

# Barotraumatismes

La plongée est une histoire de pression !

# Rappels



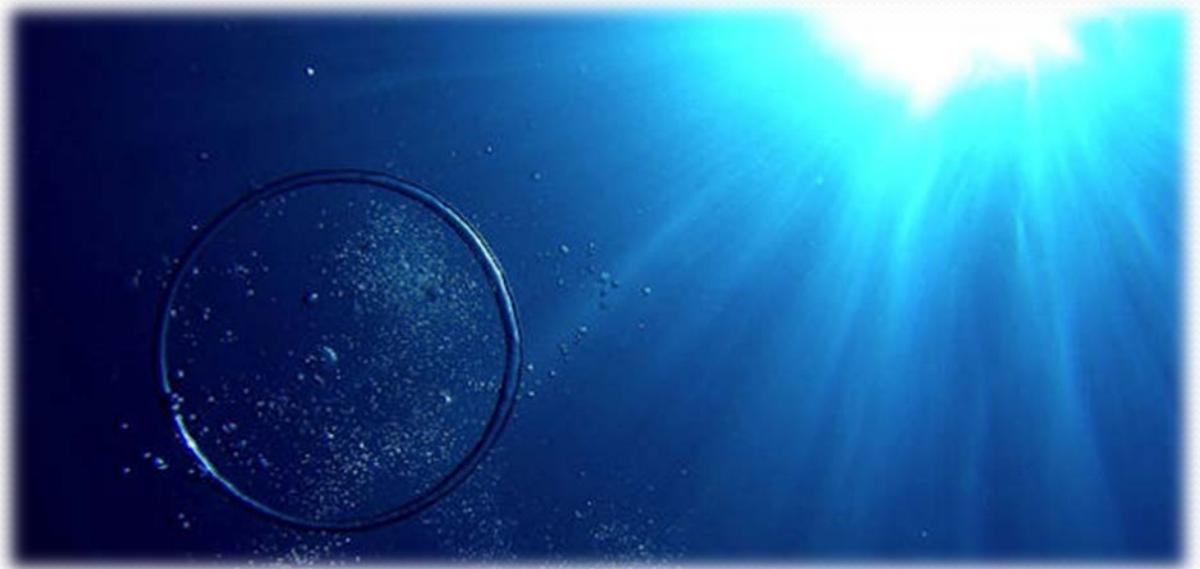
A la surface, il y a quelle pression ?

Dans ma bouteille, il y a quelle pression ?

Quand je descends, la pression augmente ou diminue ?

# Rappels

- Si je lâche une bulle du fond, elle devient :
  - plus grosse ?
  - inchangée ?
  - plus petite ?



# Un barotraumatisme ?

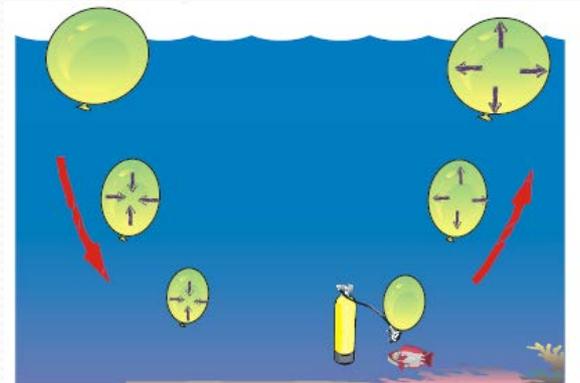
- Mise en évidence : la bouteille de Coca™ !
  - J'ouvre le bouchon et j'appuie ?

Ca sort !

