

1. Poznámky na úvod
2. Nutné vybavení pro rychlou záchranu z laviny
3. Co dělat, když se dostaneš do laviny?
4. Co dělat, když se někdo jiný dostane do laviny?
5. Použití pípáku
6. Hledání bez pípáku

1. Poznámky na úvod

- Více než čtvrtina obětí lavin umírá na zranění způsobená nárazem do stromů a kamenů během pádu laviny.
- Z obětí úplně zasypaných sněhem přežívá pouze 28%.
- Oběti lavin umírají spíše na otravu CO₂, než na nedostatek kyslíku.
- Kolik máte času? – moc ne, nejnovější evropské výzkumy ukazují, že: 92% úplně zasypaných přežije, když jsou zachráněni do 15 minut, pouze 27% úplně zasypaných přežívá ještě po 35 minutách, pouhých 27% úplně zasypaných přežívá 100 až 120 minut.
- Nejnovější data z evropských lavin ukazují, že po 25 minutách je už mrtvá polovina zasypaných, to je číslo nutící k zamyšlení, neboť k poškození mozku dochází asi 10 minut před smrtí.
- Nejdůležitější je vykopat oběť co nejrychleji, bohužel na každých 10 zemřelých v lavině, připadá pouze 1 zachráněný.
- Rozšířením pípáků se počet obětí zvýšil – lidé si víc dovolí.

2. Nutné vybavení pro rychlou záchranu z laviny

- pípák, sonda, lopata – všechny věci bezpodmínečně nutné!
- žďárák
- lékárna
- izofólie

3. Co dělat, když se dostaneš do laviny?

A) Když se dá lavina do pohybu

- 1) Křič! (aby si tvoji partáči všimli, že se něco děje).
- 2) Snaž se uniknout z laviny (na lyžích vyjetím do boku).
- 3) Když nemůžeš uniknout, tak se zbav lyží, hůlek, snowboardu, cepínu, atd.. (tyto předměty působí jako kotva nebo tě můžou vážně zranit).
- 4) Pokus se zakrýt obličej šátkem, šálou...
- 5) Nechej si batoh (nejen že chrání záda, ale větší předměty mají tendenci „plavat“ při povrchu, krom toho když přežiješ lavinu budeš mít u sebe všechny potřebné věci – lékárnu, oblečení, jídlo, lopatu...). Jedině pokud je batoh opravdu velmi těžký, tak ho odhod.
- 6) Bojuj o život!

B) Když se lavina zastavuje

- 7) Utvoř si kolem obličej volný prostor (i v těžkých vlhkých lavinách je dostatek vzduchu, problémem je hlavně vydýchaný CO₂, snaž se utvořit si co největší volný prostor, abys zabránil tvorbě „ledové masky“ kolem sebe).
- 8) Pokus se natáhnout ruku směrem k povrchu, i když nevíš přesně kde je nahoře a kde dole.

C) Když se lavina zastaví

- 9) Sníh velice rychle tuhne a pohyb v něm je nemožný, jediné co můžeš dělat je pokusit se relaxovat.

Pozn.:

- na lyžích používej jen vázání, které se ti samo odepne
- v lavinovém terénu nepoužívej na hůlkách poutka na ruce, na lyžích řemínky

4. Co dělat, když se někdo jiný dostane do laviny?

A) Pokud jsi schopen pozorovat oběť, tak to pozorně udělej. Pokus se sledovat, kde oběť naposledy zmizela pod sněhem, hledej jakékoliv známky její přítomnosti (rukavice, čepice...), tím můžeš snadněji vymezit, kde se nachází a vlastní hledání je tak o hodně rychlejší.

B) Pokud ty sám jsi nehodu neviděl, ale jsou přítomny jiné osoby, tak je vyslechni. Uklidni je, posaď je a nech je ať ti stručně vše řeknou. Snaž se dozvědět: „Kolik je postižených? Měli pípáky? Kde je naposledy viděli?“ Toto jsou kritické otázky, podle nich se potom odvíjí další postup. Bezpočet lavinových záchrany bylo zpožděno, protože svědci odešli.

C) I když jsi horlivý okamžitě zahájit záchranku, tak vydrž. Zastav se a přemýšlej, v lavinové záchrany jsou totiž priority jasně stanovené:

- 1) Ty
- 2) Ostatní nezasažení
- 3) Oběť

Může se stát, že oběť nutně záchrany nepotřebuje, proto jednej vždy s rozmyslem.

