

Zdravotní prevence, bezpečné chování v různých životních situacích, včetně mimořádných událostí

Jolana Klempířová

Bakalářská práce
2022



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta logistiky a krizového řízení

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta logistiky a krizového řízení
Ústav krizového řízení

Akademický rok: 2021/2022

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: **Jolana Klempířová**
Osobní číslo: **L19141**
Studijní program: **B3909 Procesní inženýrství**
Studijní obor: **Ovládání rizik**
Forma studia: **Prezenční**
Téma práce: **Zdravotní prevence, bezpečné chování v různých životních situacích, včetně mimořádných událostí**

Zásady pro vypracování

1. Zpracujte teoretickou rešerši k tématu zdravotní prevence a bezpečného chování v různých životních situacích (včetně mimořádných událostí).
2. Proveďte dotazníkové šetření a analýzu dat této problematiky.
3. Na základě zjištěných výsledků analýzy navrhněte případné změny a opatření ke zlepšení zdravotní prevence a bezpečného chování.

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam doporučené literatury:

1. DOLEŽEL, Martin, Jan KYSELÁK, Otakar J. MIKA a Jaromír NOVÁK. *Základy ochrany obyvatelstva*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2014. ISBN 978-80-244-4268-6.
2. FARKAŠOVÁ, Dana. *Determinanty zdravia*, Martin: Vydavateľstvo Osveta, 2018. ISBN 978-80-8063-461-2.
3. HRADIL, Jaroslav, Otakar J. MIKA, Miroslav MUSIL, Bohuslav SVOBODA, Jakub RAK a Dušan VIČAR. *Základy ochrany obyvatelstva v České republice: odborná monografie*. Uherské Hradiště: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, Fakulta logistiky a krizového řízení, 2018. ISBN 978-80-7454-774-4.

Další odborná literatura dle doporučení vedoucího bakalářské práce.

Vedoucí bakalářské práce: **doc. Ing. Jaromír Novák, CSc.**
Ústav krizového řízení

Datum zadání bakalářské práce: **1. prosince 2021**

Termín odevzdání bakalářské práce: **13. května 2022**

L.S.

doc. Ing. Zuzana Tučková, Ph.D.
děkanka

Ing. et Ing. Jiří Konečný, Ph.D.
ředitel ústavu

V Uherském Hradišti dne 1. prosince 2021

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že:

- bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému a dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3;
- podle § 60 odst. 1 autorského zákona má Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 odst. 2 a 3 autorského zákona mohu užít své dílo – bakalářskou práci nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům;
- pokud je výstupem bakalářské práce jakýkoliv softwarový produkt, považují se za součást práce rovněž i zdrojové kódy, popř. soubory, ze kterých se projekt skládá. Neodevzdání této součásti může být důvodem k neobhájení práce.

Prohlašuji,

- že jsem na bakalářské práci pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.
- že odevzdaná verze bakalářské práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou obsahově totožné.

V Uherském Hradišti, dne: *19.05.2022*

Jméno a příjmení studenta: Jolana Klempřová

.....
podpis studenta

ABSTRAKT

Bakalářská práce na téma „Zdravotní prevence, bezpečné chování v různých životních situacích, včetně mimořádných událostí“ je rozdělena na dvě části, a to na teoretickou a praktickou. V teoretické části jsou vymezeny základní pojmy vztahující se k dané problematice a některé z nich jsou dále podrobněji rozvinuty. Praktická část je zaměřená na dotazníkové šetření, které se týká mimořádných událostí, bezpečného chování a zdravotní prevence. Závěrem jsou uvedeny návrhy na zlepšení informovanosti obyvatelstva. V této bakalářské práci bylo hlavním cílem, na základě získaných informací, zpracovat analýzu dat problematiky a navrhnout vhodné změny a opatření, které povedou ke zlepšení situace informovanosti. Aby mohl být splněn hlavní cíl práce, bylo zapotřebí nejdříve splnit dílčí cíl. Dílčím cílem bylo zpracování a analýza dat, která proběhla formou dotazníkového šetření.

