



UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI
FAKULTA TĚLESNÉ KULTURY

Vodní záchrana na divoké vodě

Mgr. Jiří Vrba

jiri.vrba@upol.cz

Olomouc 2014

1. Úvod

Pojem Vodní záchrana na divoké vodě je název pro činnost, kdy záchranáři pracují v prudech tekoucí vodě. Zkušenosti ukazují, že tato činnost se zásadně liší od běžné vodní záchrany, kterou v současné době zajišťuje zejména ČČK – tedy práce plavčků, záchranářů na přehradách, potápěčů atd. Samotný pojem vychází z kanoistiky (Svaz kanoistiky má sekci Divoká voda), ale zcela jistě by bylo vhodné se zamyslet, zda je tento pojem srozumitelný široké veřejnosti. I při povodních lze velmi zásadně odlišit situace, kdy stojatá voda zalije sklepy a ulice (např. většina Olomouce při povodni 1997) a situace, kdy dravý proud strhává domy, auta, mosty.

Vodní záchrana na divoké vodě velmi úzce souvisí s ostatními činnostmi provozovanými na vodě – plavání, kanoistika, rafting atd. Při všech těchto činnostech hrozí ohrožení zdraví i života. Vodní záchranář musí tedy všechny tyto činnosti ovládat na takové úrovni, aby mohl ohroženým pomoci a přitom nebyl při záchranné akci sám ohrožen. Navíc musí být schopen zachraňovat i v extrémních situacích (povodně, záplavy, zima atd.), kdy běžný vodák ani neuvažuje, že by se k vodě přiblížil.

Z výše uvedeného tedy vyplývá, že metodika výuky záchranářů pro divokou vodu musí vycházet z metodiky výuky plavčků, cvičitelů vodní turistiky, instruktorů raftingu atd. Pro všechny jednotlivé dílčí dovednosti existuje jistá minimální úroveň znalostí a dovedností, které musí záchranář bezpodmínečně ovládat.

Samotné kurzy vodní záchrany je možné rozdělit do dvou skupin – kurzy zájmové, kde si účastník rozšíří znalosti a dovednosti z vodní záchrany podle svých zájmů a schopností a na kurzy licenční, které absolventa opravňují k vykonávání činnosti vodního záchranáře.

Oba typy kurzů je pak možné rozdělit do několika obtížnostních úrovní. Licenční kurzy musí mít jasně definované úrovně vstupních o výstupních znalostí a dovedností, které je potřeba ověřit odpovídajícími testy. U licencovaných záchranářů by zřejmě měla být součástí i zdravotní prohlídka.

V oblasti licenční politiky je vhodné se inspirovat a poučit i z jiných oblastí, např. z lyžování, potápění atd. s přihlédnutím k zásadnímu faktu, že nebezpečí, které hrozí na vodě, je daleko vyšší, než např. při lyžování. Navíc činnost záchranářů se neomezuje jen na sportovní a volnočasové aktivity, tedy záchrany vodáků při splování řek, ale zejména na ochranu obyvatel při povodních a záplavách. Lze si představit, že mezi členy vodáckých oddílů je celá řada velmi zkušených vodáků, kteří by se mohli stát i velmi platnou složkou IZS (integrováný záchranný systém).

Obor Ochrana obyvatelstva na FTK UP se v současné době jeví jako ideální platforma, kde je možné problematiku Vodní záchrany na divoké vodě rozvíjet. V současné době již existuje řada předmětů, které by měl vodní záchranář absolvovat (první pomoc, plavání, kanoistika,

lanové aktivity, rafting a samozřejmě teoretické předměty jako anatomie, fyziologie, psychologie atd.).

Předmět Základy vodní záchrany nabízí studentům průřez všemi aktivitami potřebnými pro výcvik vodních záchranářů. Jejich dokonalé zvládnutí pochopitelně není v omezeném časovém rozsahu několika desítek hodin možné, nicméně je dobrým základem, na který lze navazovat při dalším odborném výcviku směřujícím ke získání licence vodního záchranáře.

	plavčík	Vodní záchranář	Instruktor vodní turistiky	Cvičitel vodní turistiky	Cvičitel vodní turistiky	Učitel vodní turistiky	Záchranář WW	Záchranářský instruktor WW	Učitel vodní záchrany WW
Plavání	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Záchrana tonoucího	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Základy kanoistiky na ZW			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kanoistika na WW II			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rafting na WW IV					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lanové aktivity							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Základy 1. pomoci	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sebezáchrana WW			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Záchrana jednotlivcem WW			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Záchrana v týmu WW								<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Záchrana z vodního válce							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Právní aspekty vodní záchrany								<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Didaktika, psychologie...					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Pozn.: zkratka WW (z německého wildwasser, případně anglického wild water nebo white water) se používá pro divokou vodu, stupně WW I – WW VI značí obtížnost, ZW (z německého zahmwasser) označuje klidnou vodu)

2. Priority záchranáře

Základem úspěšné záchrany je stanovit si bezpodmínečné pořadí priorit. Samotná záchranná činnost často probíhá ve stresu a bez dostatku času na kvalitní přípravu. Každý účastník záchranné akce by si měl uvědomit, že porušování kázně a nepřiměřené riskování nejen nepovede k úspěšné záchraně, ale naopak může skončit tragicky i pro řadu dalších osob. Je potřeba dbát zejména na:

2.1 Vlastní bezpečnost

Jednoznačně nejdůležitější prioritou je vlastní bezpečnost záchranáře. Záchranář, který se sám dostal do role zachraňovaného nejen, že nikomu nepomůže, ale ještě ohrozí další záchranáře a výrazně sníží šance na záchraně původního zachraňovaného. Každý záchranář tedy musí být schopen odhadnout míru rizika při chystaném zásahu ve srovnání se svými vlastními schopnostmi a možnostmi danými vybavením, pomocníky a dalšími okolnostmi.

2.2 Bezpečnost týmu a přihlízejících

Pokud se k záchranné činnosti připlou náhodní kolemjdoucí a hysteričtí rádoby pomocníci, tak pravděpodobně nejen že nepomůžou, ale naopak znesnadní záchranu a ohrozí život a zdraví celé řady dalších osob. U většiny záchranných akcí se dá přítomnost těchto osob předem předpokládat, takže záchranáři na ni musí být připraveni. Hned na začátku zásahu je nutné odhadnout schopnosti a stav okolí a být připraveni využít např. strážníků nebo policistů pro zajištění bezpečnosti okolí i zasahujících záchranářů.

2.3 Bezpečnost zachraňovaného

Při záchranné činnosti je nutné přizpůsobit volbu záchranných prostředků a taktiky dané situaci tak, aby se zachraňovaný nedostal vinou záchranářů do ještě horší situace, než v jaké se nacházel před jejich příjezdem. Proto je potřebné jednoznačné velení v průběhu zásahu. Snadno si lze představit, že několik vzájemně zamotaných házeček, naházených pod jez z několika míst, může být v důsledku příčinou daleko složitější situace, než jaká byla na počátku zásahu.

3. Příčiny nebezpečí na divoké vodě

Příčiny nebezpečí na divoké vodě lze rozdělit na nebezpečí objektivní, vyplývající ze skutečností, které nemůžeme ovlivnit a z nebezpečí subjektivního, které naopak přímo s vodáky souvisí.

