Velkommen til 3 dagers kurs i dykkemedisin rettet mot sykepleiere og dykkere.

Formålet med kurset er at dere skal kunne undersøke, vurdere helsetilstand, og håndtere tiltak, inklusiv trykkammerbehandling, ved en dykkerulykke. Deltakerne skal kunne gi råd, når det oppstår akutt sykdom, om dykkerne kan gå i vannet. Kunnskap om varige tilstander og sykdommer som utgjør en fare ved dykking. Det vil også være fokus på dykkernes hverdag, hvordan forebygge dykkerelatert sykdom (litt om dykketabeller) og hvilke problemer og senskader som kan oppstå. For å underbygge dette gis det undervisning i dykkerutstyr og dykketeknikk.

Før kurset krever vi noe hjemmearbeid, det er å se en 50 min film: Froskemannen. Dette gir en intro til dykkefysikk og dykkeskader. Filmen er noen år gammel, men det faglige innholdet er like relevant. Link: https://www.youtube.com/watch?v=ONDIN\_fSW9I

Denne filmen **må** alle ha sett før kursstart. For de som ikke har vært borti dykking tidligere anbefales det å lese gjennom kapittel 2 i SUP 13(B) Dykkefysikk, samt kapittel 3 Dykkemedisin. Filmen og kapitlene er rettet mot militære dykkere, slik er det dykketekniske noe omfattende for medisinsk bruk.

**Dag 1:** Denne dagen er for sykepleiere som ikke har dykket før og gir en intro om dykking og trykk. Øvelsen med trykkammer til 50 meter gir en godt merkbar dybderus. Det anbefales å gjennomføre øvelsen for å kjenne på de fysiske lovene. Trykkammer er frivillig. **Dag 2 og 3:** Disse dagene kommer det til dykkere og vi vil ha mer fokus på det medisinske. Vi har også en øvelse dykkerulykke på kaia, så ta med uteklær.

Eksamen vil foregå på google sheet, og alle må ha med mobiltelefon eller PC for dette. Du må logge på 4 eller 5G, ikke tilgjengelig WIFI

Rune Skjåstad

KK/dykkerlege

Sjef UVB Dykkerlegens avdeling

Nyttige nettsider:

Privat side til tidligere sjef Jan Risberg: https://www.dykkemedisin.no/

Dykketabeller for norske yrkesdykkere https://www.dykketabeller.no/

Veileder for medisinsk skikkethetsvurderinger av yrkesdykkere:

https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/helsekrav-for-arbeidstakere-pa-petroleumsfeltet Veiledning for militære dykkere i vedlagt fil