Wat? Medisch ongeschikt om te duiken?

Ieder jaar onderga ik de verplichte medische controle. Niet louter uit noodzaak vanwege de verzekering, maar ook omdat ik er alleen maar de voordelen van zie. Bij dergelijke controles heb ik eerlijk gezegd een dubbel gevoel: vertel je alles of verzwijg je bepaalde klachten. Ik besef ten volle dat ik er alle belang bij heb om eerlijk en open de geneesheer die voor me zit over al mijn eventuele 'klachten' te vertellen. Ik wil immers geen medische klacht, die tot een probleem zou kunnen leiden, onder water meenemen. Aan de andere kant wil ik wel de toestemming krijgen om opnieuw 365 dagen ongeremd te kunnen ontspannen en te genieten van de onderwaterwereld. Gelukkig is die tweestrijd steeds van korte duur en wordt ze altijd gewonnen door eerlijkheid, want als duiker ben je niet alleen verantwoordelijk voor jezelf, maar ook voor je buddy en je familie. Na het gesprek en de testen kreeg ik steeds een 'OK' vergezeld van een doktersstempel in mijn logboek en mocht ik onze clubsecretaris van het goede nieuws op de hoogte brengen.

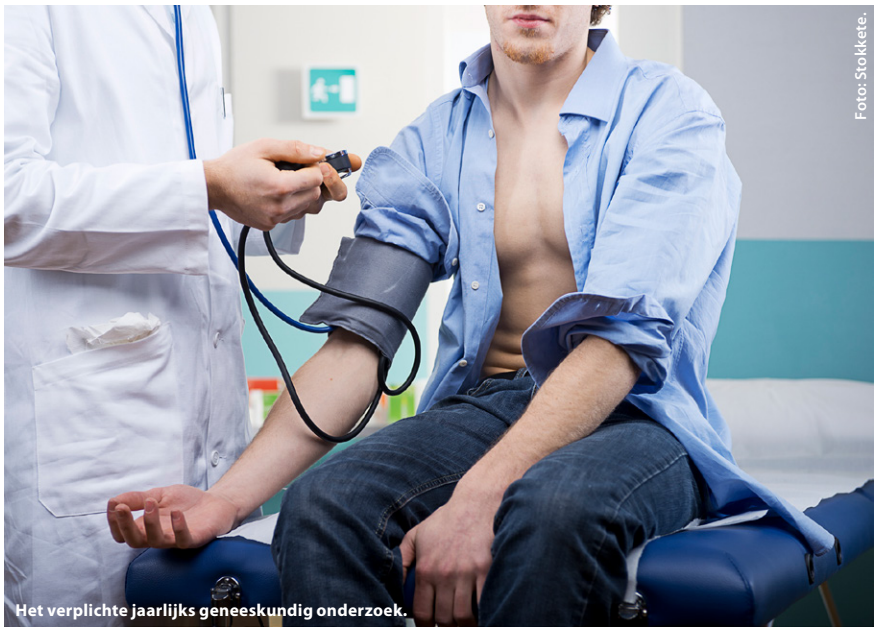


Foto: Stokkete.