Klíčová slova: prevence, mimořádná událost, bezpečné chování, evakuace

ABSTRACT

The bachelor thesis on the topic "Health prevention, safe behaviour in different life situations, including emergencies" is divided into two parts, theoretical and practical. In the theoretical part, there are determined primary terms related to the given issue are defined and some of them are further developed in more detail. The practical part focuses on a questionnaire survey concerning emergencies, safe behaviour and health prevention. Finally, suggestions for improving public awareness are given. In this bachelor's thesis, the main objective was, based on the information obtained, to elaborate a data analysis of the issue and to propose appropriate changes and measures that will lead to an improvement of the awareness situation. In order to fulfill the main objective of the thesis, it was necessary to fulfill the sub-objective first. The sub-objective was to process and analyse the data, which was conducted in the form of a questionnaire survey.

Keywords: prevention, emergencies, safe behaviour, evacuation

Ráda bych poděkovala doc. Ing. Jaromíru Novákovi, CSc. za odborné vedení, cenné rady, připomínky a čas, který mi v průběhu zpracování této bakalářské práce poskytoval.

Dále bych také chtěla velice poděkovat své rodině za trpělivost, pomoc a podporu nejen při studii, ale i dalších životních rozhodnutích.

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

OBSAH

| | |
|---|-----------|
| ÚVOD..... | 9 |
| I TEORETICKÁ ČÁST | 11 |
| 1 ZÁKLADNÍ POJMY | 12 |
| 2 ZDRAVOTNÍ PREVENCE..... | 14 |
| 2.1 VÝZNAM ZDRAVOTNÍ PREVENCE | 15 |
| 2.1.1 Preventivní aktivity | 15 |
| 2.2 OČKOVÁNÍ | 16 |
| 2.2.1 Dělení očkování | 16 |
| 2.3 ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL | 17 |
| 2.3.1 Složky zdravého životního stylu | 18 |
| 3 MIMOŘÁDNÉ UDÁLOSTI..... | 20 |
| 3.1 VÝZNAM A DĚLENÍ MIMOŘÁDNÝCH UDÁLOSTÍ | 20 |
| 3.1.1 Naturogenní mimořádné události | 20 |
| 3.1.2 Antropogenní mimořádné události..... | 23 |
| 3.2 KLASIFIKACE MIMOŘÁDNÝCH UDÁLOSTÍ Z POHLEDU INTEGROVANÉHO ZÁCHRANNÉHO SYSTÉMU | 26 |
| 4 VAROVÁNÍ, INFORMOVÁNÍ A UKRYTÍ OBYVATELSTVA..... | 27 |
| 4.1 VAROVÁNÍ A INFORMOVÁNÍ OBYVATELSTVA | 27 |
| 4.1.1 Varovné signály | 28 |
| 4.1.2 Jak se chovat po zaznění sirény | 28 |
| 4.2 UKRYTÍ OBYVATELSTVA | 29 |
| 4.2.1 Důvody ukrytí | 29 |
| 5 EVAKUACE | 31 |
| 5.1 ROZDĚLENÍ EVAKUACE | 31 |
| 5.1.1 Dle rozsahu opatření: | 31 |
| 5.1.2 Dle doby trvání:..... | 31 |
| 5.1.3 Podle varianty ohrožení: | 32 |
| 5.1.4 Podle způsobu realizace na: | 32 |
| 5.2 EVAKUAČNÍ ZAVAZADLO A ZÁSADY PRO OPUŠTĚNÍ BYTU | 32 |
| 5.2.1 Obsah evakuačního zavazadla..... | 32 |
| 5.2.2 Zásady pro opuštění bytu v případě evakuace | 33 |
| 5.3 ROZHODNUTÍ O EVAKUACI | 33 |
| 5.4 ORGÁNY ZABEZPEČUJÍCÍ EVAKUACI | 34 |
| 5.4.1 Pracovní skupina krizového štábu..... | 34 |
| 5.4.2 Evakuační středisko | 34 |
| 5.4.3 Přijímací středisko..... | 35 |

| | |
|---|-----------|
| II PRAKTICKÁ ČÁST..... | 36 |
| 6 DOTAZNÍKOVÉ ŠETŘENÍ..... | 37 |
| 6.1 ANALÝZA RESPONDENTŮ | 37 |
| 6.2 VYHODNOCENÍ OTÁZEK DOTAZNÍKOVÉHO ŠETŘENÍ | 40 |
| 7 ZHODNOCENÍ DOTAZNÍKOVÉHO ŠETŘENÍ..... | 57 |
| 7.1 NÁVRHY NA ZLEPŠENÍ INFORMOVANOSTI OBYVATELSTVA..... | 57 |
| ZÁVĚR | 59 |
| SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY..... | 60 |
| SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK..... | 63 |
| SEZNAM OBRÁZKŮ | 64 |
| SEZNAM GRAFŮ | 65 |
| SEZNAM PŘÍLOH..... | 66 |

