

PIW vid Västra Stendörren

Att vattnet i Östersjön alltid är kallt fick vi ett bevis på när vi helt plötsligt fick syn på två kajaker, varav den ena med botten upp och med sin befälhavare simmande baklänges. Mannen i den andra kajaken höll ihop farkosterna medan man sakta drev mot land. Även om inga nödsignaler gavs verkade det inte så lämpligt att fortsätta simma ytterligare 200 m med en halvsjunken kajak i famnen. Vi närmade oss därför med viss försiktighet och efter att ha frågat vänligt men *mycket* bestämt, accepterade mannen att komma ombord på s/y Mälurvåg.



Han, en man i 65-årsåldern, berättade att kompiserna var erfaren paddlare men att han själv betraktade sig som amatör. Han gissade att ha legat i sjön i ungefär 15 min. Vattentemperaturen var ca. 19° och våghöjden mindre än 30 cm. Oaktat de goda yttre förutsättningarna var mannen helt klart påverkad av händelsen trots den korta tiden i vattnet. Han lyckades t.ex. inte själv knäppa dragkedjan på den torra varma jacka vi lånade honom.

Händelsen utspelade sig bara något hundratal meter från farledsstrecket ca. 0,25 sjömil sydväst om Västra Stendörren. Trots att åtskilliga båtar i båda riktningarna måste ha passerat alldeles intill var det ingen före oss som uppmärksammade att det låg en människa i vattnet. Och visst - en låg, halvsjunken kajak i diskreta färger är inte lätt att se. Mannens mörkröda flytväst hade en gul kvadrat på ryggen, men den befann sig mest under vattnet och var inte heller något som drog blickarna till sig.

Kanske var det också så att man i de båtar som passerade före oss var så upptagna med navigeringen inför respektive efter passagen av V Stendörren att man bara tittade förut? Den elektroniska navigeringen gör dessutom att våra ögon alltför ofta vilar alltför länge på skärmar och instrumentdisplayer. 20 knop motsvarar en förflyttning med ca 10 m/sekund. Sänker vi blicken i 15 sekunder har båten förflyttat sig 150 m. När vi höjer blicken igen tittar vi säkert först framåt under ett antal sekunder till. Enda sättet att minska risken att missa något är att fler ombord är delaktiga i framförandet av båten.

Och för den som hamnar i vattnet? Ja, det är ofrånkomligt att de flesta av oss blir rädda när vi ofrivilligt ramlar i sjön. Andningen och pulsen ökar och vi kan få svårt att koordinera andningen, med kallsupar som följd. Vatten är ett effektivt kylmedium - tänk på den förhållandevis lilla mängd som behövs för att kyla bort båtmotorns värme! Enligt information på Sjukvårdsupplysningens hemsida leder vatten bort kroppsvärmen 25 gånger effektivare än luft. Vatten som är kallare än 20° kan i sjöräddningssammanhang betraktas som farligt!

Redan när kroppstemperaturen sjunker till 35°C får vi dålig motorik och ett försämrat omdöme. Våra möjligheter att rädda oss själva minskar. Ytterligare sänkt kroppstemperatur till 33°C innebär att händerna blir oanvändbara och att vi blir förvirrade. Att klara sig utan hjälp kräver då ett mirakel. Några enkla åtgärder kan dock öka våra chanser betydligt.

Flytvästen: gör det möjligt att minska ansträngningen det innebär att försöka hålla sig flytande. Vi kanske t.o.m. kan krypa ihop i något som liknar "fosterställning" för att minska den yta som exponeras mot det kalla vattnet.

Synligheten: Var inte rädd för att bära kläder som syns! Idag finns regnställ och flytvästar i ett stort antal färger, blå, svarta, vita m.fl. liknande färger. De må vara snygga på bryggan eller på sjökrogen men minskar helt klart möjligheterna till upptäckt jämfört med kläder i "signalfärger".



Signaleringen: I en kajak eller en liten öppen båt ger ett vattentätt mobiltelefonfodral en billig och effektiv höjning av säkerheten. Efter att på en konferens anordnad av Nämnden för båtlivsutbildning lyssnat på två olika seglare är vi övertygade om att ett sådant kan vara en livräddare. En medelålders man seglade omkull med en allmogebåt utanför en strand på östra Gotland. En tonårspojke välte med en Snipe i Vättern. Båda kunde liggande i vattnet ringa Sjöräddningscentralen samtidigt som de med andra handen höll sig fast i sina båtar. Båda var eniga om att det var tack vare sina vattentäta mobiltelefonfodral som de fortfarande seglar.

Även för den som befinner sig i skärgården med en större båt kan en torr mobiltelefon vara ett bra komplement till den fasta VHF-radion, om man t.ex. måste lämna sin båt.

Om man hittar en kraftigt nedkyld person

I Finland säger ordspråket: "om sprit, tjära och bastu inte hjälper, återstår bara döden". Trots våra begränsade medicinska kunskaper vågar vi påstå att det inte stämmer - i alla fall inte när det gäller behandling av nedkylda personer... En kraftigt nedkyld person har kallt blod i armar och ben. Om man hanterar personen oförsiktigt kan det kalla blodet rusa in till hjärtat och orsaka ett stopp. Gör istället så här:

- klipp upp och ta av kläderna med personen liggande ombord eller i land

- linda in bålen med filter, armar och ben utanför
- låt ev. en person med normal kroppstemperatur lägga sig, helst innanför filter, intill den nedkylda för att värma
- långsam uppvärmning - absolut inte bastu eller varmt bad!
- Varmdryck ska man inte ge till kraftigt nedkylda personer. Endast den som kan dricka själv, alltså till den som själv kan hålla i koppen kan få varm dryck. Alkohol höjer inte kroppstemperaturen, utan påskyndar istället kroppens värmeförlust.

Att lära sig mer om nedkylning, dess risker och hur man kan hantera dessa och är en viktig sak för alla som färdas till sjöss. Det ingår också i kunskapskraven för Förarintyg och Kustskepparintyg Förkortningen PIW i rubriken då? Ja, det är sjöräddningscentralens förkortning för Person In Water.

2013-08-01 / ombord S/y Mälurvåg
Anders Knutas och Gladis Morales

====&====&====&====&====&====&====

Edunautic kb i Mariefred arrangerar förarintygskurs, kustskepparkurs, VHF-kurs för SRC, radarkurs samt genomför prov för dessa kurser, men även för Fartygsbefäl klass 8.

Vi finns i Mariefred men genomför gärna kurser och prov bl.a i Stockholm, Södertälje, Trosa, Nyköping, Strängnäs, Eskilstuna, Torshälla, Kungsör, Köping, Västerås, Enköping