



# APTITUDE À LA PLONGÉE APRÈS LA COVID

## MISE À JOUR

### BILAN MÉDICAL D'APTITUDE À LA PLONGÉE POUR LES PLONGEURS AYANT ÉTÉ TESTÉS POSITIFS À LA COVID-19 ET S'ÉTANT ÉVENTUELLEMENT RÉTABLIS.

**À noter:** Ce document a été développé par l'équipe médicale de DAN Europe, sur la base des informations disponibles au moment de la rédaction. La situation épidémiologique évolue constamment et ce document peut être sujet à des modifications et des mises à jour.

En fonction de la sévérité de la COVID-19, les plongeurs peuvent être répartis en 4 groupes :

#### Groupe A

- **Asymptomatique, paucisymptomatique** (congestion nasale et/ou mal de gorge, en l'absence de fièvre, de toux, de malaise, de mal de tête et/ou douleur musculaire) avec des signes cliniques passagers.
  - Dans ce cas, il n'est pas recommandé de retourner plonger dans les **7 jours** suivant le rétablissement.
  - Un **bilan médical** avec votre médecin traitant est recommandé si vous pensez ne pas avoir récupéré vos facultés physiques et mentales.

#### Groupe B

- **Forme bénigne** (Voir Tableau n°1) lorsqu'aucune hospitalisation et/ou aucun traitement à l'aide d'un antiviral, d'un antibiotique, de cortisone ou d'héparine n'ont été nécessaires.
- Dans ce cas, nous recommandons un bilan médical par le médecin traitant ou un spécialiste de la médecine de la plongée **10 jours** après le rétablissement.

#### Groupe C

- **Forme modérée** (Voir Tableau n°1) ou plongeurs ayant eu besoin d'une hospitalisation et/ou d'un traitement à l'aide d'un antiviral, d'un antibiotique, de cortisone ou d'héparine compte tenu de leur infection au SARS-CoV-2.

#### Groupe D

- **Forme sévère ou critique** (Voir Tableau n°1)



# APTITUDE À LA PLONGÉE APRÈS LA COVID

## MISE À JOUR

### AUTRES EXAMENS MÉDICAUX

Pour les groupes C et D, compte tenu de l'absence de preuves scientifiques tangibles sur la prévalence et la gravité des complications affectant les différents organes et systèmes, les examens supplémentaires suivants sont recommandés, après le rétablissement clinique complet.

- Pour le **groupe C** :

1. Test d'effort avec électrocardiogramme et bilan de la saturation en oxygène au repos, pendant le test et après.
2. Examen de spirométrie
3. Examen de la capacité de diffusion pulmonaire

À la discrétion du médecin traitant, les examens suivants peuvent être ajoutés ::

4. Echocardiographie Doppler couleur
5. Electrocardiogramme Holter sur 24 heures avec une séance d'entraînement ou un test d'effort
6. Radiographie ou tomographie haute résolution du thorax
7. Tests sanguins

- Pour le **groupe D** : Un examen d'effort cardiorespiratoire est fortement recommandé en plus des tests mentionnés ci-dessus

Tableau #1

STADE DE LA MALADIE	SIGNES ET SYMPTÔMES
Infection asymptomatique	Diagnostic du SARS-CoV-2 en l'absence complète de symptômes
Forme paucysymptomatique	Présence de symptômes tels qu'une congestion nasale et/ou un mal de gorge, sans fièvre, toux, malaise, mal de tête et/ou douleur musculaire
Forme bénigne	Présence de symptômes bénins (ex : fièvre, toux, perte du goût ou de l'odorat, malaise, mal de tête, douleur musculaire) sans souffle court, dyspnée, ou imagerie du thorax anormale
Forme modérée	Saturation SpO <sub>2</sub> > ou = à 94% et preuve clinique ou radiographie d'une pneumonie
Forme sévère	Saturation SpO <sub>2</sub> < 94%, Ratio PaO <sub>2</sub> /FiO <sub>2</sub> < 300, rythme respiratoire > 30/min (chez l'adulte), ou infiltrats pulmonaires > 50%
Forme critique	Insuffisance respiratoire, choc septique et/ou défaillance de plusieurs organes