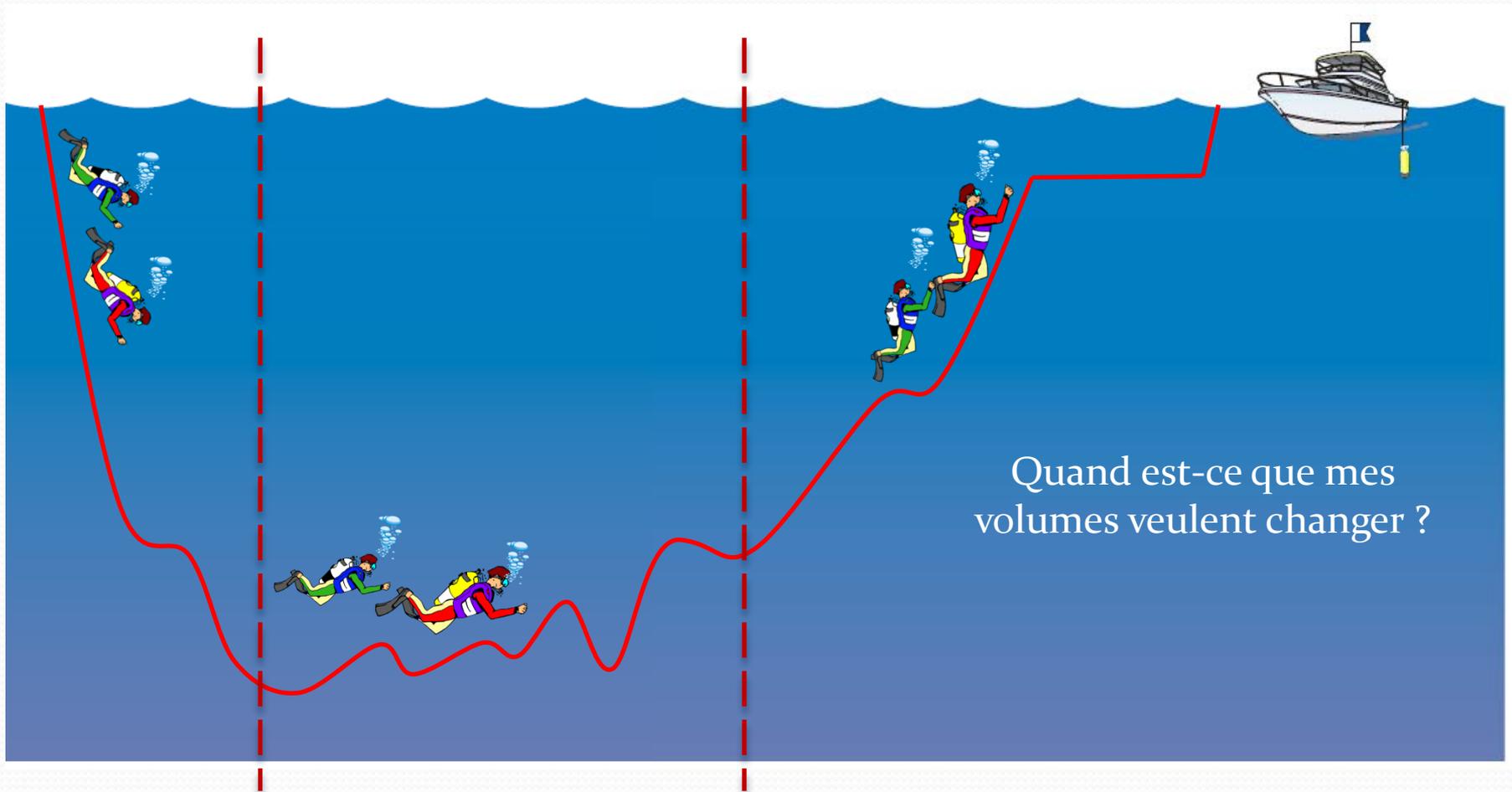
- Je ferme avec ma main ?

Ca pousse !

- Oui mais... Bouteille de Coca ?