3.1 Objektivní nebezpečí

3.1.1 Vodní terén

Hlavní veličinou, ovlivňující nebezpečnost vodního terénu, je množství vody, které řekou teče. Většinou českých řek protéká v letních měsících jen několik málo kubíků vody a většinou není obtížné v proudu plavat, případně se postavit na dno. O to horší může být překvapení vodáka nebo plavce, když na důvěrně známých místech je při zvýšeném průtoku vody takový proud, že jej není schopen vlastními silami překonat a dostává se do stavu ohrožení zdraví nebo života. Také tvar a sklon koryta, případně stav břehů, mají velký vliv na bezpečnost. Prudké břehy neumožní včas vylézt z vody, hlubokým a úzkým korytem může protékat tak silný proud, že se z něj nedá dostat. Naopak malá hloubka spolu s prudkým proudem neumožní plavání, ale člověk se zde může snadno nebezpečně zranit.

3.1.2 Překážky plynulé plavby

Většina řek teče svým korytem již celá staletí a voda si vytvořila nejsnadnější cestu. Do tohoto koryta ovšem zasahují nejrůznější nečekané překážky, které často díky síle proudu skončí přímo v hlavní proudnici. Podemletý strom dříve nebo později spadne do vody, kde jej proud vezme a nese do té doby, než se větvemi někde zachytí o dno. Prudký proud narážející na síto z větví se pak stává dokonalou pastí, ze které není úniku. Podobné důsledky mohou mít sesuvy kamení, známé zejména z horských ledovcových řek, kde je každý rok koryto plné nových balvanů a velmi nebezpečné.

Samostatnou kapitolou pak jsou nejrůznější vodní stavby. Česká legislativa v současné době vyžaduje, aby splavy, jezy, náhony, mosty a další vodní díla byly bezpečné pro ryby a umožnili jim nerušenou migraci. Na bezpečnost vodáků, plavců a dalších lidí, kteří se ocitnou ve vodě třeba i ne vlastní vinou se ovšem dbá jen velmi málo. Důsledkem je množství smrtelně nebezpečných jezů a dalších vodních děl, ve kterých se každý rok utopí několik lidí. Velmi často je snaha bezpečnost řešit pouze zákazem vstupu nebo zákazem splouvání, což je ovšem řešení pouze polovičaté. Z tohoto hlediska je dobré pochválit snahu některých vodohospodářů, že si tuto skutečnost uvědomují a sami se snaží nebezpečné jezy alespoň označit a vybavit základními záchrannými prvky.

3.1.3 Nebezpečí charakteristická pro určité druhy řek

Každá řeka je trochu jiná. Výlety kolem vodních toků jsou velmi oblíbené a často se jedná o řeky velmi rozdílného charakteru. Na jedné straně jsme fascinováni obrovskou masou vody na soutoku Dunaje a Tisy u Bělehradu, na druhé straně s úžasem sledujeme Niagarské vodopády, kde voda padá s padesáti metry. I výborný plavec může být zaskočen, když se dostane do vírů, když jej proud nabalí na skálu nebo jej shodí o několik metrů níž pod splav či vodopád. Svou roli pak může sehrát i nepřístupnost od komunikace nebo nedostupnost telefonního signálu, kdy i poměrně malá nehoda může mít fatální následky.

3.1.4 Povětrnostní a klimatické podmínky

Pohyb kolem řeky a na řece mají lidé většinou spojen s krásným teplým počasím a sluncem. Mezi nejčastější vybavení rekreačních vodáků patří sluneční brýle a krém na opalování. O to větší je potom problém, když je na nepřístupném místě překvapí prudká změna počasí. Každý pád do vody, každá další vlna, tak může způsobit krizovou situaci. I na vodácky oblíbené Vltavě pod Vyším Brodem vás může zaskočit letní bouře, kdy teplota náhle poklesne ze 35 stupňů na 10 a k dešti se přidají kroupy a prudký vítr. Převrácení lodi nebo pád do vody pak může způsobit hypotermii s dalekosáhlými důsledky.

3.2 Subjektivní nebezpečí

3.2.1 Nebezpečí vyplývající z osoby záchranáře (vodáka) samotného

Česká republika je vodáckým rájem. Na našich řekách najdete desítky půjčoven, které nabízejí tisíce lodí. Téměř každý Čech byl alespoň jednou na vodě. Takový byznys samozřejmě vyžaduje vhodné podmínky. Proto půjčovny často nabízejí rafty, určené na opravdu divokou vodu, amatérům, kteří bez jakýchkoli zkušeností splouvají poměrně snadné řeky. Na Vltavě pod Vyším Brodem můžete být svědky posádek, které za celou plavbu téměř nevezmou pádlo do ruky a raft je bezpečně proveze dolů i s lahvemi tvrdého alkoholu v rukou. Po návratu z takové dovolené mají tito lidé pocit, že se staly vodáky a že na tom nic není. Nezvládnutá pádlovací technika, nulová znalost záchranných praktik, špatný fyzický stav a přehnané sebevědomí mají za následek každoroční zápisy v černé kronice.

I zkušenější vodáci ovšem často doplatí na fakt, že splouvání řek je často spojeno s nedostatkem spánku, špatnou životosprávou, alkoholem a následnou únavou. Podcenění situace a následné zranění, podchlazení nebo i tonutí pak mohou skončit tragicky.

3.2.2 Nebezpečí vyplývající z výstroje, výzbroje a dalšího vybavení

Základním předpokladem úspěšného pohybu na řece je vhodné kvalitní plavidlo a výstroj. Díky novým technologiím se dnes používají téměř výhradně plastové polyetylenové lodě nebo nafukovací čluny. Tato plavidla jsou velmi odolná a při správném používání i

spolehlivá. Různé lodě jsou ovšem určeny pro různé účely. Zvolit si vhodné plavidlo odpovídající obtížnosti vody a schopnostem vodáka by tedy mělo být prvořadým úkolem, se kterým by měli poradit zejména instruktoři z půjčoven.



Obr.1: Plavidlo zajištěné proti potopení (foto www.pujcovnalode.cz)

Každé plavidlo by mělo být zabezpečené proti potopení a vybavené kvalitními chytačkami na obou koncích. Pokud se u některých plastových kánoí řeší ochrana před potopením vloženým barelem, musí být osádka lodi náležitě poučena o tom, jak barel do lodi správně umístit.

Každý vodák by měl být vybaven plovací vestou a podle potřeby i ochrannou přilbou. Aby obojí mohlo fungovat, je ovšem potřeba si vybrat vhodnou velikost a náležitě si ji upravit na těle tak, aby vesta i přilba dobře plnily svou funkci. Nejčastější využití plovacích vest je bohužel měkká podložka pod zadek na tvrdé lodní sedačce...

Vhodné oblečení na vodu by mohlo vydat na samostatnou kapitolu. O pevných botách do vody ještě bude řeč, ale i ostatní oblečení musí nejen chránit před chladem / před sluncem, ale zejména nesmí bránit případnému plavání. Náhradní oblečení v berelu nebo v lodním pytli by pak mělo být samozřejmostí.

Poslední položkou potřebného vybavení jsou nejrůznější záchranné prostředky. Házečku se rychle naučí používat i dítě, pokud je mu to srozumitelně vysvětleno a v rukou dospělého může být neocenitelným pomocníkem v nouzi. Nemá ovšem význam rozdávat lidem automaticky házečky, se kterými neumějí zacházet, aby si na nich sušili plavky.

Také lékárnička je základním vybavením každého auta, často je najdete i v cyklistických brašnách, ale na vodě se vyskytují jen výjimečně. Přitom minimálně lék na alergie (bodnutí hmyzu) a spáleniny (slunce) spolu s několika obvazy, desinfekcí a náplastí mnoho místa nezaberou a mohou zabránit velkým problémům.

