



# Hasičský zpravodaj

## Úvodní slovo

### MILÍ ČLENOVÉ SBORU DOBROVOLNÝCH HASIČŮ, VÁŽENÍ SPOLUOBČANÉ,

v druhém letošním čísle hasičského zpravodaje si přečtete o uskutečněných akcích za druhé čtvrtletí tohoto roku. Ještě v březnu jsme se zúčastnili shromáždění delegátů Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska v Podolí. Byla projednávána témata činností sdružení okresu Písek na následující rok, propozice okresních a okrskových soutěží a výsledky hospodaření. Za náš sbor se zúčastnil starosta sboru Pavel Káš.

V dubnu proběhl druhý ročník přehlídky hasičské techniky. Cílem bylo opět prověřit techniku sboru a připravit jí na následující období. Zjištěné nedostatky na technice postupně strojníci opravují. Naštěstí se jedná jen drobné závady a v současné době je technika potřebná k zásahu již plně akceschopná. Více si můžete přečíst v samostatném článku stejně tak jako o kurzu první pomoci, který proběhl následující víkend.

Náš člen a zástupce velitele Zbyněk Volf poprvé vedl tým lidí při stavění Máje. Štafetu převzal po svém otci, panu Ladislavu Volfovi, který je taktéž naším dlouholetým členem. Premiéra to byla úspěšná a důkazem je pevně stojící



Foto: Jan Káš

Májka u pomníku. Zbyněk čerpal z dlouholetých zkušeností svého otce a my mu můžeme jen popřát pevné nervy s námi staviteli i v dalších ročnících.

Poslední květnovou sobotu jsme se zúčastnili okrskové soutěže v Ostrovci. Ostrovečtí hasiči slavili 120 let od založení sboru a celou soutěž i oslavy měli krásně připravené.

Preventivní okénko se bude týkat aktuálně také první pomoci. Tématem je kardiopulmonální resuscitace. Jedná se vlastně o shrnutí základních úkonů, které se účastníci kurzu učili. V tomto čísle naleznete i pozvánky na nadcházející Posezení na návsi. Na setkání s vámi při nadcházejících akcích se již teď velice těšíme.

Za vedení sboru,

**Pavel Káš**  
**Miroslava Lesáková**

### UVNITŘ TOHOTO VYDÁNÍ:

Pozvánka na Posezení na návsi	1
Základní kurz první pomoci	2
Přehlídka hasičské techniky	2
Hasičské závody	2
Pravidelné preventivní okénko	3-4
Kontaktní a identifikační údaje	4

## Pozvánka na Posezení na návsi

Zveme všechny na pravidelná Posezení na návsi. To první se bude konat **2. července od 20:00** u rybníka. K tanci a poslechu nám zahraje kapela Fontána. Druhé Posezení na návsi nás čeká **13. srpna od 20:00** za hudebního doprovodu oblíbené kapely Říši Nováka.

Přijďte se s námi pobavit a užít si příjemnou pohodu letních prázdnin.

**Ondřej Lesák**

## Základní kurz první pomoci

Pro občany obce a členy zásahové jednotky jsme dne 16. dubna zorganizovali kurz první pomoci. Kurz probíhal v sále obecního úřadu a lektorem byl zkušený záchranář pan Jiří Chvojka. Školení se zúčastnilo 22 lidí a je jen škoda, že nepřišlo více občanů obce. Na druhou stranu si tak ale všichni mohli v klidu vyzkoušet nepřímou masáž srdce na figuríně pod odborným dohledem. Pan Chvojka nás seznámil s posledními trendy v oblasti první pomoci a podělil se s námi se svými zkušenostmi z terénu. Přestože kurz trval téměř 4 hodiny, rozhodně nebyla probrána všechna témata a zodpovězeny všechny otázky posluchačů. Bylo vidět, že probíraná látka všechny přítomné velice zaujala a svými dotazy jen potvrzovali, že je záchrana lidského života velmi zajímavá. Praktické ukázky na figuríně doplňovala prezentace videí na velké obrazovce televize, kterou nám zapůjčila



Foto: Pavel Káš

firma Panasonic AVC Networks Czech v Plzni. Poděkování patří též starostovi obce za zapůjčení sálu.

