

## Ylipainehappihoito (HBO) - ohjeita sukeltajalle ylipainehappihoidon jälkeen

Sukelluksen aikana hengitetyt kaasut liukenevat keuhkojen kautta verenkiertoon ja kudostesteisiin, kunnes ne saavuttavat tasapainon hengitysilman kaasuosapaineen kanssa. Kaasuja liukenee sitä enemmän, mitä suurempi on sukellussyvyys ja mitä kauemmin sukellus kestää.

Liuenneet kaasut poistuvat elimistöstä uloshengityksessä pintaa kohti noustaessa. Jos liuenneiden kaasujen määrä ylittää niiden luonnollisen poistumisnopeuden sukeltajaa ympäröivän paineen laskiessa, verenkierrossa ja kudoksissa syntyy kuplia, jotka aiheuttavat sukeltajantaudin oireita. Sukeltajantaudissa typpikuplat vaurioittavat kudoksia ja verisuonia ja voivat aiheuttaa iho-oireita, nivelkipuja ja keskushermoston häiriöitä. Jäänöskaasukuplien hoitona on paineistaminen painekammiossa ja 100 % hapen hengitys.



### Miten painekammiohoito vaikuttaa?

- Paineammion ylipaine edistää oireita aiheuttavien jäänöskaasujen poistumista. Liuennut typpikaasu poistuu verenkierrosta keuhkojen kautta uloshengityksessä.
- 100 % hapen hengittäminen tehostaa typen poistumista. Näin päästään eroon typpiyluormasta ja typpikuplista.
- Suurentunut kudoshappipitoisuus edistää vaurioituneiden kudosten palautumista.

Hoitokertoja tarvitaan keskimäärin 1-2 kertaa. Käytössä on yleensä USN6 hoitotaulukko, jonka kesto on 4 tuntia 50 minuuttia.

**Paineammiohoidon tavoitteena on poistaa tai vähentää sukeltajantaudin oireita/vaurioita.**

---

## Sukeltajataudin jälkeen

### Painekammiohoidon ja sairaalaseurannan aikana:

- Vältä fyysistä rasitusta. Lepää.
- Älä käytä alkoholia.
- Juo runsaasti nesteitä.

### Painekammiohoitojakson jälkeen:

- Vältä fyysisestä rasituksesta parin päivän ajan.
- Vältä vuoristo-olosuhteita (yli 200 metriä merenpinnasta) 72 tuntia hoidon jälkeen.
- Vältä alkoholinkäyttöä tai käytä vain niukasti seuraavan 2 viikon ajan.
- Vältä lentämistä 4 viikkoa hoidon jälkeen.
- Sukelluskielto kestää vähintään yhden kuukauden sukeltajataudin jälkeen.  
Vaikeaoireisessa taudissa sukelluskielto kestää 3 – 6 kuukautta.
- Ammattisukeltajien työkyky arvioidaan sukelluslääkärin toimesta

### Painekammiohoidon jälkeen ilmenevät oireet

Joillekin sukeltajille jää oireita hoitojakson loputtua. Nämä oireet poistuvat päivien tai viikkojen kuluessa. Sukeltajataudin oireet voivat palata, jos altistut painevaihteluille sukeltaessa, lentäessä tai käydessäsi korkeissa paikoissa, jossa ilmanpaine on merenpintaa pienempi.