ÚVOD

Zdraví je neodmyslitelnou součástí člověka, které by si měl každý z nás cenit a chránit. Nicméně je také velmi podceňováno a většinou si jeho hodnotu lidé uvědomí až v přítomnosti některé z nemocí, kdy o něj začnou přicházet. O zdraví by se mělo průběžně pečovat celý život, není tím myšleno pouze zakoupení vitamínů a pochycení rad z marketingových tahů, ale především prevence formou prohlídek u lékaře a zdravým životním stylem. Spousta lidí pravidelně lékaře nenavštěvuje, protože si myslí, že když je nic netrápí a nebolí, tak to není potřeba. Opak je pravdou a včasné zachycení onemocnění je důležitým faktorem pro efektivnější léčbu. Je důležité vést již od raného věku děti k zdravému životnímu stylu, základním hygienickým návykům a nepodceňovat potřebná očkování. Vakcinace je důležitým činitelem v boji a vyhlazení nemocí, které už po staletí ohrožují naše životy.

Mimořádné události ohrožovaly lidstvo již od pradávna a bohužel jinak tomu nebude i v budoucnu, kde lze počítat s tím, že jejich výskyt bude čím dál častější. Intenzivnější přítomnost těchto nežádoucích jevů bude způsobena především nevhodným lidským chováním, jednáním a zasahováním do přírody, které vede ke vzniku živelních pohrom. Dříve výskyt hrozeb nebyl v tak hojném počtu, ale v dnešní době se stačí připojit na internet a jsme zahlceni událostmi o tom, kde udeřilo tornádo, zemětřesení, kde hoří krajina nebo kde byl spáchán teroristický útok. Bohužel událostem přírodního charakteru se nedá úplně zabránit ani zcela předcházet. Je zapotřebí tedy tyto jevy nepodceňovat, ale připravit se na ně. Důkladnou přípravou můžeme alespoň zčásti snížit následky pohrom. Připravený člověk může lépe pomoci sám sobě, ale i ostatním. Lidé by neměli přistupovat k mimořádným událostem ve stylu „mě se to netýká, nám se to stát nemůže“, zářným příkladem je tornádo, které udeřilo minulý rok v létě na jižní Moravě. Nikdo z obyvatel postižených vesnic si nejspíš nikdy nepředstavoval, že by je mohlo něco takového postihnout. Proto je podstatné být objektivní a vždy počítat i s takovou nepříjemnou verzí.

Bakalářská práce je rozdělena na dvě části. Teoretická část je zaměřena na základní pojmy týkající se nejen zdraví, bezpečnosti ale i mimořádných událostí. Dále se zabývá charakteristikou zdraví, zdravotní prevence, mimořádných událostí, varování, vyrozumění a ukrytí obyvatelstva a evakuací. Hlavním cílem, na základě získaných informací, bylo zpracovat analýzu dat problematiky a navrhnout vhodné změny a opatření, které povedou ke zlepšení situace informovanosti. Aby mohl být splněn hlavní cíl práce, bylo zapotřebí nejdříve splnit dílčí cíl. Dílčím cílem bylo zpracování a analýza dat, která proběhla formou

dotazníkového šetření. Pro teoretickou část byly využity k vytvoření práce metody jako je analýza, syntéza, indukce, dedukce a analogie.

Praktická část je zaměřena na dotazníkové šetření, kdy jsou zjišťovány znalosti osob v dané problematice. V závěru praktické části jsou na základě zjištěných informací navrhována řešení ke zlepšení informovanosti z těchto oblastí.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 ZÁKLADNÍ POJMY

Pro účely této práce je důležité si nejprve uvést pár základních pojmů. V této kapitole jsou uvedeny pojmy vztahující se k tématu, které se zabývají zdravotní prevencí, bezpečným chováním v různých životních situacích, hlavně při mimořádných událostech.

