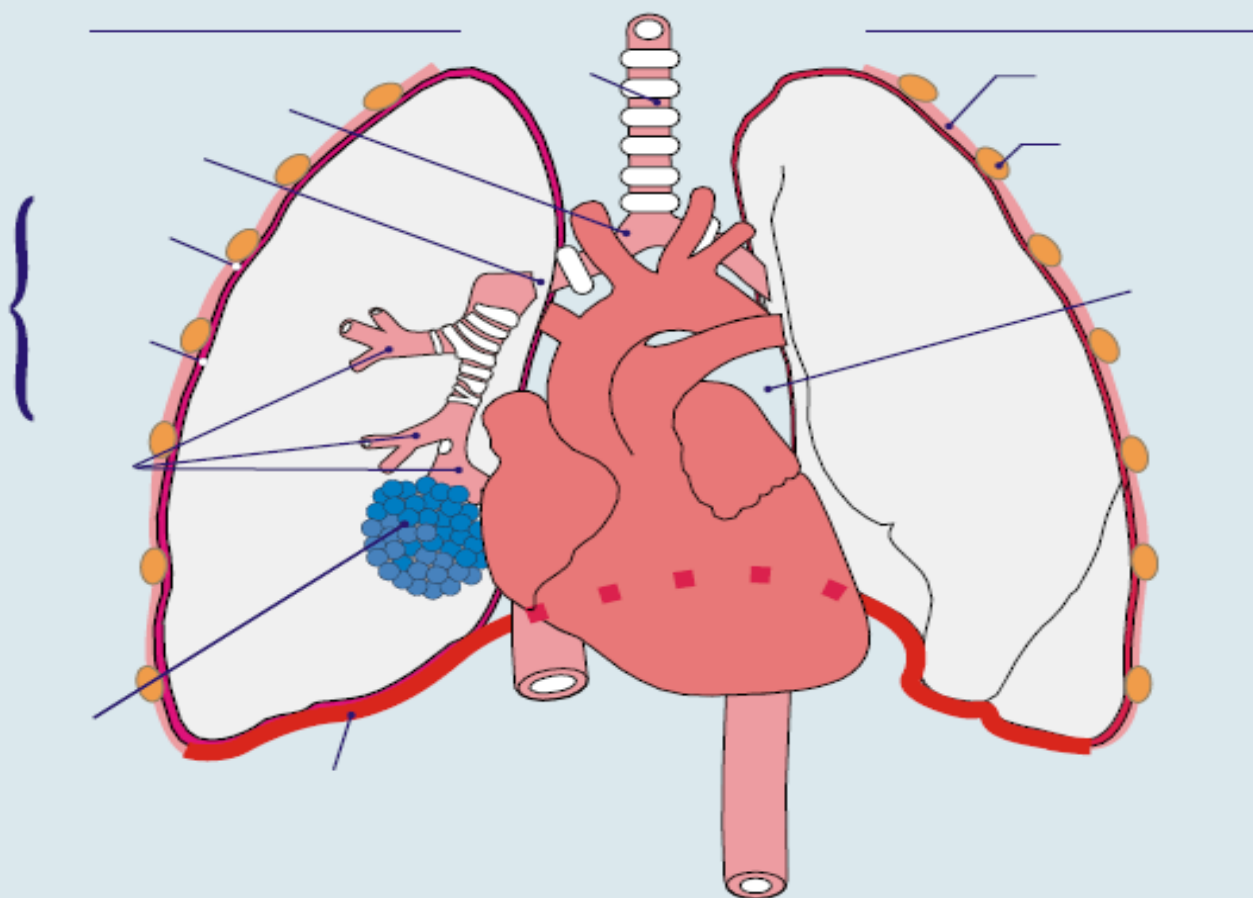


Question n°1. (6 points)

a) Annotez le schéma ci-joint (4 pts)

Schéma à légénder



b) En tant que future Guide de Palanquée, que pouvez-vous proposer pour prévenir un barotraumatisme des poumons chez un plongeur niveau 1 (2 pts)

Question 2 : (6 points)

En tant que Guide de Palanquée, vous emmenez 2 PE40, pour une plongée sur une épave à une profondeur de 39 mètres

- a) Après quelques minutes passées à 39 m, un des plongeurs répond moins nettement à vos signes et regarde son ordinateur fréquemment. A quoi vous fait penser cette situation ? (1 pt)
- b) Quelle est votre réaction ? (2 pts)
- c) En tant que guide de palanquée, quelles sont les précautions que vous prenez pour assurer la prévention de ce genre de risque ? (3 pts)

Question n°3 : (4 points)

- a) Quelles sont les causes de déshydratation chez le plongeur ? (2 pts)
- b) Quel accident peut-elle favoriser ? Donnez en les raisons (2 pts)

