

DRAAIBOEK REDDENDAG



GEFFENSE PLAS, 21 APRIL 2024

Samengesteld door:

Rob Kool en Kim Noordermeer

Datum uitvoering: 21-04-2024

HET VOORWOORD

Voor u ligt het draaiboek voor een reddendag georganiseerd bij een duikvereniging. Iedere duiker leert vanaf het 2* duikbrevet: hoe je moet redden en welke ongevallen er het meest voorkomend zijn binnen de duiksport. Maar om dit alleen tijdens een ster opleiding te oefenen, is wat summier. Daarom is ervoor gekozen om regelmatig een reddendag te organiseren. In dit geval gaat het om een draaiboek voor een grootschalige reddendag waar verschillende duikverenigingen aan deelnemen.

INHOUD

Het voorwoord.....	2
Meewerkende organisaties en verenigingen.....	4
Activiteiten Ongevallen Simulatie.....	5
Voorbespreking van het organisatieteam met de ‘droge’ en ‘natte’ begeleiders en de centralist.....	6
Voorbespreking met de deelnemers	6
Ongevallen simulatie Oefening.....	7
Er zijn deze dag verschillende rollen	8
Toelichting telefonische melding met uitvraag.....	8
Vervoersklaar maken van een slachtoffer	10
Onderdelen Ongevallen Oefening	11
In het water.....	11
Op de kant.....	13
Schema oefeningen.....	15
Scenario Reddendag	16
Nabespreking Hele groep.....	17
Organisatie:.....	18
Tijdschema	21
Rolverdeling.....	22
Materiaallijst.....	23
Bijlagen	24
Check de Stek Geffense plas.....	24
Omstandigheden.....	25
Type duik.....	27
Buddyparen duiklijst.....	28
Ongeval cases: praktijk kaarten	31
Aantekeningen:.....	41

MEEWERKENDE ORGANISATIES EN VERENIGINGEN

Organisaties:

- Reddingsbrigade Oss
 - Frank van der Wijst
- Lotus vereniging Oss
 - Liesbeth Hilkes

Duikverenigingen:

- De Waterman Oss
 - Erik van leur
- OnderWaterSport vereniging Veghel
 - Gerwin van Dolenweerd
- Onderwatersportvereniging Piranha
 - Dennis Aries
- T.O.V. Gagnan
 - Kim Noordermeer, Rob Kool & Frans Jansen





De activiteiten rond een ongeval simulatie zijn in een paar hoofdpunten samen te brengen. Namelijk;

- 1) Voorbespreking van het organisatieteam met de 'droge' en 'natte' begeleiders en de centralist.
- 2) Voorbespreking met de deelnemers.
- 3) Ongevallen simulatie.
- 4) Nabespreking per groepje per onderdeel.
- 5) Nabespreking geleid door het organisatieteam en de begeleiders met alle deelnemers.
- 6) Evaluatie van de verschillende onderdelen van de ongeval simulatieoefening.

VOORBESPREKING VAN HET ORGANISATIETEAM MET DE 'DROGE' EN 'NATTE' BEGELEIDERS EN DE CENTRALIST

Let op de volgende punten:

- 🌐 De taken van het organisatieteam bij de uitvoering:
 - Eén persoon is de overkoepelende instructeur die het algehele overzicht bewaard en het tijdschema bewaakt. (= algemeen oppervlakte coördinator)
 - Zijn er stand-by duikers nodig?¹
- 🌐 Het vaststellen van het aantal deelnemers over de gehele dag en het vaststellen van het aantal deelnemers per onderdeel.
- 🌐 Keuze van de te uitvoeren ongeval simulaties.
- 🌐 De beoordelingscriteria per onderdeel.
- 🌐 In welke hoedanigheid zal de centralist ingezet worden?
- 🌐 Samenstelling van de materiaallijst.
- 🌐 Maak duidelijke afspraken over het signaal voor nood aan de oppervlakte. Dit moet afwijken van het gebruikelijke signaal om te voorkomen dat je een echt ongeval niet herkent. (Pizza)
- 🌐 Voorkom SM*!²
- 🌐 Laat weten dat het een ongeval simulatie is!
- 🌐 Zet alle materialen klaar.

VOORBESPREKING MET DE DEELNEMERS

Let op de volgende punten:

- 🌐 Aan allen: het tijdschema met het tijdstip van aanvang en eindtijd
- 🌐 Aan de duikers: de verschillende onderdelen op verschillende locaties
- 🌐 Zorg voor een indeling van de ruimte aan en op het water.
- 🌐 Geef bij de desbetreffende verenigingen aan dat het gaat om een simulatie setting.
- 🌐 Maak duidelijke afspraken over het signaal voor nood aan de oppervlakte. Dit moet afwijken van het gebruikelijke signaal om te voorkomen dat je een echt ongeval niet herkent. (Pizza)

¹ Nb. Niet op 21-4

² SM= *Slachtoffer Mishandeling*

ONGEVALLEN SIMULATIE OEFENING

Deze dag wordt georganiseerd op het clubterrein van duikvereniging de Waterman aan de Geffense plas.

De Theorie zal in het clubhuis gegeven worden. De oefeningen zullen binnen en buiten plaatsvinden.



Clubgebouw De Waterman



Theorielokaal



Buitenterrein en instap duikers

ER ZIJN DEZE DAG VERSCHILLENDE ROLLEN

- NOB Instructeurs en docenten (observerende functie)
- Algemeen Oppervlakte coördinator³
- Stand-by duiker⁴
- Cursisten
- Slachtoffers (SO) = Lotus vereniging Oss
- Centralist
- Omstanders
- Alarmploeg reddingsbrigade Oss

TOELICHTING TELEFONISCHE MELDING MET UITVRAAG

Bel bij een duikongeval naar het alarmnummer 1-1-2⁵.

De volgende informatie dien je te verstrekken:

- Soort duik calamiteit (duiker vermist, deco ziekte, etc.)
- Ernst van de situatie
- Welke hulp denk je nodig te hebben? (behandeling in ZH, behandeling in Tank, ect.)
- Welk transport is wenselijk? (ambulance, lifeliner)
- Vraag altijd om een ambulance waarin het mogelijk is om zuurstof toe te dienen!

In geval van deco ziekte of verdenking daarvan en andere ernstige duikongevallen dien je contact op te nemen met:

- DMC- Koninklijke Marine te Den Helder, 0223-653076 en na werktijd 0223-658220
- AMC 020-5669111. 's Avonds of in het weekend vragen naar de oudste dienstdoende chirurg A.

