



 MAANDAG 7 MEI 2018 - DS AVOND

**ERIC GEBOERS**

---

INSPANNINGSFYSIOLOOG JAN BOURGOIS (UNIVERSITEIT  
GENT) WAARSCHUWT



<p>Het koude water van de Miramar-plas werd Eric Geboers fataal. <span class="credit">photo news</span></p>

■ Het koude water van de Miramar-plas werd Eric Geboers fataal. © photo news

## ‘Koud water is levensgevaarlijk bij warm weer’

Eric Geboers is vermoedelijk het slachtoffer geworden van een koudeshock toen hij in het water dook om een hond te redden. 'Plotse onderdompeling in koud water is de belangrijkste oorzaak van verdrinking', waarschuwt inspanningsfysioloog Jan Bourgois (UGent).

### **THIERRY GOEMAN**

Eric Geboers dook zondagavond in de Miramar-waterplas in Mol om een hondje te redden. Maandagmiddag werd zijn lichaam geborgen. In de Ourthe in Tilff stierf zondagavond al een man in een poging om een hond uit het water te halen. De hond overleefde het, de man verdronk. Tijdens een warm weekend in april stierf een 28-jarige Oost-Vlaming tijdens het kajakken op de Lesse. Zijn bootje sloeg om, hij verloor het bewustzijn en verdronk.

Bij warm weer in koud water duiken, kan levensgevaarlijk zijn, waarschuwt professor Jan Bourgois (UGent) die onderzoek gedaan heeft naar de gevolgen van zo'n duik.

'Iedereen kent toch het gevoel van plots naar adem happen wanneer hij in koud water springt of wanneer er plots ijskoud water uit de douche stroomt. Je lichaam wordt bevangen door de plotse koude', zegt Bourgois.

## **Schokeffect op bloedsomloop**

Niet het gebrek aan zwemcapaciteiten of een onderkoeling is de oorzaak van de verdrinking, wel de 'cold shock'. 'De koudeshock kan vrijwel onmiddellijk optreden bij onderdompeling in koud of fris water. Of je er nu in valt of er bewust in duikt, het risico blijft even groot.'

'Water dat een temperatuur heeft van 15 graden, voelt voor ons lichaam koud aan en is gevaarlijk. En hoe kouder het water is, hoe intenser de reactie van het menselijk lichaam kan zijn. Sensoren in ons lichaam reageren op de eerste, plotse temperatuurdaling ter hoogte van de huid met een schokeffect op de bloedsomloop, het hart, de longen en darmen. De abrupte toename van de ademhaling kan op haar beurt aanleiding geven tot een paniecreactie en tot inname van

water. In combinatie met mogelijk hartproblemen kan men verdrinken.'

## **Lichaam geleidelijk laten wennen**

Wie al een zwak hart heeft, loopt volgens professor Bourgois het meeste risico. Maar ook iemand met een jong en gezond hart, duikt niet zonder risico in een vijver of meer. Zelfs niet in hartje zomer.

'Door het lichaam geleidelijk te laten wennen aan de temperatuur van het water, eerst de voeten nat maken en dan de romp en het hoofd alvorens in het water te duiken, sluit je de grootste risico's uit.'

Bij ons bestaan er geen exacte cijfers over het aantal slachtoffers dat overlijdt door een koudeschok. In Groot-Brittannië wel.

'Van de 1.000 verdrinkingen per jaar sterft ongeveer 60 procent aan de gevolgen van een cold shock. Meestal binnen de vijf minuten nadat men in het ijskoude water is gevallen of gesprongen', zegt Bourgois.

---

http://www.standaard  
extra/static/check  
index.html)