Unter Drogeneinfluss tauchen

Dr. Marshall diskutiert die Symptome und Konsequenzen des Tauchens unter Alkoholeinfluss bzw. unter Einfluss von Drogen der Klassen A und B.

Von Dr. Mike Marshall

Sporttauchen macht Spaß und so soll es auch sein. Es besteht jedoch ein schmaler Grat zwischen „Spaßhaben“ und Hedonismus. Ohne ein grundlegendes Verantwortungsbewusstsein und ein Bewusstsein für Gefahren kann das Tauchen schnell einer Kultur der Vergnügungssucht und Zügellosigkeit verfallen.

Wie beim Autofahren braucht man auch beim Tauchen jederzeit einen klaren Kopf und technische Leistungsfähigkeit. Aus demselben Grund ist das Tauchen unter Alkoholeinfluss bzw. unter dem Einfluss anderer berauschender Substanzen ausgesprochen unklug - sowohl für den Taucher selbst als auch für seine Tauchbuddys. Nach der fröhlichen Sommersaison folgt hier der Reality-Check zum Thema Tauchen unter dem Einfluss von Alkohol und anderen berauschenden Substanzen.

ALKOHOL

Jeder weiß, dass Alkohol die Fähigkeit zur Durchführung verschiedener geistiger Aufgaben einschränkt. Die Reaktionszeit, die Fähigkeit, Dinge mit den Augen zu verfolgen, die Konzentrationsfähigkeit, die Fähigkeit zum Multitasking, das Urteilsvermögen und die Psychomotorik sind alle in Folge von Alkoholkonsum eingeschränkt [1].

Man würde nicht erwarten, dass irgendein ausgebildeter Taucher absichtlich Tauchen gehen würde, solange er betrunken ist. Das Tauchen am Morgen nach einem alkoholhaltigen Abend kann jedoch bedeuten, dass der Taucher dabei immer noch unter dem Einfluss eines nennenswerten Blutalkoholgehaltes (BAC) ist. Die Leber hat nur eine begrenzte und vom Individuum abhängige Kapazität Alkohol zu verstoffwechseln. Auch wenn der Taucher also nicht glaubt, immer noch beeinträchtigt zu sein, kann die Realität doch anders aussehen.

Eine Studie mit Sporttauchern, die Tauchgänge mit Flachwassereinstieg durchführten, kam zu dem Ergebnis, dass die Leistungen beim Tauchen bei einem BAC von über 0,04% [2] erheblich stärker beeinträchtigt waren. Die Beeinträchtigungen wurden auf Video festgehalten und durch „trockene“ Standardalkoholtests bestätigt. Es überrascht nicht, wenn man bedenkt, dass die kognitive Beeinträchtigung, einschließlich der mit der Aufmerksamkeits- und Konzentrationsfähigkeit in Zusammenhang stehenden Funktionen, bei einem BAC von 0,02% und mehr verlässlich gemessen werden kann [3]. Besorgniserregender ist jedoch , dass die Taucher in dieser Studie sich nicht bewusst waren, dass ihre Leistungsfähigkeit eingeschränkt bzw. dass ihre Verletzungsgefahr beim Tauchen unter Alkoholeinfluss größer war.

Eine Analyse von 150 Studien zu den Auswirkungen von Alkohol auf die kognitive Leistungsfähigkeit brachte einige Erkenntnisse, die direkt für Gerätetaucher relevant sind [4].

Dazu gehören:

- Die Aufnahme von nur geringen Mengen Alkohol beeinträchtigt bereits die Leistungsfähigkeit - die Wirkungen sind bereits nach nur einem alkoholischen Getränk festzustellen.
- Die Eliminierung des Alkohols aus dem Blut mit einer vorhersehbaren Rate von rund 0,015% pro Stunde lässt sich nicht unbedingt mit einer zeitgleichen Verbesserung der kognitiven Leistungsfähigkeit gleichsetzen.
- Die Verlängerung der Reaktionszeiten und die Verschlechterung der Koordinationsfähigkeit folgen einer Dosis/Reaktionskurve. Im Wesentlichen bedeutet das, je mehr Alkohol konsumiert wird, desto größer ist die Beeinträchtigung dieser Funktionen.
- Menschen, die regelmäßig Alkohol trinken, unterschätzen die schädliche Wirkung auf ihre Leistungsfähigkeit.
- Alkohol wirkt sich in stärkerem Maße auf Tätigkeiten aus, bei denen (wie beim Gerätetauchen) Multitasking notwendig ist als auf Tätigkeiten, bei denen man sich nur auf eine einzige Angelegenheit konzentrieren muss.

Nr. 2 - Perrine, M.W., Mundt, J.C. & Weiner, R.I. When alcohol and water don’t mix: diving under the influence. J Stud. Alcohol and Drugs; 1994; 55: S.517-524.

Nr. 3 - Koelega, H.S. Alcohol and vigilance performance: review.Psychopharmacology; 1995; 118: S.233–249.

Nr. 4 - Egstrom, G.H. Effects of alcohol consumption on aquatic performance. E&A News; 1996; 3: S.2.

Nr. 5 - http://www.ddrc.org/uploads/DDRC_Drugs_Leaflet_FINAL.pdf

Nr. 6 - http://www.divingmedicine.info/Ch%2037%20SM10c.pdf