³ = Iemand die aan de oppervlakte de duiklijsten bijhoudt en toezicht houdt op de duikers in het water.

⁴ = Een duiker die zijn duikuitrusting compleet opgebouwd heeft staan en wacht op duikers die in het water liggen. De wordt in geval van nood aangewezen door de Algemeen Oppervlakte Coördinator

⁵ Bij ongeval simulatie krijg je een apart nummer.

1. Primaire informatie verzameling

1.1 Eerste contact

- 112 Alarmcentrale, wie wilt u spreken, politie, brandweer of ambulance?
- Blijft u aan de lijn, U wordt doorgeschakeld naar de juiste meldkamer
- Korte pauze
- Dit is de meldkamer ambulance
- Vertelt u zo duidelijk en precies mogelijk waar u bent

[uitvragen: adres, gebouw, etage, duiklocatie, coördinaten, omgeving, herkenningpunten, enz.]

1.2 Situatie

- Wat is er precies gebeurd?
- Hoeveel slachtoffers zijn er?
- Bent u nu bij het slachtoffer?
- Hoe oud is het slachtoffer?
- Is het slachtoffer bij bewustzijn?
- Ademt het slachtoffer?
- Welk lichaamsdeel is gewond?
- Bloedt het slachtoffer heel erg?
- Wat is de belangrijkste klacht?
- Is uw directe omgeving veilig?
- Bent u alleen of zijn er omstanders die kunnen helpen?



2. Eerste instructies vanuit de meldkamer

- Begrepen ambulance/trauma helikopter is onderweg.
- Blijf aan de lijn en ik zal u precies zeggen wat u nu als eerste moet doen
- Blijf bij het slachtoffer
- Als er omstanders zijn, stuur dan iemand om de ambulance op te wachten
- Stel het slachtoffer gerust en zeg dat hulp onderweg is.
- Ik blijf aan de lijn tot we de ambulance horen.
- Kunt u ondertussen de volgende vragen beantwoorden (z.o.z.)

3. Secundaire informatie verzameling

- Op welk telefoonnummer bent u te bereiken?
- Heeft u onmiddellijke toegang tot een AED?
- Gebruikt het slachtoffer medicijnen?
- Heeft het slachtoffer last van een bekende allergie?
- Wie is de huisarts van het slachtoffer?
 - i. Overige medische vragen die in de loop van het gesprek zijn ontstaan
 - ii. Heeft u nog meer relevante informatie over het slachtoffer of voor de hulpdiensten?

Bij een duikongeval kan de melder specifiek benoemen/vragen: Transport naar de dichtstbijzijnde hyperbare kamer (indien helikopter: beperkte vlieghoogte!). Dienstdoende arts gespecialiseerd in duikongevallen waarschuwen. Hyperbare kamer in gereedheid brengen.

4. Aanvullende instructie vanuit de meldkamer bij een duikongeval

- De dienstdoende arts gespecialiseerd in duikongevallen is gewaarschuwd.
- De dichtstbijzijnde hyperbare kamer wordt in gereedheid gebracht.

- Laat ondertussen het slachtoffer plat op de grond liggen.
- Beweeg het slachtoffer niet, tenzij er direct gevaar dreigt.
- Laat slachtoffer niets eten of drinken.
- Bescherm het slachtoffer tegen oververhitting of afkoeling
- Ik heb ook de politie gewaarschuwd voor ondersteuning
- Geef de duikcomputer van het slachtoffer mee met de ambulance / traumahelikopter
- Geef de duikuitrusting van het slachtoffer aan de politie voor sporenonderzoek

5. Informatie verzameling specifiek bij duikongevallen

- Heeft de buddy van het slachtoffer vergelijkbare klachten?
- Heeft u gegevens over het duikprofiel van het slachtoffer?
- Hoe lang heeft het slachtoffer gedoken?
- Wat was de maximale duikdiepte?
- Heeft het slachtoffer een normale opstijging gemaakt?
- Welke gasmengsels heeft het slachtoffer gebruikt?
- Krijgt het slachtoffer zuurstof toegediend? Zo ja, sinds hoe laat?
- Kunt u een omstander de duikuitrusting laten veiligstellen?

VERVOERSKLAAR MAKEN VAN EEN SLACHTOFFER

- logboek meegeven
- Notatie DT (Duiktijd) en MDD (Maximale Duikdiepte)
- Duikcomputer mee geven
- Info EAN% bij nitroxduik⁶
- Duikuitrusting niet demonteren → nodig voor technisch onderzoek door politie.



⁶ Standaard 32, 36 of 40% Nitrox, afwijkende gassen bij gevorderd nitrox, trimix etc.



In het water

1. Vermiste duiker (2 teams)
2. Redding opstijging – oor-perforatie (2x)
3. Decompressie ziekte
4. Kramp (2x)
5. CO-vergiftiging (2x)

Op de kant

6. Decompressie ziekte
7. Onderkoeling (2x)
8. Uitglippen & breuk
9. Brandwond + hyperventilatie
10. Reanimatie (2x)

IN HET WATER

VERMISTE DUIKER:

Maak in groepje een simulatiesetting. Duiker, duiker aan lijn, seinmeester, stand-by duiker

Doel: zoekpatroon herkennen en uitvoeren. Lijnsignalen kennen en goed toepassen.

Beoordelingscriteria:

- Wordt er systematisch samengewerkt?
- Staat seinmeester vast?
- Worden signalen goed begrepen⁷
- Wordt SO⁸ gevonden.
- Wordt er snel gewerkt.

REDDINGSOPSTIJGING MAKEN BIJ OORPERFORATIE:

⁷ Als men elkaar begrijpt is het goed, niet muggenziften over aantal rukken aan seinlijn.

⁸ SO = Slachtoffer

SO geeft aan duizelig te zijn. Samen maken ze een reddingsopstijging. Een klein stukje vervoeren.

Beoordelingscriteria:

- 🌊 Duiker herkent handsignalen
- 🌊 Opstijging goed doen
- 🌊 Wachten op afname duizeligheid
- 🌊 Juiste vervoeren
- 🌊 Beslissen dokter etc. door persoon op de kant na overleg.

DECOMPRESSIE IN WATER EN SO AAN BOORD BRENGEN:

Er liggen duikers in het water. Duikers zijn vermoeid en laten decoboei op. Eenmaal aan de oppervlakte geven ze het “noodsignaal” af.

