

## Update 9 april 2022 van de adviezen dd. oktober 2021



Duikgeschiktheidsadvies van de geneeskundige commissies VVW-NELOS-LIFRAS in kader van de Covid-19-problematiek

Namens de leden van de Geneeskundige Commissies VVW, NELOS en LIFRAS:

Rekening houdend met de voortschrijdende inzichten inzake Covid-19 (ziektebeelden, verloop, mogelijke complicaties, lange termijneffecten), hebben onze geneeskundige commissies besloten het vorige advies 'Covid-en-duiken' daterende van oktober 2021 aan te passen.

We beseffen dat een groot deel van de Covid-besmettingen niet langer gepaard gaat met ernstige symptomen, maar willen wel benadrukken dat er verschillen blijven tussen Covid-infecties en klassieke verkoudheden. Vooral de mogelijke complicaties op langere termijn thv hart en longen en het vaststellen van een 'long-Covid' entiteit, maken dat voorzichtigheid geboden blijft en dat elke duiker zijn/haar eventuele symptomen kritisch moet evalueren en zo nodig advies moet inwinnen. Het voorzichtigheidsprincipe, dat ook in de adviezen van vb. SKA (Sport- en Keuringsartsen) gehanteerd wordt, blijft onverminderd gelden.

### **1. Voor de duikgeschiktheidsadviezen na Covid-19 infectie, geldt volgende aanpassing:**

'Groep 2' (positief getest, maar niet ziek of positief getest en mild/matig ziek) wordt opgesplitst in 2 groepen:

2A: Duikers met een positieve test, ofwel zonder symptomen, ofwel met lichte symptomen (zoals neusloop, keelpijn, reuk- of smaakverlies, niet productieve hoest, spierpijn en/of koorts  $\geq 38^{\circ}\text{C}$ ), maar terug klachtenvrij zijn binnen de 3 dagen na start symptomen of na positieve test

- a. Duikverbod 7 dagen vanaf de positieve test EN na het verdwijnen van de symptomen
- b. Aan het einde van deze periode is een geleidelijke hervatting van de activiteit toegestaan, zonder verplichting tot medische herbeoordeling, op voorwaarde dat de fysieke conditie bewaard gebleven is/hersteld werd en de duiker volledig klachtenvrij is. Zo toch klachten is overleg met een arts geïndiceerd.
- c. De zelfevaluatievragenlijst blijft een handig hulpmiddel om de evaluatie te ondersteunen.

2B: Duikers met een positieve test, en symptomen die langer dan 3 dagen duren (zoals hoest, kortademigheid, aanhoudende koorts  $\geq 38^{\circ}\text{C}$ )

- a. Duikverbod gedurende minstens 28 dagen, te tellen vanaf het verdwijnen van de klachten.
- b. Aan het einde van deze periode is een geleidelijke hervatting van de activiteit toegestaan zonder verplichting tot medische herbeoordeling, op voorwaarde dat de

fysieke conditie bewaard gebleven is/hersteld werd en de duiker volledig klachtenvrij is. Zo residuele klachten is overleg met een arts geïndiceerd.

c. De zelfevaluatievragenlijst blijft een handig hulpmiddel om de evaluatie te ondersteunen.

De vaccinatiestatus heeft geen invloed op deze indeling.

Symptomen zoals pijn op de borst, uitgesproken moeheid, kortademigheid, koorts en hartkloppingen kunnen een waarschuwingssignaal zijn voor het optreden van complicaties, zoals vb. ontsteking van het hartzakje of de hartspier, en zijn altijd een signaal om een arts te contacteren. We kunnen niet genoeg benadrukken dat de hervatting van de sportactiviteit op een geleidelijke manier moet gebeuren, met vermijden van bruuske/intensieve belastingen. Het onderhouden van een goed conditioneel niveau blijft onverminderd geadviseerd om de duiksport op een veilige manier te kunnen beoefenen.

Tenslotte blijft gelden dat deze adviezen steeds aangepast kunnen en zullen worden i.f.v. nieuwe wetenschappelijke ontwikkelingen.

## **2. Voor wat betreft de adviezen i.v.m de uitwisseling van materiaal dat in de mond genomen wordt, tijdens zwembad- en buitenproeven:**

Momenteel is er onvoldoende wetenschappelijk bewijs om deze restrictie aan te houden, doch ook hier blijft grote voorzichtigheid geboden. Deelname aan de zwembadtraining als men verkouden of ziek is, wordt stellig afgeraden.

De andere [adviezen d.d. 11/2021](#) blijven gelden.

Namens de medische commissie

Dr. Kurt Tournoy, Dr. Karel Van Lauwe, Dr. Philippe Neuville, Vpk Karel Decaluwé

En mede namens de medische commissies van Nelos (Dr. Catherine De Maeyer) en LIFRAS (Dr. Paul-Henri Cerckel).