Bezpečnost

Jde se o stav, ve kterém jsou eliminovány hrozby na co nejnižší úroveň a je přijatelná pravděpodobnost vzniku újmy na chráněných zájmech. Pojem bezpečnost se může také zjednodušeně chápat jako stav, ve kterém se subjekt necítí ohrožen a cítí se tedy bezpečně (Hradil et al., 2018).

Evakuace

Souhrn opatření jejichž cílem je zabezpečit přemístění osob, zvířat, předmětů kulturní hodnoty, technického zařízení a dalších důležitých nezbytných věcí, z místa ohrožení do míst, kde je zajištěno pro evakuované bezpečné náhradní ubytování a stravování, pro zvířata ustájení a pro věci uskladnění (Řehák, Martínek a Legierská, 2019).

Havárie

Dle zákona č. 239/2000 o integrovaném záchranném systému a o změně některých zákonů se havárií „rozumí mimořádná událost, ke které dojde v souvislosti s provozem technických zařízení a budov, při nakládání s nebezpečnými chemickými látkami a při jejich přepravě nebo při nakládání s nebezpečnými odpady“ (Česko, 2000a).

Integrovaný záchranný systém

Jedná se o koordinovaný postup jeho složek, které se připravují na mimořádné události či provádí záchranné a likvidační práce. IZS se dělí na základní a ostatní složky. Mezi základní složky patří: Hasičský záchranný sbor České republiky, Jednotky požární ochrany zařazené do plošného pokrytí kraje jednotkami požární ochrany, dále se sem řadí poskytovatelé zdravotnické záchranné služby a Policie České republiky. Ostatními složkami IZS jsou například obecní policie nebo vyčleněné síly a prostředky ozbrojených sil (Řehák, Martínek a Legierská, 2019).

Krizová situace

Podle zákona č. 240/2000 o krizovém řízení a o změně některých zákonů, se krizovou situací rozumí: „mimořádná událost podle zákona o integrovaném záchranném systému, narušení

kritické infrastruktury nebo jiné nebezpečí, při nichž je vyhlášen stav nebezpečí, nouzový stav nebo stav ohrožení státu (dále jen „krizový stav“)“ (Česko, 2000b).

Likvidační práce

Zahrnují se zde činnosti, které slouží k odstranění škod a následků způsobených mimořádnou událostí (Hradil et al., 2018).

Mimořádná událost

Je uvedena v zákoně č. 239/2000 o integrovaném záchranném systému a o změně některých zákonů a definuje ji jako: *„škodlivé působení sil a jevů vyvolaných činností člověka, přírodními vlivy, a také havárie, které ohrožují život, zdraví, majetek nebo životní prostředí a vyžadují provedení záchranných a likvidačních prací složkami integrovaného záchranného systému“* (Česko, 2000a).

Prevence

Slouží k předcházení nežádoucích jevů, jejímž cílem je zamezit či alespoň snížit pravděpodobnost jejich výskytu a předcházet různému onemocnění a úrazům (Co je prevence, 2019).

Veřejné zdraví

V zákoně č. 258/2000 sb. o ochraně veřejného zdraví je uvedeno jako *„zdravotní stav obyvatelstva a jeho skupin. Tento zdravotní stav je určován souhrnem přírodních, životních a pracovních podmínek a způsobem života“* (Česko, 2000c).

Záchranné práce

Jsou to činnosti, které je nutné provést k odvrácení či omezení bezprostředního působení rizik mimořádnou událostí (Hradil et al., 2018).

2 ZDRAVOTNÍ PREVENCE

Zdraví je stav úplné tělesné, duševní a sociální pohody. Člověk by měl mít vhodné přístřeší, kvalitní spánek, správné hygienické návyky, měl by jíst vyváženou stravu a cvičit nebo mít alespoň nějaký pohyb. K celkovému zdraví přispívá také duchovní, emocionální a finanční stránky, které jsou spojovány s nižší úrovní stresu a tím pádem lepší duševní i fyzickou pohodou. Lidé s lepšími finančními možnostmi si mohou dovolit nakupovat kvalitnější potraviny a ti, kteří se starají o své duševní zdraví jsou zase klidnější a i cílevědomější.

Zdraví se dělí na dva typy, a to fyzické a duševní.