De boot gaat naar de duikers. De duikers klikken hun uitrusting vast aan de boot, gaan zelf aan de boot hangen of worden in de boot getakeld en worden door de boot naar de kant gebracht.

Een duiker dook met Nitrox, de ander met perslucht deze raakt in Deco en heeft verlamningsverschijnselen. Deze duiker verliest bewustzijn tijdens varen.

Beoordelingscriteria:

- 🌊 Boei is correct opgelaten en zichtbaar
- 🌊 Duikers correct aan boord gebracht (Pas op koppie!!!⁹)
- 🌊 Materiaal goed geborgen
- 🌊 Reageren op verlies bewustzijn
- 🌊 Zuurstof toedienen
- 🌊 Correct alarmeren.



⁹ Leerpunt van oefeningen met KNRM.

KRAMP:

SO krijgt willekeurig kramp. Rekt het been demonstratief uit en gaat verder met de duik. Maar de kramp schiet er weer in.

Doel: Kramp eruit krijgen onderwater. Mocht dit niet lukken, dan een opstijging maken.

Stand-by alarmeren

Beoordelingscriteria:

- Waarnemen kramp
- Handsignalen goed toegepast
- Kramp goed gemasseerd
- Geassisteerd terugzwemmen
- Vocht aanbieden



CO-VERGIFTIGING (KOOLMONOXIDE):

SO: klaagt tijdens de set opbouwen over een slechte smaak van de lucht. Toch duiken geeft signaal "duizelig" Tijdens de opstijging raakte het SO bewusteloos. Eenmaal terug aan de oppervlakte heeft het SO knal roze wangen en kersrode lippen. Na 10-12 zuurstof teugen komt SO langzaam bij.

Beoordelingscriteria:

- Herken CO-vergiftiging,
- Waarschuw boot
- Transporteer naar kant
- Geef zo snel mogelijk O₂,
- Alarmeer hulpdiensten,
- Vervoer klaar maken SO.

OP DE KANT

UITGLIJDEN EN BOTBREUK:

We kennen het allemaal wel, je bent op een duiklocatie en de stenen/trap/steiger waar je overheen moet lopen/klunen, is glad. Het kan soms zijn dat je uitglijdt en dat je een botbreuk oploopt.

SO: ligt op de grond en heeft veel pijn aan één been. Kan het nauwelijks verdragen als er iemand naar wijst, laat staan aanzit. Kan er niet op staan. **Inzet Lotus**

Doel: Stabiliseren (Spalken) met materialen die ter plekke aanwezig zijn.

Beoordelingscriteria:

- Stabiliseren
- SO geruststellen
- Open wond afdekken
- Onderkoelen voorkomen
- Alarmeren



DECOMPRESSIE ZIEKTE:

Reddendag Geffense plas Oss 2024

SO: zakt (na de duik) door de beide benen heen. SO heeft geen gevoel meer in beide benen vanaf de liezen. Fictieve duik is naar 28 meter en duur 36 minuten. Verder mankeert SO ogenschijnlijk niets.

Doel: Informeer naar DT en MDD. Constateer deco-ongeval. Laat zuurstof toedienen, bel 112, maak SO vervoer klaar.

Beoordelingscriteria:

- 🌊 Vraag naar MDD/DT
- 🌊 Constateer Deco
- 🌊 Zuurstof toedienen
- 🌊 Slachtoffer geruststellen
- 🌊 Informeren naar buddy & controleren
- 🌊 Alarmeren
- 🌊 Vervoer klaar maken

BRANDWOND EN HYPERVENTILATIE:

Bij de vereniging wordt er na de duik voor de gezelligheid even de BBQ aangestoken. Dit gaat vaak goed. Maar soms verbrand je je handen, zeker als je gespannen bent en hyperventileert. **Inzet Lotus**

Beoordelingscriteria:

- 🌊 Slachtoffer in veiligheid brengen (weg van BBQ)
- 🌊 Geruststellen
- 🌊 Hyperventilatie onder controle krijgen (ademen door snorkel?)
- 🌊 Welke graad brandwond?
- 🌊 Koelen bij 1^e en 2^e graad.
- 🌊 Verwijzen?



ONDERKOELING:

SO heeft net de tweede duik gemaakt. Staat nu bij de debriefing. Klaagt over kramp in kuiten, maar zegt dat het nog wel gaat. Vervolgens klaagt SO over “het lijkt of mijn spieren verslappen”. Duiker vertoont cyanose en rilt .

Beoordelingscriteria:

- 🌊 Constateer onderkoeling
- 🌊 Zet SO in luwte uit de wind
- 🌊 Laat SO passief, geleidelijk aan opwarmen
- 🌊 Geef eventueel zuurstof
- 🌊 Alarmeer als situatie niet verbeterd.

REANIMATIE

Help, er ligt een slachtoffer met hartritmestoornis in de kleedruimte.

Beoordelingscriteria:

- 🌊 Door begeleidend instructeur.



SCHEMA OEFENINGEN

De deelnemers werken volgens het “stermodel”: iedere volgende opdracht wordt gegeven op basis van de “vrije” stations. Kruis iedere keer aan wie welke opdracht krijgt. Daarbij zijn 3 aandachtspunten:

- 🌊 Opdracht 1 wordt door 2 trio's uitgevoerd
- 🌊 Zorg er voor dat teams zowel natte (1-5) als droge opdrachten krijgen (6-10)
- 🌊 Laat ieder team oefening 3 en/of 5 doen i.v.m. inzet boot reddingsbrigade.

Oefening:	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Team 1										
Team 2										
Team 3										
Team 4										
Team 5										
Team 6										
Team 7										
Team 8										
Team 9										
Team 10										
Team 11										
Team 12										





Er is een grootschalig NOB opleidingsevenement bij duikvereniging de Waterman in Oss. Er worden onder andere ster-opleidingen en specialisaties gegeven. Bij de ster-opleidingen staan opstijgingen centraal.

De specialisaties nitrox, biologie en wrakduiken worden ook gegeven. De duikers die hieraan meedoen, zijn aan het oefenen rondom de wrakjes en trampoline die onder water liggen. Maar onderwater liggen ook veel lijnen om het juiste parcours aan te geven. Het is een drukke bedoeling rondom de duikstek. Daarbij heeft de vereniging besloten dat een BBQ gezellig is om na afloop te nuttigen met zijn allen. Leden van de duikvereniging zijn tijdens de duiken al druk bezig met de voorbereidingen.

