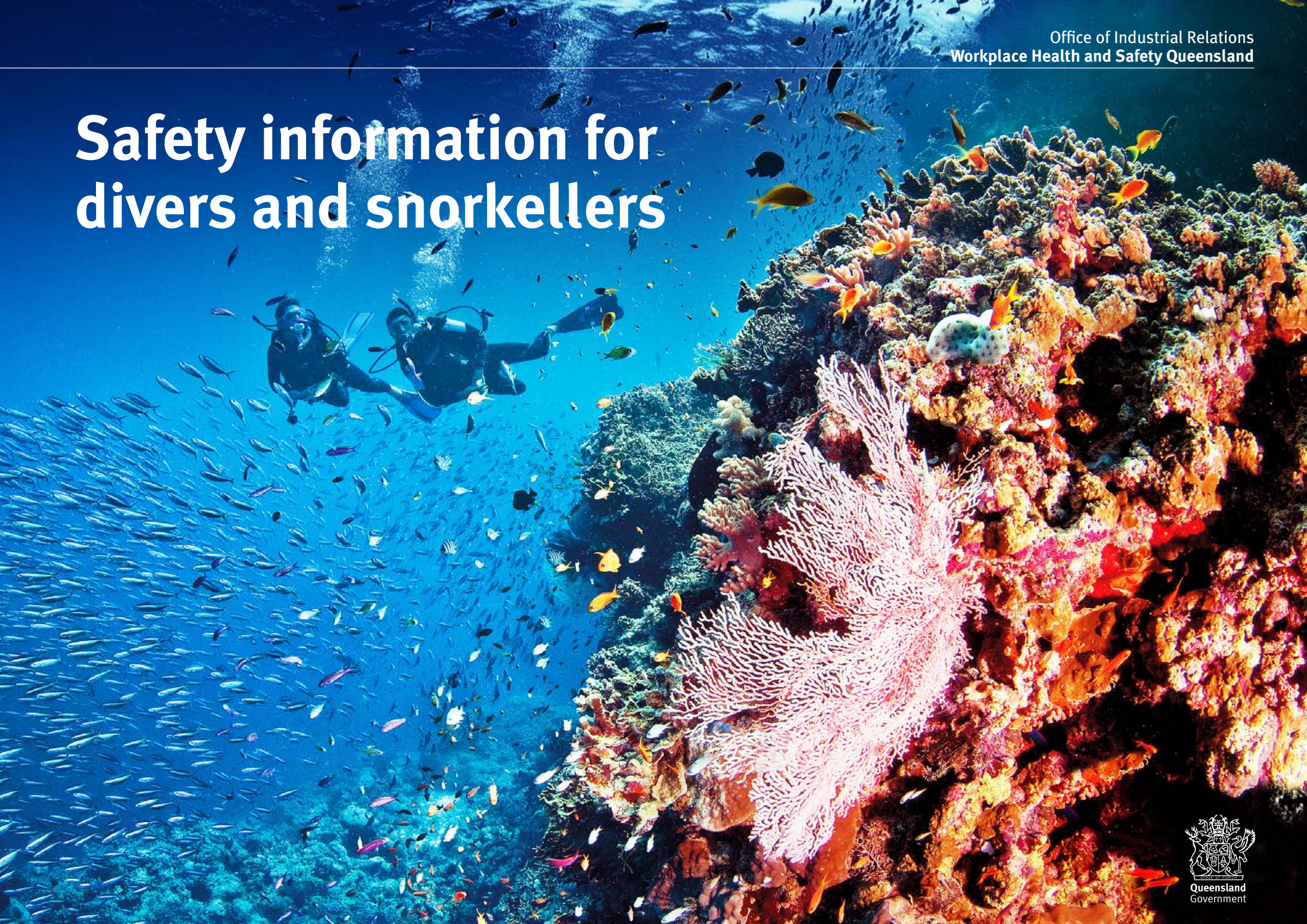
Office of Industrial Relations
Workplace Health and Safety Queensland

Safety information for divers and snorkellers



Queensland Government

Contents

English 3
Snorkelling and diving signals 5
Floatation device options 6
Chinese 7
Chinese traditional 9
French 11
German 13
Italian 15
Japanese 17
Spanish 19
Swedish 21
Vietnamese 23
Russian 25
Korean 27

Snorkelling and diving signals – When snorkelling or diving it is vital to know which signals to use, including:

Are you ok?
您没事吧?
您沒事吧？
Est-ce que ça va ?
Alles OK?
Stai bene?
大丈夫ですか？
¿Está bien?
Är du OK?
Bạn có bình an hay không?
Ты в порядке?
괜찮습니까?