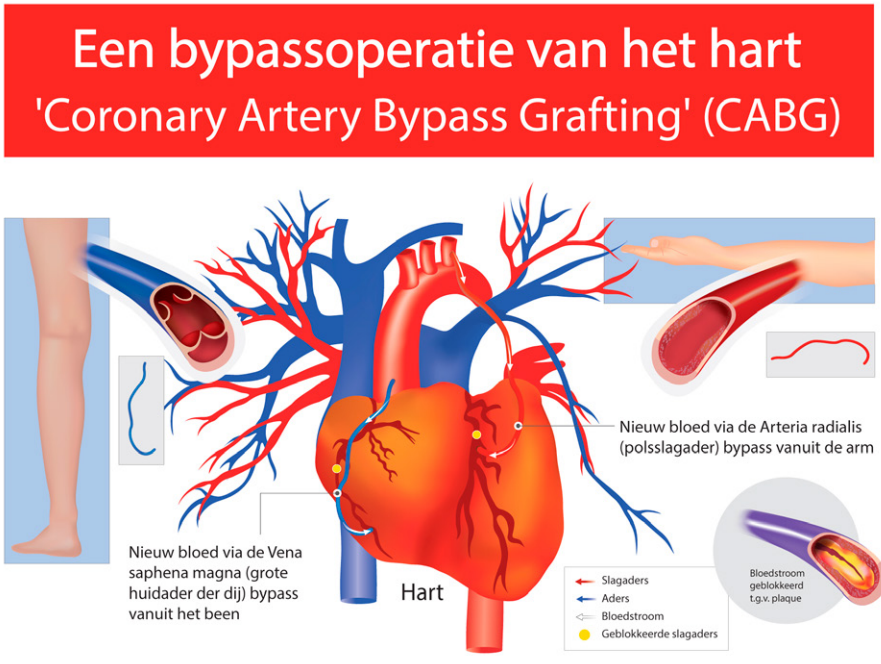
Het verplichte jaarlijks geneeskundig onderzoek.

Zo ging het jaren goed tot ik naar een extra controle, aangeboden door mijn werkgever, ging. Oh ja, een ECG onder belasting is een goed idee, want ik denk dat deze test binnenkort ook nodig is voor mijn duikmedische keuring.

Een kleine, ogenschijnlijk betekenisloze afwijking tijdens maximale belasting leidde binnen de maand tot een levensreddende openhartoperatie: een drievoudige bypass. Zonder deze ingreep was ik waarschijnlijk in de daaropvolgende maanden een vogel voor de kat geweest.

In een periode van enkele weken zag ik de kans om ooit nog onder water te vertoeven als sneeuw voor de zon smelten. Ik dacht echt nooit meer te mogen duiken.

Iemand vertelde me dat ze iemand kende die een gelijkaardige operatie ondergaan had en nu terug duikt. Uit schrik voor valse hoop klasseerde ik dit onder 'horen zeggen'. Ik kende geen enkele actieve duiker die een dergelijke operatie ondergaan had en dus vermoedde ik dat ik al mijn duikspullen zou moeten verkopen. Als ik er met iemand over praatte, voelde ik een golf van teleurstelling



Tekening: Pattarawit Chompipat.

over me heen spoelen. De sociale media staan vol met berichten van mensen die hun duikmateriaal verkopen wegens medische redenen. "Goed voor beginnende duikers".

Wat is een bypassoperatie?

Een bypass- of omleidingsoperatie is een behandeling bij ernstige vernauwingen in de kransslagaders van het hart. De chirurg haalt een bloedvat (vaak een ader uit het been of een slagader uit de borst of arm) uit het lichaam en maakt daarmee een omleiding (bypass) om de vernauwing heen. Het bloed stroomt daarna via deze alternatieve route.

Maar eerst onder het mes en focussen op een spoedig herstel. In bed liggen en niets doen staat niet echt in mijn woordenboek. De verpleegsters van de dienst cardiologie hebben het geweten. Wat? Is mijn hart voor een tijdje stilgelegd? Is er bij mij een klaplong geïnduceerd om meer plaats te hebben? Even vreesde ik dat mijn longcapaciteit zou afgenomen zijn, maar later bleek dat de pulmonaire oefeningen – door uitademen proberen vier pingpong balletjes in de lucht te houden – mijn vitale capaciteit verhoogd hebben. Toch kreeg ik het even aan mijn hart, figuurlijk dan, toen ik het nieuws over de klaplong hoorde.

