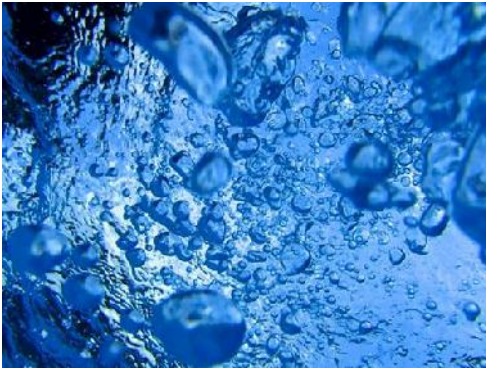


## تجزیه و تحلیل بیماری رفع فشار



بیماری رفع فشار زمانی اتفاق می‌افتد که حباب در بافت یا خون پس از غواصی تشکیل شده باشد، به‌طور معمول آن‌ها حباب‌های نیتروژن هستند، اما می‌توانند حباب‌های هلیوم نیز باشد اگر از آن گاز نیز استفاده کرده باشد.

واکنش بدن و مشکلات آن بستگی به اندازه حباب‌ها، مقدار آن‌ها و مکان‌های تشکیل شده دارد. علائم بیماری رفع فشار ممکن است در عرض ۳۰ دقیقه ظاهر شود و یا ۲۴ ساعت بعد از غواصی خود را نشان دهند.

اکثر جداول غواصی و الگوریتم‌های کامپیوتری با حدود ۱٪ از خطر ابتلا به بیماری رفع فشار طراحی شده است، بنابراین حتی اگر شما در داخل جدول باقی بمانید، در معرض خطر کوچکی از بیماری رفع فشار در هر غواصی خواهید بود.

همچنین، جداول و کامپیوترهای غواصی متغیر هستند و نمی‌توانند دقیق محاسبه کنند. جداول و کامپیوترهای غواصی میزان ضربان قلب، میزان جذب اکسیژن، تناسب اندام و وضعیت روحی شما را نمی‌توانند پردازش کنند.

چگونگی زمان استراحت بر سطح، سطح هیدراتاسیون، مصرف الکل، دمای آب، مقدار چربی بدن و یا عوامل دیگر خطر ابتلا به بیماری رفع فشار را افزایش می‌دهند.

هنگامی که یک غواص علائم آسیب‌های مربوط به غواصی رفتن را در خود مشاهده کرد حتماً و سریع باید به یک پزشک متخصص و آموزش دیده در طب غواصی مراجعه کند و پزشک با معاینه بالینی بیمار به درمان او کمک خواهد کرد. درحالی که بیماری رفع فشار به ندرت ایجاد می‌شود ولی درمان آن بسیار مهم است و گاهی ممکن است درمان آن زمان زیادی طول بکشد اگر شما دچار بیماری رفع فشار شدید باید سریع به دنبال درمان آن باشید. خجالت نکشید و ناراحت نباشید این اتفاق ممکن است برای همه به وجود آید و هیچ‌کس از آن در امان نیست. ابتلا شدن به بیماری رفع فشار دلیلی برای اشتباه انجام دادن غواصی نیست و همیشه دال بر اشتباه نیست. یک دوندۀ ماهر نیز ممکن است میج پایش پیچ بخورد بنابراین با استراحت و درمان وضعیت خودش را بهبود خواهد بخشید.

۱- علائم و نشانه‌های بیماری رفع فشار بشناسید

۲- بلافاصله هرگونه علائم بیماری رفع فشار را پیگیری کنید اغلب علائم و نشانه‌های بیماری رفع فشار عبارت‌اند از:

درد به‌خصوص در مفاصل و یا عضلات / بی‌حسی و ضعف عضلانی / خستگی، ضعف، تهوع و سرگیجه

۳- آموزش کمک‌های اولیه را فراگیرید



گردآوری، تألیف و ترجمه: سعید پروین

پیوندها: مرکز غواصی بین‌المللی مارینا [www.IranMarina.com](http://www.IranMarina.com)

اجازۀ نامه: استفاده از مطالب این مقاله برای علاقه‌مندان و هنرجویان غواصی به شرط امانت‌داری و رعایت اخلاق حرفه‌ای (درج منبع و نویسنده) آزاد می‌باشد.