



# ZDOLNOŚĆ DO NURKOWANIA PO COVID

## UAKTUALNIENIE

### OCENA MEDYCZNA ZDOLNOŚCI DO NURKOWANIA U NURKÓW, U KTÓRYCH STWIERDZONO COVID-19 I KTÓRZY WYZDROWIELI

**Uwaga:** dokument ten został opracowany przez zespół medyczny DAN Europe na podstawie informacji dostępnych w momencie jego tworzenia. Sytuacja epidemiologiczna stale się zmienia i dokument ten również może zostać zmieniony lub uaktualniony.

W zależności od wystąpienia objawów klinicznych Covid-19 nurków można podzielić na 4 grupy:

#### Grupa A

- **Forma całkowicie bezobjawowa/infekcja bezobjawowa** (zablokowany nos i/lub ból gardła, bez gorączki, kaszlu, złego samopoczucia, bólu głowy i/lub bólu mięśni)
  - W takich przypadkach powrót do nurkowania jest zalecany nie wcześniej niż **7 dni** po wyleczeniu.
  - Jeżeli czujesz, że nie odzyskałeś normalnej formy fizycznej i psychicznej, zalecane jest **badanie** u lekarza prowadzącego.

#### Grupa B

- **Łagodna choroba** (sprawdź Tabelę #1), podczas której nie była wymagana hospitalizacja i/lub terapia lekami przeciwwirusowymi, antybiotykami, kortyzonem lub heparyną.
- W takich przypadkach zalecamy kliniczną ocenę przez lekarza rodzinnego lub specjalistę medycyny nurkowej **10 dni** po wyzdrowieniu. Podczas oceny należy wziąć pod uwagę wiek nurka, jakiegokolwiek dolegliwości, które mogłyby być czynnikami ryzyka oraz to, czy nurek został zaszczepiony.

#### Grupa C

- Nurkowie, u których stwierdzono **umiarkowaną chorobę** (sprawdź Tabelę #1) lub wymagają hospitalizacji i/lub terapii lekami przeciwwirusowymi, antybiotykami, kortyzonem lub heparyną z powodu zakażenia SARS-CoV-2.

#### Grupa D

- Nurkowie, u których stwierdzono **ciężką lub śmiertelną chorobę** (sprawdź Tabelę #1).



# ZDOLNOŚĆ DO NURKOWANIA PO COVID

## UAKTUALNIENIE

### DODATKOWE BADANIA DIAGNOSTYCZNE

Z powodu braku solidnych dowodów naukowych dotyczących częstości występowania i stopnia nasilenia komplikacji, które mają wpływ na poszczególne organy i układy, w grupie C i D zaleca się przeprowadzenie następujących badań po pełnym wyleczeniu.

- W **Grupie C**:
  1. Test wysiłkowy z monitorowaniem aktywności elektrycznej serca i oceną saturacji tlenem w spoczynku, podczas badania i po nim
  2. Badanie spirometryczne
  3. Badanie zdolności dyfuzji gazów w płucach

Lekarz prowadzący może dodać następujące badania:

  4. Echokardiografia – dopler kolorowy
  5. Monitorowanie EKG metodą Holtera przez 24 godziny obejmujące sesję treningową lub próbę wysiłkową
  6. Badanie RTG klatki piersiowej lub tomografia HRCT
  7. Badania krwi
- **Grupa D** Oprócz badań wspomnianych powyżej wysoce zalecana jest również spiroergometria (CPET).

Tabela #1

STAN/STADIUM	CECHY
Infekcja bezobjawowa	Diagnoza SARS-CoV-2 bez żadnych symptomów lub objawów
Forma całkowicie bezobjawowa	Obecność symptomów i objawów, takich jak zablokowany nos i/lub ból gardła, bez gorączki, kaszlu, złego samopoczucia, bólu głowy i/lub bólu mięśni
Łagodna choroba	Obecność łagodnych symptomów i objawów (np. gorączka, kaszel, utrata smaku i zapachu, złe samopoczucie, ból głowy, ból mięśni) bez zadyszki, duszności i zmian w obrazie klatki piersiowej
Umiarkowana choroba	SpO <sub>2</sub> > lub = 94% i kliniczny lub radiologiczny dowód na zapalenie płuc
Ciężka choroba	SpO <sub>2</sub> < 94%, PaO <sub>2</sub> /FiO <sub>2</sub> < 300, tempo oddychania > 30/min (u dorosłych) lub wydzielina w płucach > 50%
Śmiertelna choroba	Niewydolność oddechowa, wstrząs septyczny i/lub niewydolność wielu organów