

Hälsodeklaration

Konfidentiell information

Läs igenom detta innan du skriver under.

Detta är ett intyg där du informeras om några potentiella riskmoment vid dykning och det uppförande som krävs av dig för den aktivitet du skall delta i. Din underskrift krävs för att du skall få påbörja kursen som arrangeras av:

instruktör: _____

och skola: _____

Läs igen texten på denna blankett noggrant innan du skriver under. Du skall fylla i den egna hälsodeklarationen innan du får delta i dykkursen. Om du inte är myndig, måste blanketten skrivas under av någon av dina föräldrar/målsman.

Dykning kan vara en spännande och krävande aktivitet. När dykningen utförs på ett riktigt sätt med rätt tekniker är den mycket säker. Om säkerhetsreglerna inte följs kan detta leda till fara.

Namn _____

Telefon _____

Avsikten med dessa frågor om din hälsa är att ta reda på om du behöver undersökas av en läkare innan du påbörjar dykkursen. Svarar du ja på någon av frågorna om din hälsa betyder detta inte automatiskt att du inte kan dyka, utan det innebär bara att du kan ha en skada eller sjukdom som kan påverka din säkerhet vid dykning. Dessa indikationer måste därför diskuteras med läkare.

- ___ Kan du vara gravid, eller försöker du att bli gravid?
- ___ Tar du regelbundet receptbelagd medicin eller annan medicin (med undantag för p-piller)?
- ___ Är du över 45 år och gäller en eller flera av nedanstående punkter dig?
 - Röker pipa, cigarr eller cigaretter?
 - Har höjd kolesterolnivå
 - Har haft hjärtinfarkt eller hjärnblödning i släkten
 - Är under medicinsk behandling
 - Har högt blodtryck
 - Har diabetes (även om den regleras genom dieten)

Har du tidigare haft eller har du för närvarande....

- ___ Astma, ansträngd andning, eller pipande andning vid träning?
- ___ Ofta förekommande eller kraftiga anfall av hösnuva eller allergi?
- ___ Ofta förkylning, bihåleproblem eller bronkit?
- ___ Någon form av lungsjukdom?
- ___ Pneumatorax (lungkollaps)?
- ___ Andra sjukdomar i bröstet eller operation i bröstkorgen?
- ___ Beteendemässiga, mentala eller psykologiska problem (panikanfall, ångest för slutna rum eller öppna platser)?
- ___ Epilepsi, krampanfall, konvulsioner eller tar mediciner för att förhindra detta?
- ___ Periodisk migrän eller tar mediciner mot detta?
- ___ Tidigare haft besvär med svimning (helt eller delvis förlorat medvetandet)?
- ___ Ofta förekommande eller kraftig åksjuka (sösjuka eller åksjuka, etc.)?

För att kunna dyka säkert kan du inte vara extremt överviktig eller ha dålig kondition. Under vissa förhållanden kan dykning vara mycket ansträngande. Du kan inte heller ha allvarliga sjukdomar i luftvägarna eller i hjärt/kärlsystemet. Kroppens luftfyllda hålrum måste fungera utan några allvarliga problem. En person med hjärtproblem, förkylning, epilepsi, allvarliga medicinska problem eller som är påverkad av alkohol eller droger bör inte dyka.

Om du använder medicin bör du konsultera läkare eller din instruktör före du deltar på kursen, och även efter kursen, för att få reda på om medicinen påverkar dykningen. Din instruktör kommer att lära dig de viktigaste säkerhetsreglerna för andning och tryckutjämning vid dykning. Felaktig användning av dykutrustningen kan medföra allvarliga skador. Du skall därför gå en kurs under direkt övervakning av en instruktör, så att du lär dig rätt användning.

Om du har ytterligare frågor om denna hälsodeklaration skall du diskutera dessa med din instruktör innan du skriver under.

Personnummer _____

Mail _____

Besvara nedanstående frågor med ett **JA** eller ett **NEJ**. Är du osäker skall du svara **JA**. Om någon av dessa frågor gäller dig, måste du ta kontakt med en läkare för att få ett godkännande innan du deltar i någon dykaktivitet. Bifogat till denna blankett finns "RSTC Guidelines for Recreational Scuba Diver's Physical Examination" som läkaren skall använda vid bedömningen.

- ___ Dysenteri eller dehydrering som krävt medicinsk behandling?
- ___ Varit utsatt för dykolycka eller tryckfallssjuka?
- ___ Problem med att utföra moderat fysiskt arbete (som att gå 1600 meter på kortare tid än 12 minuter)?
- ___ Huvudskada med medvetlöshet under de senaste 5 åren?
- ___ Ständiga ryggproblem?
- ___ Genomgått ryggoperation?
- ___ Diabetes (sockersjuka)?
- ___ Problem med rygg, arm eller ben efter operation, olycka eller fraktur?
- ___ Högt blodtryck eller tar mediciner för att kontrollera detta?
- ___ Hjärtsjukdom?
- ___ Hjärtinfarkt?
- ___ Kärlkramp, hjärtoperation eller operation i kärlsystemet?
- ___ Bihåleoperation?
- ___ Sjukdom eller operation i öron, problem med hörsel eller balans?
- ___ Upprepade problem med öronen?
- ___ Blödning eller andra blodsjukdomar?
- ___ Bråck?
- ___ Magsår eller opererad för magsår?
- ___ Stomioperation?
- ___ Missbruk av läkemedel, narkotika eller alkohol under de senaste 5 åren?

De upplysningar jag gett om min hälsa är riktiga enligt min kännedom om min situation. Jag inser att jag själv har fullt ansvar för utelämnade upplysningar om uppenbara existerande eller tidigare medicinska förhållanden.