

# Narcose

- 1- Intro et rappels
- 2- Gaine de myéline
- 3- Prévention
- 4- Symptômes narcoses et C.A.T

## 1- Introduction et rappels

Comme vous l'avez vu précédemment c'est l'azote qui définit la profondeur max de la plongée à l'air  
PpN2 : Seuil max de toxicité 5,6 bars.

Rappel:

Air 80% AZOTE - 20% OXYGENE

$80/5,6 = 7 \text{ bars} - 1 \text{ bar pression atmo} = 6 \text{ bars} = 60 \text{ mètres}$

L'azote entraîne la narcose où ivresse des profondeurs.

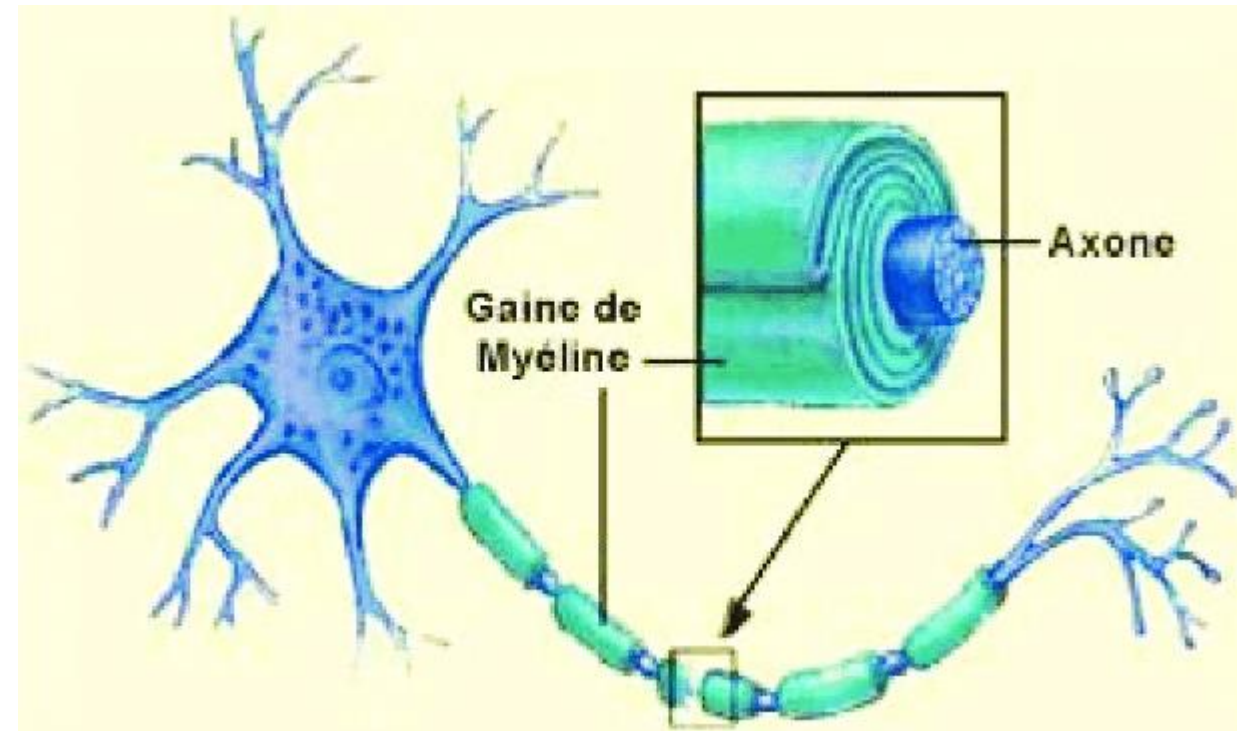
Ce phénomène va apparaître lors de plongées profondes et à partir de 30 M pour les plus sensibles.  
Il est dû à la toxicité de l'azote qui fera diminuer le raisonnement et la concentration.

L'azote ayant un effet narcotique.

Vous devrez donc y être attentif vu que vous encadrerez jusqu'à 40 M .

## 2- Gaine de myéline

L'azote vient se fixer sur la gaine de myéline, ce qui a pour conséquence de perturber les transmissions entre le corps de la cellule et les muscles, glandes, neurones....



### **3- Prévention :**

- Rassurer les plongeurs avant la plongée lors de votre briefing
- Vérifier leur lestage (qu'ils ne descendent pas comme des pierres)
- Communication à 30 M avec un arrêt puis surveillance jusqu'au fond et pendant la plongée
- Surveillance de la conso (Narcose = perte de repères, mauvaise surveillance de la consommation pouvant entraîner une panne d'air ).
- Réduire la vitesse de descente
- Se redresser progressivement ou descendre tête en haut
- Repère visuel à la descente
- Bonne forme physique
- Limiter les efforts
- Faire des plongées progressives en profondeur sur plusieurs plongées (Même en tant que GP).

## 4- Symptômes narcose et C.A.T

Vous pourrez observer la narcose par divers troubles du comportement :

- Troubles de la perception (champ visuel réduit et troublé)
- Troubles de l'attention (la personne aura du mal à se concentrer)
- Troubles de l'humeur (Angoisse où euphorie)
- Troubles du raisonnement (aucune anticipation surveillance de sa conso, temps, orientation)
- Troubles de la mémoire immédiate (vérifications répétées des instruments)

En cas de narcose faire diminuer la pression partielle d'azote en remontant de quelques mètres

Saisir si besoin le plongeur pour le remonter (attention aux réactions).

Dans tous les cas, stopper la plongée.