

## INFORMATIONS DESTINEES AUX ASTHMATIQUES SOUHAITANT PRATIQUER LA PLONGEE SUBAQUATIQUE DE LOISIR AVEC SCAPHANDRE

### Je suis asthmatique (ou avec un antécédent d'asthme) et souhaite pratiquer la plongée en scaphandre, qui dois-je consulter ?

Il est nécessaire de consulter :

- un médecin généraliste afin de réaliser un interrogatoire et un examen clinique général à la recherche de contre-indication absolue ou temporaire/relative (en plus de l'asthme) à la pratique de cette activité.
- OU directement consulter un médecin fédéral ou spécialisé en médecine subaquatique.

Le médecin consulté pourra ensuite orienter vers un pneumologue pour une évaluation avec des explorations fonctionnelles respiratoires (EFR). La consultation avec le pneumologue est OBLIGATOIRE.

### Une fois avoir vu le pneumologue qui a donné son avis (favorable ou non), qui peut réaliser le certificat médical d'absence de contre-indication (CACI) ?

Pour un patient asthmatique, le CACI n'est réalisable que par un :

- un médecin fédéral principalement,
- un médecin spécialisé en médecine subaquatique (diplôme inter-universitaire (DIU) de médecine subaquatique et hyperbare, diplôme universitaire (DU) de médecine subaquatique, DU de médecine de plongée professionnelle et DU de médecine de plongée),
- éventuellement un médecin du sport si celui dispose des compétences nécessaires.

### Concernant le CACI :

- Il est valable 1 an et doit être renouvelé tous les ans
- Il perd sa validité en cas d'accident de plongée ou d'apparition d'une affection médicale grave pendant l'année

### Concernant la fréquence des EFR :

Elles doivent également être réalisées tous les ans (voire plus si besoin) pour chaque réalisation d'un CACI.

### Si la plongée est jugée envisageable, voici quelques conseils :

- En cas de début de crise ressentie lors d'une plongée : commencer une remontée lente et contrôlée en forçant sur l'expiration à chaque respiration, puis prendre un bronchodilatateur dès que possible.
- Il est important de renoncer à plonger en période d'instabilité, d'allergie, de symptômes mineurs (toux, gêne respiratoire modeste, non ressentie comme une crise « vraie »), avec une attente minimale de 48h, voire jusqu'à 7 jours après une crise d'asthme d'intensité modérée.
- Il faut limiter les plongées délicates, notamment en eau froide, eau profonde ou stressante (fort courant par exemple).  
Il n'y a pas de limite officielle de profondeur ou de température pour les asthmatiques.
- Il faut toujours avoir un traitement d'urgence rapide d'accès (dans le bateau).
- Il est important que les plongeurs asthmatiques aient une bonne condition physique.
- Le tabagisme, actif ou passif, aggrave les symptômes et rend plus difficile le contrôle de l'asthme.

### Cas particuliers :

- Patient mineur : mêmes règles que les plongeurs asthmatiques adultes, en ajoutant les limites de profondeur et de durée en fonction de l'âge comme pour tout jeune plongeur
- Pour un baptême : CACI non requis
- Utilisation d'un bronchodilatateur en préventif (avant de plonger) : pas de recommandation (fait débat)

### Recommandations 2018 de la FFESSM :

**Sont autorisés à la pratique de la plongée subaquatique de loisir avec scaphandre les asthmatiques suivants :**

- **Asthme léger ou parfaitement contrôlé sous traitement de fond**
- **Pas d'antécédent de crises modérées à graves et/ou brusques**
- **Absence d'asthme d'effort et/ou au froid**

**Dans les cas où l'asthme est en apparence mineur ou en rémission, une EFR avec courbe débit-volume est demandée, elle doit présenter les critères suivants :**

- **aspect strictement normal de la courbe débit-volume**
- **un VEMS et une CVF > 80 % des valeurs théoriques, un VEMS/CVF > 75 %**
- **un débit expiratoire maximal 25-75 > 70 % de la théorique**

**Si EFR limite ou douteuse (selon le contexte) : un test de réversibilité peut être effectué, il doit retrouver une absence de réversibilité du VEMS sous bêta-2-mimétique.**