Er wordt gewerkt in trio's: buddypaar en stand-by duiker of oppervlakte coördinator. Rollen wisselen. Ieder trio krijgt een nummer dat correspondeert met de duiklijst en de oefeningen lijst.

Algemeen oppervlakte coördinator deel oefeningen uit en houdt bij welk trio wat heeft gedaan. Trio levert na oefening mapje weer in bij de algemeen oppervlakte coördinator

NABESPREKING HELE GROEP

BESPREKING IN SUBGROEPEN.

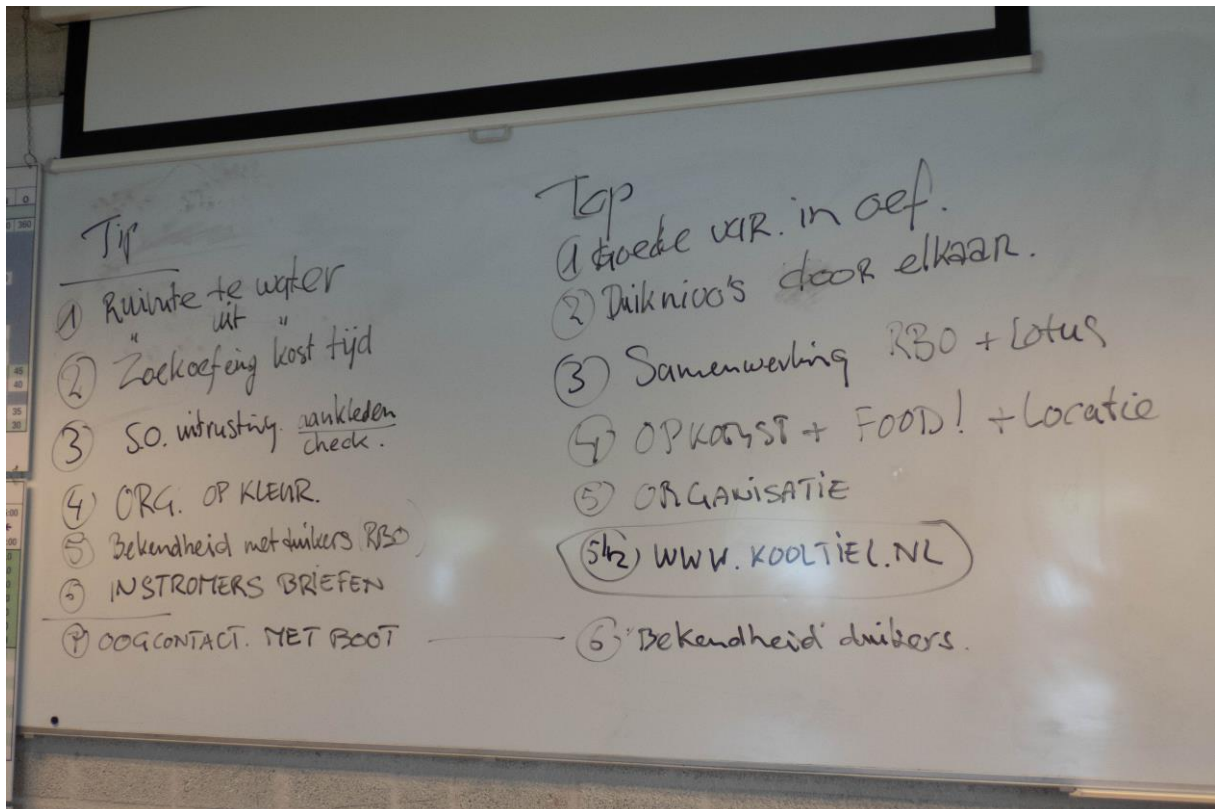
- Let op de volgende punten
 - Zijn de beoordelingscriteria behaald?
 - Wat heeft iedere deelnemer hieruit geleerd?
 - Breng twee tops en twee tips per groep naar whiteboards/flap-overs

NABESPREKING GELEID DOOR HET ORGANISATIETEAM MET ALLE DEELNEMERS;

Dit is een klassikale debriefing. Iedereen verzamelt op een afgesproken plaats. De deelnemers vertellen eerst hun ervaringen. Dit kan verschillen in rol als SO, als redder of als begeleider. Daarna mag het kader ook hun bevindingen delen met de gehele groep. Bij een grotere groep: eerst uitwerken in subgroepen

NABESPREKING GELEID DOOR HET ORGANISATIETEAM EN DE NOB OPLEIDERS;

Deze evaluatie moet gericht zijn op een inhoudelijke evaluatie en niet op persoonlijke prestaties. Advies is om deze evaluatie schriftelijk te laten uitvoeren (Zie Whiteboards). Zo kan er informatie verzameld worden voor een volgende reddendag bij andere duikverenigingen. Koppel je kennis, kunde en informatie!