Je to bezpečné? Zastav se a promysli si všechna fakta co znáš. Pokud je terén nebezpečný, tak do něho nevstupuj. Toto je pravděpodobně nejtěžší rozhodnutí, které musíš udělat. Opatrně si vyber přístupovou cestu, aby ses nestal další obětí.

- Pokud jsi nad laviništěm a podmínky jsou vyloženě špatné, tak najdi co nejbezpečnější cestu dolů.
- Pokud jsi pod laviništěm, tak přístup na laviniště je většinou bezpečný, kromě několika případů: Na laviniště ústí několik různých drah. Oběť byla pohřbena samovolně uvolněnou lavinou, která na ni spadla se shora a podmínky, které lavinu způsobily hrozí dalšími lavinami.

Zastav se, myslí, plánuj! Pokud je přístup na laviniště relativně bezpečný, tak pokračuj dále. Silné emoce, špatná komunikace, problémy s vybavením, atd.. jsou příčinou chaosu při záchrany. Snaž se možný chaos co nejvíce omezit.

- Pokud to je možné, tak uvědom telefonem (vysílačkou) případné profesionální záchrany.
- Nenechej případné svědky odejít. Snaž se od nich dozvědět co nejvíce informací
- Zjisti kdo ze skupiny má největší zkušenosti s lavinami. Toho určete jako vedoucího záchrany, vždy ho poslouchej, tady nemá demokracie místo.
- Udělej si rychlý přehled potřebného vybavení (pípáky, sondy, lopaty, lékárny,...)
- Přepni si pípák na příjem! Nechejte vedoucího, aby všechny zkontroloval. Nepřepnutí pípáku na příjem zapříčinilo mnohá zdržení záchranných prací!
- Dobře si rozdělte úlohy.
- Všichni komunikujte s vedoucím.
- Měj své záchranné vybavení vždy při ruce a nenechávej ho válet na laviništi.

Nenechej nikoho odejít pro pomoc! Pokud máš mobilní telefon, vysílačku, atd.. tak uvědom příslušné lidi, ale nenechej nikoho odejít. Nejdůležitějším důvodem pro toto je, že profesionálním záchranářům trvá určitou dobu (často i více než hodinu), než se dají dohromady, než přiletí vrtulník a než obhlédnou situaci. Tyto drahocenné minuty musíš využít sám. Nezapomeň, že 92% úplně zasypaných má šanci, pokud jsou vykopáni do 15 minut. Po 35 minutách je naživu už jen 27% zasypaných. Na laviništi je potřeba každé ruky!

4. Použití pípáku

A) Základní zásady požití pípáku a hledání

- Nejdůležitější je se ujistit, že při vyhledávání mají všichni přepnuto na příjem! Vedoucí záchranky to musí vždy zkontrolovat.
- Nejlepším způsobem jak prohledat rozsáhlé laviniště, je začít cik-cak, při tom ovšem nezapomeň, že pípák má omezený dosah (max. do 80 m) a zvol proto vhodné rozestupy, raději menší.
- Když najdeš první signál, tak neztrácej čas a udělej si základní představu zhruba v jaké zóně se postižený nachází. Říd' se heslem – čím silnější signál, tím lépe. Nezastavuj se, aby ses zorientoval, dělej to za pohybu.
- Nezapomeň si ztlumovat signál!
- Když určíš polohu přesněji, tak zpomal. Rozhodně ještě nemysli na kopání. Dej si čas s nalezením přesného okruhu, kde leží zasypaný.
- Nyní použij sondu a jemným sondováním (viz níže) urči přesnou polohu zasypaného.
- **POZITIVNÍ SONDU NIKDY NEVYTAHUJ!**
- Nyní dobře rozmysli kopání. Bude nutné vykopat čím větší jámu, čím je postižený hlouběji.
- Kopej vždy z boku, pokud není postižený pouze mělko pod sněhem.
- Po vyproštění dej postiženému první pomoc. Měl by vždy do nemocnice na vyšetření.

B) Hledání více zasypaných

Jedná se o značně komplikovanou činnost, proto je nutno trénovat. Také budeš muset učinit důležitá rozhodnutí.

