

Anmeldung zur Veranstaltung:

Sporttauchen mit Hämophilie

Samstag 10. Oktober 2015, 10:00 bis 15:45 Uhr

DIVERS Indoor Tauchsportzentrum

Dorfstr. 15a, 85445 Aufkirchen bei München

Die Veranstaltung ist kostenfrei, für Mittagessen vor Ort ist gesorgt.

Nicht-tauchende Angehörige oder Freunde sind ebenfalls herzlich willkommen und können den Tauchgang durch große Bullaugen verfolgen.

Das Schnuppertauchen ist ab 12 Jahren möglich.

Ich melde mich hiermit verbindlich für die Veranstaltung an:

Vorname, Nachname

Alter

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail

Anz. tauchende Personen

Anz. nicht tauchende Personen

Henrik Rubinstein, Auweg 17, 85452 Moosinning

Fax: 08123 928970

E-Mail: henrik.rubinstein@dhg.de

www.sogz.de/veranstaltungen.html

Kontaktdaten:

Deutsche Hämophiliegesellschaft (DHG)

Neumann-Reichardt-Str. 34

22041 Hamburg

Tel.: 040 672 29 70

Fax: 040 672 49 44

dhg@dhg.de

www.dhg.de

Sonnen-Gesundheitszentrum

Sonnenstraße 27

80331 München

Tel: 089 18 94 666 - 0

Fax: 089 18 94 666 - 11

info@sogz.de

www.sogz.de

Unterstützt durch:

Bluter Betreuung Bayern e.V. (BBB)

Vertreten durch Prof. Dr. med. Dr. hc. Wolfgang Schramm

Klinikum der Universität München (LMU)

Ausblick:

Als Fortsetzung des Programms ist ein Tauchkurs mit dem Ziel eines international gültigen Tauchscheins geplant. Eine daran anschließende Patientenreise, die auch die Möglichkeit des Tauchens im Roten Meer bieten wird, ist für 2016 vorgesehen. Über die Details werden wir Sie noch gesondert informieren.

Ansprechpartner:



Dr. med. Harald Krebs, M.Sc.
Sonnen-Gesundheitszentrum
harald.krebs@sogz.de



Dr. med. Michael Schleef, MBA
Sonnen-Gesundheitszentrum
michael.schleef@sogz.de



Dr. med. Michael Sigl-Kraetzig
Sonnen-Gesundheitszentrum
michael.sigl-kraetzig@sogz.de



Henrik Rubinstein
Deutsche Hämophiliegesellschaft
henrik.rubinstein@dhg.de



Deutsche Hämophiliegesellschaft
zur Bekämpfung von Blutungskrankheiten e.V.

SPORTTAUCHEN

mit Hämophilie



■ Schnuppertauchen



Medizin näher am Menschen

WWW.SOGZ.DE



Liebe Patientinnen, Patienten und Angehörige,

möglicherweise haben auch Sie früher die Filme von Jacques-Yves Cousteau wie „Geheimnisse des Meeres“ gebannt im Fernsehen verfolgt oder die Bücher von Hans Haas wie „Menschen und Haie“ verschlungen. Sie haben sich dann vielleicht auch gewünscht, diese faszinierende Welt einmal mit eigenen Augen zu sehen.

Für Menschen mit einer schweren Blutungsneigung galt dieser Wunsch noch vor nicht allzu langer Zeit als unerfüllbar, da die Gefahren beim Tauchen mit Pressluft mit einer derartigen Erkrankung lange als unkalkulierbar galten. Eine Tauchtauglichkeitsbescheinigung zu erhalten, eine Voraussetzung um das Tauchen überhaupt zu erlernen, war praktisch nicht möglich.

In den letzten Jahrzehnten hat sich das Presslufttauchen geradezu zum Breitensport entwickelt. Tauchbasen im In- und Ausland gibt es unzählige und bieten heute eine hervorragende Infrastruktur für spannende Tauchgänge. Auch das Tauchen mit Behinderung gilt inzwischen als unspektakulär und ungefährlich.

Das Sporttauchen mit einer schweren Blutungsneigung, wie der Hämophilie oder der von-Willebrand-Erkrankung, ist nach heutiger Ansicht sicher zu meistern. Diesen Paradigmenwechsel spiegeln auch die geänderten Empfehlungen durch Durchführung der Tauchtauglichkeit (GTÜM e.V.) wieder. Die angeborene Blutungsneigung wird nun ausdrücklich nicht mehr als Ausschlusskriterium genannt.

