



Zdravotně  
sociální fakulta  
Faculty of Health  
and Social Studies

Jihočeská univerzita  
v Českých Budějovicích  
University of South Bohemia  
in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích  
Zdravotně sociální fakulta  
Katedra klinických a preklinických oborů

Bakalářská práce

# Příprava zdravotnického záchranáře na provádění záchranných činností v těžko přístupném terénu

Vypracovala: Jitka Votrubová  
Vedoucí práce: Mgr. Pavel Schwarz

České Budějovice 2015

## **Abstrakt**

Tato bakalářská práce se zabývá problematikou přípravy zdravotnického záchranáře na provádění záchranných činností v těžko přístupném terénu. V práci byly stanoveny dva cíle. Prvním cílem bylo zmapovat odbornou přípravu záchranáře k provádění záchranných činností v těžko přístupném terénu. Druhým cílem bylo zmapovat vybavenost výjezdových skupin k provádění záchranných činností v těžko přístupném terénu. Práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část, kde obě části se zabývají odbornou přípravou záchranářů a jejich vybaveností.

Teoretická část nejdříve popisuje osobnost záchranáře. Jaké by měl mít předpoklady, aby mohl co nejlépe vykonávat činnost záchranáře. Dále jsou v této teoretické části tři větší okruhy. Do těchto okruhů jsem vybrala ty skupiny, které z mého pohledu, právě zasahují v nepřístupném terénu. Výškové záchranné družstvo v rámci Letecké záchranné služby, Horská služba České republiky a Vodní záchranná služba ČČK. U každé skupiny je popsána odborná příprava, kterou každý záchranář musí projít, aby mohl vykonávat činnost záchranáře v praxi. Dále jsou popisovány pomůcky, které jsou potřebné k transportu nebo samotné záchrance. Za důležité jsem také považovala se zmínit o fyzické přípravě záchranářů, psychologii a komunikaci. Také nebyla opomenuta problematika geografie.

V praktické části jsou popsány výsledky výzkumu. Pro výzkum byla zvolena kvalitativní metoda pomocí polostrukturovaných rozhovorů. Rozhovory byly uskutečněny se záchranáři na jednotlivých základnách. V Dolní Vltavici, kde působí Vodní záchranná služba ČČK, Lipně nad Vltavou - Kramolín u Horské služby České republiky a Hosíně u Českých Budějovic, kde má svoji základnu Letecká záchranná služba. Rozhovorů se zúčastnilo 12 záchranářů. Jedna osoba byla ženského pohlaví. Věková hranice dotazovaných je od 27 let do 57 let. Byly záměrně vybrány zejména osoby, které mají za sebou již několikaletou praxi. Zároveň nebylo zapomenuto na záchranáře, kteří mají za sebou méně let praxe, ale byl u nich předpoklad, že se v dané problematice již orientují. Rozhovory byly přepsány a shrnuty do tabulek, pro lepší přehlednost.

Vyhodnocení výzkumných otázek. U první výzkumné otázky, jsou rozdíly u záchranářů v odborné přípravě k provádění záchranných činností v těžko přístupném terénu. Z tabulky 5 vyplývá, že odborná příprava se liší zejména u Horské služby ČR. Tito záchranáři musí také absolvovat fyzické testy a jsou přezkušováni z geografie. Druhá výzkumná otázka, jsou rozdíly u jednotlivých výjezdových skupin ve vybavenosti pro záchranné činnosti v těžko přístupném terénu. Z tabulky 6 je patrné, že vybavenost se liší v motorových prostředcích v závislosti na terénu, ve kterém daní záchranáři nejvíce zasahují.

Myslím si, že odborná příprava záchranářů je na velmi vysoké úrovni. Jsou neustále proškolení a dozděláváni v dané problematice i během své praxe. V průběhu roku jsou několikrát doškolení. Zároveň si ale myslím, že letečtí zdravotníci i vodní záchranáři by také měli procházet fyzickými testy, neboť fyzická kondice je v mnoha případech velice důležitá. Tuto práci mohou záchranáři využít jako doplňující informace a získat tak širší, ucelený náhled na záchranu osob v nepřístupném terénu. Také mohou porovnat, v čem se liší odborná příprava záchranářů. Může je i inspirovat k nácviku modelových situací, kde se zúčastní všechny zmíněné skupiny společně.

## **Abstract**

This thesis is focused on the topic of training of paramedics for rescue operations in terrain difficult to access. The aim of the study was to chart/evaluate/assess the training of several rescue teams from the Czech Republic and their equipment for rescue operations in terrain which is difficult to access. The thesis consists of two main parts, the theoretical and practical.

The theoretical part describes the personality of paramedics and their assumptions for this work. For the purpose of this study, the rescue teams working in terrain which is difficult to access were chosen, namely the Air Rescue Service from Hosín - České Budějovice, Mountain Rescue Service of the Czech Republic from Kramolín – Lipno nad Vltavou, and Water Rescue Service from Dolní Vltavice. The level of training, psychology of team and communication between individual members of group were described for each team. Furthermore, the equipment used for transportation and first aid was delineated/assessed. The issue of geography was also taken into consideration.

The practical part describes the methods and results of research. The qualitative method with semi-structured interviews was applied. Interviews were conducted on paramedics in their stations, There were 12 participants (11 males and 1 female) from three rescue teams with the age span from 27 to 57 years. The participants for this study were chosen on the basis of their experience. Interviews were transcribed and summarized in tables.

The results of this study provide evidence of differences in level of training as well as quality/ type, of equipment between particular teams. The training of paramedics for rescue operations in terrain which is difficult to access differs between teams. This difference is mainly given by Mountain Service (see Table 5) that must also undergo physical tests and examinations in geography. There is also difference in the equipment used for work in terrain which is difficult to access predominantly in types of vehicles used. It is evident from Table 6 that the motor vehicles differ depending on the terrain where most paramedics give first aid.

In conclusion, the training of paramedics in the Czech Republic appears to be on a high level according to the results of my survey. Paramedics are constantly trained in the theoretical issue during their practice. However, water and air paramedics should receive more physical tests because the physical training is not sufficient and the physical condition is especially important for work in difficult terrain. Paramedics this thesis can used as supplementary information and gain a broader, comprehensive view to training rescue team in difficult terrain. They can also compare how different training is. It may even inspire them to training model situations, where the all the groups will be together.

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to – v nezkrácené podobě – v úpravě vzniklé vypuštěním vyznačených částí archivovaných fakultou – elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejich internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích dne 4.5. 2015

.....

Jitka Votrubová

## **Poděkování**

Děkuji vedoucímu Mgr. Pavlovi Schwarzovi za cenné rady a připomínky. Také bych chtěla poděkovat všem záchranářům, kteří byli tak ochotní a poskytli mi rozhovory.

## **OBSAH:**

ÚVOD .....	10
1 SOUČASNÝ STAV .....	11
1.1 Záchranář .....	11
1.2 Nepřístupný terén .....	11
1.3 Výškové záchranné družstvo Letecké záchranné služby .....	12
1.3.1 Odborná příprava záchranářů- lezců .....	12
1.3.2 Vstupní školení .....	12
1.3.3 Opakovací školení .....	13
1.3.4 Průběžná odborná příprava .....	13
1.3.5 Lezecké prostředky .....	14
1.3.6 Kontrola materiálu .....	16
1.3.7 Výzbroj a výstroj .....	16
1.4 Horská služba České republiky .....	17
1.4.1 Odborná příprava záchranáře horské služby .....	17
1.4.2 Doškolení záchranářů .....	18
1.4.3 Pátrání po osobách v horském terénu .....	18
1.4.4 Motorové prostředky .....	18
1.4.5 Zimní transportní prostředky .....	19
1.4.6 Letní transportní prostředky .....	20
1.4.7 Základní lavinové vybavení .....	21
1.5 Vodní záchranná služba ČČK .....	22
1.5.1 Odborná příprava vodního záchranáře .....	22
1.5.2 Průběžné školení ledová plocha .....	23
1.5.3 Materiálové vybavení .....	24
1.5.4 Součinnost s Integrovaným záchranným systémem .....	25
1.6 Orientace v terénu .....	25
1.7 Sport a kondice .....	26
1.8 Komunikace a psychologie .....	27
1.8.1 Syndrom vyhoření Burn- out syndrom .....	28



2	CÍLE PRÁCE A VÝZKUMNÉ OTÁZKY .....	29
2.1	Cíle práce .....	29
2.2	Výzkumné otázky.....	29
3	METODIKA.....	30
3.1	Metodika práce.....	30
3.2	Charakteristika výzkumného souboru.....	30
4	VÝSLEDKY.....	31
4.1	Výsledky rozhovorů se zdravotnickými záchranáři Výškového záchranného družstva Letecké záchranné služby.....	31
4.1.1	Rozhovor 1.....	31
4.1.2	Rozhovor 2.....	33
4.1.3	Rozhovor 3.....	35
4.1.4	Rozhovor 4.....	37
4.2	Výsledky rozhovorů se záchranáři Horské služby ČR.....	38
4.2.1	Rozhovor 5.....	38
4.2.2	Rozhovor 6.....	40
4.2.3	Rozhovor 7.....	41
4.2.4	Rozhovor 8.....	42
4.3	Výsledky rozhovorů se záchranáři Vodní záchranné služby ČČK .....	44
4.3.1	Rozhovor 9.....	44
4.3.2	Rozhovor 10.....	46
4.3.3	Rozhovor 11.....	47
4.3.4	Rozhovor 12.....	49
4.4	Tabulky výsledků rozhovorů.....	51
5	DISKUZE.....	56
6	ZÁVĚR.....	59
7	KLÍČOVÁ SLOVA.....	61
8	SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ.....	62
9	PŘÍLOHY.....	67

## ÚVOD

Téma příprava zdravotnického záchranáře na provádění záchranných činností v těžko přístupném terénu jsem si vybrala, protože velice ráda sportuji a trávím volný čas v přírodě a na horách. Také jsem se v průběhu studia zúčastnila kurzů s Vodní záchrannou službou ČČK a Horskou službou ČR, kde jsem měla možnost se naučit a vyzkoušet spoustu zajímavých činností, třeba právě i s lanovou technikou. V budoucnu bych se chtěla stát členkou Vodní záchranné služby ČČK.

V současné době máme v České republice více druhů záchranných týmů určených k záchraně lidského života. Jsou jimi například Letecká záchranná služba, která má vyškolené letecké zdravotnické záchranáře, kteří se mohou slanit z vrtulníku do nejrůznějších míst ke zraněnému. Poskytnout mu odbornou zdravotnickou pomoc a tím mu zachránit život. Dále Horská služba České republiky, která především pomáhá ve vysokohorských oblastech po celý rok. V zimních měsících Horská služba poskytuje potřebnou první pomoc lyžařům a běžkařům. Transportuje je do míst, kde je připraven sanitní vůz k dalšímu ošetření. Samozřejmě je k dispozici i Vodní záchranná služba ČČK, která se specializuje na záchranu a práci na vodních plochách, či tekoucích divokých řekách. Lidé celoročně sportují a provozují nejrůznější adrenalinové sporty, které se právě mohou provádět v neobvyklých terénech, i těch hůře dostupných. Nikdo z nás nemůže vědět, kdy první pomoc od těchto leteckých zdravotnických záchranářů, či vodních a horských záchranářů budeme potřebovat.

Cílem této práce bylo zmapovat odbornou přípravu záchranáře k provádění záchranných činností v těžko přístupném terénu a dále zmapovat vybavenost výjezdových skupin k provádění záchranných činností v těžko přístupném terénu.

V teoretické části se věnuji odborné přípravě záchranářů. Do této odborné přípravy jsem zahrнула i přípravu fyzickou, psychickou, či znalost orientace v neznámém terénu. Výzkum probíhal formou polostrukturovaných rozhovorů s jednotlivými záchranáři, kteří byli velice ochotní a zodpovídali na mnou kladené otázky. Výzkum probíhal na základnách v rámci Jihočeského kraje.

# 1 SOUČASNÝ STAV

## 1.1 Záchranář

Profese záchranáře, nemusí to být jen zdravotnický, není „běžné“ povolání. Každý záchranář musí být schopen zvládat velkou psychickou zátěž. Tím snáze zdolává náročné momenty v jeho povolání. Měl by být schopen pracovat v improvizovaných podmínkách, umět ovládat své emoce, neboť velmi často je přítomný životním tragédiím. Jsou mezi námi, protože chtějí pomáhat lidem a zachraňovat životy. Ale musíme si uvědomit, že ne vždy je ohrožen život, a tak mnoho výjezdů je pouze o změření fyziologických funkcí a převozu pacienta (Andršová, 2012).

Záchranář by měl mít teoretické vědomosti, které nadále získává celoživotním studiem. Být také zručný, fyzicky zdatný, vytrvalý, umět komunikovat a zároveň také být obětavý a spolehlivý (Sihelská, 2007).

I přes tyto zmiňované vlastnosti, které by měl záchranář mít, je to stále člověk, který má také vlastní problémy a starosti. Odlišuje se od zachraňovaného pouze svým odborným vzděláním. Je připraven pomáhat a udělat vždy maximum pro pacienta (Andršová, 2012).

## 1.2 Nepřístupný terén

Nepřístupný terén je takový terén, kdy záchranáři musejí zdolávat nejrůznější překážky, aby se ke zraněnému dostali. Mohou jimi být skály, vysoká vrstva sněhu, nesjízdný, nebo hustě zarostlý terén, či vodní hladina. Pro překonání tohoto terénu je zapotřebí dalšího speciálního vybavení, znalost lezeckých technik, pro které jsou odborně vycvičeni záchranáři-lezci. Poté následuje transport k sanitnímu vozu, kde je zraněnému poskytnuta další nezbytná péče (Hacsiková, 2015, online a Zeman, 2014, online).

### ***1.3 Výškové záchranné družstvo Letecké záchranné služby***

V rámci Zdravotnické záchranné služby Jihočeského kraje vzniklo Výškové záchranné družstvo. Členové tohoto družstva jsou zdravotnickými záchranáři. Jsou schopni poskytovat přednemocniční neodkladnou péči s využitím lanových technik i v těžko přístupném terénu s pomocí vrtulníku letecké záchranné služby. Každý člen musí absolvovat odborné školení týkající se práce s lanovým podvěsem, technikou slaňování a zvládnout činnost palubního naváděče (Zdravotnická záchranná služba Jihočeského kraje, online).

Lezecké skupiny jsou specializované skupiny, které procházejí náročným výcvikem a jsou profesionálně vybaveni k práci ve výškách a nad volnou hloubkou. Jejich úkolem je záchrana osob v nepřístupném terénu. Mohou jimi být horolezci na skalách nebo se může jednat o záchranu cestujících na lanové dráze. Jsou především potřeba tam, kde bez lanové techniky není možný bezpečný přístup (Skalka, online).

#### **1.3.1 Odborná příprava záchranářů- lezců**

Lezeckou přípravu profesních lezců lze rozdělit do tří skupin. První skupina je vstupní, nebo-li základní školení, dále navazuje opakovací školení a na závěr se řadí průběžná odborná příprava lezce (Belica, 2014).

#### **1.3.2 Vstupní školení**

Toto vstupní školení je jedno z nejdůležitějších a nejdéle trvajících. Jeho délka se různí v závislosti na specializaci lezce. V případě báňského záchranáře toto vstupní školení trvá deset dní. Cíle tohoto cvičení jsou především získání znalostí teoretických a praktických v rozsahu potřebném pro profesní či záchranné lezce. Dále je to především

upevnění si pohybových návyků pro bezpečnou činnost ve výškách a nad volnou hloubkou, zdokonalení se v teorii a používání lanové techniky. Není opomenuta ani záchranná a evakuační práce, která je velice potřebná (Belica, 2014).

### **1.3.3 Opakovací školení**

U tohoto školení už není kladen velký důraz na samostatný pohyb po laně, ale je převážně zaměřeno na záchranné techniky. V případě záchranných a zásahových složek by mělo být minimálně třídenní. Během těchto dnů se opět opakují praktické dovednosti lezců a popřípadě se odstraňují nedostatky. Následně jsou nacvičovány nové záchranné dovednosti. Na závěr jsou ověřovány znalosti a dovednosti z teoretické a praktické části (Belica, 2014).

