanie. Kiedy dziecko może nurkować? Zwykle wzbudza ono dyskusję, w której pojawiają się według mnie bardzo ciekawe i kontrowersyjne opinie. Pod koniec grudnia 2010 r. „wywoływano mnie do tablicy”, więc zgłaszam się do odpowiedzi.

W lutym 2007 r. na Forum Nuras Olonur z Katowic napisał, cytat: „*Rozpocząłem właśnie kurs OWD wraz z 10 letnim synem. Według zapewnień instruktora (i to nie jednego) dziecko w takim wieku może spokojnie rozpocząć swoją przygodę z nurkowaniem*”. Spora grupa forumowiczów uważa, że w tym wieku jeszcze nie czas na nurkowanie i lepiej spokojnie poczekać, aż pociecha skończy 15 lat. Do tego czasu niech doskonalą pływanie i uprawia snorkeling. Całkowicie podzielam tą opinię.

Podzielałem też opinię Mani z Warszawy, że wielu ambitnych nurasów „**chce sobie zrobić przyjemność**” nurkując z małoletnim synem czy córką. Nadmiernie ambitni rodzice często chcą pochwalić się jakąś doskonałą mają pociechę, która swoimi umiejętnościami w wielu dziedzinach dorównuje lub przewyższa dorosłych, a na pewno wybija się znacznie ponad swoich rówieśników.

Olonur jednak uparcie szuka potwierdzenia dla słuszności swojej decyzji pisząc, cytat: „*A organizacje nurkowe zezwalają na nurkowanie od 10 lat. Myślicie że są na tyle głupie i prowadzone chęcią zysku, aby tak obniżyć wiek?*”. Na to Mania celnie zauważa, cytat: „*OK, zobacz, które organizacje na to pozwalają. Bo nie wszystkie ... I zobacz, która z nich robi najwięcej kasy*”. I tu również podzielam zdanie Mani. Pewne organizacje nurkowe stworzyły tzw. „biznes nurkowy” i zbudowały całą filozofię jak z niego wyciągnąć jak najwięcej kasy. A tam, gdzie widać kasę, to często zapomina się o etyce, moralności i ... zdrowym rozsądku. Myślę, że w ten sposób odkryto kolejną niszę do zagospodarowania, nurkowanie dzieci.

W dalszej kolejności kolega Makdarek z Marek włączył się z ciekawą obserwacją: cytat „*Jeżeli by były jakieś potwierdzone badania o szkodliwości nurkowania dla dzieci, to w takim kraju, gdzie za wylaną kawę można dostać milionowe odszkodowanie, żadna z organizacji nurkowych nie odważyłaby się szkolić dzieci*”. O to, aby organizacja nurkowa nie miała takich problemów zatroszczyli się wybitni prawnicy. Jest przecież coś takiego jak tzw. świadoma zgoda poinformowana. Przecież kwestionariusze zdrowotne i oświadczenia jakie nurkowie i rodzice nurkujących dzieci podpisują przed nurkowaniem praktycznie zdejmują z instruktora odpowiedzialność za ewentualne problemy podczas nurkowania.

Kiedy dziecko może rozpocząć nurkowanie? Zwolennikom dla potwierdzenia ich poglądu odpowiem, że zaraz po urodzeniu. Przecież podczas życia płodowego dziecko cały czas nurkuje w wodach płodowych matki, więc dla podtrzymania tych umiejętności należy to od razu kontynuować w życiu pozamacicznym! Tylko trochę kiepsko będzie takiemu maluchowi spasować butle, automat oddechowy i jacket ☺. Pianeczkę jakoś się wykroi ☺.

Tak naprawdę to uważam, że młody człowiek może rozpocząć nurkowanie jeżeli dojrzeje to tego pod względem fizycznym, emocjonalnym, intelektualnym i mentalnym. Potrafi nauczyć się, a przede wszystkim **zrozumie fizykę oddychania gazami pod zwiększonym ciśnieniem**. Zrozumie niebezpieczeństwa związane z oddychaniem sprężonym powietrzem. Jestem przekonany, że 10 letnie dziecko nie jest do tego zdolne. Przy tych kryteriach wielu 15 latków może również nie nadawać się do nurkowania.

Jednym z przeciwskażeń do nurkowania dorosłych jest ociążałość umysłowa. Dlatego, że jeżeli kandydat do nurkowania nie potrafi nauczyć się i zrozumieć pewnych zagadnień fizyki i bezpieczeństwa nurkowania, to stanowi potencjalne zagrożenie urazem nurkowym dla siebie lub partnera. Nie chcę przez to powiedzieć, że dzieci są ociążałe umysłowo. Doskonale wiemy, że dzieci szybciej uczą się od dorosłych. Jednak dzieci 10 letnie nie potrafią zrozumieć tego, co rozumie już 15 letnia młodzież. Osiągnięcie ustawowej pełnoletniości nie jest też gwarancją, że jest się już dojrzałym mentalnie.