- Fyzické zdraví – u člověka s dobrým fyzickým zdravím je pravděpodobné, že jeho tělesné funkce a procesy pracují na nejvyšší úrovni, což ale neznamená nepřítomnost nemocí. K dobrému zdraví přispívá pravidelné cvičení, vyvážená strava a dostatečný odpočinek. Udržování fyzické kondice může chránit nebo rozvíjet odolnost jedince, což napomáhá ke snížení rizika úrazu a jiných zdravotních problémů.
- Duševní zdraví – představuje emocionální, sociální a psychickou pohodu člověka. Je stejně důležité jako zdraví fyzické, nicméně je mnohem složitěji definovanější, protože mnoho psychologických diagnóz závisí na tom, jak jedinec prožívá a vnímá své pocity (What is good health?, 2020).

Fyzické a duševní zdraví spolu úzce souvisí. Pokud tělesné a duševní zdraví spolu navzájem správně fungují, zlepšuje se tak i celková kvalita života člověka. Naneštěstí chronické onemocnění ovlivňuje schopnost člověka plnit běžné úkoly, což může vést k depresi a stresu. Duševní onemocnění, jako jsou například deprese nebo anorexie, ovlivňují negativně tělesnou hmotnost a celkovou funkčnost těla. Zejména vysoce vytížení lidé by si měli dávat pozor na syndrom vyhoření – plíží se totiž pomalu a je těžké ho zavčas rozpoznat. Pokud nastane, dojde k fyzickému i emocionálnímu vyčerpání, cynismu, pocitům méněcennosti a nechuti do života (Syndrom vyhoření, © 2022). Nejčastěji výskyt přetížení pociťují pracovníci složek IZS, zejména hasiči. Členové HZS mají zajištěnou bezplatnou psychologickou pomoc, a ti kteří odpracují více než 15 let mají nárok v délce 14 kalendářních dnů v roce na ozdravný pobyt ve formě lázeňské péče nebo tělesných rehabilitačních aktivit (Specifika služebního poměru, © 2022). Klíčem k úspěšnému zdraví je snažit se o úplnou pohodu, rovnováhu a přistupovat ke zdraví jako k celku.

2.1 Význam zdravotní prevence

Prevence se překládá z latiny jako slovo předcházet. Jedná se tedy o soubor opatření, která mají za úkol předcházet nějakému nežádoucímu jevu, v tomto případě týkající se zdravotnictví, nemocem a to např. zhoubným nádorům, nemocem srdce a cév, šíření infekcí nebo jiným závažným onemocněním (PREVENCE? CO TO JE?, © 2022).

Preventivní zdravotní péče může zachránit nejen život, ale může zabránit i šíření nakažlivých nemocí. Jedním z přínosů preventivní zdravotní péče je záměr udržet lidi zdravé. Většina osob řadí mezi nejzákladnější prevenci především očkování a preventivní prohlídky, ale řadí se sem i zdravý životní styl a také i pouhé umývání rukou. Drží se názoru, že je lepší nemocem předcházet než jim poté čelit. Proto i když se cítí zdraví či na sobě nevnímají nějaké změny, neměli by zapomínat navštěvovat lékaře na preventivních prohlídkách, kdy je velká šance k odhalení nemoci. Včasné odhalení zdravotních problémů vede k větší šanci na uzdravení. Měli by si být vědomi, že díky těmto prevencím si jsou schopni prodloužit, a hlavně prožít kvalitní život. Bohužel dennodenně jsme vystavováni nespočetnému množství bakterií, virů, kvasinek a dalších mikroorganismů, které nám mohou, jak oslabit, tak i zničit organismus. Neustále také vznikají nové varianty virů a mutací, se kterými se musí naše tělo vypořádat. Zdravotní prevence je společností mnohdy podceňována a pro rozvojové země zatím nedosažitelná, proto nebyly doposud vymýceny smrtelné nemoci, například černý kašel, pravé neštovice apod.

