

## 殘疾人士參與水肺潛水之醫學論證

作者： 李威儀醫生

香港伊利沙伯醫院創傷及矯形外科部運動醫學中心主管

國際傷健潛水協會(香港)副主席

水肺潛水是一項既有益身心，亦可令人開展眼界的健康活動。傷殘和健全的人士在適當的培訓下均可在其能力範圍內作不同程度的參與。很多人誤以為潛水是一項高危運動，並不適宜傷殘人士參加。事實上剛好相反，在妥善的計劃安排下這運動對殘障人士的身心有莫大裨益。

生理上，潛水達致中性浮量時的無重狀態可以提供機會給肢體有缺陷的人(脊髓受損、小兒麻痺後遺症等)得以有效鍛鍊肢體。一些在陸地上不可能辦到的動作，在浮力幫助下可輕易達成。有聽覺障礙的人因液體傳聲較快在水中他們會有嶄新的感受。即使視障的朋友未能享受五色繽紛的珊瑚世界，他們仍可領會水底下無重狀態的喜悅。

長久以來，醫學界對復康運動的概念皆包含生理及心理兩個部份。試想，學懂參與一項一般人以為只屬健全人士專利、好動活躍身份象徵似的水肺潛水活動能對傷殘人士的自信心有多麼大的鼓舞作用?澳洲的一份醫學文獻(Williamson 等著,《澳洲醫學雜誌》, 1984 年 141 號, 414-418 頁, **Selection and Training of Disabled Persons for Scuba Diving: Medical & Psychological Aspects**)更具體並客觀地證實了潛水能有效提高傷殘人士的心理健康及自我形象指數。在十六個不同程度不同領域殘障人士中,大部份在完成潛水訓練後均在心理指數上有明顯進步。美國德州荷斯汀的聖大衛復康醫院更有傷殘人士潛水班開設。

當然並非每個傷殘人士均可成功取得一般國際認可的開放水域潛水員資歷,但他們大部份在適當的指導下可以安全地體驗水肺潛水。因應不同的需要和受協助的程度,基本的殘疾人士潛水員資歷可分為三級,他們進而可以考取更高的進階以至教練資格。教授殘疾人士潛水是需要特別的資歷,亦需要額外的人力及時間進行訓練,以至實際行動時的泳池、船隻等也必須特別照顧到殘疾人士的需要。

每個潛水員在參與前均需要接受一次詳細醫療檢查,殘疾人士也不例外。這檢查最好由熟悉該學員之病歷,及對潛水運動有認識的醫生進行。絕對不適宜潛水的病例不太多(例如胸椎 T5 以上之神經癱瘓、減壓病引致之癱瘓等)。即使失明者、截肢者、中風病人、大小便失禁病人等在適當的協助下仍可安全地參與潛水活動。要注意的倒是每種病例可能提高潛水時某些風險。例如:觸覺麻木者可能被珊瑚割傷也不知道;肢體控制

失衡者可能較難控制浮量而導致升水過速；另外，肢體癱瘓引致之血液循環下降可能提高減壓病之風險。

因此，大部份醫學界專家都認為殘疾人士在進行潛水時應採一個較為保守的潛水計劃及深度限制(Madorsky 著，*Scuba Diving : Taking the Wheelchair out of Wheelchair Sports*，刊於 1998 年 *Archives of Physical and Medical Rehabilitation*，六十九期，215-218 頁)，但在適當的監督及培訓下，大部份殘疾人士仍可成功體驗潛水的樂趣並取得相當的滿足感。

有用連結

[www.iahd.org.hk](http://www.iahd.org.hk)

[www.iahd.org](http://www.iahd.org)

[www.hsascuba.com](http://www.hsascuba.com)