

Eine Geschichte die das Leben schrieb

Wir waren im Norden Wiens auf Einkaufstour. Nach etlichen Anproben wurden wir auch fündig. Da ich dort öfter einkaufe und auch schon bekannt bin, fragte ich um Preisnachlass

bezüglich TCA nach. Auch Peter berief sich auf unseren Club. Jetzt kam eine von mir noch selten gehörte Frage: „Hast Du einen Clubausweis dabei?“ Der erstaunte Peter verneinte.

Die Antwort kam prompt: „Ihn kenne ich, Dich nicht.“ Somit war alles erklärt und die Moral der Geschichte lautet TCA- Ausweis hat am Mann/Frau zu sein!

Der Verfasser konnte Peter aber auch noch helfen.

Mit tauchsportlichen Grüßen

Euer Erich

Ergebnis der außerordentlichen Generalversammlung am 5. Okt.

In der außerordentlichen Generalversammlung vom 5. Oktober 2009 ging es darum, dass wir statt 2 Clubabenden im Monat nur mehr einen Clubabend abhalten.

Dieser Vorschlag wurde als Antrag von einigen unserer Mitglieder eingebracht und gelangt zur Abstimmung.

Das Ergebnis der Abstimmung war eindeutig zu Gunsten des Antrags und wurde mit überwältigender Mehrheit angenommen. 18 Stimmen dafür sowie 1 Gegenstimme und 1 Stimmenthaltung.

Demnach werden wir ab Januar 2010 nur mehr einmal im Monat einen Clubabend abhalten und zwar jeweils am 1. Montag des Monats. Im Fall, dass der 1. Montag im Monat in Ferien oder auf einen Feiertag fällt, so wir automatisch am nächsten Montag der Clubabend abgehalten. Dies wird gleich im Januar der Fall sein, wo der 1. Montag noch in die Weihnachtsferien fällt.

Die 2. Abstimmung bzw. der 2. Antrag betraf unsere Clubzeitung. Hier wurde der Antrag gestellt, die Zeitung nur mehr 1/4 jährlich zu produzieren anstatt alle 2 Monate wie dies bisher der Fall war. Durch diese Reduzierung erspart sich der Club ca. € 200,- pro Ausgabe und Eddi eine Menge Arbeit bei der Gestaltung und Zusammenstellung der Zeitung. Auch dieser Antrag wurde mehrheitlich angenommen. Es gab ebenfalls 18 dafür sowie 1 Gegenstimme und 1 Enthaltung.

Neues Buch: CALYPSO

Während die Xarifa von Hans Hass bewusst nach dem Abschluss aller ihrer Aufgaben versenkt worden war, ging die Calypso, längere Zeit unbeachtet und sich selbst überlassen im Hafen von Singapur auf Grund, ein Jahr vor dem Tod des großen Cousteau.

Hier setzt das Buch CALYPSO an.



Das Ziel wird formuliert: Die Calypso muss gehoben und restauriert werden. Das Vermächtnis Cousteaus muss erhalten bleiben.

In diesem Buch lebt in vielen Passagen Cousteau selber wieder auf, Erinnerungsprotokolle geben seine Haltung wieder. Ein kleiner Bildteil ergänzt den Inhalt, macht Cousteau und seine Mannschaft sichtbar.

Autor Bernard Dussol, Verlag Kosmos

14 Abbildungen, Format 22x14 €19,50

IMPRESSUM: TAUCHCLUB AUSTRIA erscheint 5-6 Mal im Jahr und ist ein klubinternes Mitteilungsblatt. Eigentümer, Herausgeber und Verleger: Tauchclub Austria A-1110 Wien Hasenleingasse 73. Telefon 0664 369 5281 Druck: ASKÖ, 1110 Wien Hasenleingasse 73 Bankverbindung: BAWAG 03810864329, Blz 14000. Für den Inhalt ist der Verfasser verantwortlich. Weder die Autoren noch der Klub übernehmen irgendeine Verantwortung bzw. Haftung für etwaige inhaltliche Unrichtigkeiten. Die in diesem klubinternen Mitteilungsblatt veröffentlichten Angaben, Daten, Preise usw. erfolgen ohne jegliche Verpflichtung, Gewähr oder Garantie der Autoren oder des Klubs. Annahmeschluss für Artikel im Mitteilungsblatt ist 10 Tage vor der Veröffentlichung.