Als selbst begeisterte Taucher und Wassersportler haben wir uns daher entschlossen das Projekt „Sporttauchen mit Hämophilie“ als Kooperationsprojekt der DHG mit dem Sonnen-Gesundheitszentrum zu initiieren. Als einfachen Einstieg in die Materie bieten wir einen Tag mit einer Einführung in Verbindung mit einem kompletten Schnuppertauchgang an.

Die Teilnahme am Schnuppertauchen ist geeignet für alle Patienten ab 12 Jahren und ist kostenfrei. Angehörige oder Freunde als Begleitung sind herzlich willkommen.

Tauchen mit Hämophilie:

Grundsätzlich ist natürlich auch das Sporttauchen, wie fast jede Sportart, mit gewissen Verletzungsrisiken verbunden. Während diese Risiken bei den meisten Sportarten offensichtlich sind, sind es beim Presslufttauchen subtilere Gefahren. Der Dekompressionsunfall ist ein wichtiges Beispiel für einen unbedingt zu vermeidenden Zwischenfall.



Aus diesem Grund ist das sichere Erlernen des Tauchsports unbedingte Voraussetzung – nicht nur für Menschen mit Hämophilie. Ein gültiger Tauchschein ist für das eigenverantwortliche und selbständige Tauchen sowie so praktisch überall auf der Welt Voraussetzung.

Tauchen ist natürlich auch mit einigen körperlichen Belastungen verbunden. Manchmal ist der Weg zum Wasser oder zurück an Land fast schweißtreibender als der Tauchgang selbst. Die Tauchausrüstung ist ungewohnt und schwer, Strömungen im Meer verlangen körperliche Anstrengung.

Tauchen als Teamsport, wo gegenseitige Hilfe und das sog. „Buddyprinzip“ seit jeher zum Selbstverständnis gehören, lässt aber derartige Beschwerlichkeiten schnell vergessen. Gemeinsam meistert man diese Hürden, so dass auch Taucher mit körperlichen Einschränkungen ohne Weiteres teilhaben können und Akzeptanz in der Gruppe finden.

Um Menschen mit Hämophilie fast völlig gefahrlos an das Tauchen heranzuführen, haben wir einen Tag zum „Schnuppertauchen“ organisiert. Dabei kann jeder Teilnehmer unter ganz realen Bedingungen, natürlich in Begleitung von erfahrenen Tauchlehrern und unter ärztlicher Aufsicht, für sich selbst herausfinden, ob dieser Sport etwas für ihn sein könnte.

Daneben gibt es viel Information und nicht zuletzt eine Menge Spass.



Programm:

Samstag, 10. Oktober 2015

Vormittag

9:00 - 10:00 Uhr	Anreise der Teilnehmer
10:00 - 10:30 Uhr	Begrüßung und Vorstellung der Teilnehmer
10:30 - 11:00 Uhr	Kurze Einführung: Tauchen mit Hämophilie
11:00 - 12:00 Uhr	Tauchbriefing Zusammenbau der Geräte Anlegen der Tauchausrüstung
12:00 - 13:00 Uhr	Praktischer Teil: Schnuppertauchen
13:00 - 13:30 Uhr	Umziehen und Möglichkeit zum Duschen

Mittagspause

13:30 - 14:15	Gemeinsames Mittagessen
---------------	-------------------------

Nachmittag

14:15 - 14:45	Tauch-Nachbesprechung Verleihung der Urkunden
14:45 - 15:30	Ausblick: Der Weg zum zertifizierten Taucher mit Hämophilie
15:30 - 15:45	Fragen, Kritik, Anregungen Ende der Veranstaltung

Ort der Veranstaltung

Stattfinden wird dieses Event im

DIVERS Indoor Tauchsportzentrum

Dorfstr. 15a

85445 Aufkirchen bei München

Tel.: 08122 / 999 5 660

E-Mail: info@indoor-tauchen.de

Internet: www.indoor-tauchen.de

facebook: [facebook.com/indoor.tauchen](https://www.facebook.com/indoor.tauchen)

