

V mikině a teniskách pod ledem. Jako ležet v mrazáku

Šest dní dřiny, plazení se po zamrzlé hladině, ledových koupelích pod ní a trénování záchranářských metod. Studenti z Olomouce za sebou mají náročný kurz **pomoci tonoucím ze zamrzlé hladiny**.

Drobná dívka se plazí po pěticentimetrové vrstvě ledu jen v mikině, kalhotách a teniskách. Když se dostane k otvoru dva krát tři metry, sklouzne do mrazivé vody a pod ledem plave pět metrů k dalšímu otvoru. Vynoří se, opatrně se vyškrabá na ledový příkrov a má splněno. Zkoušky, které jsou součástí kurzu záchranářské z ledové vody, nejsou zdaleka pro každého.

„Měla jsem strach, i když jsem měla helmu a záchranář mě jistil na laně. Ale nepřipustila jsem si, že bych to nedala,“ vypráví o chvíli později už v suchém teplém oblečení studentka Jana Trčková.

Společně s dalšími třinácti spolužáky z olomoucké Fakulty tělesné kultury se zúčastnila na Lipně šestidenního kurzu záchranářské záchraně z zamrzlé vodní hladiny. Plavání pod ledem bylo jen drobnou částí výcviku, který studenti prvního ročníku oboru Ochrana obyvatelstva absolvovali.

Den začínal v půl osmé ráno během, rozcvičkou a koupelí v přehradě. Teplota vzduchu se pohybovala od minus tří do plus pěti, někdy bylo nutné nejdříve rozbit tenkou vrstvu ledu, která se přes noc vytvořila. „Musím olomoucké studenty pochválit, protože jejich přístup byl téměř vzorový,“ oceňuje Milan Bukáček, šéf základny Vodní záchranářské služby ČČK v Dolní Vltavici, kde se kurz konal.

Po snídani následoval teoretický i praktický výcvik – na suchu, na ledě i ve vodě. Při záchraně tonoucího už byli studenti lépe chráněni. Většinou měli voděodolné, takzvané suché obleky. Přesto jim chlad svíral celé tělo. „Po dvou hodinách na ledě nebo ve vodě už jsem byla

zmrzlá jak ratlík. Pod speciální kombinézou jsem sice měla teplé oblečení, ale i tak se cítíte, jako když vás zavřou do mrazáku,“ popisuje další studentka Renata Studená. Ovšem ve chvíli, kdy studenti vyrážejí do „ostré“ záchraně akce, jdou všechny pocity stranou. „Sto metrů od břehu se topil člověk. Zamířil za ním náš čtyřčlenný tým. Všichni jsme byli navázaní na laně a ve více než pětimetrových rozestupech

„Museli jsme vytáhnout stokilového chlapa nasáklého vodou. Při téhle dřině sice necítíte chlad, zato síly ubývají.“

jsme se většinou plazili, protože led pod námi praskal. Občas jsme se i propadli a zase se škrábali nahoru. Nakonec jsme se ve zdraví dostali na místo, kde ležel ve vodě bezvládný figurant,“ popisuje Marek Knejzlík. „Museli jsme vytáhnout stokilového chlapa nasáklého vodou. Při téhle dřině sice už necítíte chlad, zato síly rychle ubývají,“ dodává.

Pravidlo číslo 1: Mrtvý záchranář nikomu nepomůže

Teď rychle dostat podchlazeného pacienta na břeh. Jedna ze studentek chytí muže v bezvědomí pod paže a lehne si s ním na záda. Na domluvené znamení zaberou její tři kolegové za lano a snaží se dostat k souši. Opět se většinou plazí, aby se křehký led neprobořil. Posledních patnáct dvacet metrů musejí plavat, protože u břehu už je ledová křusta rozbitá. Jedna dřina končí, druhá – možná ještě větší – teprve



Hlavně s rozvahou Dostat z díry v ledu člověka ve vodou nasáklém oblečení je dřina. A záchránce hlavně nesmí sám riskovat.

Foto: Zbyněk Janečka

začíná. Při zástavě je srdce nutné masírovat, dokud nepřijede lékař. „Každému bych poradil, aby si tu masáž vyzkoušel na figurině deset minut,“ říká po zákroku uduchaný Zdeněk Dofek. Bez ohledu na to, že teplota je mírně pod nulou, z čela mu stékají čůrky potu.

