

# 浮潛易出事 有咩要注意？

一名50歲香港男遊客早前在南非伊利沙伯港潛水後不省人事，浮出水面後經搶救最終不治。浮潛活動在本港十分流行，就算不懂游泳都可進行，本報特此整理了浮潛哪些要注意的地方及安全技巧，以防止意外發生。

## 浮潛(Snorkeling)是什麼？

潛水方式：以呼吸管在水面游泳。  
潛水深度：0公尺。  
潛水時間：不用閉氣或下潛。  
適合對象：任何人皆可嘗試，尤其適合怕水不會游泳。

## 浮潛需要什麼？

### 1. 面罩

面罩可以讓你在水下看到東西，而不會讓水進入眼睛。這與泳鏡類似，但是通氣管也可以遮住你的鼻子。這樣你就可以將臉浸入水中，而不會讓水進入鼻孔。

面罩戴法：將面罩貼在臉上(不要使用頭後的帶子)。而呼吸通過你的鼻子。如果面罩牢固地固定在你的臉上而無需握住它，則該面罩非常適合你。面罩在緊貼你臉部的裙邊上應具有良好的密封性，當面罩戴在臉上時，不應有空氣逸出或進入。

### 2. 通氣管

通氣管是你可以使用的管子。浮潛時將其含在嘴裏，讓你輕鬆呼吸，而無需不斷抬起頭部呼吸空氣。呼吸管有幾種不同的款式，但是當你學習呼吸管時，最好使用帶有乾燥頂部保護器的呼吸管，以防止水從頂部進入呼吸管。

■浮潛最好三五知己一齊進行較為安全。 網上圖片



### 3. 潛水衣

潛水衣有助於你在水中保持溫暖，它還可以起到防曬和防刺的作用。根據你浮潛的地點，有適合所有溫度的選項。對於熱帶水域來說，一件3毫米厚的短潛水衣就足夠了。但是，如果你位於較冷的地區，則可能需要7毫米厚的全身潛水服。因此，最好檢查水溫，以便你可以提前決定需要什麼潛水服。

### 4. 腳蹼

腳蹼戴在腳上，以便在你踢水時提供額外的推進力。腳蹼讓浮潛變得更加輕鬆，並且可以增加一定程度的安全性，以防你陷入水流中。

## 初學者技巧

### 1. 在水中感到舒適

正如你在學會走路之前不應該嘗試跑步一樣，在游泳和漂浮在太深的水中之前不要學習浮潛，這一點很重要。你不需要成為游泳冠軍才能享受浮潛的樂趣，但重要的是你對自己的深度感到相當自信。如果深水讓你感到緊張，請先在游泳池練習，然後再前往大海或湖泊。

### 2. 參加浮潛計劃

報名參加專業浮潛計劃，可以為你提供高效、安全的浮潛寶貴技能。你將學習有關浮潛技術的所有知識，甚至可能會學習如何在水下潛水！

### 3. 參加旅行團浮潛

比起獨自前往未知的水域，參加有組織的旅行要有趣得多。這樣，經驗豐富的專業人士就會向你展示最佳的浮潛地點，他們可以保證你的安全，並指出沿途令人興奮的事情。你還會在旅途中遇到其他志同道合的浮潛愛好者。

### 4. 切勿單獨浮潛

單獨在開放水域進行任何水上運動絕不是一個好主意。雖然浮潛是一項非常安全的活動，但如果你獨自一人，外部危險可能會讓你陷入險境。水流、岩石和船隻等都是在水中需要注意的事情。最好在水中穿着顏色鮮艷的救生衣、背心或泳帽，這樣你就很容易被發現。

### 5. 檢查浮潛周圍環境

如果你在以前沒有去過的地方浮潛，請詢問周圍環境是否浮潛的好地方。你應該問這樣的問題：這裏容易出現強流嗎？這裏是浮潛的熱門地點嗎？船流量多嗎？

## 常見危險

### 1. 嗆水

原因：

很多人在浮潛時，會因為浮潛設備使用不當導致嚴重嗆水。當你在水裏暢快呼吸，欣賞水中的瑰麗景象時，可能想不到，呼吸管和面鏡會突然進水——原因很多，比如佩戴面鏡時笑了；沒咬緊呼吸管；甚至是小海浪倒灌呼吸管——海水突然進入氣管，引起劇烈咳嗽，你想站起來，把頭抬出海面，卻發現無法做到，不由得恐慌起來，從而導致溺水事故。

建議：

首先，你要正確地佩戴浮潛工具，佩戴面罩時不要說話或者笑，也不要讓頭髮或其他異物夾在裏面，然後要緊緊咬住呼吸管。其次，在水中要改變呼吸習慣——用口呼吸而不是鼻子。發生嗆水後，要立刻把頭露出海面，所以對那些在游泳池裏只會游泳、不會踩水或水中直立的人來說，非常危險！

### 2. 洋流

原因：

一旦在陌生的海域遇到海浪或者暗流，也會發生危險。即使是同一片海域，在不同的季節、天氣下，洋流情況也各不相同，平靜的海面下往往隱藏着漩渦、暗流。

建議：

浮潛前做好功課，可以到酒店前台諮詢周邊海流，適合浮潛的區域，留意漲潮和退潮的時間。陰天、雨天或風較大的天氣盡量不要去浮潛。

### 3. 珊瑚、海膽劃傷刺傷

原因：

在較淺的浮潛區域行走，有可能碰到海膽、珊瑚，可能會劃傷或刺傷自己。

建議：

戴手套、穿腳蹼。

### 4. 陽光

原因：

浮潛時，有的遊客為了漂亮，常常會穿比堅尼，但是陽光猛烈，海面無遮無擋，浮潛又大部分時間漂浮在水面，這樣非常容易曬傷。

建議：

租用橡膠潛水服，防曬、保暖、有防護性，還帶浮力。