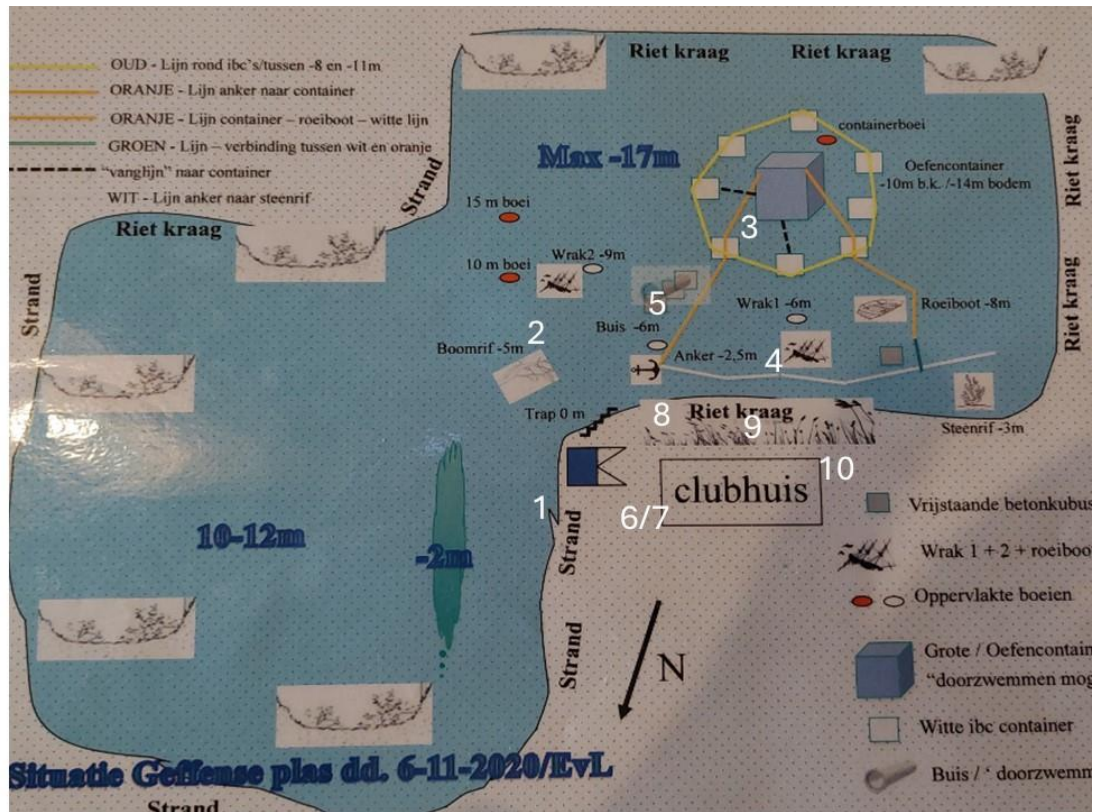


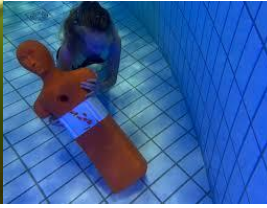
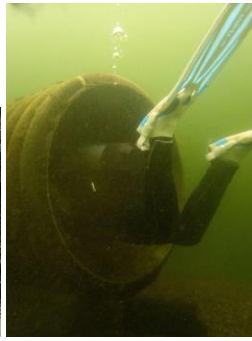
ORGANISATIE:

Er zijn verschillende groepen. Deze voeren opdrachten uit zowel in het water als op de kant. Ze mogen pas wisselen van onderdeel als de centralist van de meldkamer heeft gezegd dat er een hulpdienst onderweg is en als het telefoongesprek beëindigd is. Of als opdracht zonder melding is ingeleverd bij de algemene oppervlakte coördinator.

NUMMERS EN OPDRACHTEN

1. Vermiste duiker
2. Redding opstijging – oor-perforatie
3. Decompressie ziekte
4. Kramp
5. CO-vergiftiging
6. Decompressie ziekte
7. Onderkoeling
8. Uitglijden & breuk
9. Brandwond & hyperventilatie
10. Reanimatie





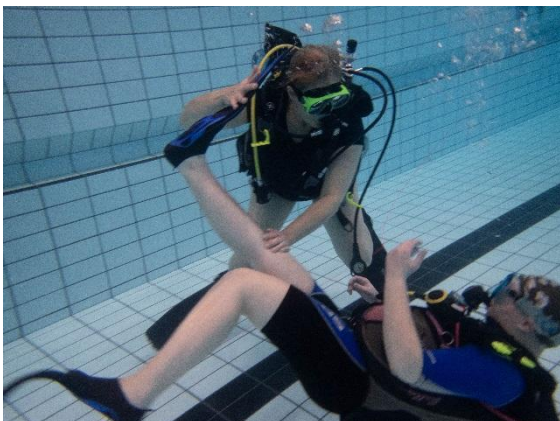
= 1 vermiste duiker



= 2 & 3 opstijging



= 3 & 5 in de boot



= 4 kramp



= 5/6/7 Deco, CO vergiftiging, Onderkoeling



= 8 uitglijden met botbreuk



= 9 brandwond



= meldkamer

TIJDSHEMA

Tijd	Wat?	Waar?	Wie?	Wat vertellen?
08.00 uur	Vorbereidingen	Clubhuis en buiten	Erik, Gerwin, Frans, Rob en Kim	Welk materiaal moet waar? Wie doet deze dag wat? Even een kort overleg....
09.00 uur	Inloop/ Direct spullen klaarzetten.	Bar clubhuis	Erik van Leur	
09:30 uur	welkomstpraatje			Iedereen welkom heten
09.40 uur	Start theorie	Theorie ruimte	Rob Kool en Kim Noordermeer	De meest voorkomende duikongevallen
10.15 uur	Omkleden (duikers)	Buitenterrein	Allemaal	Buddycheck uitvoeren!
10.30 uur	Start ongevallen simulatie	Buitenterrein	Allemaal	
12.30 uur	Einde ongevallen simulatie	Buitenterrein	Allemaal	
12.30 uur	Omkleden (duikers)	Buitenterrein	Allemaal	
13.00 uur	Lunch	Bar clubhuis	De Waterman	
13.30 uur	Evaluatie	Theorie ruimte	Iedereen	Rob Kool en Kim Noordermeer doen de sneeuwbal evaluatie

ROLVERDELING

Algemeen Oppervlakte coördinator:

Erik van leur

Centralist:

Gerwin van Doleweerd

Docenten:

Rob Kool, Kim Noordermeer, Frans Jansen

Instructeurs voor beoordelen cursisten:

Patrick van der Loop,

Slachtoffers:

Lotussen van Lotus Vereniging Oss en Duikers zelf

Redders:

Alarmploeg reddingsbrigade Oss en Duikers zelf





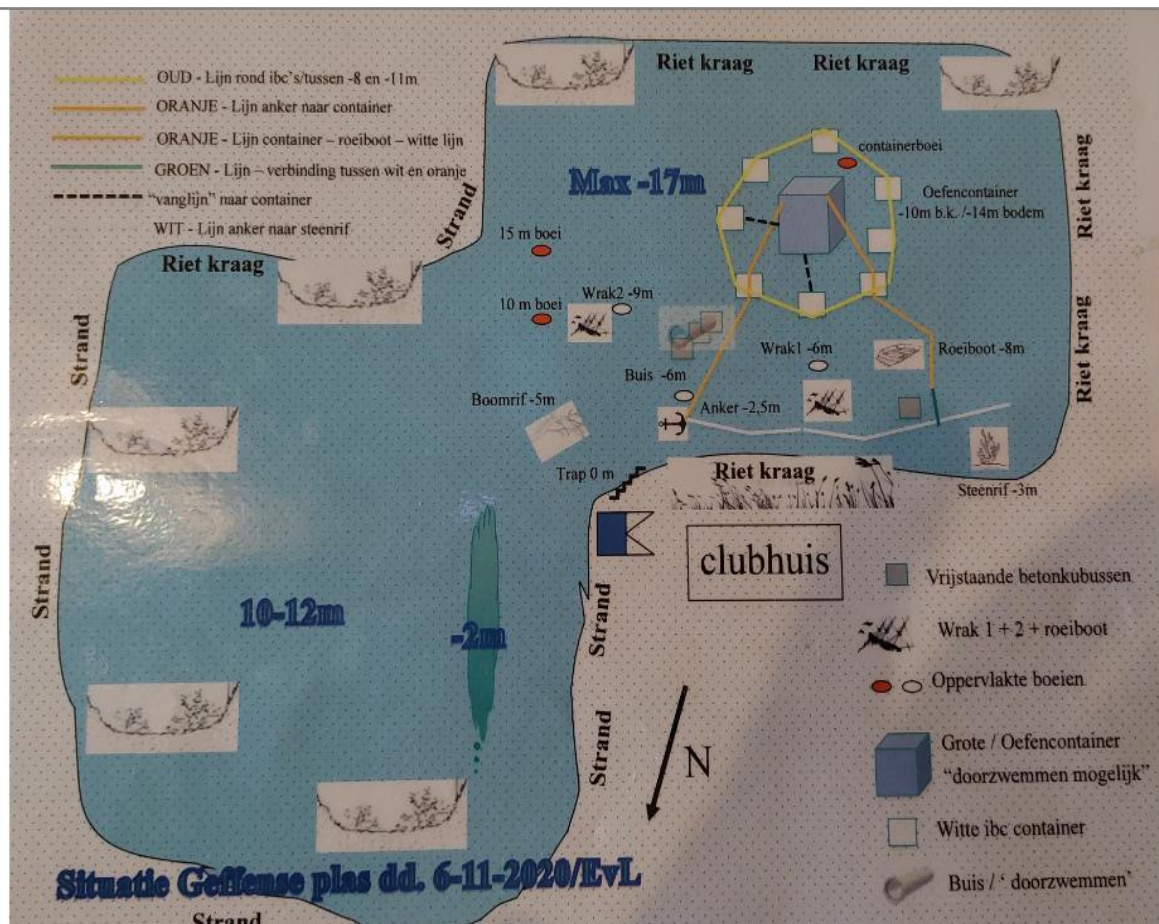
Materiaal:

- Waarschuwbord – Dit is een oefening
- Boei op trampoline
- Oefen AED
- Zuurstofkoffer
- Lakens/ dekens
- Isolatie dekens
- Mobiele telefoon(s)
- Triage meldkamer
- Grimeerspullen
- Boot
- Brancard
- Verbanddoos (oefenmateriaal)
- Reddingsklos
- Werpzak
- Lijnen
- Haken
- Tuigje
- Handschoenen
- Reddingspop met touw
- Reanimatiepop
- Map met oefeningen
- Oefening Nummerplaatjes
- Leitjes

Wie regelen?

- Erik
- Erik
- Gerwin
- Erik
- Erik/Gerwin/ Kim
- Erik/Gerwin/Kim
- Alle instructeurs
- Kim
- Lotusvereniging Oss
- Reddingsbrigade Oss
- Reddingsbrigade Oss
- Gerwin
- Reddingsbrigade Oss/ Kim
- Reddingsbrigade Oss/ Kim
- Rob/Kim
- Rob/Kim
- Kim
- Allen
- Erik? Gerwin?
- Gerwin
- Rob/Kim
- Erik
- Rob/Kim

CHECK DE STEKGEFFENSE PLAS



Adres: **Watersportpad**

Noodnummer: 112



OMSTANDIGHEDEN

Water	<input checked="" type="checkbox"/> Zoetwater	<input type="checkbox"/> Zoutwater		
Stroming	<input checked="" type="checkbox"/> Geen	<input type="checkbox"/> Zwak	<input type="checkbox"/> Matig	<input type="checkbox"/> Sterk
Richting	<input type="checkbox"/> Door pijl aangegeven op tekening (S)			
Getijden	<input checked="" type="checkbox"/> Geen	<input type="checkbox"/> Spring tij	<input type="checkbox"/> Doodtij	<input type="checkbox"/> HW tijd: <input type="checkbox"/> LW tijd:
Wind	<input type="checkbox"/> Geen	<input type="checkbox"/> Zwak	<input type="checkbox"/> Matig	<input type="checkbox"/> Krachtig
Richting	<input type="checkbox"/> Door pijl aangegeven op tekening (S)			
Golven	<input type="checkbox"/> Geen	<input type="checkbox"/> Klein	<input type="checkbox"/> Matig	<input type="checkbox"/> Hoog
Max. diepte	25 m			

Veiligheid

<input checked="" type="checkbox"/> Zuurstofkoffer aanwezig	<input type="checkbox"/> Alternatieve locatie	Auto:	Kenteken
<input checked="" type="checkbox"/> EHBO-koffer aanwezig		vluchtauto	
<input checked="" type="checkbox"/> Telefoon aanwezig	<input type="checkbox"/> Bereik in orde?	<input type="checkbox"/> Beltegoed voldoende	
Toegangsroute:	<input checked="" type="checkbox"/> Vrij	<input type="checkbox"/> Belemmerd	
Toezichthouder herkenbaar aan:			

Afspraken

<input type="checkbox"/> Briefing gehouden	<input checked="" type="checkbox"/> Buddyparen gemaakt	<input checked="" type="checkbox"/> Rekening gehouden met ervaring & brevet
Maximale duikduur	30 min	Maximale duikdiepte 12 m
<input type="checkbox"/> Oefeningen bekend		

Veiligheidscheck

<input checked="" type="checkbox"/> Medische keuring	<input checked="" type="checkbox"/> Fles keuring	<input checked="" type="checkbox"/> Materiaal compleet	<input type="checkbox"/> Mat. Status
--	--	--	--------------------------------------

<input checked="" type="checkbox"/> Buddycheck	<input type="checkbox"/> Laatste duik	<input type="checkbox"/> Reddingsprocedures doorgenomen?
<input type="checkbox"/> Handsignalen	<input type="checkbox"/> Bekend met afwijkingen van pak en apparatuur?	
<input checked="" type="checkbox"/> Minimum luchtvoorraad	<input type="checkbox"/> Bekend met afwijkende afspraken / procedures (DIR / NOB)	

Duik

<input checked="" type="checkbox"/> Aanmelden	<input checked="" type="checkbox"/> Afmelden	<input type="checkbox"/> Aangeven van duikplan
<input checked="" type="checkbox"/> Bekend met mogelijke risico's		

