

Záchranná akce

➤ RIZIKA ZÁCHRANY VE VODĚ:

- nepřírozené prostředí – voda
- tonoucí má ve stresové situaci až 6-ti násobnou sílu; dítě může vyvinout sílu dospělého chlapa
- místo 1 tonoucího tonoucí 2

➤ ZÁSADY ZÁCHRANY - OBECNĚ:

- bezpečnost zachránce je nejdůležitější
- nenechat potencionálního tonoucího začít tonout (např. unavené a zraněné plavce)
- zachraňovat vždy a pokud je to možné s nějakou pomůckou
- přiblížení se k tonoucímu zezadu (nevidí na nás, nenapadne nás)

➤ STADIA:

- plavec
- unavený plavec; neplavec začne ihned tonout
- tonoucí plavec (neplavec)
- utonulý

ZÁCHRANA RESP. DOPOMOC UNAVENÉMU PLAVCI:

➤ techniky dopomoci se užívají v případech, že unavený plavec (ještě ne tonoucí) je schopen racionálního přemýšlení a nenapadne vás (není agresivní)

- dopomoc ze břehu; hozením záchranné pomůcky (nejlépe se jeví záchranný míč), lana apod. a přitažení ke břehu
- tažením (1 zachránce); tonoucí uchopí ramena zachránce a nechá se vléci ke břehu
- letka (2 zachránci); tonoucí uchopí rameno každého ze zachránců, kteří plavou před ním a táhnou jej
- most (3 zachránci); jako letka, 3. zachránce se si položí nohy unaveného plavce na svá ramena

ZÁCHRANA ZE BŘEHU:

➤ vhodné záchranné pomůcky:

- záchranná tyč; dosah cca 1-2 m, nebezpečí zranění
- záchranný pás; dosah cca 2,5 m, dobře se uchopí
- házecí pytlík; dosah cca 5-10 m, špatný na uchopení
- záchranný míč; dosah cca 10-20 m, docela dobře se uchopí

ZÁCHRANA TONOUCÍHO VE VODĚ:

- ZÁSADY:
- vždy pátrat po pomůcce
- plavání tonoucímú vždy s hlavou nad vodou (neustálé sledování tonoucího)
- k tonoucímu se přibližujeme s ohledem na vlastní bezpečnost primárně vždy zezadu, aby na nás neviděl, neskočil na nás a nezačal nás topit; PAMATUJTE, že tonoucí má při tonutí až 6-ti násobnou sílu než vyvine při běžné zátěži na suchu (např. dítě může mít stisk dospělého chlapa)
- **NEDOPUSTĚTE**, aby vás tonoucí někdy napadl; z takového sevření se už nemusíte nikdy dostat

- POSTUP:
- po spatření tonoucího cca 30 sek. za stálého sledování tonoucího pátrat po vhodné či improvizované záchranné pomůcce (odhad vzdálenosti pro záchranu)
- skok do neznámé vody
- plavání k tonoucímu s hlavou nad vodou, s pomůckou mezi sebou a tonoucí
- přiblížení k tonoucímu; primárně podání pomůcky (pomůcku vložit vždy mezi sebe a tonoucího) a přiblížení zezadu (popř. přitopení a přiblížení zepředu)
- narovnání tonoucího (zezadu, Americkým způsobem zepředu,...)
- tažení ke břehu (Americkým způsobem, jednou rukou za bradu, oběma rukama za bradu,...)
- vytažení tonoucího na břeh (1 zachránce, 2 zachránci, nízký okraj, vysoký okraj, Rautekův hmat, na bedrech,...)
- péče o tonoucího; KPCR, teplotní komfort-termofolie, uklidnění, polohování apod.