Policisté integrovaného operačního střediska Krajského ředitelství policie kraje Vysočina přijali v sobotu 30. července – ráno deset minut před půl sedmou na linku tísňového volání 158 oznámení od muže, který se obával o život svého kamaráda. Z obsahu oznámení vyplývalo, že třiadvacetiletý mladík odešel dnes ráno před šestou hodinou z autokempu Wilsonka v Hartvíkovicích s tím, že jde přeplavat Dalešickou přehradu. Protože se dlouho nevracel zpátky, jeho kamarád měl strach o jeho život, a proto se obrátil o pomoc na policisty.

Operační důstojník při přijetí oznámení získal od oznamovatele všechny potřebné informace k místu, kterým se plavec vydal, a vyslal sem nejbližší policejní hlídku z obvodního oddělení Hrotovice z policejní stanice v Jaroměřicích nad Rokytnou. Ke spolupráci policisté okamžitě přizvali také profesionální hasiče a zdravotnickou záchrannou službu. O pohřešování plavce byla vyrozuměna záchranná služba na Dalešické přehradě. Na místo se ve velmi krátké době dostavili profesionální hasiči a na člunu začali po ztraceném plavci pátrat. Mezitím přišla radostná zpráva – mladík žije a je v pořádku. Policisté informaci okamžitě ověřili a zjistili, že muž skutečně časně ráno přeplaval přehradu, ale neměl dost sil, aby doplaval zpět do kempu. Proto vyrazil zpátky pěšky, ale cestou zabloudil a přišel až do Dalešic, kde požádal o pomoc a byl převezen vozidlem zpět do Hartvíkovic. Službu konající operační důstojník všechna opatření, která souvisela s pátráním po muži, odvolal. V této souvislosti se obracíme na širokou veřejnost s varováním a základními preventivními radami pro pobyt a plavání ve vodě. V horkých letních dnech lidé tráví volný čas a čas dovolených na koupalištích, přehradách, rybnících nebo v bazénech. Bohužel v tomto období také vzrůstá počet utonulých, kteří při plavání většinou přecení své síly a pobyt ve vodě nezvládnou. V některých případech sehrává významnou roli také skutečnost, že plavci se vydávají do vody pod vlivem alkoholu. V případě, že se u vody občerstvujete alkoholickými nápoji, pak plavat raději vůbec nechoďte a plavání odložte. Kombinace horka a alkoholu může být i pro zdatné jedince poměrně zrádná a můžete se tak dostat do nebezpečí i v situaci, kterou jste už mnohokrát předtím bez potíží zvládli. Zvýšené procento alkoholu v krvi obvykle u člověka snižuje bystrost a může se stát, že sami rozumně neodhadneme, co zvládneme a co už je nad naše síly. Rizikové je i to, že opilý člověk velmi rychle ve vodě prochladne a můžou mu velice brzy dojít síly

Je třeba si uvědomit, že každé lidské tělo má určité limity, které není v žádném případě dobré překračovat. Pokud přijde člověk k vodě přehřátý po chůzi, jízdě na kole nebo ve vozidle, měl

by s koupáním chvíli počkat a teprve potom pomalu vstupovat do vody. Je dobré opláchnout si celé tělo, aby si lidský organizmus zvykl na náhlou změnu teplot. Není dobré začít hned plavat, ani pokud jste v dobré fyzické kondici. Každý člověk by měl vědět, jak dobrým plavcem je a počítat s tím, že mu musí zbýt síly také na zpáteční cestu. Proto plavte jen tolik, abyste se příliš neunavili. Při prvních pocitech tělesné únavy se okamžitě vraťte na břeh nebo alespoň na místo, na kterém vystačíte a tam si řádně odpočiňte, ale nezapomeňte, že pobytem v chladné vodě se tělo vyčerpává i bez pohybu. V případě, že už se dostanete do nesnází a jste schopni na situaci ještě reagovat, požádejte o pomoc lidi ve vašem okolí například jiné plavce a snažte se zachovat klid, abyste neohrozili také ty, kteří se vám budou snažit pomoc. Jestliže se ve vaší blízkosti zrovna nikdo nenachází, upozorněte na sebe křikem. Potom se zkuste vyvarovat rychlých pohybů, které vaší situaci pouze zhoršují.

Doporučujeme, abyste do vody nikdy nevstupovali sami ale nejméně ve dvou, případně aspoň své blízké upozornili, že jdete plavat a jakým směrem se budete pohybovat. V opačné situaci, kdy zůstáváte na břehu, pozorně sledujte své příbuzné nebo přátele ve vodě, ale nebuďte samozřejmě lhostejní ani k potížím ostatních. Jestliže je u vody větší skupina osob, měla by vždy aspoň jedna z nich zůstat na břehu a dávat pozor na ostatní. Na většině veřejných koupališť a přehrad už sice jsou lidé školení pro pomoc tonoucím nebo plavcům, kteří se dostanou do nesnází a často mají k záchraně čluny i ostatní vybavení, ani oni však nemusí mít oči a uši všude. Proto je co nejrychleji upozorněte, když uvidíte nebo uslyšíte někoho, kdo má ve vodě potíže.

Co se týká dětí, je důležité mít o nich také neustálý přehled. Určitě byste je neměli nechat plavat samotné, přestože jsou již dobrými plavci. U začátečníků je dobré vybavovat je pomůckami jako jsou nafukovací kruhy, rukávky nebo vesty, dokud techniku plavání opravdu nezvládnou. Staří lidé už naopak nemají tolik sil a v horkém počasí mívají ve větší míře zdravotní problémy, proto by ani oni neměli setrvávat ve studené vodě delší dobu a pouštět se někam dál z bezprostředního dosahu břehu.

Dodržujte proto nejen v létě základní zásady bezpečnosti:

- nechoďte se koupat sám, nikdy nevíte, co se může stát

- do vody nechoďte těsně po jídle – to znamená s plným žaludkem, po konzumaci většího množství jídla počkejte minimálně jednu hodinu, nepijte alkohol

- neplavte do blízkosti plavidel a plavební dráhy, po které jezdí lodě a čluny

- nechoďte plavat, když jste unavení nebo rozpálení

- neplavte a neskákejte do vody tam, kde to neznáte a nemůžete vidět, co je pod hladinou, mohli by jste se zranit, mít trvalé následky nebo zabít o pahýl stromu či výčnělek skály

- jdete-li plavat dál od břehu, zajistěte si doprovod lodičky nebo si s sebou vezměte alespoň barevnou ruční bójku

- nechoďte plavat sami, popřípadě aspoň informujte své známe

- když cítíte únavu nebo když vás chytne křeč do nohy, tak si odpočiňte

- nezapomeňte, že děti bez řádně oblečených a upevněných záchranných vest nepatří do lodiček

Pokud si chcete pobyt u rybníka, na koupališti nebo přehradě opravdu užít a vrátit se domů v pořádku, nikdy nepřeceňujte své fyzické schopnosti a nepodceňujte vodní živel. Přistupujte k němu s rozumem a teprve potom se vám voda a pobyt v ní odmění příjemnými zážitky.

Dana Čírtková