12 maanden duikverbod

Tijdens de herstelperiode kreeg ik een telefoontje van mijn cardioloog die mij vertelde dat ik een jaar niet mocht duiken. Ik had nooit kunnen denken dat '12 maanden duikverbod' zo positief kon klinken. Dat betekende immers dat ik na 365 dagen opnieuw mocht gaan duiken. De operatie was niet het einde van mijn dagen onder water. Mijn zwaar hart voelde plotseling stukken lichter. Na thuiskomst nam ik mijn logboekje en noteerde mijn duikverbod. Het aftellen kon officieel beginnen.

De dagen van duikverbod kabbelden weg. Telkens wanneer ik de garage inliep, zag ik mijn recent aangekocht droogpak hangen. Treurig en hoopvol tegelijkertijd. Het leek alsof het pak me vertelde: "Nog even. We komen er wel". Naarmate de einddatum – of beter de herstartdatum – naderde, bekroop mij de drang om al het duikmateriaal in een bak te gooien en richting de Put van Ekeren te rijden. Het verstrijken van de verbodsperiode was echter niet voldoende om terug mijn hoofd onder water te steken; een dokter moest mij eerst goedkeuren. De afspraak met de cardioloog was al lang gepland. Hoewel ik naar water snakte, had ik beslist om dit alleen te doen met de zegen van diegene die het me verboden had. Ik zou geen dag langer dan nodig droog blijven, maar het moest veilig gebeuren. Buddy en familie in gedachte.

duiken met beperkingen

Gelukkig kreeg ik na een grondig onderzoek groen licht. Dit gebeurde echter niet zonder slag of stoot. Ik beloofde iedere beperking strikt, bij wijze van spreken tot op de meter, op te volgen indien die logisch was en uitgelegd kon worden. De eerste set beperkingen voldeed niet aan deze lakmoestest, maar de tweede wel.

Ik kan empathie opbrengen voor de dokters die deze beslissingen moeten nemen. Welk risico aanvaard je, omdat iemand zijn of haar hobby kan blijven beoefenen? In welke mate kan je er als arts op vertrouwen dat de persoon die voor je zit ook effectief zal doen wat je vraagt? Daarbij komt dat je het probleem van de duiker die voor je zit kent en behandelt, terwijl er dagelijks duikers te water gaan met dezelfde problemen, zonder dat ze zich ervan bewust zijn.

Een werkbaar evenwicht vinden is iets tussen de arts en de duiker. Het is dan ook niet abnormaal dat deze afspraak in het kader van het medisch geheim past. Tot mijn initiële verbazing wordt hierover niets neergeschreven in mijn duikboekje.

En zo kon ik, me volledig bewust van de goedkeuring, terug onder water begeven. Die eerste duik was magisch. Langzaam door het water glijden. Genieten van elk moment. Tot rust komen...

opnieuw een tijdelijk duikverbod

Na een tijdje begon ik het sidemountduiken te verkennen. Om verder te onderzoeken of deze vorm van duiken echt iets voor mij is, kocht ik twee tweedehandsduikflessen en liet ze herkeuren.

Tot een jaarlijkse controle enkele overslagen bij maximale belasting aan het licht bracht tijdens de cyclo-ergometrie (fietsproef onder belasting, waarbij een elektrocardiogram of ECG wordt afgenomen en de bloeddruk wordt opgevolgd). Niet iets dat bij andere hartpatiënten – jawel sinds de ingreep behoor ik tot deze groep – tot bezorgdheid zou leiden.

Omdat ik duik en ook de vorige keer asymptomatisch was, moest dit misschien toch even verder onderzocht worden. Het onderzoek bracht niets levensbedreigend aan het licht, maar een stent plaatsen was misschien een verstandige keuze. Deze kleine ingreep betekende wel opnieuw een tijdelijk duikverbod, zes maanden deze keer.

op het droge blijven spartelen is geen optie

Terwijl ik dit schrijf ben ik nog steeds een duiker op het droge en ik voel me ook zo. Als ik in normale omstandigheden langs een plas water rij, vraag ik me af hoe het daar onder water zou zijn. Nu vraag ik me gewoon af hoe het onder water zou zijn. Ik geef niet op, want ik weet dat de dag van de nieuwe 'eerste' duik eraan komt. Ik hoop