**Miroslava Lesáková**

## Přehledka hasičské techniky

Devátého dubna proběhla na návsi u rybníka přehledka hasičské techniky sboru. Zájemci si mohli vyzkoušet kalové čerpadlo Honda a plovoucí čerpadlo Honda.



Stříkačka PPS12 měla ze začátku závadu na chlazení, ale ta byla brzy odstraněna. U druhé stříkačky byla zjištěna závada na palivovém systému, ale závada to není nijak fatální a oprava nebude ani finančně náročná. Stříkačku opraví naši strojníci. Právě i to je důvodem k pořádání přehledky, aby se preventivně odhalily drobné závady a nedostatky. Děti malovaly křídou na chodník obrázky s hasičskou tematikou a všechny dostaly nějakou sladkou odměnu. Na závěr si všichni účastníci opekli buřty. Zásahová technika je tedy připravena a doufejme, že jí budeme potřebovat pouze k závodním a cvičebním účelům.

**Ondřej Lesák**  
(text & foto)

## Hasičské závody

Poslední květnovou sobotu se sbory dobrovolných hasičů z okolí sešly na okrskové soutěži v Ostrovci. Družstvo SDH Smetanova Lhota reprezentovali pánové Pavel Káš, Lukáš Kožený, Vladimír Schoř ml., František Šíp, Michal Šíp, Zdeněk Šíp a Josef Zajíček. Štěstí tentokrát nestálo na naší straně a malé zaváhání u kádě s vodou stálo naše družstvo cenné vteřiny, které se nepodařilo dohnat výborným výkonem ve štafetě. Vítězi se stali hasiči z Varvažova, druží skončili pořadající Ostrovecští.

**Klára Klímová**



Foto: Veronika Stehlíková

# Pravidelné preventivní okénko na téma: Laická první pomoc – Kardiopulmonální resuscitace

V životě se můžete dostat do situace, kdy včasnou a správně provedenou kardiopulmonální resuscitací (KPR), zjednodušeně zevní masáží srdce, můžete zachránit lidský život. Není cílem tohoto článku podrobně popsat všechny situace a řešení, ale alespoň základní úkony, které je nutné provést, by měl znát každý. Pamatujte si 4 základní body, které s obměnami využijete vždy:

OSLOVENÍ, REAKCE NA BOLESTIVÝ PODNĚT, ZJIŠTĚNÍ ŽIVOTNÍCH FUNKCÍ, KPR.

## 1. Oslovení

Oslovení je velice důležitý úkon, na jehož základě se rozhoduje celá situace. Pokud jde o neznámou osobu, v zásadě na ní zbytečně NESAHÁME!

Osobu, u které si nejsme jistí, zda je v pořádku, případně se nám nezdá její zdravotní stav, přiměřeně hlasitě oslovíme. Může se jednat o člověka, který jen spí, případně je ovlivněn nějakou látkou - alkoholem atd. Pokud zareaguje (odpoví, máchne rukama atd.), je pravděpodobné, že není neprodleně ohrožen na životě. Dále zjistíme zdravotní stav optáním, případně vizuální kontrolou. Je z osoby cítit alkohol? Nebere nějaké léky? Je orientovaná? V závislosti na situaci se rozhodneme, zda zavoláme zdravotnickou záchrannou službu. Je třeba předat operátorovi veškeré zjištěné skutečnosti i zdánlivé maličkosti. Příklad: Osoba uvede, že se jenom nenajedla, ale může se jednat o diabetika a jeho zdravotní stav se může rychle zhoršit. Při nedostatku inzulínu u diabetika nám může takový člověk připadat opilý.

## 2. Reakce na bolestivý podnět

Pokud osoba vůbec nereaguje na oslovení, je třeba se přesvědčit jiným způsobem, zda reaguje na vnější podnět. Osobou zkusíme zatřást, případně jí způsobíme krátkodobý bolestivý podnět. Cílem totiž je zjistit, zda postižená osoba žije! Můžete zkusit třeba klouby ruky sevřené v pěst přejet po hrudní kosti. Nebo prstem stlačit místo za ušním lalůčkem, případně na uzlinách. Schválně si to vyzkoušejte na sobě.