BELANGRIJKE INFORMATIE

Locatie adres	Kruising Zoelense zandweg - Zoelensestraatje
Dichtstbijzijnde 1 ^e hulp	Ziekenhuis Rivierenland President Kennedylaan 1, Tiel Tel.: 0344 674911
Slagboom uitgang	Tel 06 28563973
Duikmedisch centrum	Tel 0233 653076 - Avond en Weekend Tel 0223 658220

TYPE DUIK

<input type="checkbox"/> Nacht	<input type="checkbox"/> Decompressie	<input type="checkbox"/> Getijden	<input checked="" type="checkbox"/> Opleiding
<input type="checkbox"/> Drift	<input type="checkbox"/> Boot	<input type="checkbox"/> IJsduik	<input type="checkbox"/> Nitrox EAN
<input type="checkbox"/> Wrak	Anders nl:		

Watertemperatuur	° C.	Zicht	m	Weersgesteldheid
------------------	------	-------	---	------------------

BUDDYPAREN DUKLIJST

Nr	Naam	★	Fles (l)	Ademgas	Druk IN	Druk UIT	Tijd IN	Tijd UIT	Keurdatum
1				<input type="checkbox"/> Lucht					
				<input type="checkbox"/> EANx % ➔ MOD m					
2				<input type="checkbox"/> Lucht					
				<input type="checkbox"/> EANx % ➔ MOD m					
3				<input type="checkbox"/> Lucht					
				<input type="checkbox"/> EANx % ➔ MOD m					
4				<input type="checkbox"/> Lucht					
				<input type="checkbox"/> EANx % ➔ MOD m					
5				<input type="checkbox"/> Lucht					
				<input type="checkbox"/> EANx % ➔ MOD m					
6				<input type="checkbox"/> Lucht					
				<input type="checkbox"/> EANx % ➔ MOD m					
7									

				<input type="checkbox"/> Lucht					
				<input type="checkbox"/> EANx	%				
				➔ MOD	m				
8				<input type="checkbox"/> Lucht					
				<input type="checkbox"/> EANx	%				
				➔ MOD	m				
9				<input type="checkbox"/> Lucht					
				<input type="checkbox"/> EANx	%				
				➔ MOD	m				

Nr	Naam	★	Fles (l)	Ademgas	Druk IN	Druk UIT	Tijd IN	Tijd UIT	Keurdatum
10				<input type="checkbox"/> Lucht					
				<input type="checkbox"/> EANx	%				
				➔ MOD	m				
11				<input type="checkbox"/> Lucht					
				<input type="checkbox"/> EANx	%				
				➔ MOD	m				
12				<input type="checkbox"/> Lucht					
				<input type="checkbox"/> EANx	%				
				➔ MOD	m				
13				<input type="checkbox"/> Lucht					
				<input type="checkbox"/> EANx	%				
				➔ MOD	m				

14				<input type="checkbox"/> Lucht					
				<input type="checkbox"/> EANx % ➔ MOD m					
15				<input type="checkbox"/> Lucht					
				<input type="checkbox"/> EANx % ➔ MOD m					
16				<input type="checkbox"/> Lucht					
				<input type="checkbox"/> EANx % ➔ MOD m					
17				<input type="checkbox"/> Lucht					
				<input type="checkbox"/> EANx % ➔ MOD m					
18				<input type="checkbox"/> Lucht					
				<input type="checkbox"/> EANx % ➔ MOD m					
19				<input type="checkbox"/> Lucht					
				<input type="checkbox"/> EANx % ➔ MOD m					
20				<input type="checkbox"/> Lucht					
				<input type="checkbox"/> EANx % ➔ MOD m					

1 VERMISTE DUIKER

Wat: Er is een duiker aan de kant gekomen met de mededeling dat hij/zij de buddy kwijt is, maar dat er op die plek een boeitje is bevestigd.

Waar: Plek 1 op schema, wordt ook aangewezen.

Actie: Maak in groepje snel een simulatiesetting. Duikers, duiker aan lijn, seinmeester, stand-by duiker, oppervlakte coördinator.






Doel 1: zoekpatroon herkennen en uitvoeren. Lijnsignalen kennen en goed toepassen.

Doel 2: snel in actie komen, geen lange discussies, iedere seconde telt

Oefening stop als slachtoffer boven is. Zwem een paar meter weg en laat slachtoffer weer afzinken.

Hulpmiddel: Lijnen

Beoordelingscriteria vermiste duiker:

-  Wordt er systematisch samengewerkt?
-  Staat seinmeester vast?
-  Worden signalen goed begrepen¹⁰
-  Wordt SO¹¹ gevonden.
-  Werd er snel gehandeld

¹⁰ Als men elkaar begrijpt is het goed, niet muggenziften over aantal rukken aan seinlijn.






¹¹ SO = Slachtoffer

2. REDDINGOPSTIJGING BIJ OOR PERFORATIE

Wat: Je hebt klaar problemen, door te krachtig klaren scheurt een trommelvlies. Er is een scherpe pijn en je wordt duizelig. Op kant staat stand-by






Waar: plek 2 op schema, richting bomenrif, op een diepte van een meter of zes.

Actie:

-  Geef handsignaal "oefening"
-  Geef handsignaal "klaren"
-  Geef handsignaal "duizelig" en wacht reactie buddy af. Komt die niet: geef aan dat je wilt stijgen, maar wacht op assistentie van buddy en/of stand-by. Laat je ook aan de oppervlakte helpen: je bent nog duizelig!
-  Overleg op kant over wat er verder met je moet gebeuren, initiatief moet bij buddy/stand-by liggen.
-  Daarna einde oefening

Hulpmiddelen: geen

Beoordelingscriteria:

-  Duiker herkent handsignalen
-  Opstijging goed doen
-  Wachten op afname duizeligheid
-  Juiste vervoeren
-  Beslissen dokter etc. door persoon op de kant na overleg.





3. DECOMPRESSIE IN WATER

Wat: Je duikt met perslucht, je buddy met nitrox EAN36. Fictieve duiktijd/diepte 45 min 25 meter. Je raakt vermoeid en jullie laten een decoboei op. Eenmaal aan de oppervlakte raken je benen verlamd. Jullie geven ze het “noodsignaal” af.




Als redders arriveren raak je bewusteloos.

Waar: Richting containers. Plek 3

Actie:






-  Zwem in hoog tempo richting container
-  Geef handsignaal “oefening”
-  Geef handsignaal “boei oplaten”, doe dit samen
-  Geef signalen “niet oke” en “duizelig” tijdens de opstijging, stop daarna op ca. 3 met actief stijgen, laat je buddy het werk doen. Als buddy het niet snapt: zeg deco en dat buddy “Pizza” moet roepen. Nu is het tijd voor de reddingsbrigade.