TERMINE

November	Montag 09.11.09	Clublokal	ab 19Uhr	Insel der Haie Ein IMAX Film
	Montag 23.11.09	Clublokal	ab 19 Uhr	Im Paradies der Korallengärten Aldabra
Dezember	Samstag 05.12.09	Straßenbahnerbad ab 19 Uhr Dampfschiffhafen 7, 1220 Wien		Krampusfeier
	Montag 07.12.09	Clublokal	ab 19 Uhr	Arche Noah der Riesenschildkröten
	Sonntag 13.12.09	Tonis Inselgrill	ab 15 Uhr	Weihnachtsfeier mit Christbaum versenken
	Montag 21.12.09	Clublokal	ab 19 Uhr	Die Weihnachtsfeiern des TCA Eine Fotoshow über die diversen Weihnachtsfeiern des Clubs über die Jahre

Badsperren: an folgenden Samstagen ist das Floridsdorfer Hallenbad gesperrt, 7.11., 12.+ 19.12., 23.1. und am 21.11. erst ab 19:00 Uhr

POSTKASTEN



Präsident: praesident.tca@chello.at **Web:** www.TauchClubAustria.at

Postanschrift: Hasenleitengasse 73, 1110 Wien, Tel. 0664 369 5281

Neufeldersee: Weekendstr. I, Parz. 61-63, A-7053 Hornstein

Bad: Floridsdorfer Hallenbad, Franklinstr. 22, A-1210 Wien

DER VORSTAND DES TCA

Präsident	Eddi Heusler	Tel. 01 952 0512	Mobil 0660 811 3576
Vizepräsident	Robert Tscheitschonig		Mobil 0676 302 0062
1. Kassier	Christian Lörincz		Mobil 0664 811 7954
2. Kassier	Markus Kolbeck		Mobil 06509730322
1. Schriftführer	Werner Schmidt	Tel. 01 9474486	Mobil 06644930408
2. Schriftführer	Rudolf Bauer	Tel. 01 495 46 03	
Platzwart Neufeld	Roswitha und Helmut Maier		Mobil 0699 1 867 6330
Sportleiter, Jugendbetreuer	Walter Nadeje		Mobil 0676 672 6177
Gerätewart	Wolfgang Zenz		Mobil 0699 177 55455
Tauchlehrer	Lukas Schmidt	Tel. 01 9474486	Mobil 0660 761 2206

Neufeldersee NEWS

Wintersperre am Clubgrund. Mitglieder mit Schlüsseln können den Clubgrund benutzen aber das Wasser ist abgesperrt.

Ein Dekounfall passiert doch mir nicht!

Genau das dachte sich auch unser aller Bekannter Freund und Filmemacher Peter Polanski als er dieses Jahr seinen Tauchurlaub mit seiner Familie, Frau Elisabeth und Tochter Susanne, auf Tahiti verbrachte.

Nach dem für ihn unerklärlichen Dekounfall nach einem etwas heftigen Durchfall, verbrachte er eine Woche in der Druckkammer von Paapeete.

Der Urlaub konnte aber anschließend fortgesetzt werden aber mit dem Tauchen war es vorbei.

Eine mögliche Erklärung für diesen Dekounfall ist der folgende Bericht aus dem Internet,

www.haeefele-net.de

Wie aus einem Durchfall der Deko-Unfall wird

Wichtig bei allen Kreisläufen unseres Körpers ist, dass die Bilanz stimmt. Das kann man auch "richtig haushalten" nennen. Prinzipiell sind wir bestrebt, vernünftig und sparend zu haushalten.

Doch mit dem Sparen ist das so eine Sache. Unser Körper, das Fass ohne Boden, braucht die permanente Zufuhr aller möglichen Nährstoffe.

