



FORMULIER GEZONDHEIDSVERKLARING DUIKEN EN COVID-19

Dit is een voorbeeld van een Gezondheidsverklaringsformulier dat een duikcentrum of duikprofessional zou kunnen gebruiken en aan klanten en duikcursisten aanbieden voor een duikactiviteit. Het Formulier vervangt de *Onderwater Medische Vragenlijst (UHMS 2020)* niet maar breidt het uit met specifieke informatie betreffende de COVID-19 nood situatie. Het Formulier is ontwikkeld door het DAN Europe Medische Team, gebaseerd op informatie die ten tijde van het opstellen ervan beschikbaar was. De epidemiologische situatie is in een voortdurende ontwikkeling en dit document kan onderhevig zijn aan veranderingen en updates. We raden je om je altijd te houden aan de laatste versie, beschikbaar op www.daneurope.org

Lees dit zorgvuldig alvorens het te ondertekenen. Je wordt gevraagd dit Formulier in te vullen wanneer je aan een duikopleiding of een duikactiviteit wilt deelnemen en het controleert je fitness om te duiken ten tijde van de aanvraag. Als je minderjarig bent moet een ouder of wettelijke vertegenwoordiger het Formulier ondertekenen.

HIERBIJ VERKLAAR IK

Dat ik op dit moment geen enkele van de symptomen heb die typisch zijn voor of mogelijk gerelateerd zijn aan de SARS-CoV2 infectie, waaronder, maar niet beperkt tot: lichaamstemperatuur $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$, hoesten, zere keel, neusverkouden, algemene zwakte, kortademigheid, spierpijn, diarree, verlies van reuk of smaak, ademhalingsproblemen, zere keel, longontsteking, hoofdpijn, smaakverlies diarree

ALS JE NOOIT COVID-19 HEBT GEHAD	ALS JE IN DE AFGELOPEN 18 MAANDEN EEN OF MEERDER KEREN COVID-19 HEBT GEHAD
<p><input type="checkbox"/> Ik ben in de afgelopen 6 maanden al gevaccineerd tegen SARS-CoV-2</p> <p>▶ <i>Er zijn geen specifieke contra-indicaties tegen duiken</i></p> <p><input type="checkbox"/> • Ik heb in de afgelopen 6 maanden niet het vaccin tegen SARS-CoV-2 gekregen</p> <p>• Ik ben in de afgelopen week niet in direct contact of dichtbij iemand geweest die positief getest was op COVID-19</p> <p>▶ <i>Er zijn geen specifieke contra-indicaties tegen duiken</i></p> <p><input type="checkbox"/> • Ik heb in de afgelopen 6 maanden niet het vaccin tegen SARS-CoV-2 gekregen</p> <p>• Ik ben in de afgelopen week in direct contact of dichtbij iemand geweest die positief testte op COVID-19</p> <p>▶ <i>Voeg, om te kunnen duiken een negatief resultaat toe van een molucaire swab (PCR) voor SARS-CoV2 uitgevoerd in de afgelopen 48 uur</i></p>	<p><input type="checkbox"/> • Ik heb onlangs COVID-19 gehad (afgelopen 90 dagen)</p> <p>• Milde, griepachtige vorm zonder longproblemen</p> <p>• Ik heb al een fit-voor-duiken onderzoek ondergaan</p> <p>▶ <i>Er zijn geen specifieke contra-indicaties tegen duiken</i></p> <p><input type="checkbox"/> • Ik heb COVID-19 gehad, maar niet recentelijk (meer dan 90 dagen geleden)</p> <p>• Ik heb al een fit-voor-duiken onderzoek ondergaan</p> <p>• Ik heb in de afgelopen 6 maanden al een of twee doses van het vaccin gekregen</p> <p>▶ <i>Er zijn geen specifieke contra-indicaties tegen duiken</i></p> <p><input type="checkbox"/> • Ik heb COVID-19 gehad, maar niet recentelijk (meer dan 90 dagen geleden)</p> <p>• Ik heb al een fit-voor-duiken onderzoek ondergaan</p> <p>• Ik heb het vaccin niet gekregen</p> <p>• Ik ben in de afgelopen week in direct contact of dichtbij iemand geweest die positief testte op COVID-19</p> <p>▶ <i>Voeg, om te kunnen duiken een negatief resultaat toe van een molucaire swab (PCR) voor SARS-CoV2 uitgevoerd in de afgelopen 48 uur</i></p> <p><input type="checkbox"/> Ik heb COVID-19 gehad en heb geen fit-voor-duiken onderzoek ondergaan</p> <p>▶ <i>Een fit-voor-duiken onderzoek wordt ten zeerste aangeraden voor je weer met duiken begint. Voeg het fit-voor-duiken certificaat aan dit formulier toe</i></p>
<p>Heb je al een of twee doses van het vaccin gehad? Heb je in de afgelopen 48 uur een COVID test gehad? Of ben je weer hersteld nadat je COVID had gekregen?</p> <p>➤➤ <i>Voeg het relevante certificaat toe, uitgeprint of in digitale vorm</i></p>	