Jeżeli chodzi o wpływ nurkowania na organizm dzieci i młodzieży, to nikt tego nie badał i nie będzie badał, gdyż od kilkudziesięciu lat zakazane są eksperymenty zdrowotne na ludziach. W oparciu o dostępną wiedzę możemy tylko teoretycznie rozważać i przewidywać jak wszystko co jest związane z nurkowaniem oddziałuje na młody organizm. W ciągu kilku lat zapewne pojawią się

udokumentowane obserwacje wpływu nurkowania na organizmy tych, którzy bardzo wcześnie zaczęli nurkować.

Uważam, że dla nurkującego 10 letniego dziecka czy nastolatka głównym problemem nie jest choroba dekompresyjna. Sądzę, że większość nurkowań dzieci nie przekracza głębokości 10 m. Jeżeli jednak ambitni rodzice stymulują rekordy głębokości, to ryzyko DCS znacznie zwiększa się. Największym zagrożeniem dla nurkujących dzieci jest ryzyko urazu ciśnieniowego płuc i utonięcia przy wystąpieniu podczas nurkowania sytuacji awaryjnych. Większość dorosłych nurków zapomina, że nie ma tzw. bezpiecznej głębokości nurkowania. Dziecko najczęściej nie jest tego świadome. Znane są przypadki śmiertelnych urazów ciśnieniowych płuc po niefrasobliwym wynurzeniu z głębokości 1,2-2,0 m, z tzw. głębokości basenowych.

Maciejowa z Poznania trafnie zauważył, cytat: *„Jakoś nie potrafię sobie wyobrazić dziecka w stresie, które działa zgodnie z zasadami bezpiecznego nurkowania”*. Pierwszym odruchem u dziecka na zagrożenie pod wodą jest ucieczka ku powierzchni. Może być to spowodowane przestraszeniem się, zakrztuszeniem wodą, zadyszką, brakiem powietrza, zgubieniem ustnika, zgubieniem maski itp. Obawa uduszenia się z powodu braku powietrza powoduje szybkie wynurzenie z zatrzymanym oddechem z wiadomymi konsekwencjami. Aby uniknąć takich sytuacji, dziecko musi być świadome zagrożenia i świadomie działać intensywnie wydmuchując powietrze podczas awaryjnego wynurzania. Podczas stresu pod wodą nawet dorośli o tym zapominają.

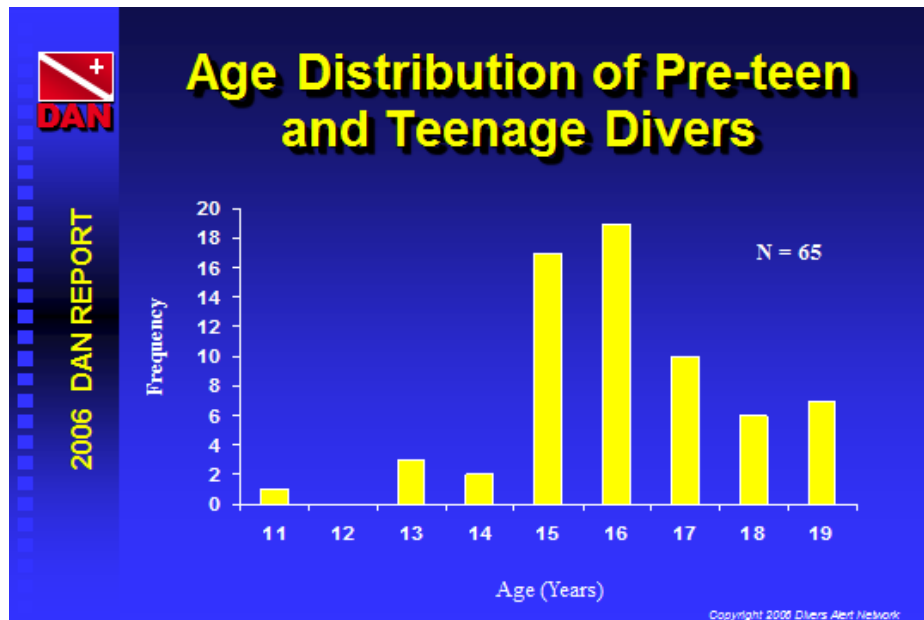
W dyskusję włączył się w końcu znany autorytet Course Director PADI Kraken z Krakowa, cytat: *„Jeżeli dziecko chce nurkować a rodzice uważają, że może – to powinno. Jeżeli nie ma wyraźnych przeciwwskazań medycznych, to dlaczego nie”*. Idąc tym tokiem rozumowania ... *to dlaczego nie*, proponuję pod rozważkę: *„Jeżeli dziecko chce skakać na spadochronie, skakać na bungee, jeździć samochodem, latać samolotem, a rodzice uważają, że może – to powinno*. Co jakiś czas media donoszą nam o efektach takich *„... dlaczego nie”*, a na YouTube można oglądać ciekawe filmiki. Pewni meksykańscy rodzice chcieli, aby ich 9 letni syn został wpisany do Księgi Rekordów Guinnessa jako najmłodszy skoczek spadochronowy. Byłby, ale nie otworzył spadochronu. Inni rodzice sprezentowali dziecku linę do skoków na bungee. Nie przewidzieli jednak, że małe wyskoczy na niej przez okno mieszkania. Nie przeżył skoku, bo lina była za długa. Najwyraźniej *„... dlaczego nie”* widać w statystykach wypadków pełnoletnich młodocianych kierowców, cytat z internetu: *„Okolo 38% przypadków śmiertelnych występuje w grupie wiekowej 15–20 lat z powodu dużej prędkości jazdy. Odsetek wypadków jest wyższy w weekendy, wieczorami lub okolo północy”*. Słynne powroty z dyskotek ☺. Gdzie więc podziła się dojrzałość mentalna tych ludzi?