3.2.3 Nebezpečí vyplývající z působení kolektivu

Splouvání řeky na lodi je veřejností vnímáno jako klidná forma rekreace v přírodě. Málokdo vyřáží na vodu s tím, že bude bojovat s živlem a s nepřízní počasí. Posádky v lodích jsou založeny na úplně jiných prioritách, než je schopnost ovládní lodi a spolupráce s partnerem (partnery), jako je tomu u závodní kanoistiky a raftingu. Seběmenší problém potom může vyústit v neshody, které se okamžitě projeví na ovládní lodi. Čím vyšší je obtížnost splouvané řeky, tím lepší musí být vzájemná spolupráce partnerů a tím víc se musí být schopni spolehnout jeden na druhého.

Falešná kolegiálna a hecování ze strany kamarádů na vodu nepatří vůbec. Vždy je potřeba respektovat možnosti druhého. Sjíždění obtížných míst, na které nemám a kterých se bojím jen proto, abych se „neshodil“ před kamarády vede často k tragickým koncům. Netýká se to jen začátečníků, kteří neodhadnou nebezpečnost místa, ale i zkušenějších vodáků, kteří si často neuvědomují, že to, co je pro ně samotné při jejich schopnostech relativně snadné, může být pro méně zdatného nebo méně zkušeného vodáka velmi nebezpečné.

4. Vybavení záchranáře

Kvalitní vybavení umožňuje vodním záchranářům práci v extrémně nebezpečném prostředí divoké vody. Aby záchrana mohla být úspěšná, musí být veškeré vybavení vhodné pro záchranu, mít správnou velikost a být správně nasazené a oblečené. Jedná se zejména o následující vybavení:

- Plovací vesta
- Pevná obuv
- Přilba
- Neoprenový oblek
- Nepromokavá bunda
- Házečka
- Píšťalka
- Nůž

4.1 Plovací vesta

Plovací vesta je nejdůležitějším záchranným prvkem. Měla by být u špatných plavců a dětí používána automaticky, u ostatních od obtížnosti WW 1 a na rozlehlých vodních plochách. I výborný plavec může být postižen náhlou křečí nebo se daleko od břehu zranit.

Aby byla vesta funkční, musí být vždy řádně upevněna na těle. S tím souvisí výběr vhodné velikosti a nastavení upínacího systému. V nabídce výrobců najdete celou řadu různých typů vest. Závodník bude hledat vestu co nejmenší, která jej nebude omezovat při sportovním výkonu, turista si vybere pohodlnou, aby se v ní dobře cítil. Pro vodní záchranu pak potřebujeme speciální vestu splňující některé specifické požadavky.

Prvním z nich je zvýšená nosnost. Pro závodní vestu se požaduje minimální výtlač 60N. Záchranář vrhající se do divoké vody pro tonoucího využije i nosnost dvojnásobnou.

Dalším požadavkem jsou různé kapsy a držáky. Na vestu potřebujeme upevnit nůž, píšťalku i házečku tak, aby byly snadno dostupné. Využijeme také kapsy na vysílačku, telefon, karabiny a další materiál.

Nezbytnou součástí je bezpečnostní hrudní popruh k upoutání záchranáře na lano s možností jeho rychlého nouzového uvolnění.



Obr. 2: Plovací vesty HiKo RESCUE a Z-vodák PLUS (foto Hiko a Vodáksport)

Pojďme si porovnat starší záchrannou vestu HiKo RESCUE s vestou Z-vodák PLUS, kterou vyvinula naše škola vodní záchranary RESCUE ACADEMY. Obě vesty mají dostatečnou nosnost 110N. Obě jsou vybaveny kapsami, držákem na nůž atd. Rozdíl je ve tvaru vesty. Z-vodák PLUS je lehčí a má tenčí ramínka, takže daleko méně omezuje záchrannáře při pádlování a plavání v divoké vodě.

Další podstatný rozdíl je v upínacím systému. HiKo RESCUE se upevňuje popruhem v pase a obě části jsou u sebe přidržovány ještě horní přezkou. Pro kvalitní upevnění na těle je potřeba dobře utáhnout záchranný hrudní popruh. Pokud se ovšem záchrannář v nebezpečí nucen záchranný popruh uvolnit, celá vesta se povolí a může se snadno v divoké vodě vysvléci. Proto je vesta Z-vodák PLUS doplněna pevným zipem a dvěma přezkami pod pažemi, které umožňují dokonalé upevnění na těle v každé situaci. Vše ještě doplňují dvě přezky uvnitř ramínek umožňující jejich přesné nastavení na každou postavu.

Pro spolehlivou funkčnost je potřeba o vestu pečovat: neskládat ji, nesedat na ni, chránit ji před ohněm a udržovat přezky, zipy a upevňovací systém čisté a funkční.

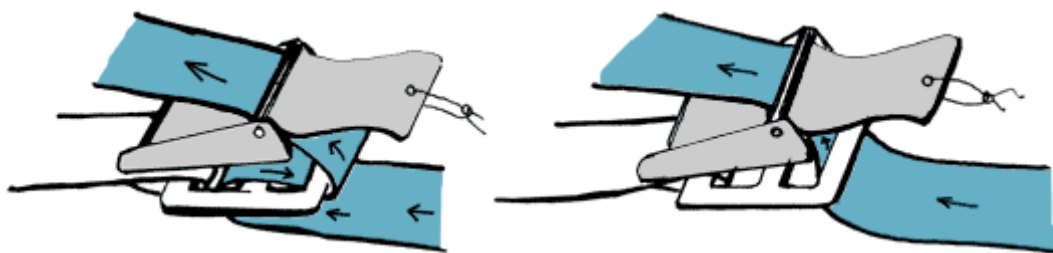
4.2 Záchranný hrudní popruh

Záchranný hrudní popruh najdete nejen na záchranných vestách, ale i na kajakářských a kanoistických vestách určených pro extrémní vodáctví. Tento popruh slouží k upoutání záchrannáře na lano a rychlorozepínací samosvorná přezka umožňuje uvolnění lana v případě nebezpečí.

Pokud je nutné, aby záchranář skočil do vody pro vodáka v bezvědomí nebo pro loď, připoutá se právě za tento popruh. Lano se na popruh zachytí buď karabinou nebo do speciálního ocelového D-kroužku. Nikdy nepřivazujte lano přímo k popruhu, jde o život!

V případě nebezpečí – pokud se například zaklesne lano o nějaký kámen a záchranář skončí pod vodou, je potřeba se od lana urychleně odpoutat. Vycvaknutí plastové přezky na hrudníku má za následek uvolnění celého popruhu, ze kterého D-kroužek nebo karabina snadno sklouzne a záchranář je volný.

V návodech k plovacím vestám se uvádějí dvě možnosti upevnění záchranného popruhu.



Obr. 3: Dva způsoby provlékání záchranného popruhu (kresba HiKo)

U většiny vest, které používají záchranáři RESCUE ACADEMY funguje první způsob provlečení popruhu. Popruh je veden kovovou přezkou zezadu dopředu a nazpět, teprve poté vede do plastové bezpečnostní přezky. Tento způsob funguje u většiny našich vest, ale ne u všech! Různé druhy popruhů, konstrukce vest a přezek způsobují, že některé přezky nedrží a jiné se naopak neuvolní v případě nebezpečí. U některých vest stačí použít provlečení jen jednoduchým způsobem z druhého obrázku.

Je naprosto nezbytné si vyzkoušet svoji vestu v bezpečí na suchu (pozor, mokrý popruh má jiné vlastnosti!!!) tak, aby ve vodě byla její funkčnost stoprocentní. Pro lepší funkčnost doporučujeme zkrátit popruh na nejkratší možnou míru, aby nevyčnival z přezky dále než několik centimetrů.

4.3 Pevná obuv

Kvalitní vodácká obuv je jednou z nejdůležitějších částí výstroje. Na našich záchranářských (ale i vodáckých) kurzech jsou jednoznačně nejčastějším úrazem (přes 90%!!!) zranění nohou. Podvrtnutí, zhmožděniny, natažené a natržené vazy, zlomeniny. Velmi často je hlavní příčinou nekvalitní obuv.