- De informatie betreffende mijn medische voorgeschiedenis die ik heb gegeven is naar mijn beste weten accuraat. Ik accepteer dat iedere omissie in het geven van details betreffende mijn huidige gezondheidsstatus, of die in het verleden, mijn verantwoordelijkheid is.
- Ik stem er ook mee in om informatie te verschaffen aan _____ van alle symptomen die ik ervaar na het invullen van deze verklaring en/of nadat ik in contact ben geweest met iemand die positief testte op COVID-19 nadat ik deze verklaring heb ondertekend.
- Ik stem ermee in, indien daarom gevraagd wordt, een beschermend mondkapje te dragen tijdens deelname aan alle activiteiten georganiseerd door _____ en om alle redelijke voorzorgen te nemen waarom gevraagd wordt door _____ of door enigerlei overheidsinstantie.
- Ik stem ermee in me te houden aan alle instructies gegeven door _____ om te voldoen aan alle van toepassing zijnde regelgeving betreffende preventie van virusoverdracht, waaronder de noodzaak tot het laten meten van mijn lichaamstemperatuur indien daarom gevraagd wordt, voor deelname aan duikactiviteiten.
- Ik ben op de hoogte van en stem in met het delen van deze vragenlijst met _____ met de aangewezen autoriteiten of dienstverleners om de veiligheid van een derde partij die met mij in contact is geweest voor, tijdens of na de duikactiviteiten, te waarborgen.

Volledige naam

Datum

Volledige naam van ouder/
voogd (indien van toepassing) Datum

Handtekening

Handtekening



MEDISCHE AANBEVELINGEN

COVID-19 heeft veel symptomen gemeen met andere, ernstige virale longontstekingen, waarbij een herstelperiode vereist is voor men normale activiteiten kan hervatten – een proces dat weken of maanden kan duren afhankelijk van de ernst van de symptomen (1).

POST-COVID FITNESS VOOR DUIKEN (2, 3)

- Duikers die positief getest zijn voor COVID-19, maar volledig zonder symptomen zijn gebleven, moeten minstens **EEN maand** wachten voordat ze een fitness-voor-duiken medische beoordeling door een specialist in onderwater geneeskunde aanvragen.
- Duikers die geleden hebben aan een symptomatische COVID-19 moeten tenminste **DRIE maanden** wachten voordat ze een fitness-voor-duiken medische beoordeling door een specialist in onderwater geneeskunde aanvragen.
- Duikers die opgenomen zijn geweest voor aan COVID-19-gerelateerde pulmonale symptomen moeten tenminste **DRIE maanden** wachten voordat ze een fitness-voor-duiken medische beoordeling door een specialist in onderwater geneeskunde aanvragen inclusief een volledige beoordeling van de respiratoire functie (minimaal FVC, FEV1, PEF25-50-75, RV, FEV1/FVC, stress test met meting van perifere zuurstofsaturatie) plus een hoge resolutie CT scan van de longen.
- Duikers die opgenomen zijn geweest met COVID-19-gerelateerde cardiale symptomen, moeten tenminste **DRIE maanden** wachten voordat ze een fitness-voor-duiken medische beoordeling door een specialist in onderwater geneeskunde aanvragen met een cardiologische evaluatie inclusief echocardiografie en een stress test (stress ECG).

POST-VACCINATIE FITNESS VOOR DUIKEN

De documentatie die door het Europese Geneesmiddelen Agentschap (EMA) verzameld werd in het kader van de goedkeuring van de COVID-19 vaccins in Europa, vermeldt mogelijke ongewenste effecten die kunnen optreden na de vaccinatie.

Deze ongewenste effecten zijn meestal mild, en zijn vergelijkbaar met de ongewenste effecten na andere vaccinaties, zoals hoofdpijn, lichte koorts, nausea, pijn ter hoogte van de injectieplaats, duizeligheid, gastro-intestinale stoornissen, gezwollen lymfeknopen, bloedklontvorming enzovoort. Deze ongewenste effecten treden meestal op binnen de 12-48 uur na vaccinatie, en in zeldzame gevallen kunnen de symptomen tot 7 dagen aanhouden. Ernstige ongewenste effecten, zoals anafylaxie, zijn gelukkig uiterst zeldzaam en treden meestal op bij personen met meerdere allergieën; deze treden meestal zeer snel, binnen de 30 minuten na vaccinatie op. Ongewenste effecten lijken meer gerapporteerd te worden na de tweede dosis van het vaccin.