Question n°4 : (4 points)

Votre examen de Guide de Palanquée est dans quelques semaines

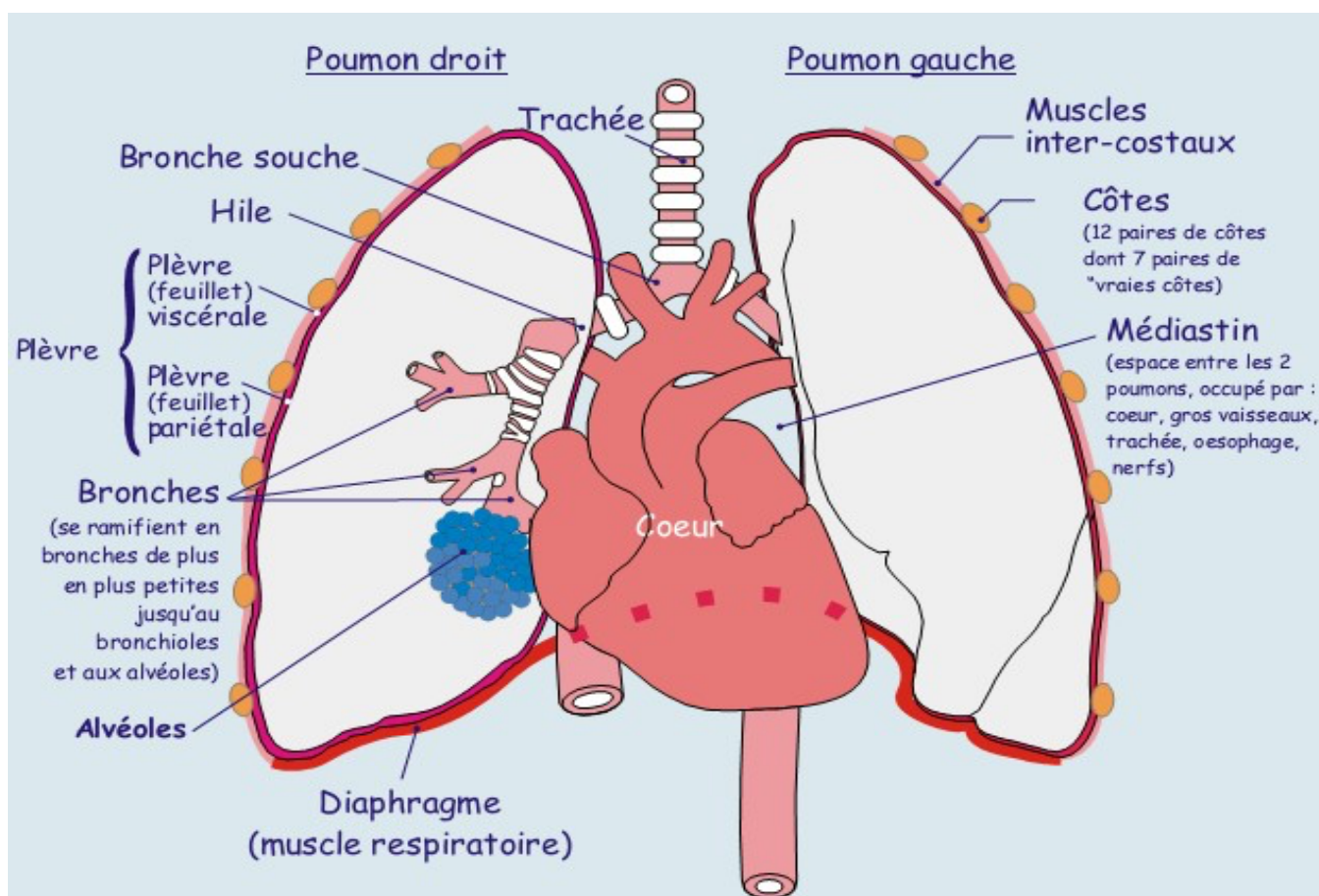
En vous appuyant sur vos connaissances théoriques, citez les différents accidents possibles pouvant survenir lors des épreuves du GP ci-dessous, sans les développer :

- Apnée à 10 mètres : (1 pt)
- Descente dans le bleu : (1 pt)
- IPD à 40 mètres : (1 pt)
- Le capelé 500 mètres: (1 pt)

REFERENTIEL DE CORRECTION

Question n°1. (6 points)

a) Annotez le schéma ci-joint (4 pts)



