

ДО ПИТАННЯ БЕЗПЕКИ ПІД ЧАС ЗАНЯТЬ РЕКРЕАЦІЙНИМ ДАЙВІНГОМ

Романа Сіренко, Любомира Зінь

Львівський національний університет імені Івана Франка

Анотація. Визначено головні небезпеки для людей під час занять рекреаційним дайвінгом; проаналізовано чинники, що допомагають зменшити ризики виникнення нещасних випадків.

Ключові слова: дайвінг, заходи безпеки, занурення, водне середовище.

Abstract. The main dangers that affect people during recreational diving have been identified; factors that help reduce the risk of accidents are analyzed.

Keywords: diving, safety measures, diving, aquatic environment.

Постановка проблеми. Дайвінг – це унікальне заняття, яке приваблює багатьох людей, дає змогу детально розглянути підводний світ, поліпшити самопочуття та зняти стрес, змінити середовище й вид діяльності. Дайвінг як вид дозвілля та спорту за даними статистики щодо кількості нещасних випадків вважають безпечнішим, ніж боулінг, однак це можливо лише за умови функціонування ефективної системи заходів безпеки та дотримання цих правил самими дайверами.

Значний відсоток задекларованих у статистичних звітах летальних випадків та травм свідчать про те, що тема удосконалення системи заходів безпеки для занять рекреаційним дайвінгом і надалі залишається актуальною.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. До 1980-х років дайвінгом займалися лише кілька спортсменів; сьогодні, завдяки розвитку науки та техніки, цим рекреаційним видом займаються близько 10 мільйонів людей у цілому світі [1; с. 31]. Рекреаційний дайвінг є формою дозвілля, яку часто рекомендують у масовому туризмі, тому можна говорити про зростаючу соціальну практику [2].

Мета – систематизувати теоретичні знання щодо підвищення рівня системи безпеки під час занять рекреаційним дайвінгом.

Виклад основного матеріалу. Водне середовище різко відрізняється від земного. Так, світло зосереджене лише у верхніх шарах водойм, а коливання температури не такі різкі, як у повітрі. Проте зі

збільшенням глибини зменшується температура води та вміст кисню, що призводить до значних перепадів тиску, який сильно зростає з глибиною. Отже, для занять дайвінгом потрібно враховувати особливості перебування у водному середовищі, а також контролювати фізичні, психологічні та фізіологічні аспекти під час занурення.

Можливість розширити обізнаність дайверів про океан та безпеку надає всесвітньо відомий тренінг з водного мистецтва – Watermanship, який поєднує принципи багатьох видів водного спорту: фрідайвінгу, порятунку життя, серфінгу, підводного полювання тощо.

Знання, отримані в результаті досліджень рекреаційного дайвінгу, свідчать про те, що оптимальне функціонування людини під час такої діяльності передбачає необхідність підтримувати баланс між розумовою діяльністю, концентрацією та розслабленням. Недотримання зазначених критеріїв має не тільки психологічні наслідки, але й високий ризик для здоров'я людини. З психологічного погляду також важливою є роль емоційної витривалості в екстремальних умовах, оскільки відсутність стресостійкості може призвести до виникнення різноманітних несприятливих обставин або нещасних випадків під час підводного плавання [1; с. 45, 46].

Фізіологія людини під час занурення – це біологічний вплив підводного середовища на дайвера та його адаптація до роботи під водою. На дайвера впливають такі чинники: обмеження витривалості на затриманні дихання, коливання зовнішнього тиску, вплив дихальних газів за підвищеного тиску води, ефекти, викликані використанням аквалангу та сенсорні порушення [2].

Під час підводного плавання існує небезпека потрапляння у шторм або атака морських істот. Але більшість небезпек – це ті, які невидимі людському оку.

Існує три види травм від зміни тиску під час пірнання: *баротравма* – травма тканин поблизу наповнених повітрям вух, носових пазух, зубних коренів та легень, які можуть бути пошкоджені, якщо організм не зможе вирівняти різницю внутрішнього тиску в них і навколишнього середовища; *декомпресійна хвороба* виникає, коли аквалангіст піднімається занадто швидко. За високого тиску під водою газоподібний азот потрапляє в тканини організму. Це не викликає проблем, коли дайвер піднімається на поверхню (декомпресує) з правильною швидкістю. Але якщо підйом виконано занадто швидко, азот утворює бульбашки в тілі, що можуть призвести до пошкодження тканин і нервів. У крайніх випадках це може викликати параліч або смерть; *азотний наркоз* – глибокі занурення можуть призвести до накопичення такої кількості азоту в мозку, що дайвер може мати неадекватне

сприйняття. У такому разі він ухвалює неправильні рішення, наприклад, виймає регулятор, тому що думає, що можете дихати під водою. Наркоз трапляється лише під час занурень на глибину понад 100 футів.

Висновок. Поліпшення заходів безпеки як з боку дайвінг-центрів, так і дайверів вимагають дій на різних рівнях. Зокрема залучення спортсменів до організацій, які відповідають за розроблення заходів безпеки та сертифікаційних агентств. Сьогодні вкрай необхідні комплексні програми та дії для осучаснення управління ризиками безпеки під час підводного плавання, підвищення обізнаності про заходи безпеки серед дайверів, навчання та оснащення аквалангістів важливими знаннями з техніки безпеки.

Список використаних джерел

1. Psychological Aspects of Diving in Selected Theoretical and Research Perspectives / Dorota Niewiedział, Magdalena Kolańska, Zbigniew Dabrowiecki, Mateusz Jerzemowski, Piotr Siermontowski, Zdzislaw Stanislaw Kobos, Romuald Olszański // Polish Hyperbaric Research. – 2018. – Vol. 62(1). – P. 43–54.
2. The 13 Different Types of Diving Explained [Electronic resource]. – URL: <https://dive.site/blog/types-of-diving/>