Pokud osoba zareaguje, postupujeme jako v bodě 1, ale v tomto případě už se může jednat o vážnější problém. Pokud nereaguje ani v tomto případě, je třeba urychleně, ale s rozvahou jednat.

## 3. Zjištění životních funkcí.

Pokud osoba nereaguje ani na silnější bolestivý podnět, je nutné zajistit několik důležitých věcí.

Předně, pokud je to možné zajistíte si někoho na pomoc i za cenu mírné ztráty času – záleží ovšem na konkrétní situaci. V této chvíli již bude postižená osoba pravděpodobně potřebovat lékařskou pomoc, a proto se připravte, že budete vytáčet tísňovou linku. Postiženou osobu je třeba dostat na pevnou rovnou podložku (podlaha,

zem, chodník atd.) Během tohoto úkonu se snažte uvědomit, kde se vlastně nacházíte – kam budete směřovat zdravotnickou záchrannou službu. Mírným záklonem hlavy zprůchodníte dýchací cesty (viz. Obr. 1). Pokud



Obr. 1

vidíme zjevné překážky v dutině ústní, tak je odstraníme. Pokud se jedná o tekutý obsah, stále se zakloněnou hlavou otočíme postiženého na bok a necháme tekutinu volně vytéct. Postiženého vrátíme na záda, hlavu musí mít stále v mírném záklonu. Zkontrolujeme, zda dýchá. Přiložíme ucho k jeho ústům a kontrolujeme dýchání třemi smysly. Dech slyšíme, cítíme na tváři a vidíme, zda se zvedá hrudník. Známkou dýchání je PRAVIDELNOST! Pokud osoba pravidelně dýchá, znamená to, že mu bije srdce a není třeba resuscitovat. Zavoláme na tísňovou linku a postupujeme dle pokynů operátora. Stále kontrolujeme životní funkce do příjezdu lékaře. Pokud má postižený lapavé dechy, chrčí, nebo nedýchá vůbec, je třeba okamžitě vytočit tísňovou linku a zahájit masáž srdce.

## 4. KPR – masáž srdce

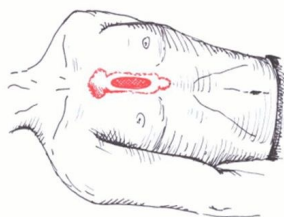
Před započítím srdeční masáže vytočte tísňovou linku zdravotnické záchranné služby na číslo 155 (v zahraničí 112). Telefon dejte do hlasitého odposlechu a položte na zem tak, aby vám nepřekážel, ale zároveň jste ho slyšeli a slyšel vás i operátor tísňové linky. Schválně si teď zkuste zavolat někomu v rodině a dejte telefon do hlasitého odposlechu. Udělali jste to hned, nebo jste ztratili drahocenné vteřiny hledáním hlasitého módu v telefonu? Během vyzvánění najdete střed hrudní kosti. Střed hrudní kosti určíte tak, že nahmátnete měkké místo na krku těsně nad hrudní kostí a pak pojedete přes prsní kost, až nahmátnete druhé měkké místo pod koncem hrudní kosti. Mezi těmito body uprostřed položíte hranu dlaně a s oběma rukama propnutými v lokti stlačujete do hloubky asi třetiny objemu hrudního koše (Obr. 2). Frekvence stlačení je poměrně vysoká - 100 až 120 stlačení za minutu. Lépe si to ale představíte, když si uvědomíte, že hrudní koš musíte stlačit 2krát do vteřiny. Můžete si v duchu ze začátku notovat známou písnič-