0,25 point par bonne réponse : Poumon droit - Poumon gauche - Trachée - Muscles inter costaux - Côtes - Médiastin - Diaphragme - Alvéoles - Bronches - Plèvres - Feuillet viscérale - Feuillet pariétale - Hile - Bronche souche

b) En tant que futur Guide de Palanquée, que pouvez-vous proposer pour prévenir un barotraumatisme des poumons chez un plongeur N1 (2 pts)

- Ne pas bloquer l'expiration lors de la remontée (0,5 pt)
- Respirer normalement (0,5 pt)
- Pas de manœuvre de Valsalva à la remontée (0,5 pt)
- Maîtrise d'un minimum de technique individuelle - REC de 6m - (0,5 pt)
- Maîtrise de la vitesse de remontée (0,5 pt)

Question 2 : (6 points)

En tant que Guide de Palanquée, vous emmenez 2 PE40, pour une plongée sur une épave à une profondeur de 39m.

- a) Après quelques minutes passées à 39m, un des plongeurs répond moins nettement à vos signes et regarde son ordinateur fréquemment. A quoi vous fait penser cette situation ? (1 pt) *Une narcose*

- b) Quelle est votre réaction ? (2 pts)

- *Prises-en charge de la personne (0,5 pt)*
- *Alerter le reste de la palanquée (0,5 pt)*
- *Remontée assistée tout en communiquant avec le plongeur narcosé et le reste de la palanquée (0,5 pt)*
- *Fin de plongée Paliers et surveillance (0,5 pt)*

- c) En tant que guide de palanquée, quelles sont les précautions que vous prenez pour assurer la prévention de ce genre de risque ? (3 pts)

Avant la plongée :

- *Se reposer (0,25 pt)*
- *Pas d'alcool (0,25 pt)*
- *Évaluer l'expérience, adapter la profondeur au niveau réel. (0,25 pt)*
- *Pas de stress, avoir envie d'y aller. (0,25 pt)*
- *Briefing du GP : Expliquer le déroulement de la plongée et le site (0,25 pt)*

Pendant la plongée :

- *Éviter les descentes en pleine eau, privilégiez celles avec repère visuel : le long du mouillage, d'un tombant, en position tête haute (0,25 pt)*
- *Pas de descente rapide surtout passé 25m. Ralentir franchement dès 30m, et se retourner en position tête en haut si possible (0,25 pt)*
- *Se prémunir du froid (combinaison adaptée, cagoule, gants et chaussons) (0,25 pt)*
- *Limiter les efforts : lestage et gestion du gilet (Le CO2 augmente les effets de l'azote dans la narcose) (0,25 pt)*
- *Signes de communications réguliers lors de la descente et renforcés lors de l'entrée dans la zone des 30 m. (0,25 pt)*
- *Rester au même niveau que le guide de palanquée, et non en dessous (0,25 pt)*
- *Gonfler le gilet lors de la descente (0,25 pt)*

Question 3 : La déshydratation en plongée (4 pts)

- a) Quelles sont les causes de déshydratation chez le plongeur ? (3pts)

Avant la plongée :

- *La sudation : Attente sur un bateau en combinaison, plongée dans des pays chauds(0,5 point)*
- *Hydratation insuffisante (0,5 point)*

Pendant la plongée :

- *Les efforts (0,5 point)*
 - *La ventilation : Consomme de l'eau pour humidifier l'air froid et sec (0,5 point)*
 - *Le bloodshift : l'apesanteur et l'augmentation de la pression ambiante en immersion favorise le déplacement du sang des membres et de la peau vers le thorax et l'abdomen. Ce surplus de sang est éliminé sous forme d'urine, ce qui favorise la déshydratation. (0,5 point)*
 - *Vasoconstriction des vaisseaux périphériques qui majore le bloodshift et donc la diurèse. En diminuant la circulation du sang venant de la périphérie, l'organisme retarde le refroidissement des organes vitaux. (0,5 point)*
- b) Quel accident peut-elle favoriser ? Donnez en les raisons (1 pt)
- *L'ADD (0,5 point)*
 - *Diminution de la fluidité du sang qui perturbe l'élimination de l'azote au niveau des alvéoles pulmonaires (0,5 point)*

Question n°4 : (4 pts)

Votre examen de Guide de Palanquée est dans quelques semaines

En vous appuyant sur vos connaissances théoriques, citez les différents accidents possibles pouvant survenir lors des épreuves du GP ci-dessous, sans les développer :

- **Apnée à 10 mètres : (1 pt)**
Syncope hypoxique, barotraumatisme de l'oreille et vertiges
- **Descente dans le bleu : (1 pt)**
Barotraumatisme de l'oreille + vertiges + stress + narcose au fond, etc.
- **IPD à 40 mètres : (1 pt)**
La narcose, l'essoufflement, le froid, etc
- **Capelé 500 mètres : (1 pt)**
Crampes et essoufflement + OPI dans certain cas