Na vodácké kurzy jsou často požadovány boty do lodi. Lepší formulace je ovšem boty do vody! V lodi jsou nohy v bezpečí, řada závodníků jezdí dokonce bosky kvůli nižší hmotnosti a nedostatku místa v lodi. Při záchrane ovšem často musíte běžet po dně, kde je nejen spousta

kamení, děr a překážek, ale také staré plechovky, střepy z lahví a další nebezpečné předměty. To vše v prudce tekoucí vodě, kde není vidět na dno.



Obr. 4: Různé druhy vodácké obuvi (foto Vodáksport)

Při raftingu a kanoistice se nejčastěji používají speciální neoprenové boty. Jsou konstruovány tak, aby v nich nebyla zima a aby se v nich vodák dobře cítil v lodi, kde většinou není mnoho místa. Podrážka těchto bot je tedy velmi měkká, jedná se spíše o pevnější ponožku než o pevnou botu. Pro záchrannou činnost je možné tyto boty vylepšit použitím pevné vložky vložené do boty, která podrážku zpevní, ale je to jen nouzové řešení.

Daleko lepší je použít pevné boty a do nich (kvůli tepelnému komfortu) tenké neoprenové ponožky. Prodávají se i boty připomínající běžnou sportovní běžeckou obuv s pevnou podrážkou, ovšem vyrobené z neoprenu a z dalších voděodolných materiálů. Mají otvory v podrážce, kudy může odtékat voda a jsou na vodě vysoce funkční. Na trhu jsou také speciální neoprenové „pohorky“ pro záchranáře nebo pro canyoning, které chrání i kotníky. Použití těchto bot můžeme jen doporučit.

4.4 Ochranná přilba

Popisovat důvody proč je nezbytné používat na divoké vodě přilbu je asi zbytečné. V řadě sportů je dnes přilba naprosto běžnou součástí výstroje, většina lyžařů nebo cyklistů již dnes bez přilby nevyjede. Výběr vhodné vodácké přilby má ovšem svá specifika. Přesto, že se můžeme na vodě setkat s přilbami cyklistickými, hokejovými nebo horolezeckými, přednost bychom měli dát specializované přilbě vodácké. Ta musí v první řadě perfektně chránit temeno hlavy, spánky i zátylek. Nesmí bránit v rozhledu a musí perfektně sedět na hlavě. Správná velikost je taková, kdy přilba drží na hlavě i rozepnutá a přitom je pohodlná a nikde netlačí.



Obr. 5: Vodácká přilba (foto Vodáksport)

Vodácká přilba přijde pochopitelně velmi často do styku s vodou, otvory tedy musí zajistit dobrý odtok vody, vystýlky by neměly nasáknout vodu (často se používá naprosto nevhodný molitan, který studí na hlavě a vytéká z něj voda) a vhodné je, když přilba ve vodě plave.

Pro záchranáře pak je výhodou větší přilba s ochranou uší a s výraznou barvou, případně reflexními prvky.

4.5 Neoprenový oblek

Neoprenový oblek je již léta naprosto běžnou součástí výstroje všech vodních sportů. Díky mnohaletému vývoji dnes máme možnost vybírat s nejrůznějších střihů, materiálů, tloušťky a různých specifických vlastností. Pro divokou vodu je nejdůležitější požadovanou vlastností ochrana před chladem. Vhodný oblek ovšem zároveň díky své nízké specifické hustotě výrazně zvyšuje vztlak a tím usnadňuje plavání. V klidné vodě bazénu je možné si v neoprenu pohodlně lehnout na hladinu a vydržet tam bez jakéhokoli úsilí. Neméně důležitou vlastností je ochrana před oděrkami či otlučením. Při plavání v divoké vodě se občasnému kontaktu s kameny nebo překážkami nevyhneme, kvalitní neopren dokáže zabránit menším úrazům nebo je podstatně zmírnit.

Na rozdíl od plavců nebo potápěčů, vodák a záchranář potřebují velký rozsah pohybu. Potřebují pádlovat, plavat, běhat, pracovat s lanem atd. Na druhé straně pracují často ve velmi studené vodě. Nejlépe se proto osvědčily neoprenové obleky typu LongJohn – dlouhé kalhoty bez rukávů, tloušťka 3 – 5mm. Výhodou je tzv. fleece úprava vnitřní strany obleku, která hřeje i když je oblek mokrý.

Oblek musí perfektně obepínat celé tělo, ale nesmí stahovat. Volný, plandavý oblek nejen že neposkytuje dostatečný tepelný komfort, ale může být svému uživateli i nebezpečný, protože pokud se dovnitř dostane větší množství vody, táhne vás naplněný oblek ke dnu.

Pro dlouhodobější pobyt v neoprenu se našim záchranářům osvědčilo používat přes něj ještě jako další vrstvu nepromokavé vodácké kalhoty. Jednak velmi výrazně zvyšují tepelný komfort, protože mokrý neopren se ve větru intenzivně ochlazuje a také jej chrání před poškozením. Kalhoty ovšem musí mít volné nohavice umožňující snadný odtok vody.



Obr. 6: Neoprenový oblek typu LongJohn a suchý trilaminátový záchranářský oblek (foto Vodáksport a FinnSub)

Profesionálové požívají místo neoprenu často tzv. suchý oblek (DrySuit). Tento oblek tvoří kombinéza ze speciálního nepromokavého materiálu (většinou tzv. trilaminát), ukončená na rukávech a u krku vodotěsnými latexovými a neoprenovými manžetami. Na konci nohavic jsou buď vodotěsně připevněné ponožky, nebo přímo boty. Do obleku se vstupuje pomocí speciálního vodotěsného zipu. Výhodou těchto obleků je, že jsou zcela vodotěsné, je možné se tedy pod něj teple obléci a vydržet v ledové vodě i několik hodin.

Nevýhodou suchých obleků je zejména jejich vysoká cena, kvalitní oblek stojí několik desítek tisíc. Dalším problémem je náchylnost na poškození – zatímco děravý neopren může dál plnit svoji funkci, suchý oblek s dírou je nepoužitelný. Specifickou vlastností suchých obleků pak je vzduch, který zůstává uvnitř obleku a který pochopitelně může uvnitř obleku volně proudit. Záchranář tedy musí před tím, než vstoupí do vody vzduch vypustit buď krční manžetou, nebo pomocí speciálního ventilu.

Opět existuje celá řada různých obleků pro specifické použití. Pro potřeby záchrany na divoké vodě se ukázaly zbytečnými například boty s pevnou špičkou, které jsou příliš těžké, neoprenová pevná haubna kryjící hlavu, která velmi ztěžuje komunikaci pomocí vysílačky a je nepříjemná při delším pobytu na suchu, tzv. suché rukavice, které jsou příliš neohrabané pro práci s lany a dalším materiálem a v neposlední řadě vzduchové ventily, které jsou nezbytné pro potápěče se vzduchovými lahvemi na zádech. Umožňují do obleku přidávat nebo vypouštět vzduch a tak regulovat jeho vztlak. Ventily jsou ovšem poměrně velké, při záchraně zavazí a dokonce může hrozit jejich poškození. Regulace množství vzduchu v obleku je přitom možná i pootevřením krční manžety.

4.6 Nepromokavá vodácká bunda

Neoprenový oblek typu LongJohn (viz. výše) výborně chrání tělo a dolní končetiny. Ramena a paže ovšem zůstávají nechráněné. Proto je potřeba oblek doplnit nepromokavou vodáckou bundou, kterou je možné doplnit i např. neoprenovým trikem.



