



## Plan de Plongée

- Plan du lieu de plongée  .....
- Particularités de la sortie de l'eau .....
- Compétences particulières requises :  
.....  
.....  
.....
- Vérification de l'autonomie :
- Profil de plongée :  Dans la courbe  
 Décompression légère  
 Autre.....

## Briefing

- Présentation du site : faune, flore, curiosités, dangers, façon de se mettre à l'eau et d'en sortir ....
- Sécurité
  - O<sub>2</sub> (démonstration + Pression)
  - Bouteille de réserve
  - Eau, trousse de secours
  - Plan d'évacuation
- Heure de mise à l'eau :  .....
- Durée maximum de la plongée :  .....min
- Profondeur maximum autorisée :  (en fonction des palanquées)
- Annonce à la sécurité surface : - heure du départ   
- heure du retour   
- paramètres de plongée
- Rappel
  - respecter des règles locales et LIFRAS
  - suivre le plan de plongée établi
  - respecter la faune et la flore, ne rien remonter.
- Présentation des palanquées CP - SF - Acc
- Exercices à effectuer
- Rappel de l'utilité du débriefing.

## Evaluation de la plongée

- Tout le monde est-il sorti de l'eau ?
- Incidents enregistrés ?
- Respect de la planification ?

### Description du problème rencontré (le cas échéant)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

### Mesures prises

.....

.....

.....

.....

### Quelles sont les adaptations faites au plan de plongée ? Quels sont les risques encourus ?

.....

.....

.....

## Liste des documents à emporter

- Farde des brevets LIFRAS
- Liste des membres
  - Adresse,
  - Personne à contacter
  - N° de téléphone ou portable
  - Visite médicale
  - ECG
- Procédure de réanimation
- Fiche d'évacuation
- Déclaration d'accident

## N° de tel et adresse des caissons et hôpitaux

<b>Zélande</b>	
<b>Hôpital Bergen-op-Zoom</b>	
boerhaaven 1 Bergen-op-zoom	
Tel	+ 31 (0) 164 278000

<b>Hôpital GOES</b>	
S'gravenpoldersweg 114 Goes	
Tel	+ 31 (0) 113 234000

<b>Hôpital Zierikzee</b>	
Koning Gustaafweg 2 Zierikzee	
Tel	+ 31 (0) 111 430000

<b>Divers</b>	
<b>ZNA Stuivenberg Anvers</b>	<b>Caisson</b>
Lange Beeldekenstraat N° 267 2060 Anvers	
Tel	+32 (0) 3 217 71 11 caisson +32 (0) 3 217 75 75

<b>AZ St JAN Brugge</b>	<b>Caisson</b>
Spoedgevallendienst 8000 Brugges	
Tel	+ 32 (0) 50 45 2000

<b>Zeebrugge</b>	<b>Caisson</b>
Graaf Jansdijk 1- 8380 Zeebrugge	
Tel	+ 32 (0) 50 55 86 89 caisson +32 (0)50 55 87 13

<b>Numéros de téléphone importants</b>	
Secours :	112
DAN Belgique	0800/12382
DAN Etranger	+ 32 2 262 22 82
Lifras	+322.521.70.21

<b>Quelques mots-clés pour aider (si pas bilingue)</b>	

# Fiche d'évacuation



<b>INFORMATION DU PLONGEUR</b>	
Nom :	.....
Date de Naissance :	.....
Adresse :	.....Localité .....
Personne à prévenir :	.....
Tel :	.....GSM : .....

<b>Problèmes médicaux particuliers</b> (allergies, médicaments, maladies, etc.....)
.....
.....

<b>CARACTERISTIQUES DE LA PLONGEE</b>	<b>SIGNES OBSERVES</b>	<b>HEURE</b>
Lieux : .....	.....	.....
<input type="radio"/> Plongée libre <input type="radio"/> Plongée scaphandre	.....	.....
Profondeur max ..... Mètres	.....	.....
Durée Totale ..... Minutes	.....	.....
Heure de sortie ..... H.....	.....	.....
Paliers	.....	.....
mètres	.....	.....
minutes	.....	.....
Ordinateur : ..... <b>A JOINDRE !!!</b>	<b>Premiers soins</b>	<input type="radio"/> P.L.S.
Mélange respiré → <input type="radio"/> air	<input type="radio"/> Bouche à Bouche	<input type="radio"/> M.C.E
→ <input type="radio"/> Autres .....	<input type="radio"/> Oxygène <input type="radio"/> Boissons .....	Litres
Plongée : <input type="radio"/> Unitaire <input type="radio"/>	<input type="radio"/> Tel club ou accompagnant :	
Succesive		
Vitesse de remontée : .....mètres / minutes	.....	.....

Sensation de Fatigue inhabituelle	Sensation de Démangeaison	Sensation de Malaise de mal être	Perte de force Faiblesse	Modification du comportement Agitation
Eruption cutanée démangeaisons	Douleur articulaire	Picotements	Douleur dorsale	Engourdissement Fourmillements Paralysie
Nausées Vertiges	Troubles de l'équilibre	Troubles de l'audition	Troubles Respiratoires	Perte de connaissance
Troubles de la Vision	Trouble de la Parole	Difficulté pour marcher	Symptômes du choc	Toux sanglante spume Difficulté respiratoires

## **Fiche d'évacuation (suite)**

### **A L'ATTENTION DES MEDECINS ET AMBULANCIERS**

La personne identifiée sur cette fiche a pu être victime, au cours d'activités de plongée sous-marine, de lésions suite à une pathologie de décompression. Peut-être ne connaissez-vous pas cette pathologie très particulière. Dans ce cas, le réseau d'alerte pour plongeur peut vous aider dans le traitement de ce patient.

