



Accidents de plongée

🕒 paru le 23/07/2020 • adapté au contexte belge francophone • dernière adaptation de contenu le 06/04/2023

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

Les accidents de plongée, qu'est-ce que c'est ?

La plongée est un loisir associé à certains risques. Les principaux risques sont :

- les traumatismes causés par des changements rapides de pression (barotraumatismes) ;
- l'accident causé par le développement de bulles de gaz dans le corps (accident de décompression) ;
- les [noyades](#) causées par une perte de connaissance sous l'eau.

Comment les accidents de plongée se développent-ils ?

L'eau est beaucoup plus lourde que l'air. Sous l'eau, la pression sur le corps est donc plus grande. Plus on descend, plus la pression augmente. Les tissus compacts, tels que les muscles, résistent bien au changement de pression. Mais ce n'est pas le cas des parties de notre corps qui sont remplies d'air, comme les poumons, l'oreille moyenne ou les sinus du crâne par exemple.

Pendant la descente, la pression sur le corps augmente et l'air est de plus en plus comprimé. Pendant la remontée, l'air se décomprime. Si le corps est en bonne santé et que la personne descend et remonte lentement, son corps peut s'adapter aux changements de pression. Si la personne descend ou remonte trop vite, cela peut provoquer des problèmes.

Quelles sont les causes des accidents de plongée ?

Le plus souvent (8 fois sur 10), la cause de l'accident de plongée est une erreur humaine : volontairement ou non, les personnes n'ont pas respecté les procédures de sécurité.

Rarement, la cause de l'accident est un problème médical ou un problème technique du matériel de plongée. La panique est une des premières causes médicales d'accident grave de plongée.

Comment reconnaître un accident de plongée ?

Barotraumatisme

Un barotraumatisme est un traumatisme causé par un changement trop rapide de pression. Il peut arriver :

- pendant une descente trop rapide (augmentation trop rapide de la pression) ;
- pendant une remontée trop rapide (diminution trop rapide de la pression).

Les traumatismes caractéristiques sont les dommages (lésions) à l'oreille moyenne et le pneumothorax.

D'autres organes peuvent aussi contenir de l'air, par exemple les intestins, et peuvent donc aussi subir les changements de pression. Les lésions graves sont plus rares.

Dommages à l'oreille moyenne

Pendant la descente, l'air présent dans l'oreille moyenne se comprime. Cela tire sur le tympan et fait bomber le tympan vers l'intérieur. Le plongeur ou la plongeuse peut faire remonter la pression dans l'oreille moyenne, par exemple en avalant ou en essayant de souffler par le nez pincé (manœuvre de Valsalva). Si l'égalisation de la pression échoue, le tympan va s'étirer davantage et finir par se déchirer. Dans ce cas, la personne ressent une douleur à l'oreille et, à un stade avancé, des vertiges et des nausées. Elle peut aussi se sentir désorientée.

Pendant la remontée, le même type de problème peut arriver si la pression diminue trop rapidement. Dans ce cas, la personne souffre principalement des sinus du nez.

Pneumothorax

Un [pneumothorax](#) est la présence d'air dans la plèvre, ce qui comprime le ou les poumons.

Pendant la remontée, si la personne ne souffle pas suffisamment d'air, l'air s'accumule dans les poumons, la pression augmente fort, le tissu pulmonaire s'étire et finit par se déchirer. De l'air passe dans la plèvre (pneumothorax) et comprime le tissu pulmonaire.

Le plongeur ou la plongeuse ressent tout de suite les premières signes, par exemple un [essoufflement](#), une toux et une sensation d'oppression sur la poitrine. Dans les cas graves, la personne peut perdre connaissance.

Le pneumothorax touche surtout les plongeurs et plongeuses qui ont un problème pulmonaire comme de l'[asthme](#) ou de l'[emphysème](#).

Accident de décompression (ADD)

L'accident de décompression correspond au développement de bulles de gaz dans le corps.

L'air comprimé dans les bouteilles contient un mélange d'oxygène et d'azote. Pendant une remontée trop rapide, l'azote peut former des bulles dans le corps. Les bulles qui se forment dans le sang empêchent le sang de bien circuler. Les organes ne reçoivent donc plus assez d'oxygène.

Un accident de décompression (ADD) léger peut causer ces signes :

- fatigue anormalement importante ;
- douleur dans les muscles et les os, notamment les grosses articulations ;
- picotements ou engourdissement de certaines parties du corps ;
- démangeaisons (prurit).

Un accident de décompression (ADD) sévère peut toucher différents organes et parfois laisser des séquelles.