I am ok but I need help
我没事，但需要帮助
我沒事，但需要幫助
Je vais bien, mais j'ai besoin d'aide
OK, brauche aber Hilfe
Sto bene ma ho bisogno di aiuto
私は大丈夫ですが助けが必要です
Estoy bien pero necesito ayuda
Jag är OK men jag behöver hjälp
Tôi bình an nhưng cần được giúp đỡ
Я в порядке, но мне нужна помощь
괜찮지만 도움이 필요합니다

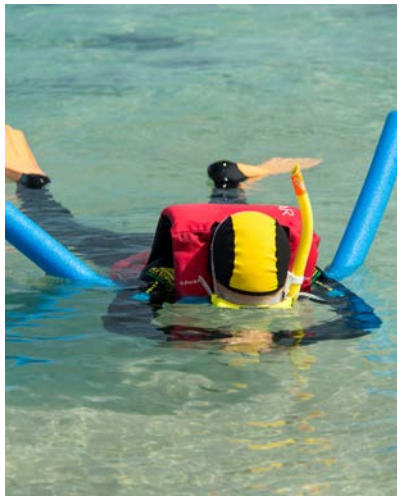
I am ok
我没事
我沒事
Je vais bien
Alles OK
Sto bene
私は大丈夫です
Estoy bien
Jag är OK
Tôi bình an
Я в порядке
괜찮습니다

Distress needing help
遇险需要帮助
遇險需要幫助
Détresse nécessitant de l'aide
Notfall, brauche Hilfe
Sto male e ho bisogno di aiuto
苦しいので助けが必要です
En peligro, necesito ayuda
Nödläge och behöver hjälp
Lâm nạn cần được giúp đỡ
Тревога, мне нужна помощь
도움이 필요한 위험 상황

Flotation device options – To make sure you are safe in the water, please:

Wear a snorkel vest
穿上浮潜马甲
穿上浮潛背心
Porter un gilet de plongée avec tuba
Tragen Sie eine Schnorchelweste
indossare un giubbotto per lo snorkelling
スノーケルベストを着用する
Utilice un chaleco de buceo en superficie
Ha på dig en snorklingsväst
Mặc áo lặn sử dụng ống thở
Ныряйте с жилетом безопасности
스노클링 조끼 착용

Snorkel with a buddy
与友伴一起浮潜
與友伴一起浮潛
Faire de la plongée avec tuba avec un ami
Schnorcheln Sie zusammen mit einem Partner
fare snorkelling con un amico
バディと一緒にスノーケリングする
Bucee con un compañero
Snorkla med en partner
Lặn sử dụng ống thở với người lặn đồng hành
Ныряйте с напарником
친구와 함께 스노클링



Use a noodle or a life ring
使用浮条或救生圈
使用浮條或救生圈
Utiliser un flotteur ou une bouée de sauvetage
Benutzen Sie eine Schwimmnudel oder einen Rettungsring
Usare un tubo galleggiante o salvagente
浮き棒または浮き輪を使用する
utilice un tubo de flotación o salvavidas
Använda en flytorm eller livring
Sử dụng dây hay phao cứu hộ
Воспользуйтесь спасательным кругом или брусом
누들이나 구명 부환 사용

Join a guided tour
参加由导师带领的浮潜团
參加由指導員帶領的浮潛團
Vous joindre à un tour organisé
Schließen Sie sich einer geführten Tour an
unirvi a un tour guidato
ガイド付きツアーに参加する
Realice un paseo con guía
Delta i en guidad tur
Tham gia chuyến tham quan có người hướng dẫn
Присоединитесь к группе под руководством инструктора
가이드 투어에 참여

Vietnamese

Thông tin an toàn dành cho người lặn sử dụng bình dưỡng khí có giấy chứng nhận

Người lặn sử dụng bình dưỡng khí có giấy chứng nhận phải lặn một cách an toàn và có trách nhiệm cũng như tuân thủ các hướng dẫn được phổ biến trong cuộc họp phổ biến thông tin trước khi lặn.

Là người lặn sử dụng bình dưỡng khí, trách nhiệm của quý vị là bảo đảm mình có đủ thể lực và khỏe mạnh để lặn. Quý vị phải báo cho người giám sát lặn biết nếu mình đang bị bất kỳ bệnh tật hoặc thương tích nào hoặc đang uống thuốc bác sĩ kê toa.

Xin quý vị đọc thông tin này và nói chuyện với người giám sát lặn hoặc người hướng dẫn lặn của quý vị về mọi mối lo ngại trước khi bắt đầu lặn.