Obr.7: Vodácká bunda (Foto Vodáksport)

Při skoku do studené vody bunda zabrání teplotnímu šoku a chrání i před odřeninami a drobnými zraněními. Na břehu je pak ochranou před nepřízní počasí (zejména při větru a

dešti) a značně zvyšuje tepelný komfort. Speciální vodácké stříhy pak nijak nebrání pádlování ani plavání.

Vodácké bundy se vyrábějí opět v nejrůznějším provedení. Od bund turistických, které mohou sloužit i jako pláštěnka nebo jako civilní bunda do mokrého počasí po speciální bundy určené do extrémních podmínek. Právě takovéto bundy se používají při vodní záchraně. Jsou vyrobené ze špičkových nepromokavých materiálů, často s efektem tzv. dýchání materiálu – vodu dovnitř materiál nepropustí, ale vodní páry ven ano; tím zabraňují nadměrnému pocení.

Na rukávech a kolem krku jsou neoprenové nebo latexové vodotěsné manžety. V žádné případě nemůže mít vodácká bunda kapuci nebo kapsy, které mohou nabírat vodu a nesmí na těle plandat.

4.7 Vodácký nůž

Kdekoli, kde se pracuje s lany, je nutné mít z bezpečnostních důvodů k dispozici kvalitní nůž. Také vodáctví a vodní záchrana nejsou výjimkou. Nebezpečí je zde o to větší, že s lany pracujeme v prudce tekoucí vodě, kde hrozí zachycení o kameny nebo větve a nebezpečnou situaci je třeba řešit velmi rychle.

Jaromír Partigo Loskot ve svém pracovním materiálu „Nůž ve vodní záchraně“ rozděluje vhodné nože na otevřené, zavírací a výsuvné. Každá konstrukce má své výhody a nevýhody, několik požadavků je ale společných. Nejdůležitější vlastností záchranářského nože je možnost manipulace jednou rukou. Souvisí s tím nejen umístění nože většinou na plovací vestě tak, aby na něj bylo možné kdykoli dosáhnout kteroukoli rukou, ale i možnost nůž jednou rukou vytáhnout z pouzdra nebo otevřít.

Otevřené nože s pevnou čepelí se prodávají s pevným plastovým pouzdrům, které umožňuje jeho připevnění na speciální držák na plovací vestě. Jedná se o nože potápěčské nebo o nože speciálně upravené pro vodní sporty. Ty mají výhodu ve zbroušené špičce. Tuto vlastnost oceníte zejména při záchraně na raftu, kde při požití běžného nože hrozí jeho náhodné propíchnutí. Tyto nože se umísťují rukojetí dolů a záleží tedy na konstrukci jejich pojistky, jak je nůž bezpečný. Je potřeba tedy vybírat takovou konstrukci, kde je nebezpečí samovolného uvolnění pojistky a ztráta nože eliminováno na minimum, i když jistotu nemáte nikdy. Je možné ještě nůž jistit pomocnou šňůrou, která ovšem může v kritické chvíli zavazet.



Obr 8: Záchranářský nůž s pouzdem (foto ar15.com)

Výhodou těchto nožů je jejich snadné použití a fakt, že většinou mají oboustranné ostří. Z jedné strany běžné hladké ostří a z druhé strany speciální pilovité nebo vlnité pro snadnější přeříznutí pevného lana.

Zavírací nůž je možné použít při vodní záchraně pouze tehdy, pokud se jedná o speciální typ nože, který umožňuje otevření čepele jednou (kteroukoli!) rukou. To je řešeno buď speciálním dřevým výstupkem na čepeli, nebo kovovým kolíčkem. Nezbytná je také spolehlivá pojistka proti samovolnému zavření.



Obr. 9: Zavírací záchranářský nůž (foto First response emergency equipment)

Zavírací nůž nosíme většinou v kapsičce na vestě a je opět možné jej jistit provázkem. Výhodou je, že nehrozí jeho ztráta při skoku do divoké vody ani zranění. Nedostatkem je pak jeho horší dostupnost v kase a nutnost jeho rychlého otevření v nouzové situaci. Některé nože je velmi problematické otevřít levou rukou.

4.8 Záchranářská píšťalka

Divoká voda je mimo jiné zdrojem velkého hluku. Domluva mezi vodáky a záchranáři se tedy často řeší opravdu hlasitým křikem. Ale zkuste hlasitě křičet, když jste se právě vynořili z peřeje, nebo když jste z posledních sil vyšplhali na břeh. Proto se s úspěchem používá píšťalka připevněná na vestě. S její pomocí na sebe upozorníte se 100% jistotou a s vynaložením minimálního úsilí.



Obr. 10: Záchranářská píšťalka (foto VodákSport)

Aby byla píšťalka použitelná vodáky, musí mít speciální konstrukci, kdy její funkce není ovlivněna vodou. Pokud použijete takovou píšťalku ihned po vynoření z vody, okamžitě se ozve pronikavý zvuk o síle až 120dB.

Dalším požadavkem je její umístění v blízkosti úst, aby se dala použít co nejrychleji. V praxi se to řeší poutkem na ramínku plováčky, ke kterému je píšťalka přivázána.

5. Plavání v rychle tekoucí vodě a sebezáchrana

Předpokladem bezpečného splouvání řeky a základem vodní záchrany je bezpečný pohyb v prudce tekoucí vodě a sebezáchrana.

Při sebezáchraně se snaží samotný tonoucí zachránit v co nejkratším možném čase sám sebe, aniž by utrpěl újmu na zdraví. Teprve poté je možné se pokoušet o záchranu druhých a o záchranu lodi, pádel a dalšího materiálu.

Plavání v prudce tekoucí vodě má svá specifika a hodně záleží na charakteru řeky.

Nejprve je nezbytné připomenout, že základem (nejen) pro sebezáchranu je umět dobře plavat! Neplavci nebo špatní plavci by se na vodu neměli vůbec vydávat. Potřebné základní plavecké dovednosti jsou nejen schopnost uplavat alespoň 400m, ale také plavání pod vodou a orientace pod vodou. Uvědomte si, že na rozdíl od klidného bazénu s čistou teplou vodou vodák plave ve studené vodě, vlny a válce se mu přelévají přes hlavu a neustále s ním smýkají a převracejí jej. K tomu ještě občas nějaký náraz na kámen nebo úder pádlem nebo o loď. Plavání v divoké vodě je proto potřeba trénovat a procvičovat.

5.1 Pasivní plavání

Pasivní způsob plavání poskytuje relativně nejvyšší míru bezpečí a pohodlí v tekoucí řece. Základem je poloha vleže na zádech s nohama napřed. Důležité je, aby hýždě byly co nejvýše (hrozí naražení kostrče). Při plavání vodního toku nohy udržujeme před sebou u hladiny, ruce slouží jako kormidlo - řídí směr, pánev zvedáme k hladině. Trochu se dá přirovnat k plaveckému stylu motýlek na zádech, avšak ruce dle potřeby zabírají i do boku. Nohy slouží jako nárazníky. Případně je s nimi možné i kopat tak, aby pomáhaly k dosažení zvoleného místa.



Obr. 11: Poloha na zádech

Velmi nebezpečné je snažit se postavit na dno v proudící vodě. V rychle tekoucím proudu platí pravidlo - nikdy se v proudu nepokoušej postavit nebo dokonce chodit! Hrozí velké nebezpečí zranění a možnost zaklínění nohy. Pokud noha zajede po kámen, proud zatlačí tonoucího pod vodu a hrozí v lepším případě zlomenina nohy, často je takové zaklínění noh ovšem příčinou utonutí. Na dno se stoupá až v méně proudící vodě, ve vracáku, nebo tehdy, kdy už je tak málo vody, že není možné plavat.