Niestety wśród dzieci i nastolatków nie możemy spodziewać się zbyt szybkiej dojrzałości mentalnej, która ogólnie rzecz biorąc charakteryzuje się m.in. racjonalnym myśleniem, rozsądkiem, wyobraźnią, zdolnością przewidywania, doświadczeniem życiowym, działaniem zgodnie z powszechnie obowiązującymi zasadami czy przepisami. Niestety dojrzałość mentalna nie idzie w parze z dojrzałością fizyczną i wiekiem metrykalnym. Jednak dorośli, którzy mają już dzieci, raczej powinni być dojrzałi mentalnie.

W kolejnym zdaniu Course Director PADI Kraken ma częściową rację, cytat: *„Nurkowanie jest jednym z mniej urazowych sportów. Podczas nurkowań jest bardzo mało, w porównaniu z narciarstwem czy piłką nożną, drobnych czy średnich urazów, a i ilość ciężkich urazów czy wypadków śmiertelnych również jest dużo mniejsza niż w np. w narciarstwie ...”*.

Pomimo powszechnego zaliczenia nurkowania do sportów niebezpiecznych i o dużej urazowości, na szczęście statystyki tego nie potwierdzają. Według danych DAN USA na koniec XX wieku, wśród 2,6 mln osób uprawiających nurkowanie swobodne tylko 0,04% uległo wypadkom. Dla porównania, wśród 14,7 mln osób uprawiających piłkę nożną, urazom uległo aż 2,17% osób. Ogólna liczba urazów związanych z nurkowaniem jest dużo niższa niż w innych sportach. Najbardziej urazowe dyscypliny to kolejno: boks, piłka nożna, koszykówka, gimnastyka sportowa, hokej na lodzie, narciarstwo, saneczkarstwo, skoki do wody, podnoszenie ciężarów i kolarstwo.

Zestawienia statystyczne wypadków nurkowych wśród małoletnich nurków są coraz gorsze. W swoich corocznych raportach DAN USA lepiej robił to dawniej niż obecnie. W latach 1987-1997 w grupie wiekowej 10-14 lat liczba wypadków nurkowych stopniowo wzrastała i stanowiły one od 0,4% do 0,8% wszystkich urazów. W tym samym okresie czasu w grupie wiekowej 15-19 lat odsetek wypadków nurkowych prawie podwoił się z 2,8% do 4,9%. W następnych latach DAN USA podaje wyniki dla grupy 10-19 lat, w której notuje się 3-5% wszystkich wypadków nurkowych. Dla zdarzeń zakończonych śmiercią 3-5% dotyczy nurków małoletnich. W raporcie DAN USA z 2006 r. 65 wypadków dotyczyło nurków nastoletnich.



Urazy w nurkowaniu zajmują bardzo odległą pozycję w statystykach. Wydaje mi się jednak, że Course Director PADI Kraken zapomniał o małym szczególe ☺. Jest tak zapatrzony pod wodę, że nie widzi subtelnej różnicy pomiędzy środowiskiem w jakim dochodzi do urazu. Z powodu drobnego urazu podczas jazdy na nartach czy gry w piłkę nożną jeszcze nikt życia nie stracił. Jednak drobny uraz pod wodą w połączeniu z małymi umiejętnościami i brakiem doświadczenia często uruchamia lawinę niekorzystnych zdarzeń mogących doprowadzić do ciężkiego urazu i śmierci pod wodą.

