

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 בבטחה. 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:

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.

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.

- _____ 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.

