

## CHOVÁNÍ PŘI BLESKU A BOUŘCE

Za bouřky není žádné místo absolutně bezpečné. Budovy před bleskem dostatečně ochrání kovový bleskosvod, který se umísťuje na nejvyšší bod budovy a je spojený silným vodičem se zemí, poměrně bezpečný je i automobil s uzavřenou plechovou karosérií.

### Pokud nás bouřka zastihne v budově:

- zavřete okna, zdržujte se uprostřed místnosti na suchém místě, dále od kamen, vodovodu, elektrického vedení, zásuvek, elektrických spotřebičů a telefonů,
- abychom zabránili poškození domácích přístrojů, je nejlepší vypnout je ze sítě a to zejména ty, jejichž součástí je obrazovka,
- nesahejte na zařízení koupelen vzhledem k tomu, že kovové vodovodní a odpadové trubky mohou vést elektřinu, nepouštějte vodu.

### Pokud nás bouřka zastihne ve volném prostoru:

- nejlepší je přerušit některé činnosti a vyhledat spolehlivý úkryt,
- neschovávejte se pod osaměle stojícím stromem,
- vyhněte se volným otevřeným prostranstvím,
- pokud vás bouře zastihne znenadání na volném prostranství, vyhledejte příkop nebo prohlubeň a v podřepu s nohama u sebe přečkejte bouřku,
- pokud se ukryjete v jeskyni, jděte co nehlouběji, nikdy nezůstávejte blízko vchodu do jeskyně,
- neschovávejte se pod různými převisy (skalními či půdními), hrozí velké riziko zasažení bleskem,
- vyhněte se vodním plochám. V žádném případě se za bouřky nekoupejte v otevřených vodních nádržích a jezerech, neprovozujte vodní sporty!
- vyhněte se vyvýšeným místům,
- zcela nevhodným úkrytem jsou malá stavení bez hromosvodu nebo velká stavení s porušenou statikou.

## Pokud nás bouřka zastihne v autě:

- zůstaňte uvnitř,
- dveře a okna nechte zavřená,
- plechová karoserie vám poskytne dostatečnou ochranu,
- nevystupujte z auta, zejména jsou-li pneumatiky a vozovka ještě suché, protože v okamžiku vystoupení se můžeme stát „uzemněním“ auta a tím iniciovat blesk.

## První pomoc

**První pomoc** při úrazech bleskem je stejná jako při ostatních úrazech způsobených elektrickým proudem a při popáleninách. Často je nezbytné použít umělé dýchání, srdeční masáž a protišoková opatření.

- Popálených míst se nikdy nedotýkejte! Popálené místo ochlazujte studenou vodou po dobu nejméně 10 minut a sterilně přikryjte. Puchýře nepropichujte, přiškvařené látky z rány neodstraňujte.
- S postiženým v šoku udržujte slovní kontakt, zabraňte ztrátám krve, zajistěte teplo. Nepodávejte tekutiny ani léky. Postiženého uložte do protišokové polohy na zádech, dolní končetiny jsou zdvižené nad podložku o cca 40 cm.
- V případě zástavy dýchání a krevního oběhu uvolněte dýchací cesty a začněte s nepřímou masáží srdce a umělým dýcháním v poměru 30:2. Provedte dva úvodní vdechy a zkontrolujte pohyby hrudníku. Navažte nepřímou srdeční masáží, udržujte stlačení 100x za minutu. Pokud dýchá a není podezření na poranění páteře a jiné vážné zranění, polož raněného do stabilizované polohy.

### **Pamatujte!**

Úraz elektrickým proudem či bleskem způsobí v organismu postiženého člověka řadu změn, které se nemusí projevit při prvním kontaktu s ním. I když je postižený při vědomí a na první pohled v pořádku, může být nadále ohrožen selháním základních životních funkcí, a to i v delším časovém odstupu. Z tohoto důvodu je nutno postiženého sledovat a dopravit jej vždy neprodleně k odbornému vyšetření!