### **1.3.4 Průběžná odborná příprava**

Průběžná odborná příprava je především důležitá u lezců, u kterých není lezecká pravidelnou náplní pracovní doby. Týká se to záchranářů - lezců, strážníků - lezců i hasičů - lezců. Cílem této odborné přípravy je opět upevnění a rozšíření lezeckých dovedností. Umět aplikovat své nově získané dovednosti v nejrůznějších situacích a neustále se zlepšovat jak po teoretické stránce, tak po stránce samostatného pohybu na laně. Tato průběžná odborná příprava je stanovena na osm hodin měsíčně u strážníků s kvalifikací lezce (Belica, 2014).

### 1.3.5 Lezecké prostředky

Mezi lezecké prostředky patří lana, postroje, smyčky, karabiny, slaňovací brzdy, blokanty, tlumiče pádové energie...

Lana se mohou rozdělit podle užitého materiálu, chování při zatížení a konstrukce. Důležité je především dělení lana podle chování při zatížení, ovlivňované pružností použitého materiálu, konstrukcí jádra, opletu a chemickou nebo tepelnou úpravou vláken. Pomocí těchto vlastností lze lana rozdělit na dynamická a statická. Průtažnost statického lana při zatížení 100 kg by neměla přesahovat 5% délky lana. U dynamického lana při stejném zatížení je průtažnost lana 5-15% v závislosti na použitých materiálech a na konstrukci (Frank, Kublák, 2007).

K bezpečnému lezení samozřejmě patří slaňovací (horolezecký) úvazek. V dnešní době jde o vývoj těchto pomůcek neustále kupředu a po celou dobu směřoval k pohodlí a bezpečnosti lezců. Úvazky se šijí ze speciálních pevnostních popruhů speciálními nitěmi. Důraz je především kladen na komfort, pohodlí a bezpečnost. Jsou testovány na strojích, které napodobují zachycení pádu. Můžeme je rozdělit do třech hlavních skupin podle konstrukce na sedací, celotělové a kombinované. Sedací úvazky se skládají z pasu a nohaviček. Tyto úvazky se mohou dále rozdělit do dalších skupin podle šířky popruhů, polstrování, počtu a druhu přezek. Například úvazek pro lezení v horských podmínkách, který je opatřen dvěma sponami jak na pase, tak nohavicích. Jsou polstrované a robustní. Celotělový úvazek je typ úvazku, který spojuje hrud', ramena, záda a kyčle do jednoho navazovacího bodu. Tím je zajištěna stabilita trupu ve visu nebo při spouštění. U kombinovaného úvazku je sedací a hrudní úvazek, které jsou spojeny provázáním ploché smyčky s osmičkovým uzlem. Hrudní úvazek se v žádném případě nepoužívá samostatně (Vomáčko, Boštíková, 2008).

Karabina slouží ke spojení dvou a více různých prvků lezecké výstroje. Skládá se ze čtyř částí: tělo karabiny, západka, zámek, pojistka zámku. Ve sportovním lezeckém se hodně užívají karabiny bez pojistky zámku, ale pro práci ve výškách se neuvžívají. Pouze se mohou použít jako pomocné karabiny pro uchycení dalšího vybavení. Po materiálové stránce jsou karabiny vyráběny ze slitin hliníku a oceli. Hliníková slitina nám oproti

ocelové zajistí menší hmotnost, ale je dražší a méně odolná vůči mechanickému poškození. Existuje mnoho typů karabin. Nejčastěji jsou využívány karabiny oválné, „běžkové“ a HMS. Oválné karabiny mají výhodu, že díky jejich pravidelnému tvaru jsou vždy zatěžovány v podélném směru, ve kterém mají největší pevnost. U „běžkových“ karabin je výhodou jejich vysoká pevnost, ale tato pevnost je podmíněna správnou orientací karabiny. Tyto karabiny jsou vhodné na zvedání těžkých břemen. HMS karabiny jsou určeny pro použití s poloviční lodní smyčkou. Výhodou této smyčky je, že může fungovat oběma směry (Belica, 2014).

Pokud je karabina používána, dbáme na to, aby byla otočená zámkem směrem dolů a západkou k tělu uživatele. Vibrace vzniklé při slaňování mohou zapříčinit pohyb pojistky zámku a následně její odjištění. Také karabinu umísťujeme tak, aby se nelámala přes hranu, kdy by mohlo dojít k jejímu poškození (Belica, 2014).

Smyčkou je myšlena krátká šňůra řezaná z lana. Smyčky jsou používány ke spojení jednotlivých částí jisticího řetězce, také jsou využívány k odvěšování materiálu a používají se také jako samostatný jisticí prostředek. Popruh je dlouhý textilní pás, který je určen k zachycení síly. Vyrábějí se jednoduché ploché popruhy nebo jako duté popruhy. Jsou značeny kontrastním proužkem, který značí minimální nosnost 5 kN. Je více způsobů sešití smyček, tím vznikají i jiné tvary než pouze uzavřený kruh. Například tvar osmičky (Frank, Kublák, 2007).

Slaňovací brzda je prostředek připnutý k postroji lezce. Třením o lano, jež jím prochází, umožňuje regulaci rychlosti sestupu lezce. Lezci je tak umožněno bezpečné slánění vertikálních úseků. Současný trh nabízí velké množství slaňovacích pomůcek. Záchranářům - lezcům se osvědčila slaňovací brzda Stop od firmy Petzl, která je snadno ovladatelná a vyhovuje legislativním požadavkům, díky normě EN 341 (Belica, 2014). Norma EN 341 byla vydána roku 2012 a týká se prostředků ochrany osob proti pádu-slaňovacího zařízení pro záchranu. (Frank, 2012)

Slaňovací brzda Stop nabízí optimální poměr mezi možnostmi operovat i na znečištěném laně a schopností zastavit se na laně. Má samoblokující efekt. Tento efekt zajistí, že pokud lezec z nějakého důvodu pustí brzdu, lano je brzdou sevřeno a zastaví se sestup nebo pád dolů. Dále je možné nasazení do lana, aniž bychom brzdou odepnuli

od postroje. Využívány jsou i bezpečnostní brzdy, u kterých je zapotřebí dostat regulační páčku do stanovené polohy. Jedině tak může brzda po laně projíždět. Pokud je brzda puštěna nebo naopak páčka příliš zmáčknuta, brzda se zastaví. Jde o takzvaný panic locking element, tedy blokuující prvek v případě paniky, kdy zmáčkeme brzdu, abychom zabránili pádu (Belica, 2014).

### **1.3.6 Kontrola materiálu**

Pro bezpečnost lezce je u úvazku důležité, aby se kontrolovala jeho funkčnost. Ihned vyřadíme takový úvazek, který má viditelné stopy poškození, např. porušený šev, prodřený popruh, deformovanou sponu. Také úvazek chráníme před dlouhodobým slunečním zářením, před kyselinami, louhy, které poškozují materiál úvazku. Pravidelně by se měly kontrolovat švy, zda nejsou porušené (Vomáčko, Boštíková, 2008).

### **1.3.7 Výzbroj a výstroj**

Dobře zvolená kvalitní výzbroj a výstroj je jedním z předpokladů k úspěchu. Moderní materiály zvyšují pohodlí, bezpečnost lezce a umožňují podat větší výkon. Do výstroje zařazujeme oděv, obuv, speciální oděvy, či bezpečnostní výstrojné součásti. Nároky na materiální zabezpečení a prostředky jsou odlišné v závislosti na konkrétních podmínkách a náročnosti terénu. Nepodceňujeme výběr obuvi, ani dalšího oděvu. Podrážka musí zabraňovat podklouznutí, vydržet vyšší zatížení a nezanášet se kamínky. Svršek by měl být odolný proti opotřebení, vodě a musí podpírat nohu v náročném terénu (Frank, Kublák, 2007).



## ***1.4 Horská služba České republiky***

Horská služba ČR v rámci své činnosti především provádí záchranné práce, poskytuje první pomoc zraněným. Také zajišťuje transport z horského terénu na lépe přístupná místa. Provádí lavinová pozorování a hlídkovou činnost na hřebenech. Nedílnou součástí je také příprava a školení svých členů a budoucích záchranářů. Tyto činnosti a mnoho dalších má za úkol vykonávat Horská služba ČR (Horská služba, online).

### **1.4.1 Odborná příprava záchranáře horské služby**

Budoucí záchranář HS ČR musí splňovat několik podmínek: věk do 35 let, výborný zdravotní stav a fyzickou kondici. Musí umět lyžovat, mít čistý trestní rejstřík a žít v dané oblasti. Poté každý budoucí záchranář na doporučení absolvuje „Základní školu HS“. Je to dvoudílný kurz, kdy týden v létě se uskutečňuje v Milovech na Vysočině a v zimním období na Dvoračkách v Krkonoších. Během těchto kurzů se opět klade důraz na kondici. V zimním období je to výstup na skialpinistických lyžích s časovým limitem 1 hodina a v letním období je to běh v terénu. Dále jsou na programu obvyklé činnosti horských záchranářů. Provedení záchranné akce, metodiky ošetření raněného, transport a pátrací akce. Část kurzu je také věnována záchraně a vyprošťování v členitém terénu. K této záchraně jsou zapotřebí znalosti o lanech, karabinách a samotných vyprošťovacích technikách. V zimě je výuka podobná se zaměřením na prováděné činnosti záchranáře v zimním období. Není opomenuta ani lavinová problematika. Účastníci kurzu jsou seznamováni s lavinovou technikou a učí se ji používat v terénu. Ukončení kurzů probíhá formou závěrečné zkoušky skládající se z techniky, zdravotní vědy, topografie, horolezectví, organizace záchranných prací a orientace v organizaci HS (Bulička, 2011/2012 a 2012/2013).

## **1.4.2 Doškolení záchranářů**

Každý ze záchranářů HS pravidelně cvičí v terénu nebo se školí na odborných pracovištích. Testují svoji fyzickou zdatnost formou prověrek, či účastí na některých z mezinárodních soutěží horských záchranářů. Ke cvičení využívají např. rakouský Dachstein, kde se zdokonalují v dalších modelových situacích. Trénují vyprošťování z obtížného terénu, lanové techniky, hledání v lavinách. Zkoušejí nové pomůcky a mnohé další aktivity spojené se záchranou v horském terénu (Kabeš, 2014/2015).

## **1.4.3 Pátrání po osobách v horském terénu**

Na začátku každé pátrací akce je snaha získat co nejvíce informací o osobě, která je pohřešovaná. Pomocí těchto informací se v předpokládaném prostoru prohledávají nejdříve hlavní trasy. Pokud je pátrání po těchto trasách bezvýsledné, prohledává se terén v rojnicích. V případě nepřístupného terénu je zapotřebí co nejvíce vybavených záchranářů, kteří znají danou lokalitu. V zimním období se především spoléhají na sebe a používají všechny technické prostředky, které mají k dispozici, jelikož ostatní složky IZS nejsou pro tento pohyb ve sněhu vybaveny. Na pomoc jsou přizváni kynologové se svými psy a v některých případech i vrtulník vybavený termovizí. Po nalezení osoby tato technika usnadňuje transport z nepřístupných terénů. Horská služba ČR při pátracích akcích v horském terénu spolupracuje s Policií ČR (Klimeš, 2012/2013).

## **1.4.4 Motorové prostředky**

Horská služba ČR pokrývá při své činnosti rozsáhlá území v nejrůznějším terénu. K dispozici mají sněžné skútry, čtyřkolky a terénní vozidla Land Rover Defender. Sněžný skútr je značky Bombardier a vyznačuje se dobrou stabilitou, velkým úložným

prostorem a možností tažení těžkých přívěsů. V zimním období se právě pomocí těchto skútrů a speciálního podvozku provádí svoz zraněných k posádce rychlé zdravotnické pomoci. Díky skútru je transport rychlejší a pohodlnější pro pacienta. Pracovní čtyřkolka je také od kanadského výrobce Bombardier. Má robustní konstrukci, dobrou stabilitu a náhon na všechna kola. Dále je vybavena navijákem a tažným zařízením. Na toto zařízení lze opět připojit přívěsný vozík pro převoz pacienta. Dalším pomocníkem je terénní vozidlo Land Rover Defender, které má robustní konstrukci. Je odzkoušené v nejtěžších terénech a díky doplňkové výbavě, jako naviják, uzávěrka diferenciálu zadní nápravy, světelné a zvukové výstražné znamení, je nepostradatelné. Uvnitř vozidla je umístěn Scoop rám, vakuová matrace, vakuové dlahy a mnoho dalšího vybavení. Do lehčího terénu je používána dodávka VW Transporter 2,5 TDI. Vozidlo se většinou používá bez zadních sedaček, aby tak vznikl větší prostor pro záchranný materiál. Tato dodávka je také vybavena světelnou a zvukovou signalizací (Klimeš, 2008/2009 a Kříž, 2013).

#### **1.4.5 Zimní transportní prostředky**

Mezi pevné prostředky řadíme kanadské saně, akia člun (Tyromont) a saně Fjellpulken.

Kanadské saně je nejstarší a léta osvědčený svozný prostředek. Saně jsou v přední části mírně zdvižené pro lepší skluz a jsou doplněny o vodící ojky s popruhy. K samotnému transportu je zapotřebí jeden zachránce. Pacient je transportován ve svozné dece, která je doplněna vakuovou matrací. Ta je fixována pomocí popruhů, aby pacient nevypadl (Hlaváček, 2011 a Klimeš, 2008/2009).

Akia člun (Tyromont) je určený pro dva zachránce, kteří musejí být sehraní. Vpředu je méně zdatný lyžař, jelikož udává rychlost a je zodpovědný za techniku svozu a volbu svozné trasy. Zachránce vzadu pouze kopíruje trasu vodiče. Prostředek je z každé strany prohnutý, a tak je vhodné kombinovat svoznou deku s vakuovou matrací. Pár vodících ojek je připevněn na každé straně člunu (Kříž, 2013 a Klimeš, 2008/2009).

Saně Fjellpulken jsou také určeny pro svoz dvěma zachránci. Jsou tvořeny dvěma páry ojek na každé straně saní, vaničkou, která je vyrobena z lehké hliníkové slitiny, laminátové nástavby a překrytu s průhledným okénkem. Pacient je položen ve vakuové matraci do vaničky a je celý zakrytý. Technika svozu se neliší od svozu s Akia člunem (Klimeš, 2008/2009).

Při záchranné akci probíhající v terénu, který je motorovou technikou nedostupný (skútry, auta, čtyřkolky), využívají záchranáři ke svému pohybu skialpinistické lyže. Lyže jsou lehké a díky speciálnímu vázání lze uvolnit patu boty. Toto uvolnění umožní podobnou chůzi jako na běžecích lyžích. Aby lyže neprokluzovaly, jsou na skluznici nalepené stoupací pásy, které lze před sjezdem odlepit (Bulička, 2012/2013).

#### **1.4.6 Letní transportní prostředky**

Transportní košová nosítka jsou využívána při transportu z obtížného terénu, ať z výšek, nebo vodní hladiny. Konstrukce nosítek je odolná proti poškození, korozi a vydrží vysoké nároky na používání v nejrůznějších terénech. Součástí nosítek jsou 3 upevňovací pásy a matrace, která je odolná vůči vodě. Po celém obvodu jsou úchopová madla a také čtyři úchyty pro lano, které jsou vyztuženy ocelí (Probo, online).

UT 2000 je další používaný transportní prostředek v obtížném terénu. Nosítka jsou lehká a lze je rozložit na dva díly, které nám umožní lepší transport na určené místo. Konstrukce je vyrobena tak, aby odolávala nárazům, byla vysoce pevná a odolná (Ferno, online).

