

## Oude duiker deco

Jaren geleden gaf Dr. Nico Schellart, een Nederlandse wetenschapper, bioloog gespecialiseerd in medische fysica, een verhandeling over zijn onderzoeken over gasuitwisseling in het lichaam.

Een super technisch verhaal waarbij ik al mijn (duik)technische en (duik)medische, natuurkunde, wiskunde en statistiek kennis moest inzetten om hem überhaupt een beetje te kunnen volgen. Wil je meer weten? Kijk eens op <http://www.duikresearch.org/publicaties.html> en leef je uit.

Maar Nico had wel een Cliff Hanger aan het einde van zijn verhaal, dat bij mij is blijven hangen.

Je kunt met nitrox maar 2 dingen doen: Of veiliger of langer zonder decompressie duiken.

Het is "of / of" en niet "en / en".

Heel duidelijk is, dat je een extra veiligheidsmarge creëert door met nitrox te duiken, maar in je luchtplanning te doen alsof je met gewone lucht duikt. Dus zet je computer op lucht, als je met nitrox duikt. Let natuurlijk wel op je nitrox percentage. Dus met mengsels van 32% of 36% niet dieper dan 30m.

We zien dat decompressie ongevallen, ondanks het gebruik van verbeterde duikcomputers en tabellen, niet in aantal afneemt. Waarom dat is, weten we nog niet.

Vergelijk het met de jaren lange afname van verkeersdoden door de komst van steeds veiligere auto's. Ondertussen veranderde de maatschappij en men ging tijdens het rijden App'en en Facebooken, met als gevolg het aantal verkeersdoden weer stijgt. Bij duiken zal er vast ook wel iets vergelijkbaars aan de hand zijn. Ook de veranderende maatschappij (houding en gedrag) kunnen hiermee te maken hebben.

De veranderingen die we allemaal kunnen zien zijn dat de duikers ( wij dus ) ouder worden, men steeds dieper en technischer gaat duiken, langere duiken maakt of ( bv. in Egypte ) meer keer per dag gaat duiken.

Ik had mijn vrouw beloofd, als ik 50 werd aan "oude duiker decompressie" te gaan doen. Ze heeft in de afgelopen 35 jaar genoeg kippenvelmomenten gehad met mijn duik fratsen. Ik heb me daar aan gehouden.

Dus ik duik nu dit jaar al 10 jaar veiliger op Nitrox met mijn computer ingesteld op lucht. Het scheelt een paar minuten decompressie. Nou en?

Maar op de duikkampen met 2 duiken/dag naar 40 - 50 meter, relatief lange bodemtijden en decompressiestops van totaal soms wel een uur, is nitrox niet mogelijk. Decompressie op zuurstof wel. Dus neem ik tijdens die duiken een 7 liter stage fles met 100% zuurstof mee, die ik verbruik op de verplichte stops. De tijd dat ik volgens mijn computer ( die op lucht staat ) moet decomprimeren, gebruik ik, zonder de computer te vertellen dat ik van gas overschakel , 100% O<sub>2</sub> op de 6 en 3 meter stop.

Per diepe duik gebruik ik ongeveer tussen de 300 – 500 ltr zuurstof. Dus een 7 liter flesje gaat in principe zo'n 5 diepe duiken mee. Als deze voorziening uitvalt, de zuurstof is op of moet ik om wat voor reden dan ook weer over op lucht? Geen nood. Elke minuut dat ik op de stop zuurstof heb geademd, geeft me meer veiligheid.

Een vulling kost je € 30,-- en ik heb gelijk mijn 'zuurstofkoffer' bij me.

Nou word ik dit jaar 60 en staan er weer 2 duikkampen met diepe duiken op de agenda. In neem me voor, dit wordt het 10<sup>e</sup> jaar van "Veiliger" en niet "Langer". En de decompressieziekte teller staat na al die jaren en duizenden duiken verder gelukkig nog steeds op "0". Tijdens mijn periode als beroepsduiker had ik dat zeker te danken aan de tabellen van Prof. Dr. Sterk. Zelfs de meest extreme duiken ( bv. 4 uur op 40 meter werken of 13 uur op 11 meter met een korte decompressiestop ) gaven nooit problemen. Als ik nu duiken plan en decompressie profielen vergelijk, kijk ik immer nog met een scheef oog naar de tabellen van Prof. Sterk (nu de **NDC** (Nationaal Duik Centrum) tabel )

Wetenschappelijk bewezen is het niet, wel is het wetenschappelijk te verklaren. Maar de verandering in mijn maatschappij ( ik wordt ouder, zowel van binnen mijn aderen als van buiten ) heeft tot nu toe ( en ik realiseer me goed dat mijn houdbaarheidsdatum een einde heeft) nog geen vat op me. Mijn motto blijft dan ook .....

*Ren.....···· Ver*

*Droom...Groot*

*Lach..... Hard*

*Leef.....·lief*

*En...··*

*Duik.....··met nitrox en zuurstof veiliger, niet langer*

Lid van DOSA