2.1.1 Preventivní aktivity

Preventivní aktivity se zahrnují do následujících tří kategorií:

- Primární prevence – úlohou je posilnit zdraví člověka, zvýšit odolnost jeho imunity a zabránit šíření nemocí, protože vznik nemocí je z velké části ovlivněn jeho chováním. Jde o snahu nemocem předcházet činnostmi, které se zaměřují na vyhledávání rizikových faktorů, snižování jejich vlivu a na posilňování ochranných faktorů zmenšujících riziko vzniku nemocí.
- Sekundární prevence – tato prevence nastupuje, pokud se u jedince již projevují příznaky onemocnění. Cílem je léčení nemoci v nejranější fázi stádia, a tak zabránit vzniku pokročilejších forem, komplikací a zlepšit prognózu pacientů. Mezi nástroje patří screeningové metody včasné diagnostiky, které umožňují poměrně rychle

odhalit poruchu nebo chorobný proces a začít tak co nejdříve s léčbou, ještě před jejím úplným rozvinutím.

- Terciární prevence – uplatňuje se až ve stádiu úplného propuknutí příznaků onemocnění. Jejím cílem je snaha obnovit zdraví do takové míry, jak jen je klinicky možné, zabezpečit optimální fungování organismu a co nejvíce snížit trvalé následky (Farkašová et al., 2018).

2.2 Očkování

Jak bylo výše uvedeno, očkování spadá mezi nejuspěšnější preventivní opatření, v boji s infekčními nemocemi. Vakcíny chrání nejen jednotlivce, ale i celé komunity lidí před smrtelnými nemocemi. Díky nim se podařilo zcela vymýtit nebo alespoň eliminovat některé nemoci, jako je například dětská obrna. Očkování pomáhá imunitní obraně člověka překonat běžné onemocnění, kterému může být vystaven. Očkování v naprosté většině případů zabrání tomu, aby se člověk touto nemocí nakazil. V některých případech může člověk onemocnět i po očkování, ale příznaky jsou mírnější a uzdravení rychlejší.

Jak probíhá vakcinace? Během podání vakcíny je do těla vpuštěn antigen (simuluje konkrétní infekci), který aktivuje imunitní systém a tělo si začne vytvářet ochranné protilátky proti danému onemocnění. Očkovaná osoba má menší pravděpodobnost, že přenesení infekční onemocnění na ostatní, takže očkování může pomoci chránit ty, kteří sami očkováni být nemohou. To zahrnuje kojence, děti, starší osoby a také osoby s oslabeným imunitním systémem, například pacienty s rakovinou. Tyto skupiny mají prospěch z toho, že se ostatní nechají očkovat, protože nemoc se pak nemůže šířit v komunitě a tím mají menší pravděpodobnost, že onemocní. K vytvoření komunitní imunity je zapotřebí vysoký počet očkovaných, pokud je očkován vysoký počet lidí řetězce infekcí se zastaví. Očkování pomáhá udržet více lidí zdravých, čímž snižuje sociální a psychickou zátěž, kterou pro lidi představují nemoci, a snižuje tak i zatížení nemocnic a systémů zdravotní péče. To znamená, že nevynaložené zdroje a úsilí mohou být dále věnovány na boj s jinými nemocemi, jako je rakovina nebo Alzheimerova choroba (How do vaccines work?, 2020).

2.2.1 Dělení očkování

Očkování můžeme dělit na 3 kategorie:

- Povinná očkování, která jsou plně hrazena z veřejného zdravotního pojištění, se řídí vyhláškou o očkování proti infekčním nemocem a probíhají u příslušného

praktického lékaře pro děti a dorost. Mezi nemoci, proti kterým jsou očkováni chráněni spadá hepatitida typu B, spalničky, příušnice, zarděnky, dětská obrna, tetanus i tuberkulóza a dávivý kašel.

- Nepovinná očkování, ale přesto hrazená z veřejného zdravotního pojištění. Rozhodnutí, zda se nechat anebo nenechat naočkovat záleží na samotném pacientovi, v případě nezletilosti na jeho rodičích. Neznamena to ale, že tato očkování jsou méně důležitá. Ve specifických případech mohou být plně nebo alespoň částečně hrazena z veřejného zdravotního pojištění. Jedná se o očkování proti chřipce, lidskému papilomaviru a pneumokokovým onemocněním.
- Nepovinná očkování, která nejsou hrazená z pojištění. Pokud pacient nepatří do rizikové skupiny, je jen na jeho zvážení, zda si vakcínu zaplatí sám či ne. Může se jednat o očkování proti rakovině děložního čípku, žloutence, klíšťové encefalitidě a dalším. Také jsou zde zahrnuty vakcíny, které jsou doporučovány při cestě do některých exotických zemí, jedná se o očkování proti žluté zimnici, břišnímu tyfu a choleře (Povinná a nepovinná očkování. Jak se ve vakcínách vyznat?, © 2021).