ku Rolničky, rolničky, abyste se dostali do tempa. Provádí se též umělé dýchání. Poměr stlačení a dýchání je 30:2, to jest 30 stlačení ku dvěma vdechům. Při stlačování si nahlas počítáme. Pokud je pouze jeden zachránce, je lepší vdechy neprovádět a pouze masírovat srdce. V těle je kyslíku dostatek a nejdůležitější je udržovat oběh, aby se okysličoval mozek zbytkovým kyslíkem. Vše ale záleží na konkrétní situaci a fyzické kondici zachránce. Vdechy se provádějí do ústní dutiny při současném stlačení nosních dírek a udržování hlavy stále v záklonu. Objem vzduchu pouze takový, jako bychom sami normálně vydechovali. Vdechneme krátce dvakrát po sobě a opět masírujeme srdce. Mezitím komunikujeme s operátorem tísňové linky a postupujeme dle jeho instrukcí. Důležité je mu oznámit místo, kam má vyslat lékaře a popsat mu vše, co jste do této chvíle udělali. Pokud si nejste jistí, nebojte se, operátor je školen na tyto situace a povede vás celou dobu. Je důležité, abyste zůstali v klidu a nezmatkovali. Úkolem operátora je zachránit s vaší pomocí postiženou osobu a ne uklidňovat zachránce. Resuscitaci ukončíme pouze ve třech případech: 1. Podaří se nám obnovit životní funkce – postižená osoba začne reagovat (začne kašlat, otevře oči, máchat rukama atd.).

2. Postiženého si převezme lékař.  
3. Fyzická únava zachránce nedovoluje další pokračování.

Pár závěrečných užitečných rad

Tím, že máte telefon v hlasitém odposlechu



Obr. 2

a na zemi, máte obě ruce volné a nestane se, že zavěsíte hovor dřívě, než operátor. Zároveň má operátor možnost vás lokalizovat dle signálu mobilního telefonu. Tato lokalizace není úplně přesná a nejlepší je, když mu polohu oznámíte vy. Ve městě třeba můžete použít číslo lampy. Každá lampa má na sobě číslo a dle tohoto čísla doká-

že operátor určit polohu. V lese se zase můžete orientovat dle turistických tras, výrazných orientačních bodů atd. Pokud je zachránců více, rozdělte jim úlohy. Jeden bude komunikovat s operátorem a provádět případné vdechy, může na svém mobilu hledat polohu atd. Přivolání někoho na pomoci můžete voláním „Pomoc!“, ale ve městech a zejména ve večerních hodinách je lepší volat „Hoří!“ to spíše přiláká zvědavce, kterého pak můžete zaukolovat. V neposlední řadě si uvědomte, že jakákoliv pomoc je vždy lepší než žádná a bez vaší pomoci může postižená osoba i zemřít. Neposkytnutím pomoci se dle Trestního zákoníku č. 40/2009 Sb. § 150 trestá odnětím svobody až na dva roky. Na druhou stranu nikdo vás nebude popotahovat za špatně provedenou první pomoc. Proto se nebojte cokoli udělat.

Tento článek rozhodně nepopisuje vše a každá situace je vždy jiná, ale páteří všeho jsou již výše zmíněné 4 body. Pokud si je pořádně projdete, uvědomíte a případně si je i procvičíte, jste na dobré cestě zachránit lidský život v momentě, kdy to budete čekat nejméně.

**Pavel Káš, Jiří Chvojka**

## Sbor dobrovolných hasičů Smetanova Lhota

Smetanova Lhota č.p. 85  
398 04 Čimelice  
IČO: 69547807

Telefon: 607 827 865 (Pavel Káš)  
E-mail: zpravodaj.sdhsmetanovalhota@seznam.cz

Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska - Sbor dobrovolných hasičů Smetanova Lhota bylo založeno jako nezisková instituce sloužící domácnostem v oblasti činnosti protipožární ochrany 23.2. 1996, IČO: 69547807. Sídlo organizace je na adrese Smetanova Lhota, 398 04 Čimelice. MK ČR E 21897. Zpravodaj vychází v nákladu cca 200 výtisků.

*Jednotlivá vydání zpravodaje jsou k dispozici rovněž v obecní knihovně.*



Jsme na webu  
<http://www.sdhsmetanka.pisecko.info/>