Doch wer schon mal eine Pizza ohne Vino oder einen Hamburger ohne Cola gegessen hat, weiß, dass Nährstoffe allein nicht reichen. Flüssigkeit ist wichtig. Besonders beim Tauchen, aber dazu später.

Wasser ist der Grundbaustein unseres Körpers, denn wir bestehen zu einem großen Teil aus dem flüssigen Zeug. Wasser ist die Grundsubstanz des Blutes. Und das Blut befördert nicht nur Sauerstoff per Hämoglobin-Huckepack. Es transportiert auch Hormone. Diese Botenstoffe des Körpers werden in eigens dafür konstruierten Drüsen erzeugt. Sie übersenden die Befehle, die großflächige Körperregionen betreffen.

Das Blut sorgt auch dafür, dass die Nährstoffe, etwa im Darm freigesetzt, ihren Weg zu den einzelnen Körperreihen finden, die sie benötigen. Das Blut ist also der Packesel des Stoffwechsels. Das klappt auch alles prima, wenn nicht Komplikationen auftreten. Taucher reisen gern in ferne Länder. Dort lauern Bakterien nur darauf, den Darm zu überfallen und ihm ordentlich zuzusetzen. Was folgt, nennt sich auch "Montezumas Rache", und es hat vor allem mit Verlust von Körpersubstanz zu tun. Vor allem mit Wasserverlust.

Unmerklicher dagegen der Verlust von Wasser durch den Schweiß, etwa beim ganztägigen Ausflug auf dem Tauchboot. Ein trockener Mund macht sich bemerkbar, wenn wir zu viel Wasser beim Anfeuchten der trockenen, trockenen Pressluft verbrauchen. In unseren Lungen befindet sich immer ein feiner Was-

sernebel, der genau diese Aufgabe hat: das Anfeuchten der trockenen Atemluft. **Das kann unter Wasser leicht bis zu einem halben Liter Feuchtigkeit ausmachen.** Wer jetzt nicht nachlegt, der kann in einen Mangelzustand geraten, der sich "Dehydration" nennt.

Na und, mag sicher der Tropentaucher fragen. Was soll's, das Bierchen nach dem Tauchgang wird schon für Ausgleich sorgen. Da ist unser Taucher aber auf dem Holzweg. Denn eine Dehydration sorgt dafür, dass das Blutplasma, die Basis des Blutes, eindickt. Für Taucher ganz schlecht, denn damit sinkt die Fähigkeit des Blutes, Gas zu transportieren. Die Festteile sind einfach enger zusammengepackt, die innere Reibung des Blutes, die Viskosität (genau wie beim Motoröl) nimmt zu. Das Blut fließt langsamer, und damit wird der Stickstoff, der Miesepeter der Dekokrankheit, nicht schnell genug aus den Zellen in die Außenwelt abtransportiert.

Na ja, und den Rest kennen wir. Die Durchblutung der kleinsten Gefäße verschlechtert sich, der Stickstoff kann ausperlen, und damit droht die Gefahr, daß die Gefäße durch die Blasen verstopfen. Ein erstklassiger Deko-Unfall. Und das alles nur, weil unser Taucher seinen Flüssigkeitshaushalt auf die leichte Schulter genommen hat. Das sollte doch

einem echten Wasserliebhaber nicht passieren!

Weitere interessante Artikel aus gleicher Quelle:

Hitzschlag

Der Flüssigkeitsmangel macht uns per Deko-Unfall nahezu unmerklich zu schaffen, wir merken ihn zu spät. Ein Sonnenstich dagegen ist schon bemerkbar, lange bevor er uns außer Gefecht setzt, der Hitzschlag kommt plötzlich. Was bewirkt den Temperaturanstieg? Klar, meist die Sonne. Normalerweise kühlen wir per Wärmeabstrahlung, über das Schwitzen oder die Wärmeableitung ab. Tja, all das versuchen wir aber genau mit dem Neopren zu verhindern. Bleiben wir mit der Wärmepelle zu lange in der Sonne, kehrt sich ihre Funktion ins Gegenteil um, sie wird zur Falle. Wärmestauungen, Hitzeerschöpfungen, Hitzeerkrämpfe und der Hitzschlag sind die Folge.

Zuerst läuft das Gesicht hochrot an. Dann verblasst die Hautfarbe, wird grau. Ein Kreislaufzusammenbruch droht, denn die ideale Temperatur für den Energieumsatz wird überschritten, in Ausnahmefällen bis zu 45 Grad. Bewusstseinsstörungen, Dämmerzustand, Krampf und schließlich der Tod sind maximale Folgen. Also Vorsicht!

Eine punktuelle Überhitzung ist der Sonnenstich. Brät unser Kopf in der Tropenhitze, kann die gleißende Sonne mit ihrer direkten Einwirkung zu einer thermischen Überbelastung der Hirnhaut füh-

ren. Eine Hirnhautentzündung ist die gefährliche Folge. Kopfschmerz, Übelkeit und Schwindel sind harmlose Anzeichen. Bei Verdacht sollte der Arzt aufgesucht werden.

Also: Der sengenden Hitze geht man am besten aus dem Wege, gefährdete Körperpartien schützt man am durch Abdeckung. Hat's einen doch erwischt, dann für Abkühlung sorgen durch Schatten, Entblößen des Körpers, feuchte Umschläge, Abreiben der Haut zur Durchblutungsanregung.

Kälteschock

Der Kälteschock ist ein echter Killer. Er bedroht vor allem das Leben von Schiffbrüchigen. So waren bei der Tragödie des Untergangs der Estonia mehr als die Hälfte aller Menschen, die in die eiskalte Ostsee sprangen, nach Einschätzung von Experten schon beim Eintauchen ins Wasser tot.

Wir Taucher schützen uns durch unsere Anzüge vor der spontanen Auskühlung. Trotzdem verlieren wir im Wasser, das extrem leitfähig ist, große Mengen an Wärme. Der Körper reagiert, indem er den Stoffwechsel hochfährt, die Verbrennung in den Zellen beschleunigt. Schon bei 20 Grad warmen Wasser verlieren wir viermal mehr Wärme als im Trocknen. Wir beginnen zu zittern. Die Muskeln verrichten die Arbeit, die zu Wärme führt. Das dient dazu, die Temperatur im Körperkern konstant zu halten, denn hier liegen die lebenswichtigen Organe.

Trotz aller Anstrengungen: Nach kurzer Zeit in kaltem Wasser sinkt auch die Kerntemperatur. Immerhin erhöht die Arbeit auch die Durchblutung, die Wärmeabfuhr steigt. Die Unterkühlung eines Tauchers lässt sich in drei Phasen gliedern.

Zu Anfang klappern wir mit den Zähnen um die Wette - das Kältezittern. Puls und Blutdruck sind erhöht, Füße, Knie und Genitalien schmerzen. Die Kerntemperatur sinkt in diesem Stadium bis auf 27 Grad. Ignoriert der Taucher diese Signale, hört das Muskelzittern auf, es setzt eine Starre ein. Das Atmen fällt schwer, die Schmerzen lassen nach, der Puls sinkt dramatisch. Jetzt wird es kritisch, die dritte Phase setzt ein. Erschöpfung und Apathie, Starre des Gesichts, Hirnschwellung. Meist reicht schon eine Reduzierung der Kerntemperatur um 10 Grad, um ernste Kälteschäden hervorzurufen oder zum Tode zu führen. Die kälteste und gemessene (und überlebte) Temperatur ist 18 Grad. Ein wirklich eisiges Vergnügen.

Klar ist, daß Taucher, die unter eiskalten Bedingungen ihrem Vergnügen frönen, fit sein müssen. Kälte setzt die geistigen und körperlichen Fähigkeiten herab. Zerstreutheit, Angst und ein Engegefühl können auftreten. Wie auch bei der Dehydration erhöht sich die Gefahr eines Deko-Unfalles, denn die Durchblutung der äußeren Körperpartien wird ja herabgesetzt. Also Flossen weg von Tieftauchgängen.

Tiefenrausch

Der Tiefenrausch ist bereits so oft beschrieben, dass an dieser Stelle für die Symptome nur ein paar Zeilen genügen sollten. Ähnlich wie beim Alkohol beeinträchtigt der Tiefenrausch die eigene Wahrnehmung und Einschätzungsfähigkeit, Konzentration und Kritikfähigkeit lassen nach, Euphorie und unsinnige Verhaltensweisen können die Folge sein. Manchen Tauchern wird aber auch nur schlecht, sie klagen über Drehschwindel. Ohrensausen oder ein metallischen Geschmack im Mund sind weitere Alarmzeichen für einsetzenden Tiefenrausch.

Ab einer Tiefe von 30 Metern kann der Tiefenrausch einsetzen, je tiefer, desto wahrscheinlicher. Voraussetzungen zum Erlangen des zweifelhaften narkotischen Genusses sind allerdings so vielfältig, dass dieser Faktor mit der Wirkung von LSD verglichen wird, bei dem ebenfalls keiner vorher sagen kann, wie er bei der jeweiligen Person wirkt. Stress und vermehrte Arbeit unter Wasser, Alkoholgenuss am Vortage, eine Schwächung etwa durch Kreislaufprobleme - die Auslöser sind so unterschiedlich, dass eine Prognose, wann es den Taucher in welcher Tiefe erwischt, nicht zu treffen ist. Immer aber hört der Tiefenrausch auf, wenn die Tauchtiefe verringert wird. Der Verlust der klaren Urteilskraft unter Wasser verbunden mit körperlichen Einschränkungen ist lebensbedrohlich. Daher sind Tiefengrenzen für Sporttaucher auch so ausgelegt, dass sie vor allem auf die narkotische Wirkung vom Tiefenrausch Rücksicht nehmen und ihn zu vermeiden versuchen. Was aber löst den Tiefenrausch aus? Theorien gab es viele. Zunächst war der Einfluss von CO² der Schuldige, dann wieder war es eine O²-Vergiftung. Dank neuer Untersuchungsmethoden hat man aber festgestellt, daß die Inertgase die Schuldigen sind. Die was? Die Inertgase. Inert heißt

sowie wie unberührbar. Stoffe, die inert genannt werden, verhalten sich zickig. Sie lassen fast nichts an sich heran. Da ihre Neigung zur Verbindung mit anderen Stoffen so gering ist, hat man einer ganzen Gruppe von ihnen den Namen Edeltgase gegeben. Zu den Inertgasen gehören Helium, Neon, Wasserstoff, Argon, Krypton und Xenon. Tja, und wer tummelt sich da noch? Aha, der Stickstoff. Über viele der Namen stolpert man, befasst man sich mit Medizin. Denn sie sind als Narkosemittel bekannt. Dagegen ist Helium ein bekanntes Ersatzgas, um den Stickstoff aus der Atemluft zu bekommen und richtig tief zu tauchen (in der Druckkammer bis 610 Meter). Stickstoff dagegen ist für Taucher immer wichtig, er ist auch der Übeltäter unter den Inertgasen in Sachen Tiefenrausch.

Was aber lässt Inertgase narkotisch, also betäubend wirken? Inertgase lassen sich in fetthaltigen Lösungen verbinden. Heißt in normaler Sprache: Sie fühlen sich da wohl, wo sie auf Fett stoßen. In der Sprache der Mediziner heißen Fette Lipide. Eine besonders heikle Stelle in unserem Gesamtkunstwerk Körper sind die Nervenzellen. Das sind Gebilde, die hochspezialisiert sind, Impulse weiterzuleiten. Entweder vom Großen Zeh, wenn's dort zwackt, zum Gehirn, oder andersrum, wenn das Kommando kommt, den Zeh aus der Krepsschere wieder rauszuziehen. Die Arbeitsweise ist hochkompliziert, aber eigentlich einfach erklärt. Das Innere der Nervenzelle interessiert hier überhaupt nicht, wir schauen nur die Zellwände an. Da spielt nämlich die Musik. Ein Impuls wird übertragen als ein elektrischer Impuls. Der startet von einem Kommandogebirge, also einer Sinneszelle. Hier entsteht etwa durch das Kneifen der Krepsschere auf den Zeh ein Druck, der von einem Drucksensor in elektrische Energie umgewandelt wird. An der Oberfläche der Nervenzelle, die den Impuls aufnimmt, sitzt die lipide (fett-

haltige) Membran, die jetzt gereizt wird. Sie öffnet und schließt feine Kanäle, aus denen Ionen in die Zelle oder wieder hinausströmen. Ionen sind Moleküle, die elektrisch aufgeladen sind. Wie beim Staffellauf wird der Impuls über diese Ionen weitergetragen. Noch besser der Vergleich einer La-Ola-Welle im Fußballstadion. Der Trick, diese Reize jetzt zu filtern und nur auf die zu reagieren, die für Sinneswahrnehmungen und Handlungen wichtige sind, ist wirklich kompliziert und steht in Medizinbüchern.

Tip: Sollten sie einmal einen Tiefenrausch erleben, schließen sie die Augen, Ihre Wahrnehmung ist von Null auf annähernd hundert Prozent wieder hergestellt.

Uns reicht aber auch das Wissen, daß die Membran der Nervenzelle durchsetzt ist mit Fettmolekülen, die den Transport von Nervenimpulsen steuern. Greifen an diesen Fettmolekülen, jetzt die Inertgase an, durch erhöhten Druck beim Tieftauchen so richtig unternehmenslustig, dann bringen sie dieses Transportsystem durcheinander. Und damit den ganzen Taucher - der Tiefenrausch ist da.

Panik

Viele Taucher könnten noch am Leben sein, wenn sie in Notsituationen logisch, bewusst und ruhig gehandelt hätten. Haben sie aber nicht. Sondern Panik bekommen. Ist denn gegen diese mysteriöse Erscheinung kein Kraut gewachsen? Doch: In den meisten Fällen ist die Panik noch zu unterdrücken, beziehungsweise in den Griff zu bekommen. Man muss nur wissen, wie.

Was ist Panik überhaupt? Der Begriff "Panik" ist kein bestimmter Zeitpunkt, sondern eher der Abschluss einer Entwicklung - leider manchmal der letzte vor dem Tod. Um also der Panik und ihrer Vermeidung auf die Spur zu kommen, müssen wir ganz an den Beginn der Entwicklung: zum Unwohlsein und zum Stress.

Beginn

Ein Taucher fühlt sich unwohl oder gestresst. Dies ist die kleinste Form des Beginns einer Kettenreaktion und am leichtesten zu beheben. Sitzt das Ausrüstungsstück nicht richtig, wird es korrekt befestigt. Wird einem bewusst, daß dieser Tauchgang die eigenen Fähigkeiten übersteigt, beginnt man ihn gar nicht erst, sondern bricht ihn ab. In jedem Falle muss man etwas tun, um wieder zur einer Normalisierung der Situation zu kommen, sonst könnte es zu einer Verschlechterung kommen. In den meisten Fällen hat man dazu ausreichend Zeit.

Entwicklung

Ein Beispiel: Eigentlich verläuft der Tauchgang ganz normal. Doch im Unterbewusstsein schleicht sich etwas ein, wird stärker und stärker. Jetzt ist die Veränderung zu identifizieren: Das Wasser ist relativ flach, doch die Schiffsschraube kommt immer näher. Es wird Zeit zu handeln, denn man bekommt Angst. Und, ganz wichtig, es baut sich Stress auf. Angst oder Stress können stärker oder schwächer sein, aber sie sind noch unter Kontrolle zu bekommen. Im ersten Stadium zeigen sich schon körperliche Reaktionen: Herzklopfen, schneller Puls, Zittern, Adrenalin ausstoß. Diese Effekte werden durch Impulse des Gehirns ausgelöst; man ist von der Situation gestresst und sollte sich eine Lösung des Problems überlegen. Denn nur so können die Symptome wieder unter Kontrolle gebracht werden: durch eine vernünftige, schnelle und zielgerechte Handlung.

Panik

Sind die Probleme zu groß, kommt die Ursache zu plötzlich, oder hat man alle Warnzeichen übersehen, folgt die Panik. Das ist eine ernste Situation.

