

Duiken na COVID-19 - Advies medische commissie VVW

Met de versoepeling van de maatregelen die verspreiding van het coronavirus (SARS-CoV-2) tegengaan, willen we ons voorbereiden op een terugkeer naar het hernemen van de recreatieve duikactiviteit. Zoals we in de vorige nieuwsbrief aankondigden kan een infectie met het coronavirus zowel de longen en soms ook het hart aantasten met mogelijks langdurige gevolgen. Dit heeft een invloed op medische duikgeschiktheid en op het risico voor duikongevallen.

Het medische commissie van het VVW formuleert een duidelijke aanbeveling naar zijn duikers conform de inzichten die beschikbaar zijn op 1/5/2020. Deze aanbevelingen kunnen nog worden aangepast zodra nieuwe gegevens of inzichten beschikbaar worden. Onderstaande aanbeveling is gebaseerd op wat bekend is in de medische literatuur, houdt rekening met wat aanbevolen werd door het BVOOG (Belgische Vereniging voor Overdruk- en OnderwaterGeneeskunde) alsook het advies dat werd opgesteld door andere duikfederaties (NELOS/LIFRAS). De principes die we hanteren zijn deze van de zo optimaal mogelijk aantoonbare veiligheid en omvatten: 1. de ziekte moet volledig over zijn (subjectief en klinisch), aangevuld met een ziektevrij interval 2. de longfunctie-test en longmorfologie moeten terug genormaliseerd zijn. 3. de hartfunctie en inspanningstolerantie moeten normaal zijn.

Er worden 3 groepen onderscheiden:

Groep 1: Alle duikers die (mogelijke) COVID symptomen hebben gehad sinds begin maart 2020

- Duikers die een COVID-infectie met ernstige symptomen doormaakten (met of zonder ziekenhuisopname, met of zonder positieve PCR test, met of zonder thuisquarantaine)
- Duikers bij wie de huisarts/triage-arts/spoedgevallensarts een sterk vermoeden had op COVID-infectie (met of zonder ziekenhuisopname, met of zonder positieve test, met of zonder thuisquarantaine).
- Duikers die een verminderde inspanningstolerantie vaststelden sinds het begin van de corona pandemie
 - a. Duikverbod gedurende 3 maanden na herstel doorgemaakte (bevestigde of vermoedde) infectie of verminderde inspanningstolerantie en
 - b. De herevaluatie van de duikgeschiktheid moet tijdens deze periode gebeuren door een arts met kennis van duikgeneeskunde en
 - c. De duikgeschiktheidsbeoordeling moet gestaafd worden in functie van de noodzaak met verschillende technische onderzoeken zoals longfunctie, CT-scan van de longen, inspanningstest, cardiale echografie en
 - d. Duiken blijft verboden tot na een gunstige herbeoordeling.

Groep 2: Duikers die symptoom vrij zijn gebleven sinds begin maart 2020, maar in contact kwamen met het virus

- Duikers zonder symptomen, maar met een positieve PCR testuitslag.
- Duikers zonder symptomen, zonder positieve testuitslag, maar die in nauw contact kwamen, zonder adequate beschermingsmaatregelen, met een persoon met bewezen of vermoeden van COVID-19 infectie (vb. huisgenoten).
 - a. Duikverbod gedurende 45 dagen na de testafname of na het eerste contact met besmette personen.
 - b. De herevaluatie van de duikgeschiktheid moet tijdens deze periode gebeuren door een arts met kennis van duikgeneeskunde en
 - c. De duikgeschiktheidsbeoordeling moet gestaafd worden in functie van de noodzaak met verschillende technische onderzoeken zoals longfunctie, CT-scan van de longen, inspanningstest, cardiale echografie en
 - d. Duiken blijft verboden tot na een gunstige herbeoordeling.

Groep 3: Duikers die symptoomvrij zijn gebleven en ook geen vermoeden van virus contact hebben

- Alle andere duikers: mogen voorzichtig starten met duiken van zodra dit terug toegestaan wordt door de overheid, VVW, en met respect voor de regels opgesteld door VVW

Van zodra een duikhervatting mogelijk is (zowel conform de fedrale richtlijnen als op duikmedisch vlak) wordt er gedurende een eerste fase (30 dagen) restrictief en zeer conservatief gedoken. Dit houdt in dat er steeds binnen de NoDecoLimits wordt gedoken en dat bezwarende factoren rigoureuus onder controle worden gehouden.

Deze adviezen zijn gemaakt conform de inzichten op 1/5/2020. Zij kunnen evolueren van zodra er nieuwe inzichten of gegevens beschikbaar worden. De meest recente adviezen zullen op regelmatige basis beschikbaar gesteld worden op de VVW-website. We vragen jullie dan ook de website regelmatig te consulteren.

Bijkomende informatie voor de duiker

- De longbeschadiging kan structureel zijn, dat houdt een verhoogd risico op longoverdruk in – zelfs na normale duiken zonder versnelde of ongecontroleerde opstijging.
- De longbeschadiging kan functioneel zijn. Zo kunnen er na Covid-19 functionele longshunts ontstaan zijn, dit zijn verbindingen tussen longslagaders en aders. Het risico op decompressieziekte zou hierdoor belangrijk kunnen toenemen. Bij 70-90% van alle diepere recreatieve duiken (op of vlakbij de No-Decompression-Limit (NDL) of met verplichte decostops) kunnen asymptomatische veneuze stikstofbellen teruggevonden worden, die in normale omstandigheden door de long- haarvaatjes tegengehouden worden. Deze bellen zouden, net zoals bij duikers met een Patent Foramen Ovale, naar het slagaderlijk bloedvatstelsel (onder meer de hersenen, het evenwichtsorgaan) kunnen overgaan en een decompressie-ongeval veroorzaken. Duikers die een longaantasting door COVID-19 hebben gehad, moeten zich gedurende een langere tijd (na medisch groen licht om terug te beginnen duiken) beperken tot duiken binnen de NoDecoLimits van hun computer, dus zonder dat op eender welk moment van de duik, verplichte decompressiestops aangeduid worden.
- Het SARS-CoV-2 virus kan ook hartaantasting geven daar het virus zich niet alleen in de longen, maar ook in hart- en bloedvaten kan bevinden. Patiënten die COVID-19 doormaken kunnen hartschade oplopen, zelfs zonder veel symptomen. Dat kan - samen met de effecten van de longaantasting - een nadelige invloed hebben op de inspanningscapaciteit. Het zou dus ook een groter risico kunnen inhouden op immersie-longenoeдем.
- Er is momenteel niets geweten over eventueel verhoogde gevoeligheid voor zuurstoftoxiciteit thv de longen na Covid-19. Voorzichtigheidshalve wordt daarom geadviseerd dat technische duiken, waarbij gedurende een langere periode een ademgas met ppO₂ van 1.0 ATA of hoger geademd wordt te vermijden zijn. Idem voor 'Nitrox' duiken: voorlopig advies om een maximale ppO₂ van 1.0 ATA niet te overschrijden.

Namens VVW duiken:
De Commissie Hulpverlening duiken
De Medische Commissie

Dion D'Hoop
Voorzitter Raad van Bestuur
dion.dhoop@vww-duiken.be

VVW-Duiken vzw
Beatrijslaan 25
B-2050 Antwerpen
☎ +32 (0)3 2196969

Website: <https://www.vww-duiken.be>

email: secretariaat@vww-duiken.be