

PLUMSA

PLUMSA är en minnesregel för säker dykning inom SSDF för att överskådligt hantera dykplanering. Minnesregeln tar upp de viktigaste åtgärderna man behöver ha kunskap i och kontroll över i samband med dyk. PLUMSA harmonierar med CMAS minnesregel RDELFS och har samma innehåll. För att få en enkel minnesregel på svenska har den anpassats till PLUMSA (RDELFS = Responsibility, Diver, Equipment, Location, Forecast and Safety).

PLUMSA kan genomföras på flera olika nivåer med ökad komplexitet, där dykledaren (för sport- eller fridykning) gör planering för hela organisationen medan dykaren (sport- eller fridykare) och dykparet gör sin planering inom paret och kontrollerar med dykledaren att planen är rimlig och säker.

PLUMSA i enklare utförande finns i SSDF:s utbildningsmaterial och i loggböcker.

P = Platsen (Location)

- Transport till och från dykplats/tillgänglighet (land eller båt).
- Lämplighet som dykplats (farleder, hamnar, fågelskyddsområden, strömmar, fiskeredskap, väderkänslighet m.m.).
- Bottenförhållanden, djupkurvor, hinder/objekt på botten m.m.
- Lämpliga platser för i-och uppgång.
- Lämplig plats för dykflagga.
- Vad man förväntas se under dyket på dykplatsen.
- Plats för omhändertagande av olycksdrabbad.
- Transport vid eventuell olycka.

L = Luften (Forecast)

Kontrollera väderleksrapporter:

- Förväntad väderlek för dykdagen (regn, blåst, temperatur).
- Väderskyddad plats för ombyte?
- Kontrollera vindriktning och vindstyrka. Tänk på att kraftig frånlandsvind kan föra dig långt ut till havs. Kraftig pålandsvind kan föra dig mot klippor. Finns platser för lä (skyddad av ö, bukt m.m.)?
- Väderleksförändring under dagen? Tänk på hemfärd, speciellt om ni är på båt.
- Kontrollera eventuella tidvattenstabeller.

U = Utrustningen (Equipment)

- Kontrollera din utrustning hemma i god tid innan dyk.
- Genomför funktionstest och visuell inspektion.
- Kontrollera serviceintervall på utrustningen.
- Kontrollera och ladda batterier till dykdator och lampa.
- Packa i god tid så att du inte glömmer något. Använd gärna en checklista.
- Eventuella reservdelar (maskrem, hälrem, o-ringar m.m.)
- Vissa typer av dyk kräver extrautrustning. Sportdykning; exempelvis kompass, lampa, D-SMB, linrulle. Fridykning; exempelvis bojar, linor, lanyard.

- Hyr du utrustning, kontrollera och funktionstesta innan avfärd.
- Testa och lär dig ny utrustning först i säkra förhållanden.

M = Människan (Diver)

- Var frisk och i god form när du ska dyka.
- Vid förändrad hälsostatus som kan misstänkas påverka din dykning negativt, gör hälsokontroll eller konsultera en dykläkare.
- Se till att ha god vätskebalans före dyket, då uttorkning är en vanlig bidragande orsak till tryckfallsjuka.
- Avstå från alkohol, droger och prestationshöjande preparat (doping).
- Använder du medicin ska du kontrollera att den inte påverkar kroppen negativt i samband med dyk, konsultera dykläkare vid behov.
- Genomför bara dyk du vill göra, avstå annars. Det ska vara trevligt och behagligt att dyka.
- Dyker du med ny parkamrat? Fråga efter erfarenhet, certifikatsnivå, senaste dyk, hur personen vill dyka och ge samtidigt samma information om dig själv.

S = Säkerheten (Safety)

- Dyk alltid organiserat.
- Använd signalflagga A. Undantag kan göras om det inte finns båtar, exempelvis i mindre insjö.
- Ha tillgång till kommunikation på dykplatsen (mobil, VHF).
- Tillgång till 100% syrgas i minst 60 minuter ska finnas tillgänglig vid all sportdykning.
- Gå igenom med parkamraten; parsammanhållningsmetod, tecken, nödfallsrutiner i samband med eventuell parseparation eller om någon av er hamnar i en slut-på-luftsituation.
- Var överens om maximalt dykdjup och maximal dyktid och kontrollera att dyket planeras inom NDL (No Decompression Limits).
- Genomför alltid parkontroll innan dyk.

A = Ansvaret (Responsibility)

- Du har lika mycket ansvar för din parkamrat som för dig själv. Gemensamt har ni ett ansvar att följa dykplanen.
- Dyk med goda marginaler, gott omdöme och inom dykparets gränser.
- Följ föreskrifter, lagar, förordningar och dykledarens anvisningar.
- Värna om och var varsam med undervattensvärlden. Stör så lite som möjligt och ta med eventuellt skräp hem.
- Skydda vrak genom att dyka varsamt.
- Respektera platser med dykförbud och djurskydd.
- Ta reda på vilka lagar och förordningar som gäller där du dyker och respektera andras egendom och markgränser.