Người lặn sử dụng bình dưỡng khí có giấy chứng nhận nên:

- tuân theo những hướng dẫn của người giám sát lặn hoặc người hướng dẫn lặn
- yêu cầu người giám sát lặn của quý vị trao cho quý vị kế hoạch lặn và thông tin về các điều kiện cùng hiểm họa có thể xảy ra tại địa điểm lặn
- luôn luôn lặn với một người lặn đồng hành hoặc người hướng dẫn và luôn ở chung chỗ với nhau
- Thường xuyên theo dõi lượng không khí của mình và lượng không khí của người lặn đồng hành
- biết ranh giới địa điểm lặn và chỉ lặn đến độ sâu quý vị đã được tập luyện.

Hãy bảo đảm quý vị:

- biết chốt quan sát đặt ở đâu
- cẩn thận lưu ý đến thủ tục cấp cứu như thủ tục rút lui dưới nước, lâm nạn, cứu hộ và lạc mất người lặn đồng hành
- biết sử dụng thiết bị báo hiệu như xúc xích an toàn bơm hơi và biết tìm chúng ở đâu
- luôn luôn có thể nhìn thấy người lặn đồng hành của mình và kiểm tra xem là họ bình an
- quen thuộc với tất cả thiết bị lặn quý vị sẽ đem theo khi lặn
- hoàn tất giai đoạn dừng an toàn vào cuối đợt lặn của mình.

Hãy xem xét những điều sau đây trước và trong khi lặn:

- dòng hải lưu dưới nước
- độ sâu của nước
- tầm nhìn dưới nước
- địa hình dưới nước và sinh vật biển trong khu vực
- xuống và ra khỏi nước một cách an toàn.

Người lặn sử dụng bình dưỡng khí cần phải biết những rủi ro sau đây:

- hết không khí
- bệnh giải nén vì lặn nhiều lần
- trạng thái mê man nitơ khi lặn ở độ sâu và cần thiết phải di chuyển đến vùng nước nông nếu vấn đề này xảy ra
- bay hoặc lên độ cao sau khi lặn.

Chúng tôi hy vọng quý vị thích lặn sử dụng bình dưỡng khí trong vùng nước đẹp của Queensland. Nếu có bất kỳ thắc mắc nào, xin quý vị nói chuyện với người hướng dẫn lặn hoặc người giám sát lặn.

Lời khai về y tế cho người lặn sử dụng bình dưỡng khí diện khu du lịch (resort diver)

Do người lặn sử dụng bình dưỡng khí diện khu du lịch điền và ký tên

Theo luật, quý vị phải điền đơn này trước khi có thể lặn theo diện khu du lịch.

Chi tiết cá nhân

Họ _____ Tên _____

Địa chỉ nhà _____

Điện thoại _____ Ngày sinh _____ Giới tính: Nam ☐ Nữ ☐

Quý vị có từng bị hoặc hiện giờ quý vị bị, bất kỳ điều nào dưới đây:	**Có**	**Không**
Hen suyễn hoặc thở khò khè	☐	☐
Rối loạn não, tủy sống hoặc thần kinh	☐	☐
Phẫu thuật ngực	☐	☐
Viêm phế quản mạn tính hoặc vấn đề phổi dai dẳng	☐	☐
Các chứng xoang mũi mạn tính	☐	☐
Phổi bị xẹp (tràn khí màng phổi)	☐	☐
Bệnh tiểu đường (đường huyết)	☐	☐
Phẫu thuật tai	☐	☐
Bệnh động kinh	☐	☐
Ngất xỉu, co giật hay bất tỉnh	☐	☐
Bệnh tim, bất cứ loại nào	☐	☐
Vấn đề tai tái phát khi bay	☐	☐
Lao phổi hoặc bệnh phổi dài hạn khác	☐	☐

Quý vị có đang bị:		
Hụt hơi	☐	☐
Chảy dịch hoặc nhiễm trùng tai mạn tính	☐	☐
Huyết áp cao	☐	☐
Các bệnh khác hoặc giải phẫu trong tháng trước	☐	☐
Lủng/thủng màng nhĩ	☐	☐
Quý vị có đang sử dụng bất cứ loại thuốc hoặc ma túy nào hay không (không kể thuốc ngừa thai)?	☐	☐
Quý vị có uống bia rượu trong vòng tám giờ đồng hồ trước khi lặn hay không?	☐	☐
Quý vị có thai?	☐	☐
Quý vị có biết rằng giấu không khai bất kỳ vấn đề sức khỏe nào khiến quý vị không thể lặn một cách an toàn có thể gây nguy hiểm cho mạng sống hoặc sức khỏe của quý vị hay không?	☐	☐

Chữ ký _____ Ngày _____

Nhân chứng _____ Ngày _____

Vietnamese

Thông tin an toàn dành cho người lặn sử dụng ống thở (snorkeller)

Môi trường dưới nước thú vị và đẹp, nhưng cũng có thể nguy hiểm nếu quý vị làm ngơ những hướng dẫn của người giám sát hoặc người hướng dẫn lặn sử dụng ống thở.