Horská nosítka LECCO jsou nosítka se dvěma páry tvarovaných rukojetí nasazující se na ramena, které jsou pokryty polstrováním. Jsou vybavena několika pásky na různých místech pro upevnění a fixaci raněného. Záchranáři jsou tak schopni transportovat zraněného i po strmých svazích (Kong, online).

Transportní obal (Vakuform VM114) se především používá pro transport zraněné osoby společně s vakuovou matrací. Vak se skládá z pláště, vložky pro zpevnění dna a závěsu. Plášť je vyroben z odolného materiálu zabraňující odírání a je doplněn

protiskluznými pásy. Vnitřní část je uzpůsobena k transportu. Bezpečný transport zajišťují fixační popruhy, tak nosné popruhy, které musí být vycentrovány, aby se transport uskutečnil ve vodorovné poloze. Je také určen pro transport v podvěsu pomocí vrtulníku (Mediprax CB, 2013, online).

V kamenitém a pro moderní techniku nesjízdném terénu záchranáři využívají rakouský vozík. Vozík je specifický tím, že má ve spodní části konstrukce upevněno bantamové kolo, které se dá v případě potřeby brzdít. Díky tomuto bantamovému kolu jsou případné nárazy tlumeny a tím je transport šetrnější. Vozík je ovládán dvěma záchranáři. Záchranář vpředu vybírá vhodný terén pro transport a jeho kolega vzadu drží rovnováhu vozíku, či přibrzdňuje. Bezpečnost při transportu opět zajišťují upevňovací popruhy. Tento prostředek šetří potřebnou sílu záchranářů (Hejtmánek, 2014/2015).

#### **1.4.7 Základní lavinové vybavení**

Základní lavinová výbava se skládá ze třech důležitých pomůcek. Jsou jimi lavinový vyhledavač, lavinová sonda, sněhová lopata. Lavinový vyhledavač, nebo-li „pípák“ mají všichni členové družstva zapnutý na vysílání. Pokud dojde k zasypaní lavinou, nepostižení členové si přepnou vyhledavač do pozice příjem a podle signálu, ukazujícího směr na displeji a vzdálenosti, hledají zasypané. Šířka prohledávaného pásma se pohybuje okolo 60 metrů, ale samozřejmě záleží na druhu přístroje. Díky třem anténám je zasypaný lépe lokalizován. Lavinová sonda je vyráběna z lehkého materiálu a lze ji složit do batohu. Je používána k dohledávání zasypaného, kdy se systematicky propichuje vrstva sněhu, kde by měl být postižený. Sněhová lopata je také vyrobena z lehkého materiálu, ať už kovu, nebo plastu. Slouží k rychlému odházení sněhu, neboť rukama to jde velice špatně a pomalu (Vokoun, 2014 a PIEPS, online).

## **1.5 Vodní záchranná služba ČČK**

Vodní záchranná služba ČČK poskytuje velice odbornou první pomoc osobám, které jsou ohroženy na životě především kvůli vodním živlům. Jako organizace působí především v letních měsících, kdy ve vybraných lokalitách zajišťuje dohled nad vodní plochou po celých 24 hodin. Často je také VZS žádána o pomoc od Integrovaného záchranného systému, kdy k záchraně lidského života je potřeba použít motorového plavidla a je výhodou znalost tamějšího okolí podél břehů. Výrazně též zvyšuje šanci na přežití díky rychlému zásahu a odborné pomoci, kdy dojezdový čas ZZS je delší. Poskytuje i své čluny, jako dopravní prostředek ZZS do obtížně dostupných terénů a následně zajišťuje transport k sanitnímu vozu (Vodní záchranná služba ČČK, online).

Díky této veřejně prospěšné službě je řada vodních ploch hlídána. Pokud by došlo k vymizení VZS, hlavní složky IZS by nebyly schopny zajistit včasnou pomoc na těchto vodních plochách. Z omezení, která mají vodní plochy pro IZS, kvůli omezeným přístupům k vodě a vybavenosti čluny, je zřejmé, že tuto funkci není schopen nikdo jiný na požadované úrovni nahradit (Smejkal, 2012).

### **1.5.1 Odborná příprava vodního záchranáře**

VZS ČČK pořádá pro své členy, ale také i pro širokou veřejnost ve svém výcvikovém středisku kvalifikační kurzy. Tyto kurzy splňují požadavky potřebné k zajištění bezpečnosti na vodních plochách nebo při dalších sportovních aktivitách. Jsou jimi například sjezd řek, dálkové plavání, jachtařské závody. Kvalifikace se rozdělují dle náročnosti. Záchranářské minimum- ZM až po specializaci Záchranář na volné vodě- ZVV (Novák, 2012).

Vodní záchranná služba ČČK odbornou přípravu vodních záchranářů dělí do několika kvalifikací. Nejnižší stupeň kvalifikace je kvalifikace mládeže, kam patří mladý záchranář V. VZS ČČK ve věku 7-15 let. Dále navazuje mladý záchranář IV. VZS ČČK ve věku 15-18 let. Od 18. roku záchranáře jsou základní kvalifikace s právní

odpovědností. Do této kategorie patří plavčík/ záchranář III. VZS ČČK, který musí absolvovat 70+5 hodin výcviku. Dále navazuje mistr plavčík/ záchranář II. VZS ČČK, který musí splnit minimální věk 20 let a výcvik v rozmezí 92+8 hodin. VZS ČČK má i členy se speciální kvalifikací a právní odpovědností. Tato kvalifikace zahrnuje záchranáře na volné vodě, kterému je nejméně 19 let a absolvoval výcvik 80 hodin. Poslední kategorií jsou pedagogické kvalifikace. Mezi tyto kvalifikace patří instruktor/ záchranář I. VZS ČČK, dále instruktor specialista a lektor specialista. Všechny tyto pedagogické kvalifikace mohou mít členové pouze tehdy, pokud dosáhli věku 25 let (Vodní záchranná služba ČČK, online).

Jednotlivé kvalifikace musejí úspěšně splnit závěrečné zkoušky. Záchranář III. VZS ČČK je přezkušován z plavání v délce 400 m na čas, plavání pod vodou, kdy musí zvládnout uplavat 25 metrů a také zvládnout 50 metrů záchranářského kraula. Další část přezkoušení je zaměřena na záchranu tonoucích. Musí absolvovat 200 metrů tažení tonoucího, aniž by se část těla dotkla bazénu. Také je přezkušována manipulace se záchranným pásem a vynášení tonoucího jedním zachráncem. Zájemci o tuto kvalifikaci také musejí umět zvládat plavání s maskou, ploutvemi, šnorchem a zvládnout základní práci s lanem. Není opomenuto ani poskytování první pomoci a provádění kardiopulmonální resuscitace (Vodní záchranná služba Ostrava, online).

### **1.5.2 Průběžné školení ledová plocha**

Vodní záchranáři a další záchranářské skupiny se neustále musejí zdokonalovat v záchrane lidských životů i v zimních podmínkách. Jsou konány semináře, kde jsou teoreticky probrány techniky záchrany a s tím spojené technické prostředky, jako i samotný nácvik zásahu v ledové vodě. Také nacvičují záchranu osoby probořené v ledu za pomoci jednoduchých pomůcek i vrtulníku. Tyto školení především slouží k předání informací a cenných zkušeností mezi jednotlivými týmy. Zároveň slouží k nacvičování zásahů, třeba právě probořené osoby na zamrzlé hladině (Bukáček, 2012).

### 1.5.3 Materiálové vybavení

Házecí pytlík je nejčastěji používaná záchranná pomůcka. Skládá se z pevného plovoucího lana o různé délce, které je smotané v nepromokavém sáčku. Sáček je dále vybaven plovoucím materiálem, aby zůstal plavat na hladině a oky na konci lana i sáčku. Celý pytlík se dá uzavřít, aby lano samovolně nevypadávalo (Raft.cz, online).

Plovací vesta je další základní pomůckou vodního záchranáře. Může být obohacena o speciální výbavu určenou právě pro záchranu ve vodě. Je jí hrudní popruh s bezpečnostní přezkou. Kdy tato přezka umožní rychlé uvolnění záchránce, je-li sám ohrožen na životě. Vesta má několik kapes různých rozměrů. Součástí je i kapsa na házecí pytlík, aby ho měl vodní záchranář kdykoli k dispozici. Je opatřena i utahovacím pasem, který umožní správné dotažení k tělu a rozpínacími přezkami, které zajistí pohodlné oblékání (Hiko, online).

Nafukovací záchranná lávka je pomůcka přizpůsobena k záchraně osob, které se nacházejí v nestabilních terénech. Jsou jimi např. voda, bažiny a led. Pro snadnou manipulaci je lávka doplněna obvodovým a středovým lanem pro lepší manipulaci s touto pomůckou. Vyrábí se v rozměrech 5 a 10 metrů na délku a na šířku 1,3 metru. Lávku většinou obsluhuje jeden nebo dva záchranáři. Díky její velikosti lávka umožňuje záchranu více tonoucích osob najednou (Černý, 2013, online).

Páteční deska AquaBoard je vhodná pro záchranu ve vodě. Deska je vyrobená z plastického materiálu, který má velkou pevnost. Zároveň tato deska nadnáší pacienta na hladině. Také je vybavena několika pásy, které slouží k fixaci a uchycení pacienta (Shopamedic, online).

Raft pulsar je symetrický. Je velmi stabilní a má samovylévací funkci nezávisle na směru jízdy. Je tvořen čtyřmi vzduchovými komorami. Speciálně uchycené dno právě zajišťuje výbornou stabilitu. Po obvodu celého raftu je obvodové bezpečnostní lano (Vodácký ráj, online).

Pro záchrannou i hlídkovou činnost na větších vodních plochách v zimním období se využívají i motorizované záchranné prostředky. Jedním z těchto prostředků je vznášedlo SCOUT Hovercraft. Může se pohybovat po ledu, vodě, dokáže překonávat



jezy a zvládne i pohyb na břehu. Vznášedlo je ovládáno a řízeno jednou pákou. Jeho maximální rychlost po zamrzlé hladině může dosahovat 30 km/hod (Černý, 2013, online).

#### **1.5.4 Součinnost s Integrovaným záchranným systémem**

VZS ČČK je nasazována do záchranných akcí jako ostatní složka IZS. Díky svému vybavení a výcviku jsou schopni pomáhat v náročných podmínkách, jako jsou například povodně, pátrací akce na vodě, vyhledávání utonulých. Zajišťují bezpečnou evakuaci osob, záchranu osob, či majetku (Vodní záchranná služba ČČK, online).

### **1.6 Orientace v terénu**

Záchranář, stejně jako horolezec, se velmi často nachází mimo značené cesty. Terén může být nebezpečný, nepřehledný a velmi členitý. Pokud záchranář, horolezec ztratí orientaci, znamená to bloudění a ubývání potřebných sil (Frank, Kublák, 2007).

Základní orientační pomůckou je mapa. Ukazuje nám grafické znázornění zemského povrchu ve zmenšeném měřítku. Existuje mnoho druhů map, jako jsou například mapy tématické (lesnické, geologické), či topografické, které nejméně zachycují prostorové umístění obydlí, silnic, vodních toků, členitost terénu a tak dále. Orientovat se lze i pomocí GPS - Global Position System, který pomocí satelitních družic určí naši polohu kdekoli se nacházíme bez ohledu na počasí. Ne vždy bude mít záchranář tyto pomůcky po ruce. Nevýhodou je závislost na elektrické energii. Pak už zbývá pouze orientace v přírodě bez pomůcek pomocí stromů, kostelů a hvězd (Frank, Kublák, 2007).

Záchranářům zlepšují a urychlují orientaci v horském a lesním terénu také traumatologické body. Traumatologický bod je tabulka, na které jsou napsána nouzová

telefonní čísla IZS, Horské služby ČR a Informační a strážní služby. Především jsou na tabulce kódové údaje, které jsou specifické pro danou oblast. Díky traumatologickým bodům je zraněný snáze lokalizován a tím odpadá zdlouhavý hovor s operačním střediskem, které se snaží získat popis místa, kde se zraněný nachází (Pechoušek, 2011, online).

V dnešní době je více využívána navigace GPS - Global Positioning System. Satelitní družice obíhající kolem zeměkoule a vysílají signál. Tento signál přijímá a vyhodnocuje přístroj GPS. Aktuální poloha přístroje je vypočítána na základě vzdáleností k jednotlivým družicím, jejichž signál zachytila anténa přístroje. Poloha je přesnější, čím více signálů přístroj zachytí. Abychom určili polohu, je zapotřebí alespoň signál ze tří satelitů. V praxi je využíváno k určení polohy signály z pěti až devíti satelitů (Bulička, 2012/2013).

Existuje více navigačních systémů např. navigační systémy Galileo a ruský GLONASS. GPS a GLONASS jsou systémy vojenské a jeho provozovatelé tedy nedávají záruku, že budou vždy plně funkční. Oproti tomu evropský systém Galileo je především navržen a řízen civilní správou (Český kosmický portál, online).

## ***1.7 Sport a kondice***

Z fyziologického hlediska je každý pohyb pro naše tělo náročný. K nejnáročnějším sportům se právě řadí i sportovní činnosti v horských podmínkách. Především jde o vytrvalost, kde se uplatňuje svalová síla končetin za současného působení horského prostředí. Pociťujeme chlad, nedostatek kyslíku a vysoké UV záření. Jelikož výkon může trvat i několik hodin, je zapotřebí vysoká tělesná zdatnost, ale také i psychická a teoretická příprava. Jsou zvyšovány nároky na oběh a dýchání, jelikož neseme několik kilogramů výstroje a navíc (Boštková, 2004).

Zkušenosti a kondice členů skupiny bude určitě rozdílná. Je samozřejmostí, že zdatnější a zkušenější členové skupiny mohou pomoci méně zdatnějším jedincům

v některých jednodušších situacích. Musí si ale skupina uvědomit, že čím více slabších členů ve skupině je, tím pomalejší a komplikovanější bude postup vpřed. Více zdatnějších členů by měla být nadpolovina, aby byli schopni efektivně pomoci. Vyžaduje-li terén horolezecké prostředky a složitější postupy, měli by všichni členové skupiny s těmito prostředky umět zacházet (Frank, Kublák, 2007).

Záchranář by měl být všestranný z hlediska kondice. Je zapotřebí obratnost, silová vytrvalost. Záchranáři by tedy měli zařadit komplexní cviky v kruhovém tréninku s důrazem na kvalitu cviků. Pomocí cvičení je snaha propojit koordinaci, sílu, silovou vytrvalost i cardio vytrvalost. U kondičního tréninku je základní nástroj naše vlastní váha, se kterou cvičíme. Základní cviky jako kliky, shyby, výpady by v tréninku neměly chybět. Jelikož každý záchranář ví, že zvedat činku v posilovně je něco jiného, než zvedat pacienta v terénu (Doležal, 2014).

Vodní záchranář by také neměl zapomínat na svoji fyzickou kondici. Měl by být samozřejmě dobrým plavcem a neustále si udržovat a zlepšovat svoji fyzickou a plaveckou zdatnost. Své pokroky může srovnat s ostatními záchranáři na sportovních závodech, kde je mnoho plaveckých, ale i technických disciplín. Všechny disciplíny slouží jako příprava pro skutečné zásahy na vodní hladině (Křesálková, 2012).

Každé dva roky je pořádáno mistrovství světa v záchranných sportech tzv. Rescue Series. Soupeří mezi sebou několik týmů z celého světa v různých věkových kategoriích. V roce 2014 se toto mistrovství konalo ve Francii a následně bude probíhat v Nizozemsku (International Life Saving Federation, online).

## ***1.8 Komunikace a psychologie***

Záchranář je vnímán jako anděl, který nám pomůže od všeho zlého a především od bolesti. Na místě zásahu může být situace velice napjatá a lidé se mohou chovat přecitlivěle. O to více musí záchranář využít svoji empatii a komunikační dovednosti k pacientovi, ale i k ostatním přihlížejícím. Empatická komunikace pomáhá pacientovi lépe snášet krizovou situaci. Základní pravidlo komunikace je respekt k lidské

jedinečnosti a důstojnosti. Jedině tak, nás pacienti přijmou a svěří nám své problémy, které je trápí. Vlídny přístup nám umožní získat důležité informace, ale i často zlepši zdravotní stav pacienta (Andršová, 2012).

