



SUHMS

SWISS UNDERWATER
AND HYPERBARIC
MEDICAL SOCIETY



COVID-19

Risques pour le plongeur

RECOMMANDATIONS
DE LA SOCIÉTÉ SUISSE DE MÉDECINE
SUBAQUATIQUE ET HYPERBARE
«SUHMS»

Société suisse de médecine subaquatique
et hyperbare
Schweizerische Gesellschaft
für Unterwasser- und Hyperbarmedizin
Società svizzera di medicina subacquea
e iperbarica

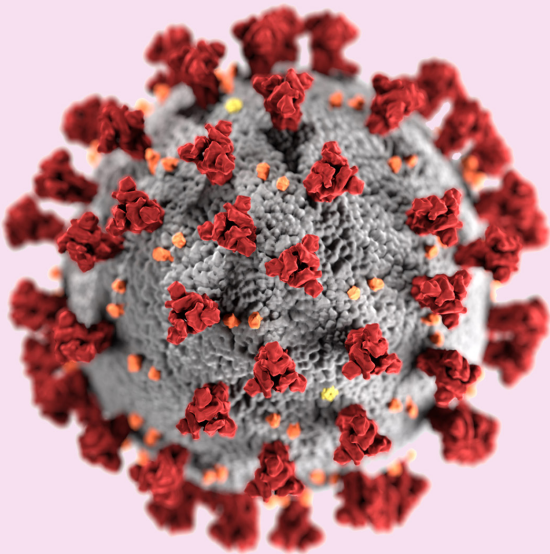


SARS-COV-2 – CORONAVIRUS

Un nouveau coronavirus appelé «SARS-CoV-2» a provoqué une nouvelle maladie très contagieuse qui s'est propagée dans le monde entier (pandémie).

Elle se transmet principalement par des gouttelettes et des aérosols émis en parlant, criant, toussant, éternuant ou chantant.

Le virus peut alors être transmis à plusieurs mètres de distance et peut infecter d'autres personnes par la respiration. Le virus du SARS-CoV-2 survit sur des surfaces (par exemple sur la poignée d'une porte) pendant quelques jours. A partir de là, il peut contaminer la main d'une personne puis, en entrant en contact avec les muqueuses (dans la bouche par exemple), mener à une infection.



Source de l'illustration:

Public Domain (Centers for Disease Control and prevention. www.cdc.gov)

MALADIE COVID-19

Toutes les personnes qui ont été infectées ne contractent pas obligatoirement la maladie, mais chaque personne infectée peut propager le virus. La maladie causée par le SARS-CoV-2 est appelée «COVID-19». Il peut y avoir des cas asymptomatiques, mais aussi des cas présentant des symptômes graves qui peuvent entraîner la mort de la personne infectée.

SYMPTÔMES

Les symptômes les plus fréquents sont les suivants:

- ▶ Toux
- ▶ Fièvre
- ▶ Rhume
- ▶ Perte soudaine de l'odorat et/ou du goût
- ▶ Pneumonie

Autres symptômes:

Mal de gorge, essoufflement, fatigue, perte d'appétit, nausées, douleurs abdominales, vomissements, diarrhée, inflammation des yeux, éruption cutanée, hypertrophie des ganglions lymphatiques, etc.

GROUPES À RISQUE

Les personnes âgées qui souffrent de maladies chroniques sont plus susceptibles de développer une forme grave de la maladie. Les évolutions graves et même mortelles du COVID-19 peuvent affecter les jeunes et les personnes en bonne santé.

COVID-19 – EFFETS À LONG TERME

Même après une évolution légère de la maladie, des dommages graves dus au COVID-19 peuvent survenir après un certain temps.

Les plus importantes sont:

- ▶ Lésions pulmonaires
- ▶ Insuffisance cardiaque ou circulatoire
- ▶ Faiblesse générale importante, épuisement, diminution de la condition physique à long terme
- ▶ Altération de la fonction rénale
- ▶ Maladies du système nerveux central (cerveau) et du système nerveux périphérique (nerfs)

RISQUES POUR LA PLONGÉE

Les conséquences à long terme du COVID-19 peuvent passer inaperçues dans la vie quotidienne.

Pendant la plongée, au contraire, elles peuvent **mettre la vie en danger** et engendrer par exemple:

- **Barotraumatisme pulmonaire**
- **Noyade due à un manque de résistance au stress**
- **Maladie de décompression**

PLONGÉES SÛRES EN PÉRIODE DE COVID-19

Prévenir l'infection (même en plongée)

- Hygiène des mains
- Respecter les règles de distance
- Utiliser des masques de protection
- Utilisation de l'application SwissCovid APP
- Éviter de se rendre dans les zones à risque
- Manipulation hygiénique des équipements de plongée
- Rester informé

Continuez à prévenir les accidents de plongée:

- Continuer à effectuer les mesures de sécurité, p.ex. contrôle pré-plongée

EN FORME POUR LA PLONGÉE?

- ▶ Avez-vous été malade depuis le début de la pandémie?
- ▶ Avez-vous eu l'impression de vous sentir «bizarre» ou avez-vous eu des contacts avec des personnes infectées par le SARS-CoV-2?
- ▶ Vos performances physiques sont-elles diminuées?
- ▶ Êtes-vous souvent à bout de souffle?
- ▶ Demandez conseil à votre médecin avant de reprendre la plongée si vous ne pouvez pas exclure la possibilité d'avoir eu une infection au CORONAVIRUS.
- ▶ Consultez un médecin de plongée si vous rencontrez des problèmes en plongée.

Informations et contact

Questionnaire pour l'évaluation du risque COVID:



<https://suhms.org/medical-examination-2/for-divers/infos-for-divers/covid/>

Trouver un médecin de plongée:



<https://suhms.org/medical-examination-2/for-divers/physicians-2/>

SUHMS 2020



SUHMS

SUHMS Secrétariat
Lerchenweg 9
CH-2543 Lengnau
Tél. +41 32 653 85 46
suhms@datacomm.ch
www.suhms.org