Obr. 12: Pasivní plavání v divoké vodě

Z proudnice ke břehu se dá také dostat pomocí tzv. válení sudů - převrácení těla směrem ke břehu spolu s kroulovo-znakovými záběry rukou. Důležité je se při plavání orientovat. Nemá cenu plavat proti proudu, ale naopak téměř kolmo na proud, směrem ke břehu.

5.2 Aktivní plavání

Technika, která nám umožňuje dostat se při plavání v řece tam, kam potřebujeme, se nazývá aktivní plavání. Je to tzv. agresivní způsob plavání v tekoucí vodě. V podstatě se jedná o přetočení na břicho a plavání pomocí stylu kraul nebo prsa. Nejvhodnější je plavací technika je kraul, na delší vzdálenosti se může použít méně namáhavý styl prsa, zaleží na charakteru řeky a na fyzické zdatnosti jedince. Plavající se aktivně pohybuje v divoké vodě – vhodné na přehledných úsecích a v místech kde je potřeba a možnost se rychle dostat ke břehu (potřeba číst vodu – plavat s proudem, ne proti vodě). Aktivní způsob plavání snižuje schopnost rozpoznat překážky na řece a zvyšuje tím potenciální riziko úrazu. Proto je nutné ho používat

omezeně. Nikdy tímto způsobem neplaveme dolů peřejemi. Lepší je proplavat peřejemi pasivním způsobem a na klidnějším místě přejít na aktivní způsob plavání napříč proudem nebo do vracáku.



Obr. 13: Aktivní plavání na rozhraní proudu a vracáku

Při nácviku je potřeba zabezpečit záchranu na břehu, aby bylo zajištěno, že kdo do vody skočí, ten z ní také v pořádku vyleze (dvojice – jeden plave, druhý sleduje ze břehu a zajišťuje záchranu házecím pytlíkem, v případě potřeby hází a zachraňuje partnera ve dvojici nebo volá o pomoc).

5.3 Plavání s lodí

Plavání s lodí je pochopitelně velmi častá činnost vodáků. Když pomineme extrémní vodáctví, kde vodákovi po opuštění lodi jde opravdu o život, při běžné vodní turistice je největší chybou nechat loď na pospas. Na druhé straně ovšem většinou není důvod panikařit a zmatkovat. Loď by měla být vždy zajištěna proti potopení (nafouknuté vzduchové vaky nebo barely pod šprajcem) a mít dostatečně velká a pevná chytací oka.



Obr. 14. Plavání s lodí

Při plavání s lodí se vždy snažíme být nad lodí a držet ji za chytačku na horním (proti proudu) konci lodě. I když jsou vodáci na kanoi dva, vždy plavou tak, aby oba drželi loď na horním konci a loď plula proudnicí pod nim. V opačném případě hrozí přimáčknutí lodí na překážku a vážné zranění - plná loď vody má několik set kilogramů! Pokud loď zůstává dnem vzhůru, tak je naplněná vzduchem a relativně lehká. Proto loď nikdy nepřevracíme, naplnila uprostřed řeky vodou a byla by mnohem těžší. Naopak pomalu kormidlujeme převrácenou loď do vhodného vracáku. Teprve až se můžeme postavit a pádla a další materiál odložíme bezpečně na břeh, můžeme se pustit do převrácení lodí. Nejjednodušší metoda je loď pomalu převrátit ve vodě na bok a pomalu ji na obou koncích zvedat za neustálého vytékání vody z lodí. Při správném provedení loď vylejeme a zvedneme nad hladinu s jen o málo menším úsilím, než kdybychom zvedali loď prázdnou.



Obr. 15: Vodák při plavání s lodí drží loď na horním konci, loď plave pod ním

Samostatnou kapitolou je pádlo. Stejně jako při jízdě na lodi je chybou kdykoli pouštět pádlo z ruky, platí to i po převrácení. Plavat s pádlem v ruce není žádný problém, u břehu je možné se o něj opřít nebo jej podat záchranáři nebo zachraňovanému. Pokud ale pádlo vodák pustí, existuje velké nebezpečí, že o něj přijde. V divoké vodě nemusí být pádlo vidět, může se někde zachytit nebo uplavat. Proto při vodáckém výcviku neustále zdůrazňujeme povinnost každého vodáka neustále mít pádlo pod kontrolou a nikdy jej nepouštět.

6. Záchrana házečkou

Házečka neboli házečí pytlík je základním záchranným prostředkem každého vodáka. Házečku tvoří plovoucí lano s oky na obou koncích smotané ve speciálním pytlíku. Pytlík je pevně připevněn ke konci lana a uzavřený zdrhovací gumou. Lano je smotáno podobným způsobem jako padák, pokud tedy hodíme pytlík plný smotaného lana a držíme přitom jeho druhý konec, lano se postupně vymotává z pytlíku, dokud nedoletí až na konec. Házečky se vyrábějí v délkách cca 8 - 25m a je vhodné používat na různé řeky různé házečky. Delší lano pochopitelně dosáhne dál, ale jeho smotání trvá déle a pracuje se s ním obtížněji.



Obr. 16: Záchrana házečkou – vizuální kontakt se zachraňovaným

Na seznámení s házečkou je vhodné začít na břehu. Nacvičíme uvolnění pojistky, hod spodním i horním obloukem, hod na cíl i na dálku a smotání házečky do pytlíku.

První pokusy o záchranu provádíme na mírně tekoucí vodě, postupně se přesouváme na prudce tekoucí vodu. Při práci s lanem je potřeba aby měli účastníci, nebo aspoň instruktoři, u sebe nůž pro případné uvolnění zamotaného lana v nebezpečí.

6.1 Zásady pro házení házečky:

- uvolnit pojistku na házecím pytlíku,
- najít vhodné místo na házení a zapření,
- zavolat na tonoucího, navázat s ním oční kontakt,
- házet házečku za tonoucího, zapřít se a čekat na napnutí lana (cuknutí),
- neustále sledujeme tonoucího,
- lano nikdy !!! neomotáváme kolem těla nebo končetin,
- v případě nepovedeného hodů lze hod opakovat s házečkou naplněnou vodou,
- při opakovaném hodě se lano nesmotává do pytlíku, ale tvoří volné velké smyčky v ruce nebo na zemi tak, aby se snadno rozmotaly a nekladly odpor.



Obr. 17: Záchranář s házečkou si musí vybrat vhodné místo, aby nespadol za zachraňovaným

6.2 Zásady pro chytání házečky:

- po pádu do vody je potřeba co nejrychleji se zorientovat a vyhodnotit případné nebezpečné situace (především je potřeba dívat se po proudu dolů – překážky, stromy, jezy, atd.).
- pokud je možnost sebezáchrany je potřeba použít aktivní plavání a co nejrychleji a nejbezpečněji se dostat ke břehu, nebo na raft.
- pokud místo není vhodné k aktivnímu plavání je potřeba zvolit pasivní plavání s nohama napřed a pozorovat řeku pod sebou, břeh a plavající předměty a počkat na vhodnou chvíli sebezáchrany.

- pokud uvidí (uslyší) na břehu záchranáře je potřeba s ním navázat oční kontakt a pozorovat kam letí lano
- lano chytáme v kterémkoliv místě – neručkujeme ke konci lana (pytlíku),
- lano uchopíme oběma rukama, (lano nikdy neomotávat okolo těla nebo končetin!!!)
- ruce jsou na prsou a lano přehozené přes vzdálenější rameno od záchranáře na břehu (zabrání převrácení plavajícího na břicho a tím menší možnost nadechnutí), ideální je ještě roztáhnout nohy co nejvíce od sebe (zajistí větší stabilitu).