U povolání záchranáře je také významná připravenost k riziku. Samostatnost, iniciativa a schopnost podstoupit přiměřené riziko jsou předpoklady ke zvládnutí události, výjezdu. Připravenost zahrnuje rozvíjení morálně volných a intelektuálních schopností. Úzkost a strach je u každého záchranáře individuální, a pokud tedy má tyto pocity pod kontrolou, tak je to spojeno s úspěšným zvládnutím připravenosti k riziku. Díky své dostatečné vůli, sebedůvěře a víře je lepší předpoklad pro úspěšnější vyřešení dané situace (Šváb, 2006).

### **1.8.1 Syndrom vyhoření Burn- out syndrom**

Psychosomatické onemocnění, u kterého dochází k psychickému, emocionálnímu, fyzickému vyčerpání organismu. Postupně dochází k vyčerpání psychických rezerv, až dojde k samotnému vyhoření. Předchází tomu dlouhotrvající a nadměrný stres, zanedbávání svých potřeb, kdy málo odpočíváme a stále více nám přibývají pracovní povinnosti (Venglářová, 2011).

Především u záchranářů se může vyskytovat tento syndrom ve větší míře, než u ostatních lidí. Jejich práce je stresující, mají nedostatek uznání a v nemalé míře také konflikty s pacienty. Vyčerpání, pokles výkonnosti, odcizení. To jsou hlavní příznaky syndromu. Tyto příznaky se mohou projevat v kognitivní rovině, emocionální rovině. Dále také se mohou projevit tělesné příznaky, jakými mohou být porucha spánku, snadná unavitelnost, ale také i vegetativní obtíže (Andršová, 2012).

## **2 CÍLE PRÁCE A VÝZKUMNÉ OTÁZKY**

### ***2.1 Cíle práce***

1. Zmapovat odbornou přípravu záchranáře k provádění záchranných činností v těžko přístupném terénu.
2. Zmapovat vybavenost výjezdových skupin k provádění záchranných činností v těžko přístupném terénu.

### ***2.2 Výzkumné otázky***

Výzkumná otázka 1

Jsou rozdíly u záchranářů v odborné přípravě k provádění záchranných činností v těžko přístupném terénu?

Výzkumná otázka 2

Jsou rozdíly u jednotlivých výjezdových skupin ve vybavenosti pro záchranné činnosti v těžko přístupném terénu?

## **3 METODIKA**

### ***3.1 Metodika práce***

Pro tuto bakalářskou práci byl zvolen kvalitativní výzkum s využitím techniky polostrukturovaných rozhovorů. Nedílnou součástí také tvoří analýza dostupných materiálů a porovnávání jednotlivých výsledků. Výzkum byl uskutečněn se zdravotnickými záchranáři Letecké záchranné služby, záchranáři Horské služby ČR a Vodní záchranné služby ČČK v rámci Jihočeského kraje. Bylo položeno několik otázek, které lze rozdělit na otázky týkající se dotazované osoby, odborné přípravy k samotnému vykonávání činnosti záchranáře a dále otázky, které jsou zaměřeny na materiálové vybavení. Cílem výzkumu bylo zmapovat odbornou přípravu záchranáře k provádění záchranných činností v těžko přístupném terénu a zmapovat vybavenost výjezdových skupin k provádění záchranných činností v těžko přístupném terénu.

### ***3.2 Charakteristika výzkumného souboru***

Výzkumný soubor tvořili zdravotničtí záchranáři Letecké záchranné služby, záchranáři Horské služby ČR a Vodní záchranné služby ČČK v rámci Jihočeského kraje. Byly dotazovány osoby, které již mají dlouholetou praxi v oboru, ale nebyly opomenuty ani osoby, které se této problematice věnují kratší dobu. Zároveň byl u dotazovaných osob předpoklad, že se již plně orientují v této problematice. Pouze jeden rozhovor byl uskutečněn se ženou, zbylé rozhovory byly uskutečněny s muži.

## 4 VÝSLEDKY

### 4.1 *Výsledky rozhovorů se zdravotnickými záchranáři Výškového záchranného družstva Letecké záchranné služby*

#### 4.1.1 Rozhovor 1

První rozhovor z oblasti LZS byl proveden s mužem ve věku 32 let. Jeho povolání je zdravotnický záchranář. U ZZS je zaměstnán 8,5 roku a na LZS je již 4,5 roku. Slouží v oblasti České Budějovice.

K odborné přípravě uvádí, že v současné době je podmínkou pro vykonávání leteckého záchranáře absolvování školení v lanových technikách. Zájemce musí být lezec. Po skončení tohoto školení dále musejí splnit další kritéria, jako jsou délka praxe, která musí být více jak 2 roky jako lezec. Dovysvětluje, že výškové práce může vykonávat osoba, která prošla školením a dostala potřebný certifikát, ale samotná kvalifikace neznamená, že může vykonávat leteckého záchranáře. Kvalifikace leteckého záchranáře se musí obnovovat. Dále uvádí další školení, která jsou už specializovaná na vyprošťování z nepřístupného terénu. Další zásadní podmínka už není. Tuto možnost se nechat vyškolit na leteckého záchranáře mají úplně všichni ze ZZS. Muži i ženy, kteří se v současné době právě připravují na službu na Hosíně. V průběhu praxe jsou doškolení v souvislosti s pohybem kolem vrtulníku, neboť práce a pohyb má svá specifika. Tyto školení organizuje sama firma, která vrtulník poskytuje. Spíše jde o technické znalosti, jelikož provozovatel je nenazývá záchranáři, ale technickými pracovníky- technical crew member. Po zdravotnické stránce uvádí, že jsou doškolení stejně jako pozemní posádky. V průběhu celého roku nacvičují nejrůznější modelové situace v rámci zdokonalení a cvičení. Nacvičují vyprošťování z ledu, modelové situace probíhající v horách, na skalách, ale také nacvičují na letišti. V místopise a poznávání terénu se zdokonaluje nepřímo, jelikož jeho sportovní aktivity jsou vázané na venkovní prostředí. Uvádí, že žádné požadavky od LZS nejsou, které by se týkaly jenom

poznávání a znalosti terénu. Je to individuální. Vzpomíná, že při nástupu do této pozice vedoucího pracovníka zajímalo, zda umí číst v mapě a dokáže naplánovat trasu. Není možné znát vše. Důležité je vědět, kde to najít a jak se tam dostat, uvádí. K fyzické náročnosti říká, že neexistuje žádný předpis, který nařizuje fyzickou zdatnost záchranářů. Přezkušování nejsou. Osobně se sportu věnuje každý den. Nejčastěji je to běh, cyklistika, kanoistika. Ohledně psychické náročnosti a možnosti si s někým pohovořit uvádí, že mají možnost využít služby PEERa. Je to vyškolený pracovník z řad záchranářů. Osobně tuto možnost nikdy nevyužil a v budoucnosti by třeba raději uvítal, kdyby to byl psycholog, který by byl nezávislý na organizaci.

Z nejčastějších nepřístupných terénů uvádí, vzhledem na charakter krajiny jižních Čech, hluboké lesy, kam nevedou cesty. Skály a horský terén spíše řeší jiné stanoviště LZS. Z jeho pohledu nejvíce zasahují právě u dřevorubců v lese, kteří kácejí stromy. Dále sportovci, někdy horolezci. U základního vybavení uvádí, že vrtulník je totožně vybavený jako sanitní vůz. Potřebují-li další materiál, protože se jedná o technický zásah, je především důležitá dobře odebraná anamnéza ze strany operačního střediska, aby potřebný materiál vzali s sebou. Uvádí příklad, kdy horolezec uklouzne na skále, spadne a pozemní posádka se k němu nemůže dostat. S sebou na zásah si letecký záchranář vezme lano, celotělový postroj, transportní prostředek pro pacienta. Dodává, že podvěs má pouze jednoduché prvky. Za nejvíce používanou pomůcku považuje lano a transportní prostředky, bez kterých to opravdu nejde a jsou samozřejmostí u každého technického zásahu. Myslí si, že základna je dostatečně vybavena. V současné době měli možnost si dokoupit prostředky a pomůcky, které potřebovali. Samozřejmě by si přáli výkonnější vrtulník a místo pevného podvěsu naviják, který je bezpečnější a práce je celkově pohodlnější, ale tyto věci nejsou z jeho strany moc reálné. V době, kdy nemají hlášen výjezd kontrolují materiál a připravují se na výjezd.

Traumatologické body popisuje, že jsou to body, kde se pohodlně setkávají s ostatními složkami IZS. Jednotlivé body mají zapsány na mapách, a tak ví, že tam bezpečně vrtulník může přistát, jelikož některá kompetentní osoba toto místo zkontrolovala.



## 4.1.2 Rozhovor 2

Další z rozhovorů byl s mužem ve věku 36 let. Povoláním je zdravotnický záchranář. U ZZS je již 15 let a leteckým záchranářem je od roku 2004. Slouží v oblasti Prachatic.

Budoucí letecký záchranář musí získat kvalifikaci na výškové práce, kde je práce s lany ve výškách a nad volnou hloubkou, uvádí dotazovaný. Dále hovoří, jaké další požadavky musí splnit. Pokud má zájemce dva roky toto osvědčení, tak se může ucházet o pozici leteckého záchranáře. Výcvik je ukončen zkouškou. Každý rok se musejí kvalifikace obnovovat a opět to probíhá formou přezkoušení. U doškolení uvádí, že musejí mít minimálně jednou za čtvrt roku výcvik, protože potom kvalifikace na leteckého záchranáře pozbývá platnosti. Dále mají semináře se zdravotnickým tématem, ale tyto semináře se přímo netýkají létání. Modelové situace nacvičují při každé možné příležitosti. Jsou to modelové situace jako, bezpečný transport pacientů z rozhleden, z vodní hladiny. Nacvičují, jak po stránce praktické, tak teoretické. Opět upozorňuje na to, že to nesmí být v delším rozmezí, jak tři měsíce, aby si zachovali potřebnou kvalifikaci. U otázky, která se týká geografie vzpomíná, že dříve, dokud se jezdilo pouze podle map, tak si jednotlivé cesty projížděl a učil se je. Byl i řidičem sanitního vozu, a proto to považoval za důležité. V dnešní době, kdy jsou nejrůznější navigace, to už není tolik potřeba a navigace skoro vše najde. Na závěr ještě říká, že ani nejsou žádné předpisy, které říkají, jak by měli místopis ovládat. U fyzické kondice opět není žádné přezkušování, jako je tomu třeba u hasičů v běhání nebo v plavání. Pouze uvádí, že jediný limit, který musejí splnit, jsou zkoušky týkající se výškových prací. Pokud by někdo nebyl fyzicky zdatný, tak ani tyto zkoušky nezvládne úspěšně dokončit. Praktické zkoušky nejsou časově stanovené, ale technika provedení musí být dobře udělaná. Myslí si, že člověk by měl být fyzicky i obratně zdatný, aby dokázal někoho zachránit, třeba i z právě nepřístupného terénu. Sám si ve volném čase jde občas zaběhat nebo se věnuje turistice, cyklistice. K psychické náročnosti uvádí, že mají možnost se obrátit na PEERa, který si s nimi popovídá a je ochoten řešit problémy, které záchranáři mají.

Mohou se obrátit na jakéhokoli PEERa, třeba i mimo své stanoviště v rámci jihočeského kraje.

K otázce týkající se nepřístupného terénu hovoří o skalách. Většinou jsou to situace, kdy lezec zůstane viset na skále a nedá se k němu lehce dostat. Hasičská technika se na dané místo nedostane, a tak už jediné zbývá spustit se k dotyčnému lezci a vytáhnout ho. Dále uvádí, že Šumava je specifická tím, že tam jsou hluboké lesy s nepřístupnými cestami. S tím jsou spojeny i úrazy dřevorubců, kde není výjimkou spadlý strom na pracovníka v lese. Dále zasahují u nejrůznějších úrazů. Také popisuje případ, kdy byla LZS potřebná na Lipenské přehradě. Rybář byl na nepřístupném místě a posádka ho musela dostat na místo, kde se ho ujala pozemní ZZS. U základního vybavení uvádí, že pokud se jedná o technický zásah, kde bude potřebná lanová technika, tak je zapotřebí zkompletovaný podvěs. Skládá se z lana, spojovacích prvků, jako jsou karabiny, pojišťovací smyčky, kotvicí deska. Dále uvádí, že je potřebný transportní prostředek, který se vhodně zvolí k danému poranění pacienta. Lze transportovat buď v sedě, nebo v leže. Důležitý je pak zdravotnický materiál, který mají v batohu. U každého výjezdu je to specifické. V krátkosti také popisuje, jak takové zajištění pacienta probíhá. Podvěs považuje za nejvíce využívaný prostředek. Používá se téměř vždy, kdy se letecký záchranář na místo slaňuje nebo je nesen v podvěsu. Myslí si, že základna na Hosíně je dostatečně vybavena a uvítal by, kdyby měli k dispozici naviják. Ví, že je to finančně nákladné. Když nemají výjezd, tak uvádí, že mají daný harmonogram prací, které musejí splnit. Starají se o vybavení, kontrolují expirace zdravotnického materiálu, doplňují materiál.

Traumatologické body dokáže popsat a ví, k čemu slouží. Myslí si, že je v nich chaos, protože je několik druhů a každá organizace má jiné označení. Osobně se mu nestalo, že by letěli na nějaký tento určený bod.

### 4.1.3 Rozhovor 3

Třetí rozhovor byl prováděn s leteckým záchranářem ve věku 40 let. Na ZZS i LZS je od roku 1997. Nastupoval v letech, kdy každý zdravotnický záchranář zároveň jezdil i létal. Slouží v oblasti České Budějovice.

U odborné přípravy dotazovaný uvádí, že každý budoucí letecký záchranář musí být specializovaný v práci ve výškách a nad volnou hladinou, hloubkou. Jedním slovem lezec. Dále také musí mít odslouženy dva roky na pozemní ZZS. U této práce je potřeba kvalifikace udržovat a každoročně přezkušovat. Také hovoří o počtu členů na LZS. Dříve tým čítal zhruba 28 lidí a v dnešní době je to 10 leteckých záchranářů. Je to dáno tím, aby se střídali co nejmenší kolektivy a jednotliví záchranáři měli zaběhnuté návyky, které s LZS souvisí. Dodává, že to není jenom o zdravotnictví, ale také o dalších technických věcech. V průběhu praxe jsou doškolení, co se týká zdravotnictví, stejně jako ostatní záchranáři na pozemních stanovištích. Podléhají programu školícího střediska a periodicky absolvují školení o resuscitaci, mimořádných událostech, havarijní připravenosti a tak dále. Ohledně výškových prací uvádí, že je to systematický výcvik. Nejdříve dotyčný projeví zájem a přihlásí se do tzv. záchranného výškového družstva, kde se trénují práce ve výškách a nad volnou hloubkou. Jedna služba v měsíci je dána výcviku, se specializovaným lektorem, který je zároveň vedoucí výcviku. Po absolvování tohoto výcviku vysvětluje, že jsou skládány zkoušky a může se dotyčný účastnit výcviku na vrtulníku. Také uvádí, že v současné době mají poměrně mladý tým, tak zájemci o místo leteckého záchranáře musí čekat, dokud se neuvolní místo. Potvrzuje, že absolvují nácviky modelových situací, jelikož pro udržení kvalifikace musejí mít jednou za tři měsíce ostrý zásah s lanovou technikou se zaměřením na výškové práce nebo právě nácvik s pomocí těchto technik. Z místopisu, geografie přezkušování nejsou. Poukazuje na to, že většina na LZS pracuje několik let, a tak už mají s orientací zkušenosti a samozřejmě ovládají práci s mapou, jelikož každý letecký záchranář je asistentem pilota v navigaci. K fyzické náročnosti uvádí, že samotný výcvik je náročný a kdo dokáže tímto výcvikem projít, tak není důvod, proč by nemohl sloužit. Nemají žádné limity, které jsou tabulkově dané. Dále každý rok procházejí

zdravotní prohlídkou na pracovním lékařství a navíc mají prohlídky u leteckých lékařů. Letečtí lékaři musejí potvrdit na základě prohlídky, že jsou záchranáři schopni být držitelem průkazu člena posádky HEMS- Helicopter Emergency Medical Services. Vyšetření je podrobnější a součástí je i zátěžové EKG, uvádí dotazovaný. Ve svém volném čase se věnuje cyklistice a kondičním tréninkům. Uvádí, že v Českých Budějovicích je v rámci ZZS vybavena posilovna, kterou zaměstnavatel zařídil ze sponzorských darů. Není tedy problém si jít po směně zacvičit. Fyzickou přípravu nemohou provádět ve směně, jako to mají umožněné hasiči, jelikož frekvence výjezdů by jim to ani neumožnila. Pokud by potřeboval psychickou podporu, tak ví, že existuje tzv. PEER v rámci ZZS, ale jejich službu zatím nevyužil.

