

TERVEYSSELVITYS

Seuraavassa kerrotaan sukellukseen liittyvistä terveydellisistä riskitekijöistä.

Tämän lomakkeen tarkoituksena on selvittää ne mahdolliset syyt, joiden takia sinulle on tehtävä lääkärintarkastus ennen sukellusharrastuksen aloittamista tai jatkamista. Jos sinulla esiintyy jokin allamainituista riskille altistavista tekijöistä, ei seurauksena välttämättä ole se, että et voisi harrastaa sukeltamista. Tällöin sinun on kuitenkin otettava yhteyttä sukelluslääkärintarkastuksia tekevään lääkäriin ja yhdessä hänen kanssaan on selvitettävä sukelluskelpoisuutesi ennen sukellustoimintaan osallistumista.

Lue lomake huolellisesti läpi ja osoita, että olet lukenut ja ymmärtänyt jokaisen kohdan merkitsemällä nimikirjaimesi tälle varattuun tilaan. Lomake tulee käydä läpi ja allekirjoittaa aina ennen sukelluskurssille osallistumista, sukellustoimintaan osallistuttaessa vuosittain tai erikseen pyydettyäessä. Sukellustapahtuman järjestäjä voi aina edellyttää tapahtumaan osallistuvilta allekirjoitettua terveys selvitystä. Jos olet alaikäinen, lomakkeeseen vaaditaan myös huoltajasi nimikirjaimet ja allekirjoitus.

Mikäli sinulla on kysymyksiä lomakkeesta, ota yhteyttä kouluttajaasi tai sukellusseurasi turvallisuusvastaavaan ennen lomakkeen allekirjoittamista.

OTA YHTEYTTÄ LÄÄKÄRIIN JOS	Nimikirjaimet
Saatat olla raskaana.	
Käytät säännöllisesti reseptilääkkeitä tai muita lääkkeitä (poikkeuksena ehkäisy).	
Sinulla on huomattava ylipaino (painoindeksi BMI(kg/m ²)>30).	
Olet yli 45-vuotias ja yksi tai useampi seuraavista koskee sinua	
Poltat piippua, sikareita tai savukkeita.	
Sinulla on korkea kolesterolitaso.	

OTA YHTEYTTÄ LÄÄKÄRIIN JOS SINULLA ON NYT TAI ON KOSKAAN OLLUT	Nimikirjaimet
Astma, hengenahdistus/hengitysvaikeus tai vinkuva hengitys fyysisen rasituksen aikana.	
Minkäänlaista keuhkosairautta	
Ilmarinta (pneumothorax).	
Rintakehään kohdistuva leikkaus.	
Ahtaan tai avoimen paikan kammo tai paniikkihäiriö.	
Epilepsia, kouristuskohtauksia, suonenvetoa tai käytät lääkkeitä välttääksesi niitä.	
Aikaisempia tajunnanhäiriöitä (kokonaan tai osittain menettänyt tajunnan).	
Sukellusonnettomuus tai sukeltajantauti.	
Sokeritauti (diabetes).	
Korkea verenpaine tai verenpainelääkitys.	
Mikä tahansa sydänsairaus tai rytmihäiriö.	
Korvasairauksia, kuulonalenema tai tasapainovaikeuksia.	
Veren hyytymisen häiriöitä (veritulppa tai vuototaipumus).	
Psyykkisiä sairauksia.	

TERVEYSSELVITYS

YMMÄRRÄN, ETTÄ MINUN EI TULE SUKELTAA JOS MINULLA ON TAI MINULLE KEHITTYY MITÄ TAHANSA SEURAAVISTA TILOISTA:	Nimikirjaimet
Flunssa, poskiontelotulehdus, tai mitään hengitysvaikeuksia (esim.keuhkoputkentulehdus, heinänuha)	
Akuutti migreeni tai päänsärky	
Tehty mitä tahansa kirurgiaa viimeisen 6 viikon aikana	
Elimistöissäni toimintakykyyni haitallisesti vaikuttavia aineita kuten lääkkeitä, huumausaineita tai alkoholia (myös krapula)	
Kuumetta, huimausta, pahoinvointia, oksentelua tai ripulia	
Korvien paineentasausongelmia	
Vatsahaava	
Raskaus	

OPPILAAN/SUKELTAJAN ALLEKIRJOITUS

Valitse toinen seuraavista vaihtoehdoista:

- A. Parhaan tietoni mukaan terveyteni on hyvä eikä mikään yllämainituista terveydellisistä riskitekijöistä koske minua.
- B. Olen selvittänyt mahdolliset riskitekijät lääkärin kanssa. Minut on todettu sukelluskelpoiseksi ja olen esittänyt lääkärintarkastuslausunnon tai kortin.

Mikäli terveydentilassani tapahtuu muutos sukelluskurssin tai sukelluskauden aikana, en jatka sukellustoimintaan osallistumista ennenkuin sen vaikutukset on selvitetty.

Aika ja paikka

Allekirjoitus (alle 18-vuotiaalta myös huoltajan allekirjoitus)

Nimen selvennys