

# EXAMENS MEDICAUX

## REQUIS POUR TOUS LES PLONGEURS

---

### 1. Visite médicale annuelle

Bien que cette visite puisse être réalisée par n'importe quel médecin, il est fortement conseillé, dans la mesure du possible, de se faire examiner par un médecin pratiquant la plongée.

Elle comporte, en dehors de l'interrogatoire habituel et de l'examen général, un contrôle O.R.L., une épreuve d'effort testant le cœur gauche (épreuve de Ruffier).

Si une contre-indication à la plongée, inexistante lors de la visite médicale, devait se déclarer pendant cette période de douze mois, cela prévaut sur le certificat d'aptitude à la plongée. Dans ce cas l'aptitude à la plongée est bien entendu immédiatement suspendue. La liste des contre-indications à la plongée est reprise au verso du formulaire d'aptitude médicale à la plongée.

### Validité

La visite médicale est valable pour autant qu'elle soit datée au plus tôt du 1er septembre de l'année précédente et le reste jusqu'au 31 décembre de l'année en cours.

Exemples :

- 15 septembre 2016 valable jusqu'au 31/12/2017
- 28 février 2017 valable jusqu'au 31/12/2017
- 31 août 2017 valable jusqu'au 31/12/2017
- 1er septembre 2017 valable jusqu'au 31/12/2018

Ceci est valable pour l'obtention de la carte CMAS. Il est bien entendu, qu'une visite médicale reste valable 1 an de date à date si elle est passée entre le 1<sup>er</sup> janvier et le 31 août d'une année, mais il nous sera impossible de fournir la carte CMAS qui est valable jusqu'au bout de l'année suivante.

### 2. ECG sous effort (cycloergométrie ou électrocardiogramme sous effort)

L'examen de l'ECG à l'effort est obligatoire avant la présentation de la première épreuve en eau libre pour l'obtention du titre de plongeur 2\*.

Il doit être répété :

- tous les cinq ans jusqu'à 45 ans
- tous les deux ans de 45 à 55 ans
- tous les ans à partir de 55 ans

N.B. Ces examens sont :

- a) imposés par la LIFRAS,
- b) obligatoires pour obtenir la couverture de notre assurance en cas d'accident, c. requis pour
  - toute homologation de brevet,
  - toute présentation aux épreuves pratiques des divers brevets.

### 3. Grossesse

En cas de grossesse, l'aptitude à la plongée sous-marine est suspendue dès le moment où la grossesse est connue de la future maman. La grossesse constitue une contre-indication à la pratique de la plongée, y compris respirer de l'air sous pression en piscine. Les apnées de courte durée sont autorisées (nous recommandons de ne pas dépasser 30 secondes). Toutefois la pratique de la natation et de la nage avec palmes est un sport compatible et recommandé pendant la grossesse. L'inaptitude temporaire à la pratique de la plongée prend fin six semaines après l'accouchement, après avis médical favorable (l'avis du gynécologue obstétricien suffit).

## 4. Quid de l'autorisation de plonger après un accident

Après tout accident de plongée, même bénin, il est interdit de reprendre la plongée sans avoir passé un nouvel examen médical d'aptitude.

La commission Médicale LIFRAS peut donner un avis ou une recommandation au plongeur accidenté ou à son médecin, soit d'initiative, soit à la demande de toute partie intéressée.

La commission Médicale peut recommander :

- soit une inaptitude définitive,
- soit une prolongation de l'inaptitude temporaire,
- soit une aptitude sans réserve,
- soit une aptitude restreinte ou sous réserve.

### Après une fracture

La fracture entraîne une incapacité temporaire liée aux difficultés mécaniques qu'elle entraîne.

On considère donc généralement que l'aptitude à la plongée recommence dès que tous les mouvements nécessaires sont à nouveau possibles. Dans la plupart des cas simples, cela met 6 à 8 semaines, mais dépend d'une personne ou d'une fracture à l'autre.

Nous vous recommandons de voir avec l'orthopédiste qui vous suit à quel moment la mobilité et la force seront récupérées, et de reprendre vos activités sportives à ce moment, avec son accord.