2.3 Zdravý životní styl

Mnohokrát za život se každý z nás setkal s pojmem zdravý životní styl, ale známe vůbec význam tohoto slova? Nebo co si pod tím máme představit? Kdybychom se zeptali několika lidí, dostali bychom od každého jinou odpověď. Během zdravého životního stylu by se zkrátka měly dělat pouze takové věci, které jedinci dělají radost a ve kterých se cítí dobře. Pro někoho to může znamenat, že půjde třikrát týdně na delší procházku a jednou za čas si dá jídlo z fast foodu. Pro někoho jiného to může být pravidelný každodenní trénink, dodržování různých diet, nekouřit a nepít alkohol. Nelze určit který z těchto způsobů je lepší, protože obojí je pro toho daného člověka ideální. O tom, jak vypadá váš zdravý životní styl, rozhodujete jenom a pouze vy.

Základem zdravého životního stylu je správná výživa, každodenní pohyb a dostatek spánku. Zdravý životní styl vás udržuje v dobré kondici, plné energie a též snižuje riziko onemocnění. Podle WHO je zdravý životní styl způsob života, který vám pomáhá užívat si více aspektů vašeho života. Jedná se o způsob života, který snižuje riziko vážného onemocnění nebo dokonce předčasného úmrtí. Zdraví neznamená jen vyhnout se nemoci nebo onemocnění, jde také o fyzickou, duševní a sociální pohodu. Pokud si osvojíte zdravý životní styl, budete pozitivnějším vzorem pro ostatní členy rodiny, zejména pro děti.

Vytvoříte pro ně také lepší prostředí, ve kterém budou vyrůstat. Tím, že jim pomůžete dodržovat zdravější životní styl, přispějete k jejich blahobytu a radosti ze života nyní i v budoucnu. Zvládání stresu pozitivním způsobem, namísto kouření nebo pití alkoholu, snižuje opotřebení vašeho těla na molekulární úrovni. Pokud chce člověk mít delší a pohodlnější život, měl by si zdravý životní styl osvojit (Health Lifestyle, 2019).

2.3.1 Složky zdravého životního stylu

Zdravý životní styl se může rozdělit do 6 složek:

- První složkou je zdravé stravování, protože naše tělo potřebuje dostávat vyváženou stravu tak, aby mělo každodenní příjem odpovídajícího množství vitamínů, živin a dalších potřebných látek. Konzumace vyvážené stravy zajistí silný imunitní systém, který je schopen odolávat infekcím a popřípadě s nimi bojovat. Dále se jedná o menší riziko vzniku některých typů rakoviny, nižší krevní tlak, přiměřená hmotnost, více energie a dostatek základních živin pro organismus (What is a healthy lifestyle?, 2021).
- Druhou složkou je aktivní životní styl, jelikož pohyb je pro tělo velmi důležitý, nejen z hlediska udržení přiměřené váhy, ale i kvality spánku. Také může chránit před dalšími různorodými zdravotními problémy.
- Třetí složkou je zvládání stresu, ať už toho přímého či nepřímého, poněvadž když je člověk ve stresu více kouří, přejídá se, holduje alkoholu a hádá se s ostatními. Stres může způsobit mnoho dalších nemocí, které bychom mu v jejich počátku propuknutí ani nepřisuzovali.
- Za čtvrté je to vztah k sobě samému. Mít se rád, být se sebou vyrovnaný a cenit si sám sebe je velmi důležité, protože pokud to tak není, ovlivňuje to osobu negativně.
- Pátou složkou je síla mysli a těla. Každý by si měl nastavit určité své priority a cíle tak, aby šel za svými úspěchy a nenechal se odradit.
- Poslední složkou je životní rovnováha, kdy by se měly sladit všechny klíčové oblasti života, tak aby byly vzájemně propojené a ovlivňovaly se a aby byly skutečně naplněny naše sny a vize (Co je to zdravý životní styl?, 2015).