(DAN : +32 2 262 22 82 hors Belgique - 0800 123 82 depuis la Belgique). Un médecin spécialisé dans le traitement des accidents de plongée y est à votre disposition pour vous fournir toute information utile.

### **TER ATTENTIE VAN ARTSEN EN AMBULANCIERS**

De persoon aangeduid op dit blad lijdt eventueel aan ietsels ten gevolge van een drukverminderingsongeval tijdens een diepzeeduik. Het is best mogelijk dat U geen kennis heeft van deze zeer bijzondere pathologie. In dit geval, kan het alarm-netwerk voor duikers U zeker helpen bij de behandeling van deze patiënt (DAN 080012382 vanuit België - +32 3 262 22 82 vanuit alle andere landen). Een arts gespecialiseerd in de behandeling van diepzeeduikongevallen is te Uwer beschikking om U de nodige inlichtingen te verschaffen.

### **FOR THE ATTENTION TO DOCTORS AND EMS**

The person identified on this form may have been exposed to injuries due to decompression pathology during diving activities. It is possible that you are not aware of all the specific terms of this particular pathology. In this cas, the Divers Alert Network could assist you to treat this patient (DAN +32 2 262 22 82 outside Belgium 0800 123 82 from Belgium). An expert in the field of decompression pathology injuries is at your service in order to inform you.

## Comment je compose ... ...une trousse de secours, ... une trousse de voyage pour un secouriste-plongeur ?

Dr Christian Migeotte

### Le nécessaire...

- ❑ Gants non stériles,  
Mettez des gants avant de manipuler des plaies
- ❑ Sparadrap et pansements stériles
- ❑ Compresses stériles 5x5 - 10x10
- ❑ Tampons d'ouate
- ❑ Bandes collantes pour plaies (p ex. : STERISTRIP®)  
Refermez **les petites plaies avec des strips après désinfection locale.**  
**Procédez de même pour les plaies plus profondes dans l'attente d'une suture éventuelle.**
- ❑ Bandes de crêpe 5cm - 10cm
- ❑ Bandages triangulaires
- ❑ Pince à échardes
- ❑ Aiguilles stériles  
**Pinces et aiguilles pour éliminer échardes, limailles, épines et piquants indésirables.**  
**N'oubliez pas de désinfecter la plaie avant et après avoir "opéré" !**  
**Attestation médicale nécessaire pour certains pays !**
- ❑ Ciseaux (gros)
- ❑ Garrot
- ❑ Couverture de survie
- ❑ Désinfectant local (p ex. : ISO-BETADINE® mono doses, HANSAMED® spray)
- ❑ Antidouleur, antipyrétique (p ex. : DAFALGAN®, ASPRO®)
- ❑ Antispasmodique (BUSCOPAN® comprimés)
- ❑ Antiémétiques (MOTILIUM® comprimés solubles)
- ❑ Anti-inflammatoire local (p ex. : LUIFLEX® spray)
- ❑ Pommade anti-allergique (p ex. : LOCOID® crème)  
Apaie les coups de soleil et agressions de méduses.  
Attention aux **dates** de péremptions.  
En plus, les pommades supportent difficilement les fortes chaleurs.
- ❑ Boisson : eau plate potable (1,5l)

### Les adresses et téléphones utiles

- ❑ Secours
- ❑ Hôpitaux
- ❑ Caisson

## Utile...

- Bouteille d'oxygène + débitmètre
- Canule de GUEDEL  
Permet de maintenir la langue en position haute chez une personne inconsciente
- POCKET MASK®  
Petit masque s'adaptant bien hermétiquement à tous les visages.  
Autorise aussi bien le "bouche à masque" que le raccord de bouteille d'O2
- Instant Cold Pack (FLEXOVERSAL®)  
Pour contusions et entorses les jours d'été caniculaire loin de tout glaçon !
- Bain oculaire (p ex. : OCAL® 125ml)
- Pommade antibiotique (FLAMMAZINE®)
- Thermomètre

## ... mais non conseillé.

- Gouttes auriculaires (OTIPAX®)
- Décongestionnant nasal (VIBROCIL®)

## Le nec plus ultra...

- Attelles gonflables (SAMSLINT®)
- Ballon d'insufflation

## Selon destination...

### ... transports

- Mal des voyages (TOURISTIL®)
- Somnifère léger

### ... soleil

- Crème de protection solaire à indice élevé ou écran total
- Crème après-soleil
- Beurre de cacao
- Gouttes ophtalmologiques décongestionnantes (UVESTAT®)
- Antiallergique comprimé (ZYRTEC®)

### ... bestioles

- Produit pour rendre l'eau potable (MICROPUR®)
- Anti-moustiques (MOUTIMUG®)
- Vinaigre
- Pompe à venin (ASPIVENIN®)
- Sels de réhydratation orale  
(1 banane broyée, 5 cuillères à café rases de sucre et ½ cuillère à café de sel dans 1 litre d'eau bouillie ou de thé)
- Inhibiteur du transit intestinal (IMMODIUM®)
- Antibiotique contre la dysenterie (diarrhée sanglante, forte fièvre, crampes violentes)
- Anti-protozoaires et antipaludéens (prévention malaria)
- Vaccinations nécessaires: (Tétanos, Diphtérie, Hépatite A et B, fièvre jaune, fièvre typhoïde...)  
En fonction de la destination.

### ... et divers

- Préservatifs...



## Feuille de renseignements



	Nom	Prénom	Brevet	N <sup>bre</sup> plongée	Dernière plongée	Gaz utilisé	Profondeur maximale	Décompression	Consommation L/min	Pour accord Signature
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										
19										
20										
21										