Po šesti dnech intenzivního výcviku se ze studentů kvalifikovaní záchranáři nestanou. A ani to nikdo neočekává. „Ovšem nyní se dokážou vžít do toho, jak ledová voda ochromí tonoucího během pár minut. Vyzkoušeli si to na vlastní kůži. A taky poznali, že nejdůležitější pravidlo záchranáře zní: chránit vlastní bezpečnost. Mrtvý záchranář nikomu nepomůže. Tohle se studentům může hodit nejen v budoucí profesi, ale i v běžném životě,“ uzavírá Zbyněk Janečka, šéf Katedry aplikovaných pohybových aktivit olomoucké Fakulty tělesné kultury, která kurz uskutečnila díky evropskému grantu Problémy bezpečnosti 21. století a ochrana obyvatelstva.

Tomáš Kasal



Souboj s ledem Účastníci kurzu se učí, že mrtvý záchranář už nikomu nepomůže. Stačí malá chyba a při snaze pomoci člověku se může změnit ze záchránce na záchraňovaného. Foto: Zbyněk Janečka

A teď na břeh Studenti si vyzkoušeli i speciální vybavení záchranářů (snímek vlevo dole). Po vytáhnutí figuranta z vody ho s pomocí žebříku dotáhli ke břehu z zamrzlého Lipna. 2x foto: Z. Janečka



Záchranář: Klíčové je nepanikařit a přemýšlet

LIPNO Pomáhá v zimě těm, kteří se proboří skrz led do studené vody. Podle Milana Bukáčka, šefa základny Vodní záchranářské služby v Dolní Vltavici, je nutné hlavně zachovat rozvahou, než se do něčeho pustí. Ať už do záchraně své či někoho jiného.

Co dělat, pokud uvidíme, že se někdo probořil ledem do vody? Přivolat záchranáře, pokud máte tu možnost. A pak zachovat chladnou hlavu a zvážít, zda na záchran-



nou akci máte, jinak se totiž sám vystavujete velkému riziku. Na kurzech kvůli tomu učíme laickou veřejnost, jak si pomoci vyrobit různé odlehčovací pomůcky třeba z prken, lyží či žebříku. Případně jak využít tažné lano od auta nebo hůlky lyží, s jejichž pomocí probořeného vytáhnete. Pokud pomůžete sobě, pomůžete i tomu, koho záchraňujete. Nejhorší je, když se

proboří led i pod laickým záchranářem a najednou i jemu hrozí rychlé vysílení a podchlazení.

Mají se tedy lidé pouštět do záchraně, nebo je lepší čekat na hasiče či vycvičené záchranáře? Každá situace je jiná a lidé mají různé zkušenosti a fyzické schopnosti. My radíme, aby lidé pomáhali, ale aby počítali s rizikem a pokusili se ho co nejvíce snížit využitím těch zmíněných pomůcek. **Některé lidé neví, jak se na zá-**

chranu vybavit, třeba zda si sundat boty, případně oblečení. Pro případ, že se také proboří.

Oblečení i boty si určitě nechat. Oděv izoluje a částečně chrání před říznutím se o led. A většina bot, když je má člověk zavázané, v první fázi spíše nadnáší. Hlavní je při proboření nezapomínat a snažit se udržet v suchu ruce a hlavu. S omrzlými prsty už nic neuděláte a z hlavy jsou velké ztráty tepla. **(stk)**

Nabízíme pronájem nebytových prostor v Olomouci – centrum, v blízkosti SPEA (100 m) a OD MORITZ (50 m), dům 8. května 16.

Objekt po celkové rekonstrukci, s výtahem a blízkým parkovištěm (50 m).
Vhodné na kanceláře, ordinace, ateliéry, právní a pojišťovací služby.
V blízkosti zastávka tramvaje.

Nabízená plocha:

1. patro - 181 m², 2. patro - 186 m², 3. patro - 55 m²,
možno i jednotlivě.



Bližší informace na tel: 22506 3822, e-mail: zdenek.konopasek@mafra.cz