- Nejdříve vykopej mělce zasypané postižené
- Hluboce zasypaní (více než 1,5 m) mají jen velmi malou šanci na přežití
- Ignoruj postižené osoby, které jsou na povrchu a nařikají o pomoc – pokud nařikají, tak dýchají! Výjimkou jsou samozřejmě osoby v bezvědomí, krvácející, atd.
- Poskytni postiženým první pomoc a zajisti dopravu do nemocnice.

C) Indukční metoda hledání pípákem

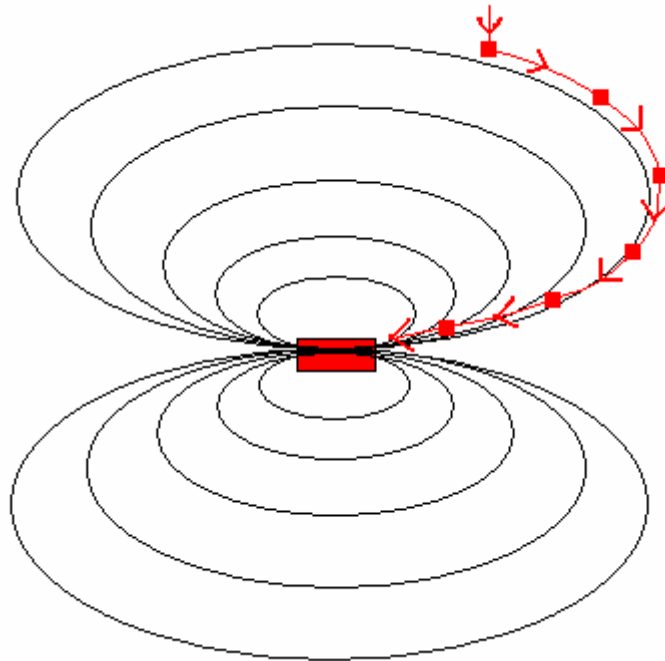
Jedná se o nejjednodušší způsob, jak nalézt zasypaného. Při této metodě se sleduje nejsilnější signál vysílače a postupně se zeslabuje hlasitost přijímače. Postupuje se po tečně siločar vycházejících z přístroje.

Výhody:

- Jednoduchá na zapamatování.
- Rychlá na mírných svazích.

Nevýhody:

- Na strmých svazích tě mohou siločary zavést mimo laviniště, na skály, mezi stromy.
- Starší pípáky nefungují při této metodě příliš dobře.
- Někdy dochází při hlubokých zasypáních k problémům s orientací přístroje, což vede k velkým chybám.



Obr. 1. Nákres indukční metody hledání pípákem.

D) Gridová metoda hledání pípákem

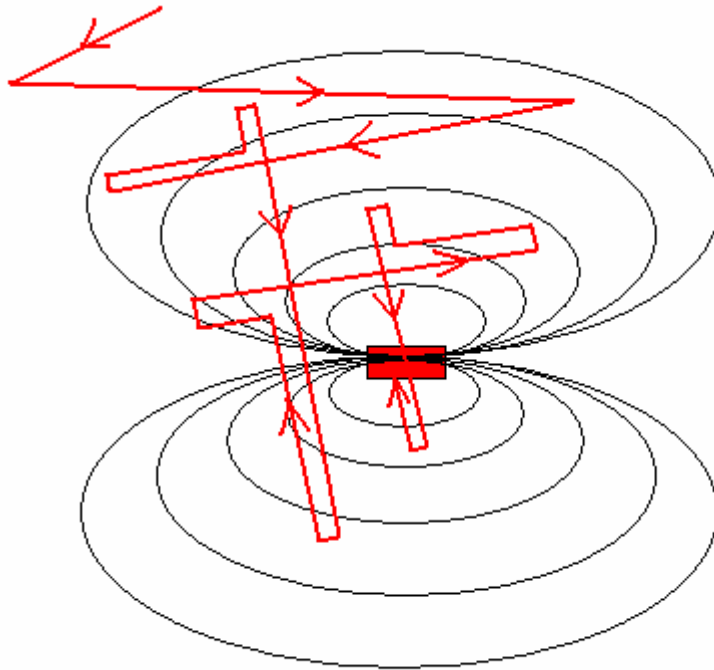
Tato metoda je o něco složitější na naučení. Když chytiš signál pokračuj stále v původním směru. V místě, kde je signál nejsilnější (nejlépe na půl cesty mezi dvěma slabšími body) se otoč o 90° a pokračuj po nové pomyslné přímce. Pokud signál ztrácíš, tak se otoč o 180° a pokračuj, dokud nenajdeš místo s nejsilnějším signálem (nezapomínej ztlumovat hlasitost přijímače). Otoč se o dalších 90° a opakuj předchozí postup dál a dál, dokud přesně neurčíš zasypaného. V případě sestupu po svahu je výhodné postupovat cik cak – postup je pak velmi rychlý.