Z nepřístupných terénů jmenuje skály, kde se s lezcem utrhlo jištění, vodní hladinu, protože člověk, který potřeboval pomoc, byl na ostrově, a tak byl zvolen pohodlný transport v podvěsu, proběhla i evakuace ze střechy. Je to velmi pestré, uvádí. Na závěr říká, že jižní Čechy nemají tolik nebezpečných terénů, jako je tomu v okolí Liberce, Ústí nad Labem, kde je více hor. V letních měsících nejvíce zasahují u dopravních nehod a u cyklistů. Ze základních věcí uvádí, že to je podvěsové lano, transportní prostředek, který se volí podle typu zranění. Závěsný vak, závěsná síť, evakuační trojúhelník jsou nejčastěji používané věci pro vyprošťování v nepřístupném terénu. Také uvádí, že především musejí mít dobře zjištěné informace k jakému případu letí, jelikož vrtulník není těmito prostředky neustále vybaven kvůli váhovému limitu. Nejvíce využívá leteckou záchranou síť, neboť je lehká a dá se složit do malého pytlíku. Myslí si, že základna je dostatečně vybavena a splňuje nejrůznější standardy. Žádnou chybějící pomůcku na základně neuvádí a hovoří o tom, že zaměstnavatel je velmi ochotný koupit věc, která je potřebná a má své opodstatnění. Pokud jsou na stanici a nemají hlášen výjezd, tak musejí splnit harmonogram prací. Kontrolují vybavení, expirace, kyslíkové lahve, věnují se úklidu.

Traumatologické body zná a letečtí záchranáři mají k dispozici jejich seznam. Z jeho zkušenosti nikdy neletěl na přesně daný trauma bod. Spíše jsou to označené místa typu chata, strom a popis daného místa

#### 4.1.4 Rozhovor 4

Čtvrtý rozhovor byl proveden s mužem ve věku 35 let. Jeho povoláním je zdravotnický záchranář. U ZZS je 12 let a u LZS slouží 11 let. Za celou dobu jeho praxe sloužil v Prachaticích, ve Frymburku, momentálně je v Českých Budějovicích.

U první otázky týkající se odborné přípravy uvádí, že probíhá formou cvičení pod dohledem instruktorů, kteří jsou jak z řad LZS, tak externí od Policie ČR. Jsou to cvičení obsahující teorii i praktické nácviky s využitím vrtulníku a lanového podvěsu. Také uvádí, že jsou průběžně doškolováni. Praktický výcvik probíhá jednou za tři měsíce. Každý letecký záchranář toto cvičení musí absolvovat. Zmiňuje, že záchranáři jsou rozděleni do určitých úrovní. Letecký záchranář, záchranář vysazovač a instruktor, každý bez rozdílu musí školení absolvovat. Jednotlivé úrovně se liší vědomostmi. Ohledně modelových situací vysvětluje, že LZS se účastní nejrůznějších akcí, které jsou zaměřeny na mnoho činností. V zimním období mají nácviky ve spolupráci s vodní záchrannou službou, kdy nacvičují záchranu osob ze zamrzlé vodní hladiny s využitím vrtulníku. Dále uvádí, že absolvují modelové situace i ve vojenských prostorech, kde je výcvikové středisko. Nacvičují v různých oblastech po celý rok, uvádí dotazovaný. U otázky, která se týká místopisu říká, že přezkušování ze znalostí geografie nejsou. Popisuje, že při letu má fyzicky mapu a kontroluje území, které zrovna prolétají. K fyzické náročnosti uvádí, že přezkušování nejsou. Musejí absolvovat prohlídky u specializovaného lékaře, který jim potvrdí povolení, že mohou vykonávat činnost u LZS. Předpokládá se, že když musejí absolvovat nejrůznější školení, týkající se lezení, tak budou fyzicky zdatní. Ve svém volném čase se momentálně nevěnuje žádné fyzické aktivitě, protože nemá čas. Dříve často běhal, hrál fotbal. Ví, že pokud by měl nějaké problémy, tak se může obrátit na samotného provozovatele vrtulníku, který je ochoten danou situaci řešit nebo se může obrátit na tzv. PEERY, kteří poskytují první psychickou pomoc. Jsou patřičně vyškoleni a dané problematice rozumí.

U nepřístupných terénů uvádí prostory skal a vodních ploch. Vybavuje si poslední zásah, který se týkal nepřístupného terénu, kdy zraněný byl na střeše. Dále byl přivolán k jeřábníkovi, kterému bylo nevolno a nebylo jiné možnosti se k němu dostat, než za

pomocí LZS. Případy jsou různé problematiky od nevolnosti po poruchu vědomí. Ze základního vybavení uvádí, celotělový postroj, přilbu s krytím zraku a komunikačním zařízením. Dále podle charakteru výzvy si berou další vybavení, které mají zkompletováno podle typu činnosti. Za nejvíce využívanou pomůcku pokládá podvěšové lano. Myslí si, že základna je dostatečně vybavena. U otázky, která se zaměřuje na pomůcku, která na základně chybí, uvádí spíše to, co by přivítal do budoucna. Byl by rád, kdyby i lékaři byli schopni absolvovat výcvik jako letečtí záchranáři a nemuseli fungovat takovým systémem jako v dnešní době. Kdy lékař provádí pouze ošetření, ale až pokud je pacient vyproštěný. V případě, kdy je potřeba dalšího leteckého záchranáře je povolán z pohotovosti a je nabírán cestou nebo se urychleně musí dostavit na letiště. Kdyby lékaři byli proškoleni, tak by tyto prodlevy nebyly a zásah by byl rychlejší, uvádí dotazovaný. V době, kdy není výjezd, plní harmonogram činností. Zkontroluje materiál, případně ho doplní a zkompletuje pomůcky.

U traumatologických bodů uvádí, že je v nich nejednotnost a existuje více druhů. Osobně tyto body ještě nevyužil, ale samozřejmě ví, k čemu jsou určeny a jak jsou v mapě vyznačeny.

## ***4.2 Výsledky rozhovorů se záchranáři Horské služby ČR***

### **4.2.1 Rozhovor 5**

První rozhovor se členem a záchranářem HS byl realizován s mužem ve věku 34 let. Jako své povolání uvádí zaměstnanec horské služby, u které je již 13 let a slouží v oblasti Šumava- Kramolín.

K odborné přípravě uvádí, že horská služba si členy vyškoluje sama. Každý musí absolvovat základní školu, která má dvě části. Jedna část probíhá v letním období a odborná příprava je především zaměřena na ty činnosti, které jsou potřebné v létě pro činnost HS. Na přednáškách se vyučuje anatomie lidského těla, topografie,

meteorologie. Z praktické části se zdokonaluje v lanových technikách, horolezectví a organizaci záchranných prací. V zimním období uvádí, že se opět opakuje zdravotní, organizace záchranných prací, učí se problematika lavin, lezení v ledu a prakticky si zkoušejí, jak se ovládají svozná prostředky na svahu. Letní i zimní základní škola je ukončena zkouškami z několika předmětů, které probíhají před lékařskou komisí a cvičiteli. Na otázku, která se týká průběžného doškolení vysvětluje, že dobrovolní členové mají letní a zimní doškolení, které probíhá o víkend. Dále oblastní doškolení, to znamená v místě, kde slouží. Opět se opakuje zdravotní, technické věci. Uvádí, že jsou přezkušováni před komisí. Na závěr shrnuje, že dobrovolní členové absolvují 6 přezkoušení za rok a zaměstnanci HS mají ještě navíc dva týdny doškolení. Týden v letním období a týden v zimním období. O nácviku modelových situací se vyjadřuje, že v rámci doškolení mají i nácviky technických modelových situací. Jsou jimi záchrana horolezce na skále, evakuace osob z lanovek, resuscitace a tak dále. Myslí si, že každý člen by měl znát okresek, ve kterém slouží velmi dobře. Samozřejmě je to individuální, ale členové jsou přezkušováni a musejí ukázat, že daný okresek opravdu znají. Jsou jim dány souřadnice a procházejí jednotlivá stanoviště. Vysvětluje, že HS má jednotlivé náborové oblasti. Dobrovolníci, kteří chtějí sloužit na Kramolíně, by tak měli být z okolí Českých Budějovic, Českého Krumlova. Ohledně fyzické náročnosti uvádí, že jsou přezkušováni každý rok a musejí splnit fyzické prověrky. Zaměstnanec a člen HS si může vybrat jednu aktivitu, ze třech nabízených. Vybírá z jízdy na kole, běhu a okruhu konaný na skialpinistických lyžích. U čekatelů je to tak, že musí splnit fyzické testy z běhu a okruhu na skialpech. Běh je 12 km dlouhý a čas nesmí být delší jak jedna hodina. Na lyžích musí ujet okruh zhruba 7 km dlouhý s převýšením 700 m do 90 minut. Ve svém volném čase sportuje každý den. Věnuje se běhání, jízdě na kole a lyžování. Pokud by měl psychické problémy, řešil by je s ostatními členy Jelikož HS svého psychologa nemá k dispozici.

Z jeho pohledu nejvíce zasahují na sjezdovkách a ve volném terénu, kdy se lyžaři, či freeriderovi přihodí nějaké zranění. V letním období jsou to převážně cyklisté a pěší turisté. Ze základního vybavení uvádí základní batoh, který mají s sebou pokaždé. Je vybaven tonometrem, oxymetrem, krčním límcem a tak dále. Také uvádí, že to závisí na

nahlášení zásahu. Za nejvíce používanou pomůcku považuje v zimním období skútr a v letním období čtyřkolku. Opět záleží na tom, v jakém náročném terénu zásah probíhá. Základnu považuje za velmi dobře vybavenou. Pokud by mohl cokoliv požadovat, tak by to byl vrtulník, který by určitě využili. V čase, kdy nemají nahlášen výjezd, se věnují přípravě veškerého materiálu, který by mohli během dne potřebovat. V zimním období si připraví vakuový materiál, doplní zdravotnický materiál po předešlém ošetření a doplní pohonné hmoty. Pokud do služby přijdou i dobrovolníci, tak uvádí, že nacvičují nejrůznější modelové situace.

Traumatologické body zná a dokázal popsat, že slouží k rychlému nalezení zraněných osob v terénu.

#### **4.2.2 Rozhovor 6**

Dalšího horského záchranáře jsem oslovila muže ve věku 36 let. Jeho povolání je zdravotnický záchranář. U HS je již 14 let a slouží v oblasti Šumava- Kramolín.

K odborné přípravě se vyjadřuje, že pokud se člověk uchází být členem horské služby, tak musí absolvovat zimní a letní základní školu. Tato základní škola se skládá z odborných technik ohledně lezecké přípravy, lyžování a zdravotní péče. U průběžného doškolování uvádí, že probíhá v rámci okrsku, kde je přítomen i metodik daného okrsku. Především se doškoluje ve zdravotní péči, lanových technikách, topografie. Popisuje, že mají i doškolování na ZZS v Českých Budějovicích, kam dojíždějí na semináře, které jsou především zaměřeny na odborné věci, které jsou potřebné právě horským záchranářům. Potvrzuje, že trénují nejrůznější modelové situace, které se zaměřují na činnosti, které by měli umět. Nacvičují s imobilizačními pomůckami jako jsou krční límce, dlahy, ale i zdokonalují se i v základním ošetření. Ohledně topografie a znalosti oblasti poukazuje na to, že jsou přezkušováni z toho, jak danou oblast znají. V základní škole se naučí základy a dále jsou doškolováni od oblastního metodika. Musejí přesvědčit, že danou oblast velmi dobře znají a na závěr jsou přezkoušeni. Sám osobně tráví v terénu nejvíce času a snaží se neustále zdokonalovat. U fyzické



náročnosti hovoří o tom, že procházejí zdravotní prohlídkou u sportovního lékaře, kde podstupují ergometrii i spirometrii. Pokud by někdo ze zájemců neměl dostačující fyzickou kondici, tak se to projeví už u lékaře. Dále uvádí, že musejí splňovat fyzické testy z běhu, lyžování. Ve svém volném čase se věnuje běhu, sportovnímu lezení a přes zimu lyžování. Dotazovaný ví, že HS žádného psychologa nemá a drobný psychický problém by řešil v rámci přátelství mezi ostatními záchranáři.

V nepřístupném terénu nejvíce zasahují, z jeho pohledu, na svahu sjezdovky, jelikož lezeckých oblastí v tomto okrsku moc není. Dále zasahují na turistických cestách i mimo ně. O úrazech u kterých nejvíce zasahují uvádí, že každé roční období má své specifikum. V zimním období jsou to úrazy lyžařů a přes letní období úrazy cyklistů. Také má možnost porovnat v závislosti na předešlé roky, že úrazy hlavy nejsou tak časté díky helmám, které začali lidé více nosit. Za nejvíce používanou pomůcku pokládá dobře vybavený záchranářský batoh. Mají k dispozici i ampulárium, ale to nemohou sami záchranáři použít, jelikož lékař není ve službě každý den. Nejvíce využívají sněžný skútr, protože v zimních měsících je nejvíce úrazů. Myslí si, že základna je výborně vybavena, třeba i ve srovnání s některou základnou ZZS. Uvádí, že mají tu výhodu, že náčelník je velmi ochotný danou věc dokoupit, pokud je nezbytně potřebná. Žádné materiálové vybavení mu nechybí. Co chybělo, to už byli schopni doplnit. Mezi jednotlivými výjezdy si připravuje, kontroluje materiál a nacvičuje třeba i již zmíněné modelové situace s ostatními dobrovolníky.

O traumatologických bodech hovoří jako o bodech, které jsou zanesené v seznamu a ulehčí nalezení zraněného. Ale také uvádí, že jich existuje více druhů, protože každá organizace na Šumavě si zavedla svoje traumatologické body. Myslí si, že je v tom velký zmatek.

### **4.2.3 Rozhovor 7**

V pořadí třetí rozhovor u HS byl s mužem ve věku 40 let. Jeho povolání je tenisový trenér. U HS je členem 2 roky. Slouží v oblasti Šumava.

Na otázku týkající se odborné přípravy odpovídá, že každý musí absolvovat základní školu v letním a zimním období po dobu jednoho týdne. Dále pro řádné členy jsou to další oblastní metodické doškolení v rámci okrsku. Uvádí, že jsou průběžně doškolováni. Jako je celooblastní doškolení nebo doškolení na ZZS v Českých Budějovicích, kde probíhají jednodenní školení. V rámci všech cvičení probíhají vždy modelové situace, které jsou běžné. Jsou to například zranění lyžaře na sjezdovce, evakuace z lanové dráhy, záchrana zraněného v terénu. U místopisu a topografie udává, že je také součástí učení v základní škole. Poté následuje zkouška. Pak už záleží na každém záchranáři, jak se bude dále dozdělovat. Fyzické nároky jsou, z jeho pohledu, vysoké. Každý rok členové musejí splnit fyzické testy v běhu nebo etapu na skialpinistických lyžích. Kdo v těchto testech neprojde, tak nemůže sloužit. Je možné rok počkat a poté zkusit testy znovu. Rád se věnuje běhání, plavání, jízdě na kole, tenisu. Snaží se sportovat pravidelně každý den. K otázce, s kým by si pohovořil o nějakém psychickém problému uvádí, že sám osobně neví, s kým by to řešil.