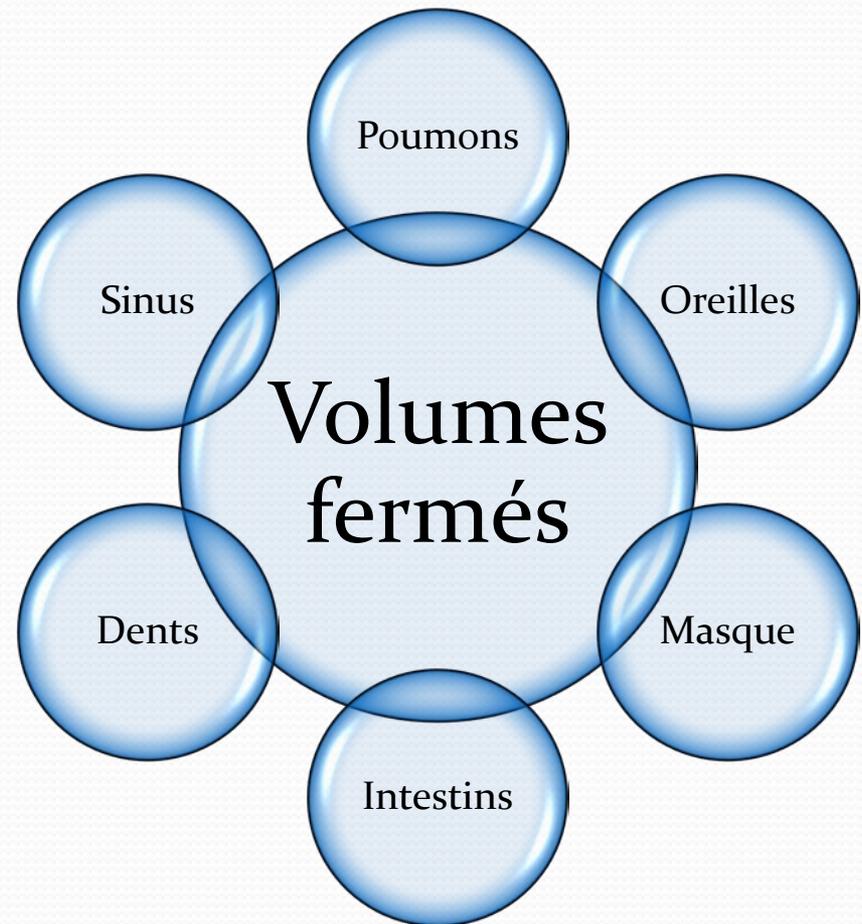
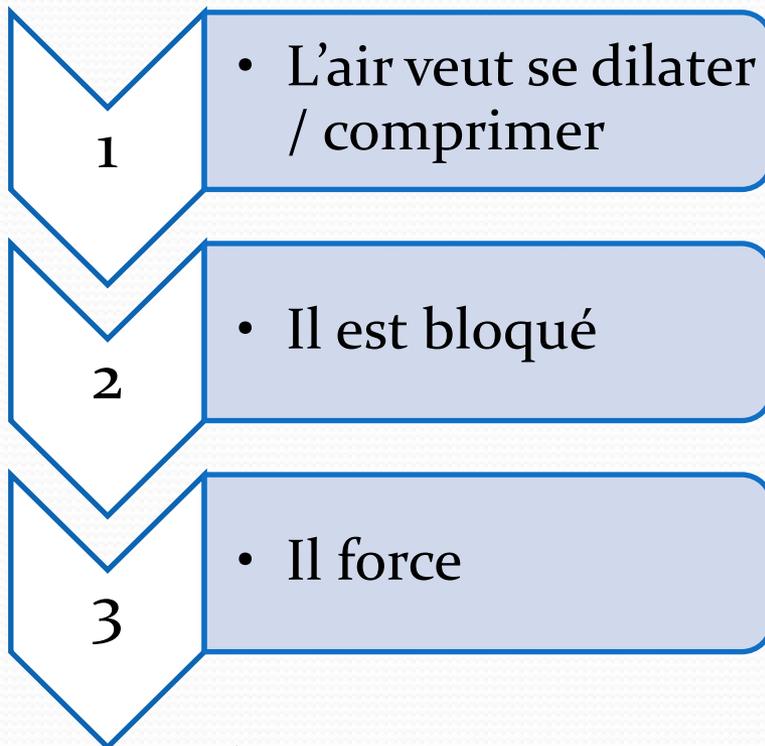


# Analyse d'une plongée



Quand est-ce que mes volumes veulent changer ?

# Les barotraumatismes



# Poumons & Oreilles / Sinus

	Quand ?	Fréquence	Gravité	Que faire ?
Poumons		-	+++	Bien souffler
Oreilles / Sinus		+++	+	Vasalva S'arrêter
				S'arrêter

# Synthèse

	Quand ?	Que faire ?	Ne pas faire ?	Prévention
Poumons	↑	Souffler	Vasalva à la remontée	Bien expirer Matos correct
Oreilles	↓ ↑	Vasalva à la descente	Vasalva à la remontée	Pas de rhume
Sinus	↓ ↑	-	-	Pas de rhume
Masque	↓	Souffler par le nez	-	Masque pas trop serré

# Ce qu'il faut retenir

1. Ne pas forcer, si j'ai mal : je m'arrête !
2. Toujours souffler à la remontée
3. Pas de plongée enrhumée
4. Attention à l'approche de la surface (zone des 10m)