Obr. 18: Správná poloha zachraňovaného sníží zátěž lana a usnadní záchranu

6.3 Časté chyby při použití házečky

- Lano není řádně smotané, takže se při hodu celé nevymotá a nedoletí k zachraňovanému
- Odhození celé házečky - druhý konec nikdo nedrží
- Druhý konec je napevno přivázán, omotán kolem ruky, kolem pasu...
- Záchranář není připraven na šubnutí lana
- Zachycení hozeného lana ve větvích nebo na jiné překážce
- Při opakovaném hodu zapomene zachránce pytlík naplnit vodou
- Při opakovaném hodu se volně ložené lano zahákne mezi kameny na zemi
- Volba nevhodného místa pro záchranu
- Špatná komunikace mezi vodáky

7. Záchrana upoutaným záchranářem

Záchrana tonoucího upoutaným záchranářem patří k nejučinnějším způsobům záchrany na divoké vodě. S výhodou se používá v případě, kdy zachraňovaný nereaguje, je v bezvědomí nebo nemá dostatek sil, aby se zachytil házečky. Je to také relativně snadný způsob jak zachránit materiál, zejména opuštěnou loď.



Obr. 19: Záchranář musí skákat přímo k zachraňovanému

Záchranář musí být vybaven plovací vestou se záchranným popruhem s rychlorozepínací samosvornou přezkou. Pokud má dost času na přípravu, je pomocí karabiny nebo D-kroužku na zádech upoután lanem na pevný bod (strom, kámen, zábradlí...). Skáče do vody z vhodného místa tak, aby snadno doplaval k zachraňovanému dříve, než se mu napne lano, na němž je přivázán. Lano musí být připraveno tak, aby po napnutí přitáhlo záchranáře ke břehu do vracáku. Místo musí být vybráno velice pečlivě, aby se záchranář dokázal snadno postavit a vylézt na břeh.

Pokud není dostatek času na přípravu, je možné provést záchranu i tak, že se místo lana použije házečka, kterou drží další záchranáři. Ti poté, co upoutaný záchranář pevně chytí tonoucího, přitáhnou oba ke břehu.

Je potřeba dbát zejména na následující body:

7.1 Vhodný výběr místa (vracák)

Na většině řek lze najít vhodné místo s velkým vracákem. Ideální je, pokud hlavní proudnice nad vracákem vede blízko břehu. Zachraňovaný potom plave blízko břehu a záchranář k němu snadno doplave. Poté se soustředí na to, aby zachraňovaného pevně uchopil a čeká na napnutí lana, které jej z proudnice přitáhne ke břehu do vracáku. Vhodný výběr místa je tedy naprosto klíčovou záležitostí nejen kvůli úspěšnosti záchrany, ale také kvůli bezpečnosti samotného záchranáře.

7.2 Dobře připevněné a naměřené lano

Aby lano sloužilo k záchraně, musí být pochopitelně v pořádku a dobře připevněné. Je nutné správně odhadnout nosnost kotvícího bodu (strom, kůl, skála), zda dokáže bezpečně udržet hmotnost záchranáře a zachraňovaného znásobenou rychlostí proudu! Délka lana má dosáhnout právě do místa, kde vracák táhne ke břehu a kde se dá vylézt z vody. Příliš krátké nebo dlouhé lano může způsobit, že se záchranář k zachraňovanému vůbec nedostane, nebo že oba zůstanou viset uprostřed proudu. Je potřeba počítat i s pružností lana a s tím, že záchranář může držet nejen tonoucího, ale i loď plnou vody. Pokud se nepodaří loď rychle přitáhnout do vracáku a zůstane v proudnici, záchranář ji téměř jistě neudrží.

7.3 Řádně zapnutá vesta s bezpečnostním popruhem

Plovací vesta funguje, pouze když dobře drží na těle, je potřeba pohlídat její správné zapnutí a utažení. Na správné funkci bezpečnostního popruhu a rychlorozepínací přezky může záviset život záchranáře! Je proto nanejvýš důležité si správné zapnutí velmi pečlivě vyzkoušet a nacvičit v praxi!

7.4 Skákat těsně ZA zachraňovaného

Záchranář a zachraňovaný jsou proudem unášeni stejnou rychlostí. Záchranář získá ovšem jistou počáteční rychlost skokem do vody. Nejvhodnějším okamžikem je tedy počkat, až zachraňovaný propluje kolem záchranáře a pak jej doskočit. Je možné si pomoci ještě několika plaveckými tempy, ale při dobrém odrazu a vhodně zvoleném místě to nebývá nutné. Hrubou chybou je, domnívat se, že skočím dříve a na tonoucího „počkám“. V naprosté většině případů se to nepodaří. Důležitým faktorem je také lano, na kterém je záchranář uvázan. Pokud by skočil před zachraňovaného a následně se otáčel proti proudu, mohou se oba snadno do lana zamotat.



Obr. 20: Důležitý je pevný úchop, ráz lana bývá velmi prudký.

7.5 Pevně chytit záchraňovaného

V okamžiku napnutí lana působí na záchraňovaného poměrně velká síla, často jsou oba i se záchranářem prudce zatlačeni pod vodu. Záchranář musí tedy záchraňovaného opravdu pevně držet. Nejlepší úchop je zezadu za ramínka plováčky, menší osoby i obejmutím přes hrudník či kolem pasu. Chytání za ruku nebo kolem krku může vést k nepříjemnému zranění.

Záchranář musí být schopen vyhodnotit situaci a rozhodnout se, zda při špatném úchopu není lepší riskovat i zranění záchraňovaného, ale zachránit mu život.

8. Záchrana v týmu

Záchrana ze břehu je nejvíce účinná tehdy, pokud je dopředu připravena. Jestliže zůstane záchranec na břehu, je v relativním bezpečí, které mu poskytuje pevná půda pod nohama.

Význam záchrany v týmu spočívá v daleko větší účinnosti a spolehlivosti.

Tým je vždy organizovaný, musí mít jednoznačného leadera a každý v týmu má svou roli

Každý člen je připraven (a schopen) převzít jinou roli (ovšem pouze na pokyn leadera)

Jeden za všechny, všichni za jednoho – jde o život!

Platí priority záchranáře – neohrozit svou bezpečnost ani bezpečnost týmu a okolí

8.1 Týmové role:

Leader (jmenovitě přiděluje úkoly), Hlavní záchranář (řídí ostatní záchranáře), Operační důstojník (volá složky IZS, komunikuje s nimi), Logistik (shání materiál, pomůcky), Ochranka (chrání záchranáře před kolemjdoucími a přihlížejícími), Záchranáři

8.2 Stresové situace pro procvičení

rozdělit na dvě skupiny (záchranáři / topící se), skupinu záchranářů nechat ať si sami záchranu zorganizují (využít momentu překvapení kdy nejsou připraveni), ve skupině topících se určit role (bezvědomý, nereagující nebo naopak hyperaktivní zmatkař...)

8.3 Výběr vhodného místa:

Důležitým faktorem pro úspěšnou záchranu je výběr vhodného místa-stanoviště. To neplatí pro situace, kdy na výběr a přípravu místa není čas a je nutno okamžitě situaci řešit.

V obtížnějších místech by měla být provedena prohlídka vodního toku předem a zvážení vhodného místa, vhodných míst pro záchranu. Záchranáři by měli být v dostatečné vzdálenosti do sebe, aby se navzájem nepletli.

9. Záchrana z vodního válce nebo jezu.

Vodním válcem nazýváme proud vody, který nepokračuje ve směru toku řeky, ale rotuje a převrací se tak, že horní vrstvy vody směřují proti proudu. Vodní válec vzniká většinou na splavech a jezích, ale můžeme se s nimi setkat i za většími kameny nebo kamennými prahy. Pro vodní válec je charakteristické, že voda neodtéká plynule, je často výrazně provzdušněná a pulzuje. Předmět plovoucí po hladině je válcem zachycen a voda má snahu jej držet na místě.