Výhody:

- Relativně blbuvzdorná metoda, pokud se nezapomíná ztlumovat hlasitost pípáku.
- Funguje v každé situaci.
- Rychlejší na strmých kopcích a i ve většině reálných situací.

Nevýhody:

- Náročnější na naučení.
- Nefunguje perfektně u některých digitálních pípáků.



Obr. 2. Nákres gridové metody hledání pípákem.

4. Hledání bez pípáku

Tato situace je asi to nejhorší, co tě může potkat. Přestože pípáky stojí od 6000,- Kč více, jsou s cenou života neporovnatelné. Přestože použití pípáku ti život rozhodně lépe neochrání, máš přece jen větší šanci být rychleji nalezen. Kromě toho ušetří zachráncům úmornou práci v nebezpečném terénu. Hledání bez pípáku můžeš provádět pouze pokud máš lavinovou sondu. Pokud ji nemáš, tak je tvouj jedinou nadějí použít větve nebo něco podobného.

A) Základní hledání

- Provádí se celkové prohledání povrchu laviniště a hledají se případné stopy po zasypaném.
- Soustřeď se na místa nad stromy, kolem skalisek, sníh na vnější straně zatáček a dolní část laviniště.
- Pokus se rychle sondovat okolo takových míst, kde bys mohl čekat pozitivní nález.
- Občas se zastav, zakřič a poslouchej.

B) Organizované hledání

Pokud při základním hledání nic nenalezneš, tak je postižený pravděpodobně celý zasypaný. Nyní je potřeba shromáždit na laviništi všechny přítomné osoby a začít s organizovaným sondováním. Pokud je osob dostatek, mohou někteří pokračovat v základním hledání, ostatní budou provádět sondáž. Nezapomeň, že nesmíš znečistit laviniště, pokud je na cestě lavinový pes, který by mohl být potom zmatený.

Hrubá sondáž

- Začíná se sondovat od posledního místa, kde byl postižený vidět nebo od místa, kde byla nalezena po něm stopa směrem po svahu. Nebo je možné sondáž zahájit od konce laviny směrem do svahu.
- Utvořte řadu s rozestupy na nataženou ruku.
- Sondy budete umisťovat po své levé straně, mezi nohama a po své pravé straně.
- Vedoucí záchranky dbá o udržení linie sondujících a dává jednotlivé pokyny: „Sonda vpravo, sonda uprostřed, sonda vlevo, krok vpřed.“

- Krok vpřed by měl být cca o 60 cm.
- POZITIVNÍ SONDA SE NEVYTAHUJE!

Jemná sondáž

- Pokud je k dispozici dostatečný počet osob a sond, může být provedena jemná sondáž.
- Rozestupy sondujících jsou nyní na šíři ramen.
- Sonduje se u levé nohy, mezi nohama a u pravé nohy.
- Krok vpřed by měl být o cca 30 cm.
- Vedoucí dbá o udržení linie, všichni se řídí jeho pokyny.
- POZITIVNÍ SONDA SE NEVYTAHUJE!

Pozn. Toto nejsou úplné a vyčerpávající informace, slouží jako doplnění materiálů vypracovaných odborníky HS (např. Kořízek 2005).

Literatura:

Houdek, I., Vrba, M. (1956): Zimní nebezpečí v horách. STL, Praha, 205 str.
Forest Service (1961): Snow avalanches. U.S. Department of Agriculture, Forest Service, Washington, 84 str.
McClung, D., Schaerer, P. (2004): The Avalanche Handbook. The Mountaineers Books, Seattle, 271 str.
Milan, L., Šramka, Š. (1988): Nebezpečnost lavín, 2. vydání, Šport, Bratislava, 151 str.
Trempel, B. (2004): Staying alive in avalanche terrain. The Mountaineers Books, Seattle, 284 str.
www.sl.f.ch (2005) – Eidgenössisches Institut für Schnee- und Lawinenforschung, Davos, Švýcarsko.