Hulpmiddelen:

-  Decoboeitje
-  Boot
-  Zuurstof







Actie 2:

De boot gaat naar de duikers.

-  Klik uitrusting vast.
-  Klikken uitrusting vast aan boot.
-  Breng duikers naar de kant, let op bewusteloze duiker.
-  Regel zuurstof
-  Alarmen

Een duiker dook met Nitrox, de ander met perslucht deze raakt in Deco en heeft verlamingsverschijnselen. Deze duiker verliest bewustzijn tijdens varen.

Beoordelingscriteria:

-  Boei is correct opgelaten en zichtbaar
-  Duikers correct aan boord gebracht (Pas op koppie!!!¹²)
-  Materiaal goed geborgen
-  Reageren op verlies bewustzijn
-  Zuurstof toedienen
-  Correct alarmeren.






¹² Leerpunt van oefeningen met KNRM.

4. KRAMP

Wat: Je krijgt willekeurig kramp. Rekt het been demonstratief uit en gaat verder met de duik. Maar de kramp schiet er weer in.






Waar: Plek 4, rechts van de instap, max 5m.

Actie:

-  Geef handsignaal "oefening"
-  Geef handsignaal "kramp"
-  Laat je onderwater helpen
-  Geef opnieuw signaal "kramp" en "opstijgen"
-  Stand-by alarmeren, laten helpen

Hulpmiddelen: geen

Beoordelingscriteria:






-  Waarnemen kramp
-  Handsignalen goed toegepast
-  Kramp goed gemasseerd
-  Geassisteerd terugzwemmen
-  Vocht aanbieden

5. CO-VERGIFTIGING (KOOLMONOXIDE):




Wat: Je klaagt tijdens de set opbouwen/naar water lopen over een slechte smaak van de lucht, maar gaat toch duiken. Jullie zwemmen in hoog tempo uit.

Waar: Plek 5, voorbij boomrif/buis.

Actie 1 (Slachtoffer):







-  geeft handsignaal "oefening"
-  toon bordje "rode lippen en rood gelaat"
-  geef handsignalen "opstijgen" en "duizelig"
-  Tijdens de opstijging raakte je bewusteloos.
-  Wacht tot je zuurstof krijgt en kom na 10-12 zuurstof teugen langzaam bij.

Actie 2 (Brigade, buddy, stand-by) tonen zelf initiatief:

-  Alarmeer en laat de reddingsbrigade het redden verder regelen
-  Zorg voor zuurstof
-  Bel meldkamer

Hulpmiddel: leitje met tekst "rode lippen"

Beoordelingscriteria:

-  Herken CO-vergiftiging,
-  Waarschuw boot
-  Transporteer naar kant
-  geef zo snel mogelijk O₂,
-  alarmeer hulpdiensten,
-  vervoer klaar maken SO.

6. UITGLIJDEN:






Wat: ongeval met te water gaan

Waar: Ga met buddy's naar plek 6 (kant).

Actie: Kijk en handel.

Hulpmiddelen: Inzet Lotus, eventueel EHBO materiaal

Beoordelingscriteria:





-  Stabiliseren
-  SO geruststellen
-  Open wond afdekken
-  Onderkoelen voorkomen
-  Inschakelen hulpdiensten

7. DECOMPRESSIE ZIEKTE:

Wat: Op de kant ontwikkelt zich deco bij je.








Waar: Ga met buddy naar jullie uitrustingen bij “plek 7” (gewoon bij jullie uitrusting)

Actie:

-  praat over de lange forse duik (Fictieve duik is naar 28 meter en duur 36 minuten).
-  geeft handsignaal “oefening” (ja, ook op de kant)
-  zak door de beide benen en klaag over geen gevoel meer in de benen. Je bent verward en paniekerig. Verder mankeer je ogenschijnlijk niets.
-  Verder actie is voor buddy en duikleider/stand-by

Hulpmiddel: Zuurstofkoffer

Beoordelingscriteria:

-  Vraag naar MDD/DT
-  Constateer Deco
-  Zuurstof toedienen
-  Slachtoffer geruststellen
-  Informeren naar buddy & controleren
-  Alarmeren
-  Vervoer klaar maken

8. BBQ







Wat: Bij de vereniging wordt er na de duik voor de gezelligheid even de BBQ aangestoken. Ga er met het team alvast kijken.

Waar: Plek 8 op de kant, bij de BBQ

Actie: Kijk en handel.

Hulpmiddelen: snorkel, EHBO materiaal, lotus slachtoffer

Beoordelingscriteria:






-  Slachtoffer in veiligheid brengen (weg van BBQ)
-  Geruststellen
-  Hyperventilatie onder controle krijgen (ademen door snorkel?)
-  Welke graad brandwond?
-  Koelen bij 1^e en 2^e graad.
-  Verwijzen?

9. ONDERKOELING

Wat: Je hebt net de tweede duik gemaakt. Staat nu bij de debriefing, duiken waren lang en ondiep (< 9 m).






Waar: Plek 9, in de buurt van de instap, maar blijf uit de drukte

Actie:

-  geeft handsignaal “oefening” (ja, ook op de kant)
-  Klaag over kramp in kuiten na de lange duiken, maar zegt dat het nog wel gaat.
-  Klaag dat het water nog wel ernstig koud is en ril
-  Klaagt “het lijkt of mijn spieren verslappen”.
-  Klaag “ik heb het gevoel dat mijn lippen blauw zijn”

Hulpmiddelen: Zuurstof, deken, maar dat mogen buddy's verzinnen

Beoordelingscriteria:

-  Constateer onderkoeling
-  Zet SO in luwte uit de wind
-  laat SO passief, geleidelijk aan opwarmen
-  Geef eventueel zuurstof
-  Alarmeer als situatie niet verbeterd.

10. REANIMATIE





Wat: Help, er ligt een slachtoffer met hartritmestoornis in de kleedruimte.

Waar: kleedruimte

Actie: snel naar die ruimte en handelen!!!

Hulpmiddelen: vinden jullie in de kleedruimte

Beoordelingscriteria door begeleidend instructeur:

-  Snelheid handelen
-  Toepassen van oefen AED, pop, zuurstof etc.
-  Slachtoffer geruststellen
-  Alarmeren hulpdiensten

AANTEKENINGEN: