

Info bulles 19

Juin 2020

Dicton ; Homard au panier, bonheur au foyer

Edit'eau

Vivons cachés. Finis ces beaux sourires, ces grimaces, les mordillements de lèvres, les fossettes, les moustaches, les boucs désormais, les voilà dissimulés. Nous riions (comme on dit à Vouvray près de Tours) lorsque des reportages à la télé nous montrait des Japonais ou Chinois, déambulant dans les rues avec sur le nez et la bouche, une bande de tissus ou de papier pour se protéger de la pollution.

Les masques existent depuis bien longtemps. Les loupes (masques) datent du moyen âge. Commodes pour ne pas être reconnus. Le roi s'en servait lors des bals au château. Les masques du théâtre grecs sont encore plus anciens et soulignaient les caractères des personnages. Sortis des festivités, au début du siècle, rappelons nous, dans les tranchées, les soldats en portaient pour lutter contre le gaz moutarde. Quel drôle de nom pour un gaz que le gaz moutarde qui doit justement son appellation à l'odeur d'ail, ou de moutarde. Condiment que l'on préfère dans une mayonnaise. Ces masques n'ont pas vraiment eu leur efficacité. Les masques de protection faisaient leur apparition. Comme les masques contre les projections métalliques lors des soudures etc. En avion, qui n'a pas été sensibilisé par les explications d'une hôtesse sur l'utilisation de ces ustensiles pouvant se décrocher du plafond pour amener le gaz indispensable à notre vie qu'est l'O² en cas de dépressurisation.

Il a aussi sa place dans notre culture. Ne le voit-on pas dans Le Concombre masqué (bd) ? Vivrions-nous bien la situation de le porter constamment comme cela a été écrit pour le masque de fer ? Au cinéma il est présent, certes momentanément quand il est porté par Zorro, V pour Vendetta révèle aussi ce masque « Anonymous » créé par Guy Fawkes pour son personnage Guido Falxius (1570). Les masques destinés aux sportifs dont nous faisons partie. Nous savons combien il n'est pas naturel de respirer par la bouche. L'annexe du masque est le tuba et force le passage de l'air. La longueur de ce tube n'est pas anodine. D'ailleurs il vous sera moins facile de respirer si vous vous respirez avec une longueur d'un mètre sous la surface. En effet la pression joue son rôle, et juste un peu plus bas c'est impossible de pomper l'air de la surface avec la force musculaire de la cage thoracique. Finalement le masque a une définition très large et recouvre un ensemble varié de formes.

Pour en finir avec ces diverses formes, au niveau médical (les premiers apparaissent en 1897). On aperçoit sur la voie publique des personnes masquées par un niqab. L'individu en question se voyait reprocher la dissimulation de son visage. Dans cette situation, est-ce qu'il sera obligatoire qu'elle porte un masque par-dessus un niqab ? Dans les banques, le guichetier ou le caissier redoutaient la venue de personnages au visage dissimulé. La tendance s'est inversée. Il faut parler dans l'hygiaphone. Ceinture bretelle et parachute. Chinois et Japonais ont bien réussi leur coup. Nous sourions jaune maintenant. Nous sommes moins moqueurs en les voyant sur les écrans tv.

Regardez autour de vous, comment allez-vous reconnaître une personne de connaissance sur le trottoir en la croisant. Cependant, est-il possible d'envisager des décorations personnalisées pour ces protections portatives ? Nous sortirons de cet anonymat, la créativité est quant à elle : infinie.

Formations

PN1 Les théories sont finalisées 2 reçus/2

PN2 La aussi grâce à l'internet, les formations ont pu se faire et tout le monde inscrit en 2020 à été reçu

Pilotes La journée est prévue le samedi 20 juin (Actuellement les moniteurs, Philippe Geneau, Hugo et Phil.)

Les sorties : En priorité pour ceux qui ont leur matériel (désinfection).

Le 4 juin Thomas relance les plongées explo. Voir sur le site internet pour les autres dates.

Ce WE c'est une journée moniteurs. Plongée et visite des sites.

Vous avez la parole : Ils l'ont fait...

Ballade sur l'Atlantique (par Christine et Patrick Lavigne)

Extrait de leur blog, Christine et Patrick, sont partis début d'année vers l'ouest de l'Océan Atlantique. Ils quittent les îles des Açores après avoir bouclés les derniers préparatifs. Adieu l'Europe vive les Amériques. Presque trois semaines sont passées. Le vent a tellement molli qu'il a fallu faire attention avec les réserves de carburant. Christine raconte avec humour, le périple maritime qu'ils ont programmé. J'extrait quelques lignes de ce journal et vous laisse le soin de le consulter, pour vous faire partager les moments tropicaux de nos 2 amis plongeurs. Christine nous raconte les heurs et malheurs, les rencontres, les amis, les soirées. Les photos, instants figés, illustrent ces moments de voyage. Il nous manque, le vent, les odeurs, la température de l'eau à 29°. C'est bien moins que celui du rhum. (Comment appelle t on le premier rhum ????? un Adam.. c est phonétique...).

Leur blog est ; lachimeredeslavigne.unblog.fr

Je vous joins quelques photos que l'on trouve sur leur site.

Le marché,

La plongée, on remarquera que, la combinaison, n'est pas de rigueur.



Joies du hamac, pour récupérer de la traversée.



Un extrait de canne à sucre.

La Soufrière

(rare vue en entier car cette rêveuse a toujours la tête dans les nuages





Poisson coffre



poisson querelleur

Physio

FOP (foramen ovale perméable) ou trou de Botal (inspiré de l'article d'Eric Poncelet)

Qui connaît ?

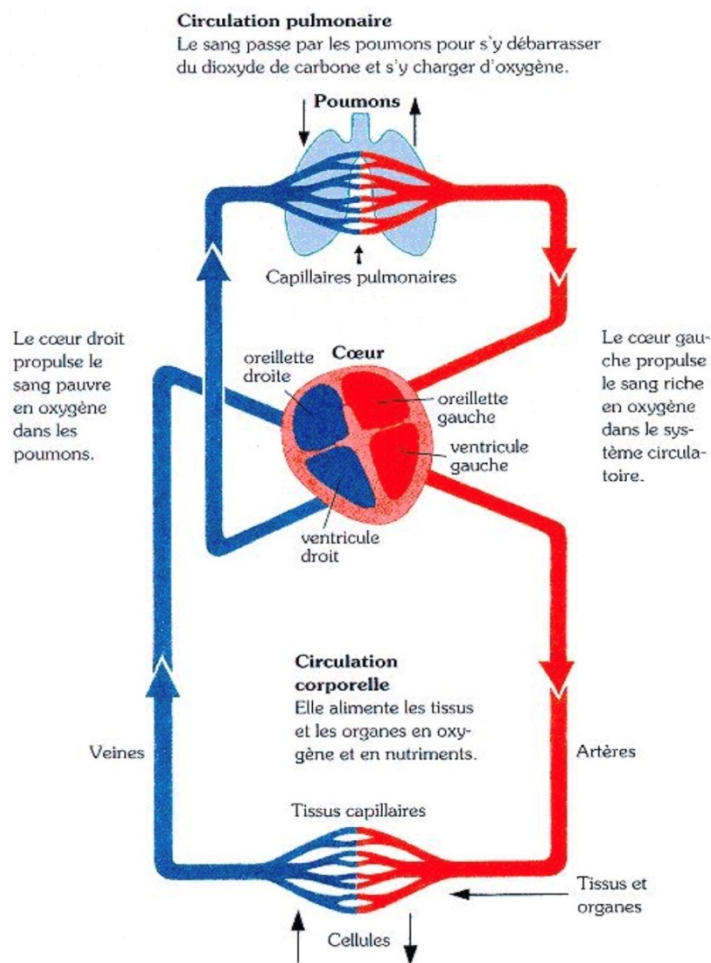
Dans la plongée, on l'aborde très rapidement en physio N3 et N4. C'est un sujet superficiellement abordé. Il serait à l'origine d'AVC.

Pour commencer, cette particularité (comme les yeux bleus ou les cheveux blonds précise Philippe G.) se trouve au niveau du cœur. Donc on peut comprendre qu'à part lever le capot thoracique, peu d'entre nous ont croisé le Fop.

Nous allons évoquer le FOP, très simplement ici, car en réalité c'est de la médecine, on abordera ce qu'est un Fop et le mécanisme. Les moments où peut se révéler le Fop, les risques liés, quelle intervention offre la médecine pour cette anomalie.

Petit rappel de physio,

le cœur à 4 cavités. La partie droite et gauche. En haut (partie supérieure) ce sont les oreillettes, parties inférieures appelées ventricules. Bon jusque là vous suivez. La circulation du sang s'organise comme ça, le sang venant des poumons (oxygéné) arrive dans l'oreillette gauche, elle se comprime et avec la pression, bascule dans le ventricule gauche et celui-ci, très musclé, envoie le sang dans le corps via les artères (aorte, carotide, fémorale), artéριοles pour oxygénation des tissus, retour vers le cœur du sang chargé de CO² via les veines entre dans l'oreillette droite, passe dans le ventricule droit pour un départ vers les poumons (). En plongée on rajoutera l'excédent d'azote lors de la remontée. Une fois dans les poumons, le sang se libère du CO² et capte à nouveau de l'O² Oxygéné, il revient au cœur par l'oreillette.....gauche (je vois que certains se sont endormis).



Ca c'est le fonctionnement normal. Une des anomalies du cœur, le Fop, ? (Une prévalence de 30% peut elle être considérée comme une anomalie ? Nous parlerons de particularité.

C'est une communication (espace virtuel) entre les deux oreillettes. C'est une double membrane qui sert de passage direct entre l'oreillette droite et l'oreillette gauche pour shunter les poumons lorsque le fœtus est dans le ventre de sa mère et ne respire pas. Cette fenêtre se referme plus ou moins correctement à la naissance en fonction des individus. La veine cave inférieure apporte son flux sanguin, et par pression, la double membrane s'ouvre et laisse passer ce sang (chargé de CO² ou N² azote) de l'oreillette droite dans l'oreillette gauche. Cela s'appelle un shunt (court circuit). Il se passe lorsque l'on force quand on se mouche, gonflage à la bouche, éternuement, constipation et vasalva, en raison d'une augmentation des pressions de remplissage du cœur droit par vasoconstriction pulmonaire liée à la rétention d'air intra pulmonaire. Evidemment les bulles d'azote plutôt que d'être rejetées par les poumons repartent faire un tour, pouvant causer un ADD (cerveau , avc) ou au niveau des petites artéριοles périphériques..

La médecine a des solutions pour réparer cette anomalie. Dans les solutions proposées, suture a cœur ouvert, cautérisation, suture à distance (cathéter) , ou déploiement d'un dispositif d'occlusion.

Tout le monde n'est pas concerné heureusement, mais cela handicape celles ou ceux qui en ont, avec les risques d'ADD (accident de décompression) ou d'AVC.

Est-ce que la plongée est interdite ?

Non, mais certaines règles sont à appliquer

Prévention

Pas d'effort en plongée, pas de successives, respecter la courbe de sécurité, et ne pas aller au delà de 30m, privilégier les plongées au nitrox, les remontées lentes 10m/mn, pas d'efforts après la plongée, et pas de yoyo bien sur.

J'espère que cela vous permettra de mieux comprendre lorsque vous entendrez parler de **FOP**

Philippe Cier

(Grandement aidé dans l'élaboration de cet article par Nicolas Pousset, et Philippe Généau), merci à eux .

La logistique du club (les nouvelles donnes)

Les inscriptions ; se font par internet auprès du DP, le règlement par virement. Signature du document « décharge covid...), Les documents passeport/carte, licence, attestation médicale sont obligatoires à bord. Donc prévoyez un sac étanche pour les avoir à bord en cas de contrôle.

Local : Il n y aura que le DP et un assistant dans le local.

Bateau : 6 places (distanciation) + le pilote. Désinfection, masque de protection. Un moyen lumineux est désormais obligatoire pour le temps du trajet. Un cyalume vous sera prêté. Il sera à mettre autour du cou. Il vous sera demandé à la fin de la plongée. (désinfection oblige).

Matériel : chacun à en charge son matériel. Chargement et déchargement sur le bateau uniquement de son matériel. Désinfection avant gonflage et après gonflage du bloc.

On ne crache plus dans son masque (produit vaisselle).

On remonte sur l'échelle avec le détendeur en bouche.

On reprend sa place initiale.

On s'adapte, on s'adapte, on s'adapte..... Si on veut plonger et ne rien avoir à se reprocher, effectuons les bons gestes. Nous savons que vous le faites déjà, il n'y aura aucune raison de s'inquiéter.

Philippe ..