

אנא קרא ביסודיות לפני החתימה (השאלון כתוב בלשון זכר אך מתייחס לשני המינים כאחד) כדי לצלול עם סקובה בביטחה עליך לא להיות בעל משקל יתר או לא בכושר. צלילה עלולה להיות מאומצת תחת תנאים מסוימים. מערכת הנשימה ומחזור הדם שלך צריכים להיות במצב בריאותי טוב. כל חללי האויר בגוף שלך צריכים להיות במצב נורמאלי ובריא. אדם עם מחלה בעורקים, מקורר, עם גודש, אפילפטי, עם בעיה בריאותית קשה או שנמצא תחת השפעה של אלכוהול או סמים אסור לו לצלול. אם יש לך אסטמה, מחלת לב, מצב רפואי כרוני אחר או שאתה לוקח תרופות על בסיס קבוע כדאי להתייעץ עם הרופא שלך ועם המדריך שלך לפני שתשתתף בתוכנית זו ולאחר מכן על בסיס קבוע עם השלמת תוכנית זו. כמו כן אתה תלמד מהמדריך כללי בטיחות חשובים לגבי נשימה ואיזון בזמן צלילת סקובה. שימוש לא נכון בצידוד סקובה עלול לגרום לפציעה חמורה. אתה חייב להיות מודרך ביסודיות בשימוש תחת פיקוח ישיר של מדריך מוסמך כדי להשתמש בו בביטחה. אם יש לך שאלות נוספות בקשר להצהרה הרפואית או סעיף השאלון הרפואי, עבור עליהם עם המדריך שלך לפני החתימה.

הצהרה זו אתה תיוודע למספר סיכונים אפשריים אשר כרוכים בצלילת סקובה ולהתנהגות הנדרשת ממך במהלך תוכנית אימון הסקובה. חתימתך על הצהרה זו נדרשת כדי להשתתף בתוכנית אימון הסקובה המוצעת

על ידי \_\_\_\_\_  
מדריך \_\_\_\_\_  
-1 \_\_\_\_\_ אשר ממוקם \_\_\_\_\_  
מתקן/מועדון \_\_\_\_\_  
בעיר \_\_\_\_\_ מחוז \_\_\_\_\_

קרא הצהרה זו לפני שאתה חותם עליה. אתה חייב להשלים את ההצהרה הרפואית הזאת אשר כוללת חלק של שאלון רפואי כדי להשתתף בתוכנית אימון הסקובה. אם הינך קטין עליך להחתים הורה או אפוטרופוס על הצהרה זו. צלילה היא פעילות מרגשת ותובענית. כאשר מבוצעת נכון, עם טכניקות נכונות הינה פעילות בטוחה יחסית, אך כאשר לא מצויתים לנהלי בטיחות מבוססים קיימים סיכונים.

## שאלון רפואי לצוללים למשתתף:

נא לענות בשאלות הבאות על מצבך הרפואי בעבר או בהווה עם **כן** או **לא**. אם אתה לא בטוח, ענה **כן**. אם אחד מסעיפים אלו חלים עליך, אנחנו חייבים לבקש ממך להתייעץ עם רופא לפני ההשתתפות בצלילת סקובה. המדריך שלך יספק לך הצהרה רפואית של RSTC והנחיות לבדיקה הגופנית של צולל ספורטיבי כדי שתקח לרופא שלך.

מטרתו של שאלון רפואי זה היא לברר האם עליך להיבחן על ידי הרופא שלך לפני שתשתתף באימון צלילה ספורטיבית. תשובה חיובית לשאלה אינה בהכרח פוסלת אותך מצלילה. תשובה חיובית אומרת שיש מצב קיים מראש שעלול להשפיע על בטיחותך בעת צלילה ואתה חייב לבקש את עצתו של הרופא שלך לפני שאתה עוסק בפעילויות צלילה.

