

La Narcose au niveau 3

- 1 introduction
- 2 rappels de physique
- 3 **les symptômes**
- 4 **les causes**
- 5 **La Conduite à tenir**
- 6 **La Prévention**

1) **Introduction** : On considère qu'à partir de 35 mètres, tous les plongeurs sont plus ou moins **Narcosés**

On sait que les gaz concernés sont l'Azote (N₂) et le gaz carbonique (CO₂).

2) **Rappels** :

Air = P.P. de N₂ + P.P. de O₂ + P.P. de CO₂ + P.P. des gaz rares = P.T. du gaz
Pressions partielles des gaz (seuil de toxicité Azote = 4b. O₂ = 1,6b.)

Mariotte = augmentation de la pression à la descente (+ pression = - de volume)

$P \times V = \text{constante}$, si la $T^\circ \nearrow$ la constante \nearrow (loi de Charles)

3) **les symptômes** : sensation d'euphorie, d'anxiété ou d'agressivité, perte de mémoire vive (regards

Répétés sur les instruments), accentuation du dialogue intérieur, comportement irraisonné, déséquilibre, agitation, divagation, perte des repère profondeur/temps, syncope...

4) **les causes**: augmentation des P.P. de N₂ et de CO₂ lors de la descente = narcose.

Si les P.P. de N₂ et de CO₂ \nearrow rapide = la narcose est brutale, elle est fonction de la vitesse de descente, de l'individu (tissus, entraînement, fatigue), de l'environnement (froid, stress).

5) **La Conduite à tenir**: se connaître et connaître ses limites à la narcose, se surveiller mutuellement,

S'accoutumer progressivement, dès les premiers symptômes remonter, intervenir rapidement sur ses équipiers. Mettre en place des signes avant la plongée EX : tous les 10 m = signe OK

6) **La Prévention** : si fatigue, anxiété, début de semaine = pas de plongée profonde.

Prévoir trois plongées de réadaptation à la profondeur en début de semaine, et augmenter progressivement, connaître ses limites et ses équipiers, prévoir une **procédure de plongée précise** pendant la descente et au fond,

En cas de plongée profonde, **planifier : signes, profondeur précise, temps, air et déco et respect impératif des conventions de départ.**

L'entraînement en à l'effort en piscine et une bonne condition physique est un plus.