Panik ist "eine plötzlich ausgelöste Bewusstseins Einschränkung mit z.T. völlig sinnlosen primitiven Abwehr- und Fluchtreaktionen sowie Erregungs- und Hemmungszuständen. Diese werden durch ein Ge-

fühl der Hilflosigkeit verstärkt. Da die daraus resultierenden Handlungen dem gewünschten Zweck entgegen stehen, werden sie zur eigentlichen Ursache von an sich abwendbaren Katastrophen". Panik ist die häufigste Ursache für ernste Tauchunfälle. Ein Taucher in Panik kann dabei nicht nur sich selbst verletzen, sondern auch den Helfer. Deshalb ist die Panik als das zu betrachten, was sie wirklich ist: der ärgste Feind des tauchenden Menschen.

Erkennen

Ein Taucher in aktiver Panik handelt nicht vernünftig. Kein Tauchpartner kann von ihm auch nur ansatzweise eine Bewältigung der Situation oder Hilfe beim Beheben des Problems erwarten - dafür ist es zu spät. In den meisten Fällen wird der Taucher versuchen, an die Oberfläche zu kommen. Egal wie. Ob dabei eine Dekostufe übersprungen, der Partner an der Dekoleine mitgerissen wird oder ein Lungenriss droht - der Taucher wird sich darüber keine Gedanken machen, weil er nicht logisch denken kann.

Es gibt zwar noch eine zweite Form der Panik, die wesentlich schwerer zu erkennen ist: passive Panik. Dabei schlägt der Taucher nicht etwa herum und versucht zur Oberfläche zu gelangen, nein, er verfällt in einen tranceähnlichen Zustand. Diese Taucher sind sich ihrer Umgebung nicht bewusst und unfähig, sich zu helfen. Es ist absolut lebenswichtig, diesen Taucher zur Oberfläche zu bringen. Was aber lässt Inertgase narkotisch, also betäubend wirken? Inertgase lassen sich in fetthaltigen

Tip: Sollten sie einmal einen Tiefenrausch erleben, schließen sie die Augen, Ihre Wahrnehmung ist von Null auf annähernd hundert Prozent wieder hergestellt.

Gegenmittel

Oft gehört, immer noch richtig: Vorbeugung ist die beste Hilfe. Man sollte vorbereitet sein, und zwar zweifach. Erstens gehört zur eigenen Vorbereitung auf jeden Tauchgang, daß man sowohl die eigenen Fähigkeiten und die des Tauchpartners richtig einschätzt sowie die

Ausrüstung in Ordnung ist. Dieses schafft ein Selbstbewusstsein - und man ist so selbst besser gegen Panik gefeit.

Der zweite Teil ist ebenso wichtig: Man sollte vorbereitet sein, anderen zu helfen. Fast bei jedem Tauchgang können Situationen eintreten, die weniger gut ausgebildete Taucher unter Stress setzen können. "Einplanen des Unerwarteten" nennen das die Amerikaner. Dazu gehört, dass man selbst die Grundlagen kennt: Wo ist das nächste Telefon, wie könnte ich helfen? Sind diese Fragen beantwortet, fällt Hilfe leichter. Und sie ist viel effektiver. Denn es ist niemandem geholfen, wenn statt einem Taucher in Not plötzlich zweien geholfen werden muss. Nur wer vorbereitet ist, kann ruhig mit einer Situation umgehen.

Anschließend ein paar Fotos von Elisabeth und Susi Polanski aus Tahiti:



TOP-
Konditionen
exklusiv für TCA
Mitglieder!



Vorsorge mit
„Tiefgang“

Garantie-Sparen

Die indexgebundene Lebensversicherung mit 80%-iger Höchststands- und Kapitalgarantie.

- Sicher
- Ertragreich
- Flexibel

Wir beraten Sie gerne persönlich und individuell:

VICTORIA-VOLKSBANKEN Versicherung, Geschäftsstelle Wr. Neustadt

Kaiserbrunnengasse 25, 2700 Wr. Neustadt, Tel. 02622 / 61 307-10, Herr Linsbichler

www.victoria.at

A member of the **ERGO** Insurance Group.