Nebezpečnost válce je dána délkou tzv. vývařiště. Tak nazýváme oblast pod překážkou, odkud se voda vrací zpět. Pokud je délka vývařiště jen několik desítek centimetrů, hrozí vodákovi převrácení, ale většinou není problém z válce vyplavat. Naopak vývařiště dlouhé několik metrů může již být smrtelně nebezpečné. Roli hraje pochopitelně i průtok (síla proudu) a hloubka vody. Ale nenechte se zmást! Aby se voda u hladiny mohla vracet zpátky, musí naopak těsně u dna proudit vysokou rychlostí. Podráží nohy a znemožňuje si stoupnout na dno.

Voda ve válci, případně ještě padající z vysokého jezu má velkou kinetickou energii, která vymílá dno a vytváří další nebezpečné překážky. U velkých jezů navíc vodohospodáři zabraňují vymílání dna tím, že pomocí tzv. vany záměrně zvyšují hloubku vody pod jezem a na dno umísťují materiál, o který se voda třísťí – může to být lomový kámen, ale i třeba nepotřebné tankové zátarasy. Takový jez je potom téměř dokonalou pastí!

Záchrana z vodního válce je tedy velmi nebezpečná. Díky iniciativě svazu kanoistiky a Vodácké školy záchrany vznikl velmi užitečný webový portál nebezpecnejezy.cz, který mapuje nebezpečné jezy a upozorňuje na ně. Správa povodí jednotlivých toků ve spolupráci s hasiči se pak snaží jednotlivé jezy vybavovat základními záchrannými prvky.

9.1 Sebezáchrana

Při sebezáchraně ve vodním válci je důležité zůstat na hladině a orientovat se. Pokud se vodák dostane podvodu, stává se hříčkou vodních proudů. Pokud nemáme dostatek sil plaváním překonat vývařiště, případně se odrazit ode dna, je důležité se udržet v bezpečné vzdálenosti od proudu padajícího shora.



Obr. 20: Vodní válec pod jezem tvoří dokonalou past

Vodní válec je většinou nejsilnější uprostřed, u krajů voda odtéká nebo je aspoň válec menší. Snažíme se tedy dostat co nejbliže ke břehu, kde by mělo být překonání vývařiště snazší. Většina jezů je umístěna mezi vysokými kolmými zdmi, na které se nedá vylézt, ale některé nebezpečné jezy jsou vybavovány zachytnými body – lanem, zábradlím nebo žebříkem pomocí kterých se dá z jezu vylézt.

9.2 Pasivní záchrana

Pasivní záchrana nazýváme činnost, kdy záchranář poskytne pomoc tonoucímu ze břehu. Může mu hodit házečku, záchranný kruh nebo podkovu s lanem, případně může použít improvizované pomůcky – delší větev, tyč a podobně. Tento způsob záchrany mohou využít i kamarádi tonoucího nebo kolemjdoucí. Vždy však musí postupovat velmi opatrně, aby neohrozili bezpečnost svou ani svého okolí. Základním předpokladem ovšem je, že tonoucí je při vědomí a má dostatek sil se záchranné pomůcky zachytit.

Tonoucího se opět snažíme dostat ke břehu a podél břehu potom dolů do bezpečně odtékající vody.

9.3 Aktivní záchrana z vody

Aktivní záchrana předpokládá, že záchranáři sami vstupují do vývařiště. Tato činnost je velmi nebezpečná a vyžaduje skvěle vycvičený a sehraný tým. Nehrajte si proto na hrdiny a nikdy se do takové činnosti sami nepouštějte, křížky u jezů varují.

Aby byla záchrana z jezu pokud možno bezpečná, musí být záchranář na laně, pomocí kterého je možné jej dostat ven. Používáme výhradně lana plovoucí, které minimalizují riziko zachycení za překážku. Většinou je vhodné použít lana dvě, z protilehlých břehů, což usnadňuje pohyb na hraně vývařiště.



Obr. 21: Záchranář vstupující do válce je jištěn z obou břehů plovoucími lany

Nejbezpečnější a neúčinnější způsob, jak se dostat k tonoucímu je záchraný raft. Pomocí dvou plovoucích lan upevněných na zádi je ovládán záchranáři ze břehů pod jezem tak, aby se nedostal pod padající vodu a aby se záchranáři v raftu bezpečně dostali k tonoucímu. Po zachycení tonoucího se synchronním tahem za obě lana dostane raft z vývařiště. Nejrychlejší způsob, jak se následně dostat s postiženým ke břehu je jedno lano uvolnit a druhým co nejrychleji přitáhnout raft ke břehu.



Obr. 22: Záchrana tonoucího z válce pomocí raftu jištěného z obou břehů plovoucím lanem

V závislosti na podmínkách, zejména na průtoku vody a šířce řeky je možné místo raftu použít méně stabilní a tím méně bezpečnou nafukovací kánoi (Baraka, Yukon, Orinoko).

Za příznivých okolností je možné poslat do vývařiště i upoutaného záchranáře. Přivázaný plovoucím lanem (házečkou) za bezpečnostní hrudní popruh na zádech může doplavat k tonoucímu a nechat se spolu s ním vytáhnout z vývařiště do bezpečí. Tato činnost je však velmi nebezpečná a přísluší jen opravdu zkušeným profesionálům schopným odhadnout sílu vody, své šance a míru nebezpečnosti.

9.4 Speciální záchrana

Tonoucího je možné dostat z jezu i dalšími způsoby, které mají k dispozici profesionální záchranné jednotky. Speciální tyče s plovákem nebo s hákem, potápěči, nejrůznější jeřáby nebo helikoptéra s podvěsem – možností je mnoho, ale málokdy se povede je využít včas.

10. Závěr

Záchrana na divoké vodě je specializovaná činnost, která v sobě skrývá značné nebezpečí. Vzhledem ke klimatickým změnám a k necitlivým zásahům do krajiny jsou ovšem povodně a záplavy stále častějším jevem a vodní záchrana stále potřebnější.

Příprava a výcvik vodních záchranářů je dlouhodobá činnost, která vyžaduje značné fyzické i psychické předpoklady. Záchranářů specializovaných na divokou vodu nebude nikdy dost. Proto je účelné, když se se základy vodního záchranářství seznámí i lidé, kteří skutečnými záchranáři nikdy nebudou. S velkou pravděpodobností se totiž mohou se záplavami, povodněmi i případnou záchrannou akcí setkat. Pokud budou mít potřebné znalosti a zkušenosti, tak už jen tím, že budou schopni odhadnout nebezpečnost situace a své schopnosti mohou pomoci zachránit lidské životy.

Literatura:

Ptáček, P. (2006): *Bezpečně na tekoucí vodě*. Ústí nad Labem. Albis International.

Ptáček, P. a kol. (2008): *Záchrana z válce*. Vodácká škola záchrany, s.r.o.

Retrieved 10. 8. 2014 from the World Wide Web:

<http://www.fsps.muni.cz/sdetmivpohode/kurzy/vodnituristika/>

Retrieved 10. 8. 2014 from the World Wide Web:

<http://www.rescue3europe.com/index.php/water-safety-a-rescue-training/11-whitewater-rescue-technician-wrt>

Retrieved 10. 8. 2014 from the World Wide Web:

<http://www.jpl.web4photo.net/downloads/Nuz%20ve%20vodni%20zachrane.pdf>

Retrieved 10. 8. 2014 from the World Wide Web:

https://cs.wikipedia.org/wiki/Hlavn%C3%AD_strana