

GUTE PILLEN – SCHLECHTE PILLEN

Unabhängige Informationen zu Ihrer Gesundheit

Ohne Einfluss der Pharmaindustrie. Ohne Werbung.

Pressemitteilung 13. März 2013

Sicher tauchen

Was Tauchbegeisterte beachten sollten

Der Tauchsport ist für viele Urlauber faszinierend. Aber nicht jeder sollte sich mit moderner Tauchausrüstung unter Wasser begeben. Manche Erkrankungen machen das Tauchen zu einem risikoreichen Unternehmen, und selbst mit einer verschnupften Nase sind Unterwasserausflüge nicht ratsam. Da sollte man lieber schnorcheln. Die Zeitschrift *Gute Pillen* – *Schlechte Pillen* informiert über tauchärztliche Untersuchungen und sagt, worauf zu achten ist.

Wer mit oder ohne Tauchgerät abtaucht, verspürt schon nach einem Meter Wassertiefe den deutlichen höheren Umgebungsdruck, besonders auf den Ohren. Der Druckunterschied an Land und unter Wasser, nimmt mit zunehmender Tiefe zu, und jeder Taucher und jede Taucherin muss lernen, diesen Unterschied zu kompensieren. Gelingt das nicht, kann es beim Abtauchen zu einem Trommelfellriss kommen. Und wenn zum Beispiel Schnupfen die Ohrtrompete verstopft, kann ein sehr unangenehmer Drehschwindel entstehen, der die Orientierung behindert. Er erfordert ein möglichst zügiges Auftauchen.

Schlimmer noch sind Schäden am Mittel- oder Innenohr oder ein Überblähen der Lunge. Dazu kann es kommen, wenn beim Auftauchen nicht genug ausgeatmet oder zu schnell aufgestiegen wird.

Andere Probleme entstehend dadurch, dass sich bei den hohen Druckverhältnissen unter Wasser die Atemgase im Blut und im Gewebe lösen. Aus dem gelösten Stickstoff können winzige Bläschen entstehen, wenn man später zu schnell aufsteigt. Und die sind ein Problem. Bei der so genannten Dekompressionskrankheit erzeugen die Bläschen nicht nur in Muskeln und Gelenken Schmerzen und Juckreize („Taucherflöhe“), sondern sie können auch in den Blutkreislauf gelangen und bedrohliche Gefäßverschlüsse verursachen. Zwar helfen moderne Tauchcomputer, solche Tauchunfälle zu vermeiden, aber sie kommen immer wieder vor und erfordern erfahrene Helfer und vorschriftsmäßig funktionierende Druckkammern.

Das wird von Tauchfreunden oft vergessen: „Es ist ratsam, nach dem letzten Tauchgang und vor dem Rückflug aus einem entfernten Urlaubsort mindestens einen Tag Pause einzulegen“, sagt der Internist, Tauchsportler und Taucharzt Dietrich von Herrath von **Gute Pillen – Schlechte Pillen**. „Nur dann hat der Körper Zeit, den im Gewebe und im Blut noch vermehrt gelösten Stickstoff weiter abzubauen. Die Gefahr ist, dass es sonst beim niedrigen Umgebungsdruck im Flugzeug doch noch zu Dekompressionsbeschwerden kommt.“

Warum Kinder unter 12 Jahren nicht mit Tauchgerät tauchen sollten und bei welchen Erkrankungen Ärzte vom Tauchsport abraten, lesen Sie im Hintergrundartikel:

<http://gutepillen-schlechtepillen.de/pages/archiv/jahrgang-2013/nr.-1-jan.febr.-2013/tauchen-ndash-aber-sicher.php> (nur für Abonnenten)

Ansprechpartner für die Presse:

Dr. Dietrich von Herrath (Internist und Taucharzt)

Dr. Elke Brüser (Biologin)

Email: redaktion@gp-sp.de

Redaktion **Gute Pillen – Schlechte Pillen**

August-Bebel-Str. 62

D-33602 Bielefeld

Redaktion@GP-SP.de

www.gutepillen-schlechtepillen.de