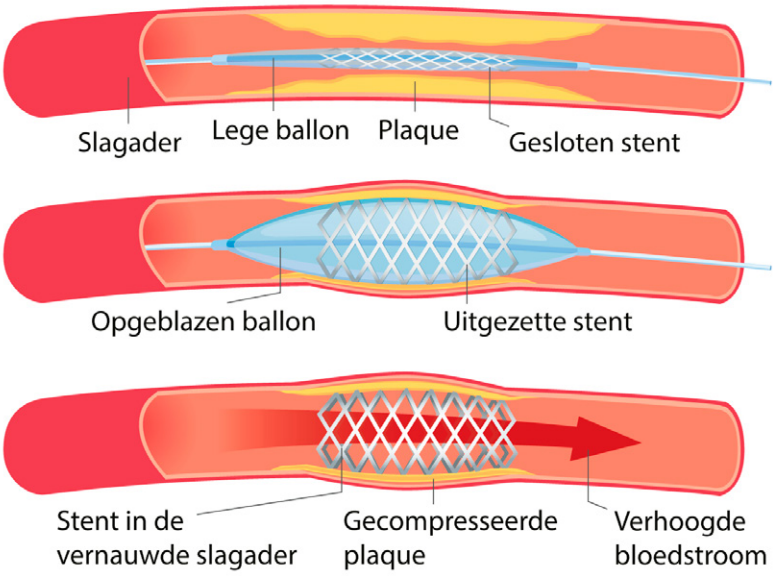
Tijdens de cyclo-ergometrie (fietsproef onder belasting) wordt een elektrocardiogram (ECG) afgenomen en de bloeddruk opgevolgd.

Foto: Milesfoto.

hetzelfde voor iedere duiker met een duikverbod. Het duikverbod is er om onszelf, onze buddy en onze familie te beschermen. We zijn echter niet weggelegd om op het droge te blijven spartelen. ■

PATRICK VAN HOESERLANDE

Dotteren en plaatsen stent



Tekening: Suriya Siritam.

Wat is een stent?

Om de kransslagader open te houden kan men een stent plaatsen. Een stent is een buisvormig gaasje van metaal of kunststof dat in een kransslagader geplaatst wordt om ze open te houden. Zo wordt de bloedtoevoer naar het hart hersteld. De daarbij gebruikte techniek wordt 'dotteren' genoemd. Hierbij wordt een katheder met een ballonnetje via een klein sneetje in de lies of de pols in een slagader gebracht en naar het hart geleid. Het ballonnetje wordt daar opgeblazen om de vernauwing op te rekken. De stent wordt geplaatst en blijft in de slagader om ze open te houden.

Advertentie

Merapi Tour & Travel

Dé Indonesië duik- en reisspecialist, van Pulau Weh tot Triton Bay

Merapi Tour & Travel organiseert **individuele rondreizen én duikreizen** over de gehele archipel. Van de makkelijk bereikbare bestemmingen als Bali, Komodo en Bunaken, tot de pareltjes als Wakatobi, Raja Ampat, de Molukken en Alor.



Check al onze DuikVaker-aanbiedingen op www.merapi.nl
Verschillende reizen naar de hamerhaaien in de Zuid-Molukken!

...agina op **www.merapi.nl** voor het volledige aanbod.
...stemming er niet bij, dan gaan we daar direct naar op zoek!

...reis met jouw vereniging? Vraag ons naar de mogelijkheden!

...Tour & Travel Prinses Irenestraat 58, 6611 BK Overasselt
www.merapi.nl, Tel.: +31-888 111 999, info@merapi.nl

Advertentie van vorige Hippo
Deze advertentie stond in de vorige periodiek van onze Hippocampus mogelijk nog te vervangen