

Theoriefragen:

1. Wann schwimme und tauche ich nicht?

Nach dem Essen, mit vollem Magen, wenn man nicht gesund ist, kurz nach Erkrankungen, nach Alkoholgenuss

2. Wie gehst Du ins Wasser?

Wenn man sich an die Wassertemperatur gewöhnt hat (abkühlen), nicht in unbekannte Gewässer springen.

3. Was versteht man unter Hyperventilation?

'Überatmung' d.h. Wiederholtes schnelles & tiefes Ein- und Ausatmen

4. Warum ist Hyperventilation gefährlich?

Weil der natürliche Atemreflex verzögert wird, der Sauerstoffverbrauch aber weitergeht und es daher zu einer schlagartigen Bewusstlosigkeit kommt. (black-out)

5. Wann kommt es zum Muskelkrampf?

Bei Verwendung von zu kleinen und unpassenden Flossen, falscher Schwimmtechnik, Kälte

6. Darf man alleine tauchen?

Nein ! Oberstes Tauchgebot ist „**Tauche nie allein**“, damit Einer dem Anderen helfen kann.

7. Warum darf man bei Erkältung nicht tauchen?

Weil die Schleimhäute der Eustachischen Röhre angeschwollen sind und die Luft beim Druckausgleich nicht ins Innere des Ohres gelangen kann.

8. Warum keine Ohrenstöpsel?

Weil durch den zunehmenden Wasserdruck die Ohrenstöpsel in den Gehörgang gepresst werden und Verletzungen entstehen können.

9. Wann wird der Druckausgleich gemacht?

Der Druckausgleich wird sofort nach dem Abtauchen gemacht, noch ehe Schmerzen auftreten

10. Wie wird der Druckausgleich gemacht?

Mit Daumen und Zeigefinger wird die Nase zugehalten und durch die Nase wie zum ‚Schnäuzen‘ ausgeatmet.

11. Wozu kann ein Tauchermesser beim Schnorcheln dienlich sein?

Das Messer kann als Werkzeug zum Durchschneiden von Schnüren, falls man sich irgendwo verhängt hat, dienen.

Auch kann man damit akustische Signale durch Klopfen auf Steine oder Metall geben.

Theoriefragen:

12. Worauf achtest Du im Meer?

Auf ablandige Strömungen, Sturmwarnungen, Ebbe & Flut, hohe Wellen und Boote. Immer **Tauchboje mitnehmen!**

13. Was darf bei Langstreckenschwimmen, einer Seeüberquerung nicht fehlen?

Ein Beiboot mit Sicherungspersonen, bei schlechter Sicht Kompass, markante Landungspunkte merken wie Leuchttürme und Bojen

14. Warum musst Du beim tiefer Tauchen den Druck ausgleichen?

Damit in den Körperhöhlen kein Unterdruck entsteht und z.B. das Trommelfell reißt (sehr schmerzhaft), Stirnhöhlen, Kieferhöhlen und Augen (Brille belüften)

15. Warum soll ein Schnorchel nicht länger als 30cm sein?

Weil die Lunge einen zu hohen Wasserdruck nicht mehr überwinden kann; Auftreten von Pendelatmung (teilweises wiedereinatmen der ausgeatmeten Luft)

16. Was besagt das Archimedische Gesetz?

Ein Körper verliert unter Wasser so viel an Gewicht, wie das von ihm verdrängte Wasser wiegt.

17. Wann kann es beim Abtauchen zu Ohrenscherzen kommen?

Beim Abtauchen treten nur dann Ohrenscherzen auf, wenn nicht rechtzeitig ein Druckausgleich gemacht wird oder durch eine Erkältung nicht möglich ist.

18. Was geschieht, wenn das Trommelfell reißt?

Wenn das Trommelfell reißt, dringt Wasser ins Mittelohr ein. Das Innenohr ist nur durch eine dünne Knochenschicht vom jetzt wassergefüllten Mittelohr getrennt und durch den Kältereiz kann ein Schock ausgelöst werden. Dadurch kommt es zu Gleichgewichtsstörungen und manchmal zu Bewusstlosigkeit,

19. Wie viel Sauerstoff wird beim Atmen verbraucht?

Je nach Art der Tätigkeit wird 1/5 bis 1/6 des eingeatmeten Sauerstoffes vom Körper verbraucht. Der Sauerstoffanteil der Luft beträgt ca. **21%**

20. Was ist ein Barotrauma?

Ein Barotrauma ist eine Verletzung in Folge von Unterdruck und kann am ganzen Körper auftreten. Z.B. Trommelfellriß, Barotrauma der Augen, Zähne, ...

21. Wozu ist die Taucherbrille nötig?

Man braucht die Taucherbrille um unter Wasser klar sehen zu können, da das menschliche Auge beim direkten Kontakt mit Wasser die Gegenstände nicht mehr klar erkennen kann. Man hat dadurch 50 Dioptrien Weitsichtigkeit. Die Gegenstände erscheinen mit der Brille um 1/3 größer und 1/4 näher.