Nebezpečné situace na ledu: prevence a správná reakce



V zimě, kdy se příroda promění ve sněhobílé ticho, se naskytne mnoho lákavých míst pro výlety – horské lesy a louky, zasněžené břehy jezer či rybníků. Ale právě tato idyla skrývá nebezpečí, které si řada lidí neuvědomuje. Obzvláště v horách či v méně známých lokalitách, kde sníh může zakrývat vodní plochy, hrozí, že člověk nevědomky vstoupí na zamrzlou hladinu, aniž by tušil, že se ocitá nad vodou. Led pod sněhovou pokrývkou nemusí být pevný a stabilní.

Znalost zásad bezpečného pohybu po zamrzlých plochách je proto nezbytná nejen pro ty, kteří na led vstupují záměrně, ale i pro ty, kteří se na něm mohou ocitnout omylem. Správná reakce může významně ovlivnit další vývoj událostí i pravděpodobnost záchrany.

Za základní předpoklad bezpečného vstupu na zamrzlou plochu je považována minimální tloušťka ledu deseti centimetrů. Je však nutné si uvědomit, že tloušťka ledu nemusí být stejná na celé ploše. Může se lišit v místech, kde protéká voda, v blízkosti přítoků a odtoků, poblíž břehů, kde se voda ohřívá rychleji, i v místech, kde dochází ke změně proudění nebo kde se nachází vegetace či jiné překážky pod povrchem. Nejednotná kvalita ledu se může objevit také tam, kde byla vodní plocha záměrně provzdušňována.

V okamžiku, kdy člověk zjistí, že se nachází na zamrzlé vodní ploše, je zásadní zachovat klid. Objeví-li se charakteristické praskavé zvuky nebo pocit poddajnosti pod nohama, je to varovný signál možného oslabení ledu. V takovém případě je vhodné okamžitě zpomalit, přejít do polohy vleže nebo do nízkého kleku a postupně se plazit směrem zpět po trase, po které jste přišli, protože právě ta byla schopna vaši hmotnost unést. Rozložení hmotnosti na větší plochu výrazně snižuje riziko proboření.

Pokud i přes veškerou opatrnost dojde k prolomení ledu, je nezbytné omezit panickou reakci. Chladová zátěž a šok přicházejí velmi rychle, ale několik prvních vteřin rozhoduje o úspěšném vyproštění. Je důležité držet se okraje ledu, paže rozložit co nejvíce do šířky a pomocí kopání nohama dosáhnout co nejvodorovnější pozice těla. Tím se zvyšuje šance, že se podaří vyklouznout zpět na pevnější okraj ledu. Po vytažení na povrch je nutné pokračovat v pohybu

vleže, a to až do bezpečné vzdálenosti od otvoru, popřípadě až ke břehu. Pokud led opakovaně selhává, lze zvolit i nouzový postup postupného prolamování směrem k nejbližšímu břehu, avšak takový postup vyžaduje maximální opatrnost a rychlost, protože tělo velmi rychle ztrácí teplo.

Po opuštění vody je prioritou zabránit dalšímu snižování tělesné teploty. Je nutné se co nejdříve převléci do suchého oděvu, případně využít dostupných izolačních vrstev, fólie či jiného materiálu, který omezuje únik tepla.

Pokud dojde k propadnutí jiné osoby, prvním krokem je vždy přivolání pomoci prostřednictvím tísňové linky. Teprve poté lze přistoupit k samotné záchraně. Záchranu je nutné provádět z co nejnižší pozice – plazením či po čtyřech – s použitím dostupných improvizovaných prostředků, jako je větev, pásek od kalhot, svetr, bunda nebo lano. Zachránce nesmí přistupovat k okraji otvoru vestoje – hrozí, že se stane další obětí. Osobu je vhodné vyprostit tahem pomocí prodlouženého prostředku, ne přímým uchopením rukou. Po úspěšném vytažení je třeba ihned zahájit základní protokol péče o podchlazeného. Podchlazená osoba by neměla zůstat o samotě; komunikace, dohled a postupné zahřívání jsou klíčové do příjezdu záchranné služby.

Zamrzlé vodní plochy představují v zimním prostředí specifické riziko, které se netýká pouze rekreace, ale i běžného pohybu přírodou. Připravenost, schopnost včas rozeznat nebezpečí a znalost správných postupů mohou zásadně zvýšit pravděpodobnost bezpečného návratu z výletu i v situacích, které přicházejí nečekaně.

Nezapomeňte! Štěstí přeje připraveným!

autor: kpt. Ing. Alena Sládková, HZS Libereckého kraje