Statystyki DAN podają, że na 100 000 nurków w ciągu roku ginie podczas nurkowania 15-18 osób nurkujących amatorsko i mniej niż 4 osoby nurkujące zawodowo. Nie znalazłem tego w statystykach, ale nie sądzę, aby na 100 000 narciarzy lub piłkarzy, aż tyle osób traciło życie na skutek wypadków. Według bardzo trudno dostępnych polskich statystyk w latach 1999-2008 tylko w Polsce podczas nurkowania ginęło każdego roku średnio 10 osób. Liczba ta obejmuje tylko przypadki, które były przedmiotem postępowań sądowych. Ostateczna średnia jest zapewne większa, gdyż każdego roku kilku rodaków traci życie poza krajem, oraz nie wszystkie przypadki krajowe są przedmiotem postępowania sądowego. W Polsce jeździ na nartach wielokrotnie więcej ludzi niż nurkuje i chyba trudno by było doliczyć się 10 ofiar śmiertelnych narciarstwa w ciągu roku. Course Director PADI Kraken autorytatywnie stwierdził, cytat: „*Ponieważ narciarstwo jest zdecydowanie bardziej urazowe (w lekkim i ciężkim sensie urazów) od nurkowania, więc jeżeli pozwalam jeździć na nartach, a nie pozwalał bym nurkować, to nie ma w tym dla mnie OSOBISTEJ sensu*”. W aspekcie tego co napisałem powyżej, nie wypada mi tego komentować.

Kolega Course Director PADI Kraken przytoczył cytat z mojej książki „Medycyna nurkowa”, gdzie na 140 stronie piszę: „... nurkowanie z użyciem sprężonego powietrza przez dzieci do 15 roku życia, jest dużą lekkomyślnością ...”, po czym pojawił się komentarz, cytat: „*Takie zdanie bez żadnych opisów oraz konkretnych danych jest rzadko spotykane w opracowaniach nazwijmy to „zachodnich”. (...) może Jarosław Krzyżak uważa również, że pozwalanie dziecku poniżej 15 roku życia na jazdę na nartach lub jeżdżenie rowerem po drogach publicznych jest również dużą lekkomyślnością, albo może skrajną lekkomyślnością. A może uważa, że inne sporty otwartej przestrzeni są dużo bezpieczniejsze od nurkowania dzieci ...*”.

Dla zaspokojenia ciekawości Krakena powiem, że nie jest to mój wymysł, tylko opinia „zachodnich” ekspertów zaprezentowana w kilku książkach, m.in. w książce A.A. Bove „Medical Examination of Sport SCUBA Divers”. Każdy sport może być niebezpieczny, a uprawiany bez odpowiedniego przygotowania stanowi zagrożenie dla naszego zdrowia, a czasami nawet życia. Nie mam nic przeciwko uprawianiu sportu przez dzieci. Moje bratem na basen od 3 miesiąca życia, a uczyłem jazdy na nartach i rowerze od 3 roku życia. Jednak zanurkowałem ze mną dopiero po skończeniu 17 lat.

Jak mówi stare powiedzenie: „Pośpiech wskazany jest tylko w czterech przypadkach: przy biegunce, łapaniu pcheł, jedzeniu ze wspólnej miski i pobieraniu pieniędzy z kasy”. Z nurkowaniem

dzieci lepiej się nie spieszyć. Weźcie je pod wodę dopiero wtedy, gdy będziecie przekonani, że dojrzały do tego emocjonalnie, intelektualnie i mentalnie. Poza nielicznymi wyjątkami, na pewno nie osiągną tego przed 15 rokiem życia. Warto poczekać, gdyż ryzyko urazu nurkowego będzie mniejsze niż wtedy, gdy zanurkujemy z 10 latkiem.

Nie życzę żadnemu nurkującemu rodzicowi życia w świadomości, że przez swoją niezaspokojoną ambicję i lekkomyślność narazili swoje dziecko na uraz nurkowy lub śmierć w wodzie. Wszystko powinno odbyć się w odpowiednim czasie. Prawo jazdy od 18 lat, licencja nurkowa od 15 lat, a studia wyższe po ogólniaku, a nie po przedszkolu.

Gdynia, 27 styczeń 2011 r.

Artykuł opublikowany był w numerze 2 magazynu nurkowego Nuras.info z 2011 r.