Xin quý vị đọc kỹ thông tin sau đây và nói chuyện với người hướng dẫn của mình về bất kỳ mối lo ngại nào trước khi xuống nước.

- Nếu không biết bơi hoặc chưa lặn sử dụng ống thở bao giờ, quý vị hãy báo người giám sát lặn sử dụng ống thở biết.
- Lặn sử dụng ống thở có thể là hoạt động thể chất mệt sức, ngay cả trong vùng nước lặng. Hiện có những rủi ro nghiêm trọng liên quan đến một số bệnh tật, đặc biệt là bệnh tim.
- Nếu có vấn đề sức khỏe, quý vị hãy nói chuyện với người giám sát lặn sử dụng ống thở.
- Người lớn tuổi có thể dễ bị thương tổn vì bệnh tật, dù bệnh đã được bác sĩ chẩn đoán rồi hay chưa.

Những gợi ý an toàn sau đây có thể có ích:

- Sử dụng thiết bị nổi để quý vị đỡ phải tốn sức dưới nước.
- Nên lặn sử dụng ống thở với một người lặn đồng hành hoặc tham gia chuyến tham quan có người hướng dẫn, để có người cứu giúp nếu bị lâm nạn.
- Ở gần bên người giám sát hoặc các trợ giúp khác.
- Biết cách để báo hiệu với chốt quan sát bằng tín hiệu tay và đừng chần chừ nếu cần được giúp đỡ.
- Lặn sử dụng ống thở trong khả năng của mình.
- Luôn luôn lắng nghe và làm theo hướng dẫn của người giám sát, người hướng dẫn lặn sử dụng ống thở và chốt quan sát.

Người lặn sử dụng ống thở kinh nghiệm cũng có thể bị lâm nguy

- Nếu hít thở sâu nhiều lần trước khi lặn và ráng ở dưới nước lâu tối đa, điều này được gọi là 'lặn nín thở' và có thể khiến cho quý vị bị bất tỉnh, thương tổn nặng hoặc tử vong.
- Nếu định lặn theo kiểu nín thở, quý vị phải báo cho người giám sát lặn sử dụng ống thở biết.

Lời khai về y tế khi lặn sử dụng ống thở

Tôi *(viết tên bằng chữ in)* _____

xin khai rằng tôi đã được cho biết rằng lặn sử dụng ống thở có thể là hoạt động mệt sức và có thể làm tăng nguy cơ đối với sức khỏe và an toàn của tôi nếu tôi đang bị:

- bất kỳ bệnh tật nào có thể bị nặng hơn khi phải vận sức (ví dụ như bệnh tim, hen suyễn và một số bệnh phổi)
- bất kỳ bệnh tật nào có thể khiến tôi bị ngất xỉu (ví dụ như một số bệnh động kinh và một số bệnh tiểu đường)
- bệnh suyễn có thể khởi phát vì nước lạnh hoặc giọt nước mặn li ti (salt water mist).

Tôi đã được cho biết là tôi phải báo cho chốt quan sát, người giám sát lặn sử dụng ống thở hoặc người hướng dẫn lặn sử dụng ống thở biết nếu tôi có bất kỳ mối lo ngại nào về bệnh tất.

Tôi đã được cho biết rằng lặn sử dụng ống thở có thể là hoạt động mệt sức ngay cả trong vùng nước lặng và người lớn tuổi dễ bị tử vong và thương tổn vì có nhiều bệnh tật bị nặng hơn khi gắng sức, chẳng hạn như bệnh tim và đột quỵ.

Chữ ký _____ Ngày _____

Chữ ký của cha mẹ hoặc
người giám hộ người chưa thành niên _____ Ngày _____

Người bị bệnh tật và người lớn tuổi định lặn sử dụng ống thở nên:

- lặn sử dụng ống thở trong khu vực được trông chừng kỹ bởi chốt quan sát giám sát hoặc người giám sát lặn sử dụng ống thở để quan sát tốt hơn đối với bất kỳ vấn đề nào xảy ra
- đeo thiết bị nổi để được hỗ trợ
- lặn sử dụng ống thở với người lặn đồng hành.

AEU16/5470

Queensland
Government