- l'ADD cutané est souvent le premier signe d'un ADD sévère. Il se présente par des tâches bleues-rouges sur la peau ainsi que des marbrures ;
- l'ADD cardiopulmonaire touche le cœur et les poumons. Il peut causer une [perte de connaissance](#) et un état de choc ;
- l'ADD médullaire touche la moelle épinière. Il peut causer une faiblesse musculaire, une [paralysie](#) musculaire ou une paralysie des bras et des jambes (tétraplégie) dans les cas les plus graves ;
- l'ADD de l'oreille interne peut causer des problèmes d'équilibre, des [vertiges](#), des nausées, des vomissements, des bourdonnements d'oreille ([acouphènes](#)) ou une perte d'audition ([surdité](#)) ;
- l'ADD lymphatique touche le système lymphatique. Il peut causer des gonflements (œdèmes) importants dans le haut du corps. En général ces œdèmes disparaissent avec le traitement et un peu de temps ;
- l'ADD peut causer, à long terme, de la fatigue et de difficultés de concentration.

Que pouvez-vous faire ?

Pour plonger, il faut

- être en bonne condition physique ;
- ne pas avoir un problème de santé qui pose problème pour la plongée (contre-indication médicale) ;
- s'informer des risques possibles ;
- s'entraîner ;
- apprendre à estimer correctement sa vitesse de descente et de remontée ;
- se former et apprendre les mesures de sécurité.

Ne plongez pas seul. Plongez en club.

Les problèmes médicaux suivants entraînent un risque d'accident pendant la plongée. Si vous avez un de ces problèmes, normalement, vous ne pouvez pas plonger (contre-indications à la plongée) :

- problème neurologique : [épilepsie](#) ou autre problème qui cause subitement un problème de conscience ;
- problème psychiatrique : [trouble panique](#), [claustrophobie](#), [agoraphobie](#), problème psychologique grave (par exemple : altération du sens des réalités, [envie suicidaire](#), [dépression](#) sévère, [paranoïa](#)), utilisation de médicaments antipsychotiques, [abus d'alcool](#) ou [consommation de drogues](#) illégales ;
- problème respiratoire : [asthme d'effort](#), [infection des voies respiratoires supérieures](#), [diminution de la fonction respiratoire](#), problème qui fait courir un plus grand risque de pneumothorax ou de formation de bulles de gaz dans le sang (embolies gazeuses) ;
- problème cardiovasculaire : [trouble du rythme du cœur](#), [insuffisance cardiaque](#), [crise cardiaque](#) récente, [hypertension artérielle](#) non contrôlée, maladie coronarienne ;
- problème au niveau des muscles et des os qui empêche fortement de bouger normalement ;
- [diabète](#) : l'utilisation d'[insuline](#), surtout, constitue un risque important ;
- [risque de saignement plus élevé](#) : maladie du sang ou médicaments [anticoagulants](#) ;
- problème d'oreille : difficulté à équilibrer la pression dans l'oreille moyenne (par exemple en cas d'otite moyenne), [problèmes de sinus](#), [problèmes d'oreille interne](#).

Si vous avez un de ces problèmes et que vous souhaitez quand même pratiquer la plongée, vous devez d'abord demander l'avis d'un médecin spécialisé en plongée.

Que peut faire votre médecin ?

Votre médecin examine avec vous si vous avez l'un ou l'autre problème de santé qui peut poser problème en cas de plongée. Si nécessaire, il vous oriente vers un médecin spécialisé en plongée et la médecine hyperbare. Ce type de médecin est le seul à pouvoir réaliser l'évaluation médicale d'un plongeur professionnel.

Si vous êtes victime d'un accident de décompression sévère, le traitement est commencé le plus vite possible : de l'oxygène pur via un masque. Si ce n'est pas possible, on peut aussi utiliser de l'air comprimé. Le but est d'éliminer l'excès d'azote et d'assurer le retour d'une concentration en oxygène normale.

Ensuite, la personne est emmenée dans un centre équipé d'un [caisson hyperbare](#). Un caisson hyperbare est une pièce spéciale où la pression est la même que celle présente à une profondeur de 18 mètres. La personne y reçoit de l'oxygène pur via un masque. Plus le traitement est commencé rapidement, plus la récupération est bonne et plus le risque de complications et de problème permanente est faible.

En savoir plus ?

- [Premiers secours : noyade \(vidéo\) – SIKANA](#)
- [Lifras – Ligue Francophones Belge de Recherches et d'Activités Subaquatiques](#)
- [Centre d'Oxygénothérapie Hyperbare – CHBO – Hôpital Militaire](#) (Belgique)

Vous cherchez une aide plus spécialisée ?

- [Centre d'Oxygénothérapie Hyperbare – CHBO – Hôpital Militaire](#) (Belgique)

Source

[Guide de pratique clinique étranger 'Médecine de la plongée' \(2000\), mis à jour le 28.06.2017 et adapté au contexte belge le 06.07.2019 – ebpracticenet](#)