Nejvíce zasahuje v lesích na Šumavě a na skalách u zlomenin a úrazů hlavy. Ze základního vybavení uvádí, že je rozdílné v létě a v zimě. Vždy je společné základní zdravotnický materiál. Každý člen musí mít plně vybavenou osobní lékárnu, kde je materiál na zástavu krvácení, zabezpečení zlomenin a mnoho dalších pomůcek. V automobilech a dalších transportních prostředcích je výbava maximální. Nejvíce používají čtyřkolku a skútr. Myslí si, že základna HS je dostatečně vybavena a neví o žádném prostředku, který by na ni chyběl. V době, kdy není hlášen výjezd uvádí, že probíhá údržba techniky, základny.

U traumatologických bodů vysvětluje, jak tyto body mohou využívat k rychlé orientaci v případě transportu zraněných. Většinou je využívají.

#### **4.2.4 Rozhovor 8**

Dalšího rozhovoru se účastnil muž ve věku 35 let pracující jako servisní technik. U HS je již 3 roky čekatelem. Je v oblasti Kramolín a Nová Pec.

U odborné přípravy uvádí, že probíhá v rámci kurzů v letním a zimním období od instruktorů HS. Dále probíhají další doškolení, kterých se musejí všichni členové účastnit. V těchto školeních absolvují zdravotní, ošetřování traumat, techniku lyžování, horolezectví, vyprošťování a záchranu osob. Vyprošťování a záchrana osob ze skalního terénu probíhá i formou modelových situací a bývá to většinou několikrát za sezonu. V zimních měsících jsou to svozy zraněných na saních a ošetřování zraněných na svahu. Z modelových situací dále uvádí, že nejvíce nacvičují resuscitaci, protože je to základ a každý záchranář by ji měl bezpečně zvládat. Místopis v místě, kde slouží, považuje za velmi důležitý. Je to podmínka znát danou oblast, ve které se pohybuje. Uvádí, že je přezkušován na oblastním doškolení, kde dostane mapu a seznam míst, kterými musí v terénu projít. Na jednotlivých stanovištích je kontrolován. Ohledně fyzické kondice vysvětluje, jak je to u čekatela. Prověřuje se dvakrát za zimní sezonu a dvakrát za letní období. Jsou přezkušováni z běhu a terénní etapy na skialpových lyžích. Čekatel má časové limity, které se nemění. U člena HS se časové limity s věkem snižují. Ve volném čase se věnuje horolezectví, kterému obětuje nejvíce času na úkor jiným sportům. U psychické náročnosti hovoří o tom, že k HS se hlásí lidé, kteří už jsou odolní vůči stresovým situacím a jsou na ně připraveni. Jsou snad na takové úrovni, že pomoc ani nepotřebují.

Z jeho pohledu se nejvíce zasahuje ve skalním terénu, kde není možný pohyb bez lana a dalšího lezeckého vybavení. Dále to jsou rozhledny, kde je vysoká návštěvnost po celý rok. Za nejčastější poranění pokládá zlomeniny, pohmožděniny a řezné rány od hran lyží. Za základní vybavení považuje lékárničku, kterou musí mít každý horský záchranář ve službě při sobě. Opět je tu rozdíl u zaměstnance HS, kteří mají velké záchranářské batohy. Čekatelé mají osobní lékárničky, kde je základ zdravotnického vybavení. Skútr, terénní čtyřkolku a přívěsný vozík, kde se převážejí zranění, považuje za nejvíce využívaný prostředek. Dotazovaný měl možnost porovnat vybavení i na jiných základnách. Myslí si, že základna na Kramolíně je více jak dobře vybavena. Zdravotnický materiál i pomůcky pro záchranu osob ze skalního terénu jsou dostačující. Žádné vybavení mu nechybí. Podle dotazovaného je vybavení na takové úrovni, že by je nic nemělo překvapit a měli by mít vše k dispozici. Pokud nemá hlášen výjezd, tak

v jeho zájmu je oživení si, kde se jednotlivé pomůcky nacházejí. Slouží třeba i po třech týdnech a někdy se stane, že uložení pomůcky z hlavy vypadne. Dále uvádí kontrolu vybavení, doplnění zdravotnického materiálu a v neposlední řadě se neustále vzdělává, studuje z učebnic HS.

Traumatologické body zná. Dokáže je popsat. Zmiňuje, že slouží k orientaci v terénu, kdy zraněný se právě nachází v blízkosti tohoto bodu. Tím lze rychleji lokalizovat. Na závěr uvádí, že lidé často ani neví, kde se nachází, a tak tyto body hodně pomáhají.

### **4.3 Výsledky rozhovorů se záchranáři Vodní záchranné služby ČČK**

#### **4.3.1 Rozhovor 9**

Jedním z dotazovaných záchranářů Vodní záchranné služby ČČK byla žena ve věku 32 let. Od patnáctého roku věku je u této organizace, tento rok již tedy zahajuje osmnáctý rok v této činnosti. Je u místní skupiny VZS Český Krumlov a převážně slouží v Dolní Vltavici, jak v zimních, tak letních měsících. Jejím povoláním je osoba samostatně výdělečně činná jako fotografka.

Na otázku ohledně odborné přípravy záchranáře se zmiňuje o absolvování kurzů a kvalifikací. Nejzákladnější kvalifikace, kterou by měl každý vodní záchranář mít je kvalifikace Z3, která odpovídá plavčikovi. Dále uvádí, že každý záchranář, který má vykonávat na Dolní Vltavici službu, by měl dále absolvovat kurz záchranáře na volné vodě. Ohledně doškolování v průběhu praxe uvádí, že pravidelné doškolení v první pomoci by mělo probíhat každý rok a vodní záchranáři jsou povinni se ho účastnit. Pak záleží na každém individuálně, v jaké problematice se cítí být slabší, tu si samostatně doplňuje v průběhu roku a zlepšuje své dovednosti. Neustále se musejí obnovovat kvalifikace, kdy kvalifikace Z3 se obnovuje každé 2 roky a kvalifikace záchranáře na volné vodě každé 4 roky. Hlídá se, aby tyto kvalifikace nepropadly. Zmiňuje se i o výcviku záchranného týmu, kde se opět nacvičuje základní první pomoc, rozšiřují se

vědomosti, poznatky a trénují se modelové situace. V rámci své fyzické přípravy, před začátkem služby, se sama zdokonaluje v geografii, místopise a mapování terénu. Především v okolí základny v Dolní Vltavici. Ohledně fyzické kondice a nároků se zmiňuje o tom, že je chyba v tom, že na vodní záchranáře nejsou kladeny fyzické nároky. Pokud člověk nemá zodpovědný přístup, tak má tendenci lenivět a jeho fyzická kondice klesá. Jediný požadavek na kondici je u absolvování kurzů plavčíka, kde jsou kladeny fyzické nároky. Dotazovaná uvádí, že sportuje a klade na sebe vysoké nároky. Nejvíce se věnuje vodním sportům a cyklistice. U psychické problematiky hovoří o dobrém kolektivu a myslí si, že každý, kdo má nějaké problémy se může se svým problémem svěřit někomu z kolegů. Vztahy jsou na základně výborné a otevřeně, bez obav se svěruje, jelikož VZS svého psychologa nemá.

Na otázku ohledně nepřístupného terénu uvádí, jako nepřístupný terén, oblast Kyselov a celý protější břeh Lipenské nádrže. Ohledně úrazů nemůže specifikovat, které jsou nejčastější, jelikož v její době služby se objevily všelijaké a byly velmi pestré. Ohledně základního vybavení uvádí lékárnu, záchranný pás, dobře vybavený zdravotnický batoh, základní potápěčskou výstroj, lanový materiál a páteřní desku. Za nejvíce používanou pomůcku považuje lanový materiál a karabiny, jelikož je hodně technických zásahů. Myslí si, že je místní základna dostatečně vybavena, jen jí tu chybí kvalitní surfový plovák. Na otázku, čemu se věnuje, když nemá hlášen výjezd a je ve službě odpovídá, že se účastní oprav poškozených věcí na základně, kondiční přípravě, procvičování technik, kdy si bere jednotlivé pomůcky a opakuje si základní techniky.

O traumatologických bodech zpočátku nevěděla co říci, po krátkém vysvětlení si uvědomila, že na Šumavě taková místa jsou. Spíše upřednostňuje v dnešní době nainstalování aplikace Horské služby do mobilního telefonu, která vysílá gps signál. Je to pro lidi bezpečné. Pokud nastane problém HS nás osloví a vodní záchranáři poskytnou odbornou pomoc.

### 4.3.2 Rozhovor 10

Dalším z dotazovaných vodních záchranářů byl muž ve věku 57 let. U VZS ČČK je od roku 1993. Jeho nynější povolání je ředitel místní skupiny VZS Český Krumlov, u které také slouží.

K otázce týkající se odborné přípravy záchranáře úvodem uvádí, že k VZS může přijít zcela nepřipravený člověk, kterého si vyškolí a připraví. Zmiňuje samozřejmě ideální předpoklady, jakými jsou plavání, morální stránka, bezúhonnost a v neposlední řadě být připraven pomoci člověku v nouzi. Uvádí, že se hlásí i lidé, kteří mají kurzy lezení, potápění, umějí ovládat motorový člun, jsou zdravotníky, ale i tito zájemci bývají pro službu vodního záchranáře nepřipraveni a jsou v rámci programu VZS dozdělaváni. Ať už to je kvalifikace Z3 a výše, která je pro práci vodního záchranáře potřebná. Uvádí, že VZS ČČK má svůj vzdělávací program, podle kterého jsou rozděleny kvalifikace od mladších dětí až po Z3, Z2-mistr plavčí, nebo-li instruktor, až záchranář na volné vodě. Ohledně doškolování v rámci praxe uvádí, podle jakých kritérií jsou doškolováni. Záleží, zda je záchranář v záchranném týmu, či nikoliv. Záchranný tým by měl mít výcviky ideálně jednou za měsíc, ale z časových důvodů, to takhle ideálně nevychází. V době, kdy není výcvik záchranného týmu jsou jiné výcviky, kurzy, kde se vodní záchranáři zdokonalují, jelikož chtějí, aby výkony byly neustále lepší. V geografii a místopise se sám zdokonaluje díky turistice a aktivnímu sportování. Dále uvádí, že členové nejsou z této znalosti přezkušováni a záleží na každém z nich, jak se k orientaci postaví. U otázky, která se týká fyzické kondice, hovoří o sportu, jako o výhodě. Mají mezi sebou i vrcholové sportovce, kteří disponují výbornou kondicí, ale i členy, co jsou na tom po fyzické stránce horší. Myslí si, že ve srovnání s běžnou populací jsou vodní záchranáři stále nadprůměrní, i když nemají fyzické testy, tak svoji kondici udržují. Záleží na každém z nás, jak se do fyzické přípravy zapojí. Dotazovaný hovoří o svých sportovních aktivitách, jako je běh, plavání, cvičení. Fyzické námaze se věnuje každý den přibližně 90 minut. O psychické problematice se vyjadřuje, že v rámci přátelských vztahů na základně lze vyřešit v podstatě vše, pokud to není nic vážného. Jelikož místní skupina nemá k dispozici vlastního psychologa.

Za nejčastěji nedostupný terén, z jeho pohledu, je vodní hladina. Samotná vodní plocha může být také špatně dostupná kvůli charakteru vodní hladiny, povrchu dna. Zmiňuje se o močálech u Kyselova, kam se automobilem nelze dostat. Jedinou možností je motorový člun, ale i ten se může potýkat s problémy a ke břehu se nedostane z důvodu nebezpečných překážek a pařezů. Pak už zbývá jediné plavat nebo užití jiného lehkého malého plavidla. Nejčastěji záchranáři zasahují u rybářů, kteří tvoří až 70% všech zásahů, dále pak surfaři, jachtaři. V zimním období lidé, kteří se proboří na ledové hladině. Jedná se především o mírné odřeniny. Vzpomíná na situaci, kdy se převrátila plachetnice, jelikož byly i obrovské vlny, a posádka nezvládla manipulaci. Za základní vybavení považuje plně vybavený motorový člun, který považuje i za nejvíce využívaný prostředek. Plocha, kterou zabezpečuje VZS je obrovská, proto motorový člun považují za obrovského pomocníka. Samozřejmě disponují více čluny různých velikostí, které jsou rychlé. Ohledně vybavenosti základny uvádí, že po stránce materiálové jsou na tom velice dobře v porovnání s ostatními základnami. Spíše hovoří o věcech, které jim chybí. Jsou jimi například defibrilátor, cvičné AED. Tyto přístroje považuje za důležité, aby se s nimi mohli záchranáři lépe seznámit. Dále hovoří o vylepšení přístaviště, u kterého by chtěli dosáhnout, aby je lépe chránilo proti vlnám a povětrnostním podmínkám. Samozřejmě by uvítali obnovu starších motorových člunů. O aktivitách na základně, když není výjezd, uvádí především přípravu materiálu, trénování záchranných situací a údržbu materiálu i základny.

O traumatologických bodech má tušení, že slouží k ulehčení nalezení zraněného, ale pokud je někde zahlédl, tak jim nevěnoval moc pozornosti.

### **4.3.3 Rozhovor 11**

Jedním vodním záchranářem byl muž ve věku 27 let. Povoláním je zdravotnický záchranář. Již čtvrtým rokem je v místní skupině VZS ČČK Český Krumlov. Převážně slouží na základně v Dolní Vltavici.

K první otázce se dotazovaný zaměřil na kvalifikace, které musí mít vodní záchranář. Jsou jimi kvalifikace Z3, mistr plavčí, záchranář na volné vodě. Dále se zmiňuje o průběžném školení erudovanými osobami, kteří jako zdravotníci proškolují ostatní členy, kteří zdravotníci nejsou. V průběhu své praxe jsou doškoleni během roku a zvedají si členové VZS kvalifikace. Uvádí, že před začátkem služby, ať už zimní, či letní se schází lidé, kteří budou sloužit a opakuji si běžné modelové situace. Jsou jimi probořený člověk v ledu nebo v letním období topící se člověk, převrácená plachetnice. Také se učí používat nové záchranné prostředky a jednotlivé postupy si názorně ukazují. V rámci teambuildingů, které místní skupina pořádá, mají také možnost vymyšlení a realizování modelových situací. V geografii se neustále zdokonaluje, poznává okolí při nejrůznějších sportovních aktivitách. Pomocí mořských kajaků stále mapuje i břehy a nebezpečná místa. Neustálé pozorování měnící se krajiny považuje za důležité a potřebné. Dále vysvětluje, jaké jsou kladeny nároky na záchranáře. Vodní záchranáři neprocházejí žádnými fyzickými testy. Každý, kdo má kvalifikaci Z3, tak ta podléhá určitým zkouškám, které musí splnit. Především jde o plavání na čas. Každý den se věnuje sportovní aktivitě. Rád chodí plavat, běhat, na lezeckou stěnu a hraje basketbal. Snad není den, kdy by se nevěnoval alespoň chvíli sportu. Kdyby měl nějaké psychické problémy týkající se vodního záchranářství, tak by je řešil se svými kolegy na základně, kteří jsou dobrými přáteli. Mohl by se komukoliv svěřit. Vždy je možnost si o problému pohovořit.