Ondanks het feit dat de meeste ongewenste effecten mild zijn en niet de veiligheid van de goedgekeurde vaccins in vraag stellen, is het mogelijk dat ze door typische duik-gerelateerde omstandigheden, zoals onderdompeling, druk en hyper/hypoxische omgeving eventueel méér uitgesproken kunnen zijn. Daarenboven is het mogelijk dat sommige immunologische effecten van de COVID-19 vaccinatie tijdelijk het risico op duik-gerelateerd aandoeningen kan beïnvloeden. In social media werden anekdotische gevallen gerapporteerd van symptomen van mogelijke decompressie-ziekte (DCI) na incidentloze duiken binnen de veiligheidslimieten voor DCI waren uitgevoerd; deze zijn een bron van bezorgdheid in duikerskringen.

Tot op heden zijn er geen gegevens beschikbaar over de invloed van duikomstandigheden op de mogelijke ernst van ongewenste effecten van COVID-19 vaccinatie, en ook niet over de invloed van de vaccinatie op de bekwaamheid van de duiker om de veiligheid bij duiken te verzekeren. Omdat deze vaccins als nieuwe farmaceutische producten beschouwd worden, en om het risico dat de ongewenste effecten ervan de duikveiligheid negatief zouden beïnvloeden, zoveel mogelijk te vermijden, willen we de duikers attent maken op de informatie en richtlijnen van de [WHO](#), de [EMA](#), en de [ECDC](#) over COVID-19 vaccinatie (zie referenties) en de volgende bijkomende specifieke aanbevelingen voor duiken toevoegen:

- Omdat de noodzaak de COVID-19 pandemie in te dijken primordiaal is, en omdat op dit moment, een wijdverspreide vaccinatie de enige manier lijkt om dit te bekomen, **is het sterk aanbevolen dat iedereen zich zou laten vaccineren**, zodra vaccins **beschikbaar worden volgens het nationale COVID-19 vaccinatieplan**.
- **Duikers zouden een wachtperiode van minstens 7 dagen** moeten overwegen na iedere dosis van een COVID-19 vaccin, voor ze een duikactiviteit plannen met perslucht, samengeperst gas, of apnoe-duiken.
- **Het wordt aanbevolen deze wachtperiode tot 14 dagen te verlengen** indien de duiker:
 - a. ongewenste effecten heeft gehad na de vaccinatie die langer dan 48 uur duurden
 - b. persoonlijke gezondheids-risicofactoren heeft, zoals, maar niet beperkt tot:
 - i. overgewicht
 - ii. chronische metabole ziekte (zoals diabetes)
 - iii. roken
 - iv. het gebruik van geneesmiddelen die een verhoogd risico op tromboembolie (bloedklonters) geven (onder meer ook de orale anticonceptiepil)
 - v. of elke combinatie van bovenstaande
 - c. duiken wenst uit te voeren die specifieke technische bekwaamheden vereist of die de limieten van "no-decompression" recreatieve duiken overschrijden (technisch duiken, diepe duiken met verplichte decompressie-stops).
- Indien de ongewenste effecten van een COVID-19 vaccinatie **méér dan 48 uur duren moeten duikers hun huisarts raadplegen**.
- Als symptomen, die mogelijk kunnen wijzen op duikongeval of decompressie-ziekte, optreden binnen de 7 dagen na COVID-19 vaccinatie, na duiken die als "laag-risico duiken" kunnen bestempeld worden, is **een consultatie bij een duikarts aanbevolen**. We moedigen alle duikers, duikorganisaties en wetenschappelijke verenigingen aan om zulke ongevallen te melden bij de medische afdeling van DAN Europe via email naar medical@daneurope.org
- Omdat de COVID-19 vaccinatie mogelijk niet voor 100% beschermt tegen overdracht van het SARS-CoV2 virus naar andere personen, **moeten de momenteel geldende maatregelen voor preventie en bescherming (afstand, masker, hygiëne) door iedere duiker aangehouden worden**, gevaccineerd of niet.

REFERENTIES

- (1) [European Centre for Disease Prevention \(ECDC\) - Overview of the implementation of COVID-19 vaccination strategies and vaccine deployment plans in the EU/EEA.](#)
- (2) [ECDC - COVID-19 vaccination and prioritisation strategies in the EU/EEA.](#)
- (3) [European Medicines Agency \(EMA\) - Comimaty EPAR -public assessment report](#)
- (4) [EMA - Comimaty - Procedural steps taken and scientific information after the authorisation.](#)
- (5) [EMA - COVID-19 vaccine Moderna- EPAR-public assessment report.](#)
- (6) [EMA - COVID-19 vaccine AstraZeneca - EPAR-public assessment report](#)
- (7) [World Health Organization \(WHO\) - Guidance on developing a national deployment and vaccination plan for COVID-19 vaccines.](#)
- (8) [WHO COVID-19 vaccines technical documents.](#)