

FAQ riguardanti l'attività subacquea¹ Parte I

Quesito: "Neurinoma del nervo acustico ed attività subacquea"

Domanda: sono un sub dal 1974 e mi dedico alla fotografia, in particolare la macro, in giro per il mondo. Tre mesi fa, a causa di un improvviso abbassamento della soglia uditiva dell'orecchio destro, mi è stato diagnosticato un neurinoma del nervo acustico (di 2,5 cm) per il quale sarò operato fra un mese. Nel frattempo ho continuato ad immergermi senza problemi.

Il quesito: escludendo qualsiasi tipo di complicazione successiva all'intervento (spero!) quanto tempo dovrà passare prima che io possa nuovamente mettere la testa sott'acqua ?

Risposta: *ti consiglio di aspettare circa sei mesi per consentire il recupero della funzione del nervo. Ovviamente sempre che non ci siano state complicanze e sempre valutando l'eventuale deficit uditivo. Una sordità completa monolaterale rappresenta una controindicazione all'attività subacquea in quanto, un barotrauma o un incidente da decompressione vestibolare all'orecchio sano, potrebbe portare ad un deficit uditivo anche a questo orecchio e quindi ad un'invalidità importante.*

Quesito: "Chiazze rosse all'addome post-immersione. Di cosa si tratta?"

Domanda: faccio immersioni da oltre 10 anni , il mio brevetto è DIVEMASTER PADI. Talvolta finita l'immersione mi ritrovo con chiazze rosse pruriginose e dolorose al tatto intorno all'ombellico ed immediatamente sotto che di solito permangono per qualche giorno . Non dovrebbe essere MDD poichè sono localizzate solo in quel posto. La mia prima valutazione è che dovrebbero essere causate dall'attrito con la cintura dei pesi.

Lei cosa ne pensa?

Risposta: *mi sembra difficile che il quadro sia causato dall'attrito della cintura in quanto la indossa sopra la muta, in ogni modo se Lei pensa possa trattarsi della cintura provi a spostare i pesi nel gav (è l'unica prova che può fare). Un'altra cosa che può controllare è che non si tratti di "succhiotti" fatti dalla muta. In ogni modo, dalla tipologia di macchie, dai sintomi e dalla localizzazione non escluderei un incidente da decompressione cutaneo.*

Soffre per caso di qualche malattia?

Quesito: "Giramento di testa in immersione. A cosa è dovuto? "

Domanda: durante un'immersione in acque dolci (lago) entro i 40 mt, capita che a volte sopraggiunga un giramento di testa in prossimità del decimo minuto.

Dopo pochi secondi 10-15 il tutto passa. A cosa può essere dovuto? Il profilo dell'immersione è stato il seguente:

prof max 35 metri, temperatura di 12 gradi, tempo di fondo 15 minuti, tempo totale dell'immersione 68 minuti

¹ Le domande sono state estrapolate da un archivio di richieste di informazioni, costituiscono dunque semplicemente un riferimento generico per l'utenza e si raccomanda vivamente di effettuare le dovute visite e analisi presso i propri medici e specialisti.

L'immersione è stata effettuata con rebreather a circuito chiuso elettronico, con filtro nuovo e gas analizzati in precedenza. A livello log del rebreather anche la ppO2 è sempre stata stabile a 1.30 per tutta la durata dell'immersione senza variazioni.

Non sono affetto da patologie particolari (almeno a mia conoscenza ora).

Risposta: *potrebbe essere il freddo o un problema di respirazione (iperventilazione o accumulo di CO2).*

Vista la profondità e l'alta pressione parziale di ossigeno (e quindi bassa di azoto) mi sentirei di escludere la narcosi da azoto. Sarebbe interessante sapere il carico di lavoro (ha faticato in acqua, è andato in iperventilazione, era stressato?) per avere qualche informazione sul consumo di ossigeno e sulla produzione di CO2. La temperatura dell'acqua non è particolarmente bassa ma dipende da che muta indossava. Una stagna? Nel qual caso il collarino stinge? Il cappuccio veste bene o schiaccia la testa o stringe?

Quesito: "Sinusite cronica ed attività subacquea"

Domanda: ho la sinusite cronica. Una RMN al massiccio facciale ha evidenziato presenza di catarro/muco nei seni frontali e mascellari. Questo da sempre, perlomeno da quando mi immergo. Quando mi immergo c'è qualche dolorino...qualche sfiatamento da far fare...ma pian piano scendo e poi tutto ok. Non sto molto fondo...a me non piace...15 metri è la mia media...non faccio picchiate...ne risalite a fulmine...me ne sto tranquillo... All'uscita mi soffio il naso e esce muco con qualche rigagnolo di sangue, ma senza sanguinamenti copiosi dal naso...è proprio 'impastato' con il muco... Il fatto è che dopo sto da Dio..mi sento libero e leggero come non lo sono mai...gli dò delle belle sgorgate... Vorrei solo essere tranquillo che quel sangue non è preoccupante..

Cosa ne dice?

Risposta: *il sangue che vedi è dovuto alla rottura di capillari. Non è niente di preoccupante però sarebbe meglio evitarlo. Cerca di eliminare il catarro prima delle immersioni facendo delle pulizie delle cavità nasali; evita inoltre quegli alimenti che aumentano la produzione di catarro o "gonfiano" le mucose (latte e derivati, agrumi, alcolici).*

Quesito: "Rinite allergica ed immersioni"

Domanda: mi sto avvicinando al mondo della subacquea, tuttavia soffro di rinite allergica quindi sono periodicamente sotto cure di leggeri antistaminici che prendo prima di andare a dormire. Il mio allergologo dice che posso tranquillamente effettuare immersione, lei cosa ne pensa? Cosa consiglia? Qual è il suo parere?

Risposta: *se la rinite allergica non le causa problemi di compensazione non ci sono controindicazioni all'attività subacquea. Sono d'accordo con l'assunzione serale dell'antistaminico per evitare l'eventuale sonnolenza causata dal farmaco.*

Quesito: "Assunzione di farmaci antinfiammatori ed antibiotici. Ci si può immergere?"

Domanda: quanto influiscono i farmaci antidolorifici/anti infiammatori sull'attività subacquea? Mi riferisco ai farmaci da banco; mi è stato detto di evitare l'ibuprofene e simili, meglio nimesulide e aspirina in caso di necessità a ridosso dell'immersione. Da evitare anche di immergersi durante un ciclo di antibiotici. Le chiedo conferma di tutto ciò ed eventualmente quanto bisogna aspettare per potersi immergere dopo queste assunzioni.

Risposta: ritengo non ci sia grande differenza tra un antinfiammatorio ed un altro. Per quanto riguarda gli antibiotici.....è normalmente la patologia che ne determina l'assunzione ad essere una controindicazione all'attività subacquea. Una nota a parte per i chinolonici che "indeboliscono" i tendini ed è quindi sconsigliato praticare sport in generale durante l'assunzione di tali antibiotici.

Quesito: "Sinusite ed attività subacquea"

Domanda: a fine settembre durante un' immersione dove, come al solito, facevo fatica a scendere, la guida impaziente mi ha ficcato in tasca 2 kg supplementari ed io, senza neanche rendermene conto, mi sono trovata a 10 mt in pochi secondi. Ho compensato malamente. Al momento di uscire dall'acqua ho avvertito delle forti fitte alla testa che mi sono passate quasi subito. Nella seconda immersione, sono scesa ad una velocità normale compensando regolarmente ma al momento di uscire dall'acqua ho avuto nuovamente le fitte alla testa. Da allora ho un leggerissimo dolore ad un orecchio (più che latro un fastidio) ed un leggerissimo ma costante mal di testa. Mi devo preoccupare? Da allora non ho più avuto occasione di immergermi.

Risposta: preferisco non commentare l'aggiunta dei 2 kg di zavorra.....Le fitte alla testa fanno pensare alla presenza di catarro nei seni paranasali, catarro che probabilmente è anche nelle tube. La presenza di dolore all'orecchio indica che la difficoltà di compensazione ha danneggiato (in maniera più o meno importante) il timpano o altre parti dell'orecchio. Ti consiglio di farti vedere quanto prima da un otorino che farà agli esami opportuni per valutare l'accaduto, i danni ed impostare l'eventuale terapia.

Quesito: "Infarto miocardico ed attività subacquea"

Domanda: ho avuto un infarto miocardico acuto esordito con fibrillazione ventricolare. Sono affetto da coronaropatia critica monovasale, trattata con angioplastica ed impianto stent non medicato su coronaria destra. Evidenza di diffuso vasospasmo coronarico. Ovviamente al momento la subacquea è stata accantonata.....ma nel futuro ?????????? Potrò riprendere a fare immersioni regolarmente?

Risposta: il quadro descritto è sicuramente critico. Bisogna far passare dai 6 mesi ad un anno per far stabilizzare completamente il quadro. Passato questo tempo dovrà fare una serie di esami (ecocardiogramma, prova da sforzo, ECG Holter, eventuale coronarografia) da concordare anche col cardiologo in base alle condizioni del momento. Una volta fatti gli esami consiglio una visita con un medico sportivo che abbia anche competenze subacquee. Vista la condizione attuale vedo difficile un'idoneità incondizionata mentre più probabile un'idoneità "parziale" / "con limitazioni".

Quesito: "microperforazione della membrana timpanica ed attività subacquea"

Domanda: è possibile subire una microperforazione alle membrana timpanica e continuare a fare immersioni? L'ho subita circa 3 anni fa e l'otorino mi ha detto che è totalmente risolta ma mi ha consigliato di non fare più immersioni.

Risposta: una microperforazione timpanica, se ben guarita senza esiti, non è una controindicazione all'attività subacquea. Spesso gli otorini che non si occupano di subacquea, pur essendo ottimi medici, tendono a liquidare la cosa dicendo di non fare più immersioni. Le

consiglio di fare una visita da un otorino che abbia competenze subacquee che saprà indicarLe gli esami da fare per vedere se il timpano ha ancora la giusta elasticità e per capire cosa ha portato alla perforazione.

Quesito: "apnee notturne ed ipertensione. Idoneo per attività subacquea?"

Domanda: soffro di apnee notturne e sono iperteso, per il resto godo di ottima salute. Posso praticare attività subacquea con bombole?

Risposta: impossibile dare una risposta precisa senza vedere la documentazione relativa alle apnee e al quadro ipertensivo. Diciamo che non sono patologie che controindicano in maniera assoluta l'attività subacquea, ma sicuramente bisogna valutare attentamente entrambe le cose e successivamente fare una visita di idoneità con prova da sforzo che permette di monitorare la pressione durante lo sforzo.

Quesito: "Muco nel naso e difficoltà di compensazione"

Domanda: sono un ragazzo di 27 anni e mi sto avvicinando alla subacquea. Ho provato qualche immersione in un dive center in vacanza però ho riscontrato dei problemi a compensare e mi sono fermato a -6m. Il problema potrebbe riguardare la presenza di muco che ho frequentemente in naso e gola? Cosa mi consiglia?

Risposta: effettivamente la causa potrebbe proprio essere la presenza di muco. Le consiglio di eseguire una visita dall'otorino il quale, attraverso esami specifici, sarà in grado di capire esattamente il problema ed impostare la terapia.

Quesito: "Incidente da decompressione neurologico. Quando tornare in acqua?"

Domanda: qualche giorno fa, dopo un'immersione a circa 44 metri, ho avuto un'embolia. Non sentivo più il braccio e la gamba destra e non riuscivo a parlare bene. Sono andato in camera iperbarica e sono uscito senza avere alcun sintomo. Dopo 5 giorni, visto che mi sentivo bene, ho rifatto un'altra immersione a circa 30 metri ma, dopo essere uscito, ho cominciato ad avere giramenti di testa che mi sono durati per qualche ora. Come mai ho avuto questi giramenti di testa? Quanto tempo deve passare per potermi riimmergere a quelle profondità?

Risposta: dopo un incidente da decompressione come il Suo (con sintomi neurologici periferici e centrali) deve passare molto più tempo prima di tornare in acqua: di solito si consigliano circa 30 giorni dalla scomparsa dei sintomi. Ovviamente il ritorno in acqua deve essere preceduto da una visita medica che attesti l'idoneità. E' inoltre essenziale capire se l'incidente si è verificato per un errore nel profilo o perchè c'è qualcosa che non va nell'organismo: nel secondo caso è essenziale risolvere il problema prima di tornare ad immergersi (e quindi potrebbero volerci anche più di 30 giorni). Nel Suo caso, visto che il problema si è ri-presentato viene da pensare che ci sia qualche problema nel Suo organismo. E' perciò necessario a questo punto che interrompa l'attività subacquea e faccia degli accertamenti

Quesito: "Extrasistolia ventricolare in terapia con beta-bloccanti. Posso immergermi?"

Domanda: soffro di extrasistolia ventricolare trattata con un farmaco betabloccante. Immersioni sì o no? E se "immersioni sì" meglio limitare la profondità?

Risposta: *il quadro che descrive, pur nella specificità, è comunque "generico". Dipende dal numero di extrasistoli, dalla causa, dai sintomi, etc. Prima di decidere per un'eventuale idoneità bisognerebbe vedere un po' di esami cardiologici (prova da sforzo, ECH Holter, ecocardio, etc) e non solo. Il farmaco invece non è ottimale per chi si immerge a causa del rallentamento del battito cardiaco che determina. Per quanto riguarda la profondità delle immersioni.....bisognerebbe prima valutare l'idoneità poi le eventuali limitazioni.*

Quesito: "Vertigini in immersione: quale causa?"

Domanda: *ad ogni immersione che sia a 5 mt o a 30, in discesa o in risalita ho un giramento di testa dovuto secondo me alle orecchie ma non so cosa esattamente. Venti giorni fa sono stato due giorni in Croazia, ho fatto alcune immersioni.....solito problema, in più però alla fine mi dava un pò fastidio l'orecchio sinistro e me lo sono sentito tappato per una settimana. Oggi ho spiegato tutto ad un otorino il quale non ha riscontrato nulla nel mio orecchio: mi ha fatto un test che mi ha detto essere importante nella subacquea (non ricordo il nome) ma è risultato negativo. Non so cosa fare o pensare a proposito sono un super neofita con 15 immersioni!!*

Risposta: *è verosimile che si tratti di un problema di compensazione (visto cosa dici dell'orecchio sinistro) con secondaria sollecitazione dell'orecchio interno. Gli esami indicati sono l'impedenzometria e l'esame della funzionalità tubarica. Se questi risultano negativi bisogna cercare la causa della difficile compensazione altrove (per esempio in una non corretta occlusione dentale, problemi posturali, etc).*

Quesito: "Subacquea.....sport pericoloso?"

Domanda: *per porre il mio quesito riporto un estratto di un articolo pubblicato su un giornale. "Fra le attività marine "estreme" la più affascinante e pericolosa è lo sport subacqueo, sia in apnea che col respiratore, perché mette sotto sforzo gli organi dell'apparato cardiovascolare e respiratorio. Ogni 10 metri di profondità si ha un aumento di un'atmosfera, fino ad arrivare a una pressione di quattro a 30 metri: tutto ciò provoca l'aumento di frequenza cardiaca e pressione sistolica, sovraccaricando il cuore destro, che comunica con il circolo polmonare. Con conseguenze anche mortali come la "sincope da Apnea" e l'"anossia", riduzione della percentuale di sangue ossigenato nel corpo". Mi chiedo: la subacquea è uno sport pericoloso?*

Risposta: *da medico subacqueo nonché subacquea praticante non mi stancherò mai di dire che l'attività subacquea non è uno sport pericoloso bensì è uno sport che si pratica in un ambiente straordinario.....Per questo motivo non ci si può permettere di fare subacquea se le condizioni di salute non sono ottimali: un piccolo problema in superficie può diventare un grosso problema sott'acqua. L'apnea è ovviamente più "impegnativa" per il nostro organismo già di base e quindi richiede una preparazione atletica migliore (cosa che il subacqueo con bombole spesso tralascia perché "aiutato" dal gav.....e questo purtroppo è un grave errore).*