Za nepřístupný terén považuje mělkou zátoku, či zásah proti vlnám. Zároveň uvádí, jak nebezpečná je také divoká voda, kde je velice nebezpečné se dostat do vody a následně na břeh. Zásahy se většinou týkají vodní hladiny. Nejčastější úrazy jsou především takové, které nejsou život ohrožující. Je zapotřebí běžné ošetření, ale i na ostatní situace jsou samozřejmě připraveni. Podle charakteru výzvy se odvíjí i základní vybavení. Pokud se jedná o technický zásah na vodě, berou si záchranný pás, kompletní ABC, helmy, házečí pytlíky, vesty. Za nejvíce používanou pomůcku považuje vestu a především helmu. Domnívá se, že ve srovnání s ostatními základnami jsou vybaveni na vysoké úrovni. Na základně mu ale chybí další dva výkonné čluny, které by určitě potřebovali. Další výhodou by byly i další záchranné prostředky, jelikož každý používá



svůj oblíbený, se kterým mu práce vyhovuje. V době, kdy nemají hlášenu výzvu uvádí, že sloužící služba je aktivní. To znamená pozorovat hladinu, pokud by se zdálo, že hrozí nebezpečí, tak se na dané místo zajet motorovým člunem podívat. Dále se také řeší drobné opravy a samotný chod základny.

Traumatologické body nedokázal popsat. Nevzpomíná si, že by je někdy zahlédl.

#### **4.3.4 Rozhovor 12**

Další rozhovor byl s mužem ve věku 43 let. Pracující jako voják z povolání. Již od roku 1999 je členem místní skupiny a vodním záchranářem. Slouží v místní skupině Český Krumlov.

U otázky týkající se odborné přípravy uvádí specializační kurzy, které musí každý budoucí záchranář absolvovat. Za základní požadavek je považována kvalifikace Z3 a základy první pomoci. Rozdíly v kvalifikaci jsou ve výcviku a počtu hodin. Pokud chce být záchranář začleněn do záchranného týmu, tak musí absolvovat ještě další kurzy. Dále uvádí i další specializace, které jsou možné absolvovat. Jsou jimi potápěč, lezec, zdravotník. Hovoří, že každá specializační úroveň má svoji dobu platnosti, a proto se musí neustále obnovovat. Potvrzuje, že jako skupina nacvičují nejrůznější modelové situace. I v rámci výcviku záchranného týmu, který by měl probíhat jednou za čtvrt roku, trénují nejrůznější situace. V zimním období na zamrzlé hladině, v létě převážně probíhá školení na motorové čluny, vyhledávání pomocí sonaru. V poznávání terénu se neustále zdokonaluje. Porovnává terén s mapou a zakresluje do nich nebezpečná místa. V období, kdy je nízký stav vody využívá k prozkoumání kajak. Především je pro vodní záchranáře důležitá hladina, tak mapují zátoky a mělčiny. Uvádí, že fyzická kondice se u záchranářů neprověřuje. Poukazuje na to, že když sám člověk ví, že na tuto činnost nemá, tak ji nedělá. Každý by měl být fyzicky zdatný a zvládnout fyzickou zátěž. Ve svém volném čase, ale i pracovním se věnuje sportovním aktivitám. Je instruktorem sebeobrany. Rád plave a jezdí na kole. Ohledně psychické náročnosti hovoří, že velmi

důležité je naslouchání a řešení daného problému v rámci přátelství. Sám tyto problémy má možnost řešit v práci u psychologa.

Za nepřístupný terén považuje vodní hladinu i terén pod vodou, kde nejvíce zasahuje. Nejvíce řeší ošetření na břehu a první pomoc. Kdy zraněný si přijde na základnu, nebo jsou záchranáři vysláni na určené místo. Na hladině, nejvíce z jeho pohledu, nastávají situace, kdy při změně počasí se čluny dostávají do nouze a s tím i jeho posádka. Ze základního vybavení uvádí vestu, přilbu, nůž, vysílačku, házecí pytlík. Samozřejmě vysvětluje, že záleží na ročním období a na situaci, ke které jsou vysláni. V zimním období nejvíce využívají ledové saně a vakuovou matraci, jelikož je používána jako transportní prostředek. V létě je nejvíce používána páteřní deska. Měl možnost vidět vybavení ostatních skupin, a proto si myslí, že základna je dostatečně vybavena. Žádná pomůcka, prostředek, který by mu ve vybavení chyběl, ho nenapadá. V čase, kdy nezasahují, se starají o chod základny.

Sám se zabývá traumatologickými body a řeší je v rámci vojenského prostoru. Vytvořil několik desítek bodů a je v kontaktu s ředitelem ZZS Jčk, se kterým se dohodli, že vojenský prostor bude začínat číslicí 3. Ohledně této problematiky je velice dobře informován.

#### 4.4 Tabulky výsledků rozhovorů

Tabulka 1: Zastoupení členů z Letecké záchranné služby, Horské služby ČR, Vodní záchranné služby ČČK

Členové	Četnost	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
LZS	4	X	X	X	X								
HS	4					X	X	X	X				
VZS	4									X	X	X	X
Celkem	12												

Zdroj: Vlastní výzkum

Celkem se rozhovorů zúčastnilo 12 osob. Z nichž 4 osoby byly pokaždé z jedné skupiny.

Tabulka 2: Pohlaví respondentů

Pohlaví	Četnost	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
Žena	1									X			
Muž	11	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X
Celkem	12												

Zdroj: Vlastní výzkum

Bylo dotazováno 12 záchranářů. Ženského pohlaví byla pouze jedna osoba, ostatních 11 osob byli muži.

Tabulka 3: Věk respondentů

Věk	Četnost	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
20-29	1											X	
30-39	7	X	X		X	X	X		X	X			
40-49	3			X				X					X
50-59	1										X		
Celkem	12												

Zdroj: Vlastní výzkum

Respondenti byli rozděleni podle věkové kategorie. Ve věku do 29 let je umístěn jeden dotazovaný. Nejvíce dotazovaných je v rozmezí 30-39 let, kde bylo umístěno 7 respondentů. Další 3 dotazování byli ve věku od 40-49 let. Jeden dotazovaný je zařazen do věkové kategorie 50-59 let.

Tabulka 4: Délka praxe u Vodní záchranné služby ČČK, Horské služby ČR, Letecké záchranné služby

Délka praxe v letech	Četnost	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
1-5	4	X						X	X			X	
6-10	0												
11-15	4		X		X	X	X						
16-25	4			X						X	X		X
Celkem	12												

Zdroj: Vlastní výzkum

Tato tabulka nám uvádí u všech 12 dotazovaných délku jejich praxe. V rozmezí 1- 5 let, 11-15 let a 16- 25 let jsou zařazeni pokaždé 4 respondenti. Délka praxe v rozmezí 6- 10 let nebyl umístěn žádný respondent.

Tabulka 5: Odborná příprava záchranářů

Odborná příprava	Četnost	R 1	R 2	R 3	R 4	R 5	R 6	R 7	R 8	R 9	R 10	R 11	R 12
Specializační úvodní kurzy	12	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Doškolení v průběhu praxe	12	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Nácvik modelových situací	12	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Fyzické testy	4					X	X	X	X				
Přezkušování geografie	4					X	X	X	X				
Celkem	44	3	3	3	3	5	5	5	5	3	3	3	3

Zdroj: Vlastní výzkum

Výše uvedená tabulka zobrazuje rozdíly v odborné přípravě k vykonávání činnosti záchranáře, ať vodního, horského, či leteckého. Všichni respondenti uvedli, že procházeli specializačními úvodními kurzy, jsou v průběhu praxe doškolení i nacvičují modelové situace. Pouze 4 respondenti jsou přezkušováni z fyzické kondice a znalosti geografie.

Tabulka 6: Vybavenost základny

Vybavenost	Četnost	Lanová technika	Motorové prostředky				Ostatní transportní prostředky	Zdravotnický materiál
			Člun	Čtyřkolka	Sněžný skútr	Vrtulník		
LZS	4	X				X	X	X
HS	5	X		X	X		X	X
VZS	5	X	X	X			X	X
Celkem	14	3	1	2	1	1	3	3

Zdroj: Vlastní výzkum

Tato tabulka zobrazuje vybavenost základny. Všechny základny jsou vybaveny lanovou technikou, ostatními transportními prostředky, zdravotnickým materiálem. Různými motorovými prostředky je každá základna vybavena v závislosti na druhu záchrany, kterou členové poskytují.

Tabulka 7: Vybavení základny z pohledu záchranáře

Vyba-venost	Četnost	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
Ano	12	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Ne	0												
Celkem	12												

Zdroj: Vlastní výzkum

Všech 12 dotazovaných uvádí, že základna, na které slouží, je z jejich pohledu dostatečně vybavena.

Tabulka 8: Znalost traumatologických bodů u záchranářů

Znalost trauma bodů	Četnost	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12
Ano	10	X	X	X	X	X	X	X	X		X		X
Ne	2									X		X	
Celkem	12												

Zdroj: Vlastní výzkum

V této tabulce je uvedeno, kolik z dotazovaných záchranářů dokázalo popsat traumatologické body a říci k čemu slouží. Z 12 dotazovaných pouze 2 neznali tento pojem a nedokázali ho blíže popsat.

## 5 DISKUZE

V této bakalářské práci na téma Příprava zdravotnického záchranáře na provádění záchranných činností v těžko přístupném terénu jsem se snažila s pomocí výzkumného šetření zmapovat odbornou přípravu záchranáře k provádění záchranných činností v těžko přístupném terénu a zmapovat vybavenost výjezdových skupin k provádění záchranných činností v těžko přístupném terénu.

Prvním cílem bylo zmapovat odbornou přípravu záchranáře k provádění záchranných činností v těžko přístupném terénu. K odpovědi na tento první cíl nám pomohla výzkumná otázka 1, která se týká rozdílů záchranářů v odborné přípravě k provádění záchranných činností v těžko přístupném terénu. Tabulka 5 nám ukazuje odbornou přípravu u jednotlivých vodních, horských a leteckých záchranářů. Z tabulky je patrné, že všichni respondenti procházeli specializačními úvodními kurzy, aby mohli vykonávat činnost záchranáře. V závislosti na dané specializaci záchranáře jsou kurzy odlišné. U Vodní záchranné služby ČČK jsou to různé kvalifikace, které si záchranář neustále obnovuje a může si je navyšovat (Novák, 2012 a VZS ČČK, online). U Horské služby ČR každý člen musí absolvovat základní školu v letním a zimním období, kde prochází intenzivní přípravou, jak uvádí ve svém článku Bulička (2011/2012 a 2012/2013). I letečtí záchranáři absolvují kurz, který se týká lanových technik a práce ve výškách a nad volnou hloubkou, jak je uvedeno na stránkách ZZS Jčk (online). Doškolení v průběhu praxe a nácviku modelových situací se účastní všichni dotazovaní. Opět je školení odlišné v závislosti na specializaci. Bukáček (2012) ve svém článku uvádí, že vodní záchranáři se neustále musejí zdokonalovat v záchrane lidských životů. Jsou konány semináře, kde teoreticky jsou probrány techniky záchrany i samotný nácvik zásahu, třeba i za pomoci vrtulníku. Horská služba ČR pravidelně školí své členy v odborných pracovištích, trénují vyprošťování z těžko přístupného terénu a také testuje fyzickou zdatnost (Kabeš, 2014/2015). Z tabulky je zřejmé, že právě horští záchranáři jako jediní jsou přezkušováni z fyzické zdatnosti. Ostatní dotazovaní uvedli, že z fyzické zdatnosti přezkušování nejsou. Letečtí záchranáři dovysvětlují ve svých rozhovorech, že i když nemají fyzické přezkoušení, tak absolvování kurzů je náročné a



pozná se, kdo je po fyzické stránce dobře připravený. U vodních záchranářů padl i názor, že vodní záchranáři by měli absolvovat fyzické testy. Z geografie jsou opět přezkušováni pouze horští záchranáři. Jak uvádí Bulička (2012/2013) horští záchranáři ukončují kurz několika zkouškami, kde jedna zkouška se týká topografie. Vodní i letečtí záchranáři se v geografii a poznávání terénu zdokonalují individuálně a z vlastní vůle, jak uvádějí v rozhovorech.

Cílem druhým bylo zmapovat vybavenost výjezdových skupin k provádění záchranných činností v těžko přístupném terénu. V souvislosti s tímto druhým cílem byla položena druhá výzkumná otázka, zda jsou rozdíly u jednotlivých výjezdových skupin ve vybavenosti pro záchranné činnosti v těžko přístupném terénu. Tabulka 6 znázorňuje, že základny LZS na Hosíně, HS ČR na Kramolině a VZS ČČK v Dolní Vltavici jsou vybaveny lanovou technikou. S rozdílem, že LZS a HS ČR má více dostupného materiálu než VZS ČČK, jelikož se specializují na práci ve výškách a nad volnou hloubkou. LZS a HS ČR využívají pro svoji práci celotělové postroje, slaňovací prostředky, lana a karabiny. Belica (2007) uvádí, že karabiny se vyrábějí jak ze slitin hliníku, tak ocelové a proto je zapotřebí pro práci ve výškách použít správný typ. Každá ze zmiňovaných základen má své motorové prostředky, které se také liší v závislosti na terénu, ve kterém nejvíce zasahují a kde pomoc záchranáři poskytují. LZS využívá ke své práci vrtulník Bell 427. Ostatními transportními prostředky jsou transportní vanička FERNO a transportní prostředek SKED. Horská služba ČR má na Kramolině k dispozici dva sněžné skútry, dvě čtyřkolky a terénní vozidlo. Klimeš (2008/2009) ve svém článku uvádí, že právě motorové prostředky jako jsou sněžné skútry, čtyřkolky a upravená terénní vozidla jsou nezbytností pro činnost Horské služby ČR, jelikož pokrývá obsáhlá území v nejrůznějších terénech. Horská služba ČR má dále k dispozici další transportní prostředky, jimiž jsou kanadské saně, člun Akia a saně Fjellpulken. Tyto transportní prostředky se také v zimním období používají ke svozu zraněného ze sjezdovky. Jak uvádí Klimeš (2008/2009) tyto transportní prostředky jsou určeny pro svoz dvěma zachránci nebo jedním zachráncem, pokud jde o kanadské saně. VZS ČČK disponuje čluny, které jsou nezbytné pro práci a záchranu na vodní hladině a čtyřkolkou. Všechny uvedené základny mají k dispozici zdravotnický materiál.

Z tabulky 7 je patrné, že všichni dotazovaní záchranáři si myslí, že je základna, na které slouží dostatečně vybavena pomůckami, které jsou potřebné pro jednotlivé zásahy v terénu.

Z výzkumného šetření vyplývá, že všichni dotazovaní procházejí odbornou přípravou a následným doškolením, které je potřebné pro vykonávání činnosti záchranáře v praxi. Díky odborné přípravě jsou záchranáři schopni zasahovat při nejrůznějších situacích. Vybavenost výjezdových skupin se liší v motorových prostředcích v závislosti na terénu, kde záchranáři nejčastěji zasahují. Z pohledu dotazovaných je vybavenost na velmi vysoké úrovni.

## 6 ZÁVĚR

Téma této bakalářské práce je Příprava zdravotnického záchranáře na provádění záchranných činností v těžko přístupném terénu. Byly zvoleny dva cíle. Prvním z cílů bylo zmapovat odbornou přípravu záchranáře k provádění záchranných činností v těžko přístupném terénu a druhým cílem bylo zmapovat vybavenost výjezdových skupin k provádění záchranných činností v těžko přístupném terénu. Byly stanoveny dvě výzkumné otázky, na které jsem se snažila odpovědět pomocí rozhovorů s jednotlivými leteckými zdravotnickými záchranáři Letecké záchranné služby, záchranáři Horské služby ČR a Vodní záchranné služby ČČK v rámci Jihočeského kraje.

Na první otázku, jsou rozdíly u záchranářů v odborné přípravě k provádění záchranných činností v těžko přístupném terénu, lze odpovědět, že odborná příprava se liší v závislosti na specializaci daného záchranáře. Vodní, horský i letecký záchranář je připraven a vyškolen na ty činnosti, které bude vykonávat a využívat při své praxi. Všichni dotazovaní procházejí odbornou přípravou, jak je patrné z tabulky 5. Rozdíl je ve fyzické přípravě a následnému přezkušování z fyzické zdatnosti, či poznávání terénu. Kdy jediné Horská služba ČR své členy přezkušuje z geografie a stanovuje limity pro fyzické testy.