- \_\_\_\_\_ דיזינטריה או התייבשות עם התערבות של תרופות?
- \_\_\_\_\_ האם עברת תאונת צלילה או מחלת דקומפרסיה?
- \_\_\_\_\_ חוסר יכולת בביצוע מאמץ גופני מתון (לדוגמא הליכת 1.6 ק"מ תוך 12 דקות)?
- \_\_\_\_\_ פגיעת ראש עם אובדן הכרה בחמש השנים האחרונות?
- \_\_\_\_\_ בעיות גב חוזרות?
- \_\_\_\_\_ ניתוחים בגב או בעמוד שדרה?
- \_\_\_\_\_ סוכרת?
- \_\_\_\_\_ בעיה בגב, יד או רגל בעקבות ניתוח, פציעה או שבר?
- \_\_\_\_\_ לחץ דם גבוה או לוקח/ת תרופות לשליטה בלחץ הדם?
- \_\_\_\_\_ מחלות לב?
- \_\_\_\_\_ התקפי לב?
- \_\_\_\_\_ אנגינה, ניתוח לב או ניתוח בכלי הדם?
- \_\_\_\_\_ ניתוח בסינוסים?
- \_\_\_\_\_ מחלות אוזניים או ניתוח, אובדן שמיעה או בעיות שיווי משקל?
- \_\_\_\_\_ בעיות אוזניים חוזרות?
- \_\_\_\_\_ דימומים או הפרעות דם שונות?
- \_\_\_\_\_ בקע (קילה)?
- \_\_\_\_\_ כיב (אולקוס) או ניתוח אולקוס?
- \_\_\_\_\_ ניתוח במעי הגס (קולוסטומיה) או בפיום המעי העקום (אילאוסטומיה)?
- \_\_\_\_\_ שימוש או טיפול גמילה מסמים, או אלכוהוליזם בחמש השנים האחרונות?

- \_\_\_\_\_ האם את בהריון או מנסה להרות?
- \_\_\_\_\_ האם אתה לוקח כרגע תרופות במרשם? (למעט גלולות נגד היריון או נגד מלריה)
- \_\_\_\_\_ האם אתה מעל גיל 45 ויכול לענות **כן** לאחד או יותר מהבאים?
  - \* מעשן מקטרת, סיגרים או סיגריות
  - \* סובל מרמת כולסטרול גבוהה
  - \* במשפחתך ישנה היסטוריה של התקפי לב או שבץ מוחי
  - \* מקבל כרגע טיפול רפואי
  - \* לחץ דם גבוה
  - \* סוכרת גם אם נשלטת על ידי תזונה בלבד
- \_\_\_\_\_ **האם היה לך בעבר או יש לך כעת...**
- \_\_\_\_\_ אסטמה או צפצופים בנשימה או צפצופים במאמץ?
- \_\_\_\_\_ התקפים קשים של אלרגיות או קדחת השחת לעיתים תכופות?
- \_\_\_\_\_ הצטננות, סינוסיטיס או ברונכיטיס לעיתים תכופות?
- \_\_\_\_\_ סוג כלשהו של מחלת ריאות?
- \_\_\_\_\_ קריסת ריאה (פניאומוטורקס)?
- \_\_\_\_\_ מחלות ריאות או ניתוחי בית חזה?
- \_\_\_\_\_ בעיות התנהגות נפשיות או בעיות פסיכולוגיות (התקפות פניקה, פחד ממקומות סגורים-קלסטרופוביה או פתוחים-אגורפוביה)?
- \_\_\_\_\_ אפילפסיה, פרכוסים, עוויתות או לוקח תרופות כדי למנוע אותם?
- \_\_\_\_\_ כאבי ראש מסובכים חוזרים ממיגרנות, או הנך לוקח תרופות כדי למנוע אותם?
- \_\_\_\_\_ התעלפויות או אובדן הכרה חלקי/מלא?
- \_\_\_\_\_ סובל לעיתים תכופות ממחלת תנועה (מחלת ים, בחילה בנסיעה, הקאה וכד')?

המידע שסיפקתי על ההיסטוריה הרפואית שלי הוא מדויק למיטב ידיעתי. אני מסכים לקחת אחריות למחדל בנוגע לכישלון שלי לחשוף כל מצב בריאותי קיים או ישן.

