

Accident respiratoire d'apnée en eau libre lors de séances de travail ou recherche de profondeur, en apnée

Ce document propose une conduite à tenir en l'état actuel des connaissances. Ces conseils et recommandations sont donc susceptibles d'évoluer avec l'avancée des connaissances et des retours d'expérience.

1) L'apnéiste a une toux productive avec éventuellement des traces de sang dans les crachats :

- ✓ Il n'est pas essoufflé (fréquence respiratoire < 20/min)
- ✓ Il n'a pas de douleur dans la poitrine
- ✓ Il n'a pas de mouvements anormaux ni de troubles de conscience
- ✓ Il n'a pas d'autre gêne ou douleur

⇒ Fin de la séance d'apnée

⇒ Sortie de l'eau

⇒ Les manifestations régressent rapidement en moins d'une heure :

- Séance de sport terrestre avant reprise de l'apnée ou d'une activité dans l'eau Si tout va bien et qu'il n'y a pas de baisse de performance,
- l'apnéiste peut reprendre une activité dans un espace protégé (piscine, milieu naturel proche du bord...) à moins de 5 mètres de profondeur en respectant les règles de sécurité de la discipline (avec un binôme notamment) . Pas d'apnée à poumons vides à cette étape-là cependant !
- Si tout va bien l'accès à une profondeur au-delà de 5 m et jusqu'à 15 doit rester très progressif et sans efforts (pas de Valsalva brutal à la descente, pas de demi-tour brutal, ...)

En cas de manifestation anormale d'effort, consulter son médecin de plongée avant de reprendre l'activité sportive.

Pour la reprise de l'apnée en profondeur (≥ 15 mètres) ou la participation à une compétition d'apnée : un nouveau certificat médical d'absence de contre-indication, établi par un médecin du sport / fédéral ou hyperbare est requis.

2) Autres cas :

Appliquer la procédure de secours apprise au RIFAA.

Une fois la prise en charge médicale terminée, après avis du médecin ayant suivi l'apnéiste :

- Séance de sport terrestre avant d'envisager la reprise de l'apnée ou d'une activité dans l'eau

Si tout va bien et qu'il n'y a pas de baisse de performance, après avis d'un médecin compétent dans la ou les pratiques sportives subaquatiques concernées :

- l'apnéiste peut reprendre une activité dans un espace protégé (piscine, milieu naturel proche du bord...) à moins de 5 mètres de profondeur en respectant les

règles de sécurité de la discipline (avec un binôme notamment) . Pas d'apnée à poumons vides à cette étape-là cependant !

- Si tout va bien l'accès à une profondeur au-delà de 5 m et jusqu'à 15 doit rester très progressif et sans efforts (pas de Valsalva brutal à la descente, pas de demi-tour brutal, ...)

En cas de manifestation anormale d'effort, consulter son médecin de plongée avant de reprendre l'activité sportive.

Pour la reprise de l'apnée en profondeur (≥ 15 mètres) ou la participation à une compétition d'apnée : un nouveau certificat médical d'absence de contre-indication, établi par un médecin du sport / fédéral ou hyperbare est requis.