Z druhé výzkumné otázky, jsou rozdíly u jednotlivých výjezdových skupin ve vybavenosti pro záchranné činnosti v těžko přístupném terénu, je z tabulky 6 patrné, že jednotlivé základny jsou vybaveny lanovou technikou, motorovými i ostatními transportními prostředky i zdravotnickým materiálem. Pouze se liší motorové prostředky v závislosti na terénu, ve kterém záchranáři zasahují a prostředky, které mají k dispozici. Letecká záchranná služba využívá vrtulník. Horská služba ČR má prostředky určené do terénu, které jsou i upraveny. U Vodní záchranné služby ČČK jsou to prostředky určené pro práci a záchranu na vodních hladinách.

Tato práce bude poskytnuta Letecké záchranné službě, Horské službě ČR a Vodní záchranné službě ČČK. Někteří zdravotničtí záchranáři dokonce i sami v průběhu rozhovorů uvedli, že by měli zájem o zhlédnutí této sepsané práce, jelikož obsahuje rozhovory jak od zdravotnických záchranářů v rámci Letecké záchranné služby, tak

horských a vodních záchranářů. Mohou tak porovnat, v čem se liší odborná příprava u jednotlivých záchranářů. Také tuto práci mohou využít jako doplňující informace a získat tak širší, ucelený náhled na záchranu osob v nepřístupném terénu. Může je také inspirovat ke společnému nácviku modelových situací.

Díky tomuto zvolenému tématu jsem měla možnost si prohloubit své znalosti o jednotlivých pomůckách, které jsou potřebné k záchraně v nepřístupném terénu a proniknout do této problematiky hlouběji. Neboť mi přijde velice zajímavá, ale také zároveň náročná. Zároveň si myslím, že by všichni zdravotničtí záchranáři měli procházet fyzickými testy, neboť fyzická kondice je v některých případech důležitá. Nikdo z nás neví, kdo bude první pomoc od záchranářů potřebovat. Všichni záchranáři mají můj velký obdiv.

## **7 KLÍČOVÁ SLOVA**

Výškové záchranné družstvo

Letecká záchranná služba

Horská služba ČR

Vodní záchranná služba ČČK

Zdravotnický záchranář

Nepřístupný terén

## 8 SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

1. ANDRŠOVÁ, Alena. *Psychologie a komunikace pro záchranáře*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012, 120 s. ISBN 978-802-4741-192.
2. BELICA, Ondřej. *Práce a záchrana ve výškách a nad volnou hloubkou*. 1. vyd. Praha: Grada, 2014, 216 s. ISBN 978-80-247-5055-2.
3. BOŠTÍKOVÁ, Soňa. *Vysokohorská turistika: vybavení, znalosti a dovednosti, bezpečnost, tipy na túry*. 1. vyd. Praha: Grada, 2004, 119 s. ISBN 80-247-0696-2.
4. BUKÁČEK, Martin. Jak zasáhnout při proboření do ledu?. *Bazén: revue pro bazény, koupaliště, lázně, masérny, sauny, solária, vodoléčbu*. Praha: Studio K, 2012, roč. 19, leden, únor, s. 6-7. ISSN: 1211-541X.
5. BULIČKA, Michal. Zimní škola horské služby. *Horská služba: doporučení informace*. 2012/2013, č. 7, s. 4-5.
6. BULIČKA, Michal. Horská služba a její škola. *Horská služba: doporučení informace*. 2011/2012, č. 6, s. 4-5.
7. BULIČKA, Michal. Navigace GPS základní informace. *Horská služba: doporučení informace*. 2012/2013, č. 7, s. 22-23.
8. ČERNÝ, Hynek. Speciální záchranné prostředky pro práci na ledu I. – historie a nafukovací záchranná lávka. In: *Pozary.cz* [online]. 2013 [cit. 2015-04-24]. Dostupné z: <http://www.pozary.cz/clanek/62366-specialni-zachranne-prostredky-pro-praci-na-ledu-i-historie-a-nafukovaci-zachranna-lavka/>
9. ČERNÝ, Hynek. Speciální záchranné prostředky pro práci na ledu IV. – motorizované záchranné prostředky. In: *Pozary.cz* [online]. 2013 [cit. 2015-04-24]. Dostupné z: <http://www.pozary.cz/clanek/62398-specialni-zachranne-prostredky-pro-praci-na-ledu-iv-motorizovane-zachranne-prostredky/>
10. DOLEŽAL, Martin. Funkční posilování pro záchranáře. *Rescue report*. 2014, č. 2, s. 38-39. ISSN 1212-0456.
11. FRANK, Tomáš a Tomáš KUBLÁK. *Horolezecká abeceda*. Vyd. 1. Praha: Epoque, 2007, 663 s. ISBN 978-808-7027-356.

12. FRANK, Radim. *Bezpečnost práce ve výškách a nad volnou hloubkou: publikace ke vzdělávání pracovníků pro pracoviště s rizikem pádu z výšky nebo do hloubky*. Vyd. 1. Praha: Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2012, 75 s. ISBN 978-807-4210-556.
13. GALILEO - Evropský globální navigační družicový systém. In: *Český kosmický portál* [online]. [cit. 2015-05-02]. Dostupné z: <http://www.czechspaceportal.cz/3-sekce/gnss-systemy/galileo/>
14. HACSIKOVÁ, Vladimíra. Olomoučtí hasiči cvičí v Krkonoších bezpečný pohyb a záchranu osob v zimním nepřístupném terénu. In: *Požáry.cz* [online]. 2015 [cit. 2015-04-24]. Dostupné z: <http://www.pozary.cz/clanek/107607-olomoucti-hasici-cvici-v-krkonosich-bezpecny-pohyb-a-zachranu-osob-v-zimnim-nepristupnem-terenu/>
15. HEJTMÁNEK, Jiří. Rakouský vozík: když čtyřkolka už nebere a nosítka se pronesou. *Horská služba: doporučení informace*. 2014/2015, č. 8, s. 18-19.
16. HLAVÁČEK, Jan. *Horská služba České republiky, oblast Šumava a její součinnost se základními složkami integrovaného záchranného systému*. České Budějovice, 2011. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Zdravotně sociální fakulta. Vedoucí bakalářské práce Mgr. Robert Havlíček.
17. KABEŠ, Stanislav. Doškolení a výcvik terénních pracovníků. *Horská služba: doporučení informace*. 2014/2015, č. 8, s. 16-17.
18. KLIMEŠ, Michal. Pátrací akce v horském prostředí. *Horská služba: doporučení informace*. 2012/2013, č. 7, s. 16-17.
19. KLIMEŠ, Michal. Vozový park horské služby. *Horská služba: doporučení informace*. 2008/2009, č. 1, s. 18-19.
20. KŘESÁLKOVÁ, Hana. Sportovní soutěže vodních záchranářů. In: *Vodní záchrana 2012: sborník přednášek : vodní záchranná služba včera a dnes*. Editor Sabina Psennerová. Vyd. 1. V Ostravě: Ostravská univerzita, 2012, s. 16-17. ISBN 978-80-7464-185-5.
21. KRÍŽ, Vít. *Spolupráce zdravotnické záchranné služby a horské služby při ošetřování raněných v nepřístupném terénu v oblasti Šumava*. Plzeň, 2013.

- Bakalářská práce. Západočeská univerzita v Plzni, Fakulta zdravotnických studií.  
Vedoucí bakalářské práce MUDr. Luděk Hejkal.
22. Kurz Plavčík / Záchranář Z III: Základní informace. *Vodní záchranná služba Ostrava* [online]. [cit. 2015-04-18]. Dostupné z: [http://www.vzsostrava.cz/kurz\\_plavcik.html](http://www.vzsostrava.cz/kurz_plavcik.html)
  23. Kvalifikace Vodní záchranné služby Českého červeného kříže. In: *Vodní záchranná služba ČČK* [online]. [cit. 2015-05-02]. Dostupné z: [http://www.zachranari.com/e\\_download.php?file=data/editor/48cs\\_2.pdf&original=vzdelavaci\\_program\\_vzs\\_inovace\\_2011.pdf](http://www.zachranari.com/e_download.php?file=data/editor/48cs_2.pdf&original=vzdelavaci_program_vzs_inovace_2011.pdf)
  24. Lecco: Rescue stretcher for rescue in extreme situations. In: *KONG* [online]. [cit. 2015-04-24]. Dostupné z: <http://www.kong.it/en/2-products/items/f25-stretchers/p166-lecco>
  25. Lifesaving World Championships - Rescue Series. *International Life Saving Federation* [online]. [cit. 2015-04-23]. Dostupné z: <http://www.ilsf.org/lifesaving-sport/rescue-series>
  26. Naše činnost. *Vodní záchranná služba ČČK* [online]. [cit. 2015-04-18]. Dostupné z: [http://vzs.cz/index.php?option=com\\_content&view=article&id=2&Itemid=9](http://vzs.cz/index.php?option=com_content&view=article&id=2&Itemid=9)
  27. NOVÁK, Ladislav. VZS jako garant vzdělávání pro kvalifikace ZM, Z III až Z I a zapojení do Integrovaného záchranného systému. In: *Vodní záchrana 2012: sborník přednášek : vodní záchranná služba včera a dnes*. Editor Sabina Psennerová. Vyd. 1. V Ostravě: Ostravská univerzita, 2012, s. 11-12. ISBN 978-80-7464-185-5.
  28. Nosítka transportní košová SHELL. *Probo* [online]. [cit. 2015-04-24]. Dostupné z: <http://www.probo-nb.cz/shell-transportni-kosova-nositka.html>
  29. Pátevní deska AquaBoard. *Shopamedic* [online]. [cit. 2015-04-12]. Dostupné z: <http://paramedik.inshop.cz/imobilizacepatere/paternideskaaquaboard%5BTBPD010F%5D?ItemIdx=4>
  30. PECHOUŠEK, Pavel. Nové traumabody pomůžou s lepší orientací v terénu. *Aktuality* [online]. 2011 [cit. 2015-02-13]. Dostupné z: <http://www.npsumava.cz/cz/1444/8738/clanek/nove-traumabody-pomuzou-s-lepsi-orientaci-v-terenu/>



31. PIEPS DSP PRO. *PIEPS* [online]. [cit. 2015-04-19]. Dostupné z: <http://pieps.com/de/produkt/pieps-dsp-pro>
32. Plovací vesta X-TREME PRO. *Hiko* [online]. [cit. 2015-04-12]. Dostupné z: <http://www.hiko.cz/x-treme-pro-1904/>
33. Poslání a úkoly. In: *Horská služba* [online]. [cit. 2015-04-24]. Dostupné z: <http://www.horskasluzba.cz/cz/horska-sluzba/poslani-a-ukoly>
34. Raft PULSAR 380 N. *Vodácký ráj* [online]. [cit. 2015-04-12]. Dostupné z: <http://www.vodackyráj.cz/katalog/nafukovaci-lode-gumotex/raft-pulsar-380-n>
35. SIHELSKÁ, Dana. Zdravotnícký záchranář - profesionál, osobnost'. *Urgentní medicína: časopis pro neodkladnou lékařskou péči*. 2007, roč. 10, č. 2, s. 30-32. ISSN: 1212 - 1924.
36. SKALKA, Josef. Z výšky i z hloubky vás zachrání hasiči - lezci. *Hasičský záchranný sbor Olomouckého kraje* [online]. [cit. 2015-04-18]. Dostupné z: <http://www.hzscr.cz/clanek/z-vysky-i-z-hloubky-vas-zachrani-hasici-lezci.aspx>
37. SMEJKAL, David. Vodní záchranná služba ČČK jako lídr ve vodní záchrane v ČR. In: *Vodní záchrana 2012: sborník přednášek : vodní záchranná služba včera a dnes*. Editor Sabina Psennerová. Vyd. 1. V Ostravě: Ostravská univerzita, 2012, s. 9-10. ISBN 978-80-7464-185-5.
38. ŠVÁB, Svatoslav. *Psychologie práce pro nováčky, hasiče-záchranáře, ale nejen pro ně*. 1. vyd. Ostrava: Sdružení požárního a bezpečnostního inženýrství, 2006. ISBN 80-866-3484-1.
39. UT2000 Rescue Litter. In: *FERNO* [online]. [cit. 2015-04-24]. Dostupné z: [http://www.fernoems.com/en/products/basket-stretchers/rescue-stretchers/ut2000-rescue-litter.aspx?ec\\_trk=followlist&ec\\_trk\\_data=rescue-stretchers](http://www.fernoems.com/en/products/basket-stretchers/rescue-stretchers/ut2000-rescue-litter.aspx?ec_trk=followlist&ec_trk_data=rescue-stretchers)
40. Velký test házecích pytlíků. *Raft.cz* [online]. 31.10.2005 [cit. 2015-04-18]. Dostupné z: [http://www.raft.cz/Clanek-Velky-test-hazecich-pytliku.aspx?ID\\_clanku=588](http://www.raft.cz/Clanek-Velky-test-hazecich-pytliku.aspx?ID_clanku=588)
41. VENGLÁŘOVÁ, Martina. *Sestry v nouzi: syndrom vyhoření, mobbing, bossing*. 1. vyd. Praha: Grada, c2011, 184 s. Sestra. ISBN 978-802-4731-742.

42. VM – 114/ 2 – AIR RESCUE SACK VAKUFORM. In: Mediprax CB [online]. 2013 [cit. 2015-05-02]. Dostupné z: <http://mediprax.cz/pdf1/Navod-VM-114-2.pdf>
43. VOKOUN, Jan. Skialpinistova svatá trojice (lavinová výbava). *Horydoly.cz: outdoor generation* [online]. 3.3.2014 [cit. 2015-04-18]. Dostupné z: <http://www.horydoly.cz/zdravi/skialpinistova-svata-trojice-lavinova-vybava.html>
44. VOMÁČKO, Ladislav a Soňa BOŠTÍKOVÁ. *Lezení na umělých stěnách*. 2., upr. vyd. Praha: Grada, 2008, 129 s. ISBN 978-80-247-2174-3.
45. Výškové záchranné družstvo. *Zdravotnická záchranná služba Jihočeského kraje* [online]. [cit. 2015-04-18]. Dostupné z: <http://www.zzsjsk.cz/cinnost/vyskove-zachranne-druzstvo/>
46. ZEMAN, Radek. Záchrana turisty z nepřístupného terénu. In: *Horská služba* [online]. 2014 [cit. 2015-04-24]. Dostupné z: <http://www.horskaslužba.cz/cz/aktualni-informace/aktualne/tiskove-zpravy/1937-zachrana-turisty-z-nepristupneho-terenu>

## 9 PŘÍLOHY

### Příloha č. 1: Otázky polostrukturovaného rozhovoru

1. Kolik je Vám let?
2. Jaké je Vaše povolání?
3. Jak dlouho jste ve službě?
4. V jaké oblasti sloužíte?
5. Jak se u Vás řeší odborná příprava, abyste mohl vykonávat záchranáře?
6. Jste v průběhu své praxe doškolováni? Pokud ano, tak z čeho, jak často?
7. Máte nějaké nacvičování modelových situací?
8. Jaké jsou na Vás kladeny nároky ohledně topografie?
9. Jaké jsou na Vás kladeny nároky ohledně fyzické kondice?
10. Věnujete se ve svém volném čase nějaké sportovní aktivitě?
11. Je to i psychicky náročné, máte možnost si s někým pohovořit?
12. V jakých nepřístupných terénech nejvíce zasahujete?
13. U jakých úrazů nejvíce zasahujete?
14. Jaké základní vybavení máte vždy s sebou?
15. Jaký prostředek nejvíce používáte?
16. Myslíte si, že je vaše základna dostatečně vybavena?
17. Je nějaký prostředek, který Vám na základně chybí?
18. Co děláte na stanici, když nemáte hlášen výjezd?
19. Víte co jsou traumatologické body?