Je důležité svůj životní styl neustále zlepšovat, přestože může být velmi těžké se od svých starých zvyků oprostit. Není důležité, jestli bude progres po malých krůčcích nebo nastane

náhlá změna zde dne na den, ovšem je podstatné být vytrvalý a poté dříve anebo později se tělo odvděčí.

3 MIMOŘÁDNÉ UDÁLOSTI

Když se člověk ocitne v situaci, že je vystaven některé mimořádné události, nikdy neví, s čím se potýká a jaké budou následky, protože tato situace může nastat kdykoliv a kdekoliv. Vznikne většinou velice rychle, a proto je těžké se na ni dopředu připravit. Nedá se ani odhadnout, zda se bude jednat jen o dopady materiální či finanční anebo bohužel i ztráty na lidských životech. Jsou totiž nepředvídatelné, neovladatelné, ale časově a prostorově ohraničené. Mohou vzniknout jak lidskou činností, haváriemi tak i přírodními vlivy. Z určité části si za tyto události může lidstvo samo, konkrétně se jedná o přírodní vlivy, protože pokud se lidé nechovají k přírodě vhodným způsobem (například globální oteplování), příroda se bude chtít bránit. Ale i mnoha přírodním vlivům se dá předcházet.

3.1 Význam a dělení mimořádných událostí

Mimořádnou událost lze vnímat jako nežádoucí působení sil a jevů vyvolaných nejen funkcí člověka, přírodních vlivů, nýbrž i havárií, které ohrožují životy, zdraví, majetky nebo životní prostředí a jsou při nich zároveň vyžadovány záchranné a likvidační práce (Česko, 2000a).

Dělí se na 2 hlavní skupiny, a to na naturogenní a antropogenní, které se dále ještě rozdělují:

3.1.1 Naturogenní mimořádné události

Spadají sem takové mimořádné události, jež jsou způsobené samotnou přírodou. Dělí se dále ještě na abiotické a biotické.

3.1.1.1 Abiotické mimořádné události

Abiotické mimořádné události způsobuje neživá příroda a nejnámějšími jsou:

- požáry, které způsobí přírodní vlivy,
- povodně a záplavy,
- dlouhodobá sucha,
- dlouhodobé inverzní situace,
- zemětřesení,
- sopečná činnost,
- půdní eroze a zemské sesuvy

- propad zemských dutin nebo posun říčního koryta,
- sněhové kalamity, silné mrazy,
- krupobití,
- vichřice a větrné poryvy,
- mlhy – dlouhodobá ztráta viditelnosti,
- tornáda a tsunami.

Mezi méně známější a s nižší pravděpodobností, že nastanou jsou:

- kosmické záření,
- radioaktivita přírodního prostředí,
- únik radonu,
- zvýšené radioaktivní pozadí,
- atmosférické výboje,
- geomagnetické anomálie,
- narušování ozónové vrstvy z důvodů velké produkce metanu (velkochovy hospodářských zvířat),
- narušování krajinných celků a celkové ekologické rovnováhy,
- přepólování zemských pólů,
- globální změna klimatu,
- pád kosmických těles, meteorických dešťů nebo výbuch supernovy.

Dochází mezi nimi často k řetězové reakci, kdy díky vzniku jedné události nastane událost druhá, příkladem mohou být povodně a záplavy (Základní dělení mimořádných událostí, 2013-2022).

Sucho

Jednou z nejdiskutovanějších a nejaktuálnějších mimořádných událostí, která se vyskytuje v České republice je sucho. Sucho trápí zejména jižní Moravu, konkrétněji nejvíce Znojensko.

Sucho vzniká v období abnormálně suchého počasí, které trvá dostatečně dlouho na to, aby zapříčinilo vážnou hydrologickou nerovnováhu a způsobilo například škody na úrodě

nebo nedostatek vody. Závažnost sucha závisí na stupni nedostatku vláhy, délce trvání a velikosti postižené oblasti. Sucho lze definovat čtyřmi způsoby:

- Meteorologické sucho – když v oblasti spadne méně srážek než obvykle. Vzhledem ke klimatickým rozdílům nemusí být to, co je v jedné lokalitě považováno za sucho, suchem v jiné lokalitě.
- Zemědělské sucho – když množství vláhy v půdě přestane vyhovovat potřebám určité plodiny.
- Hydrologické sucho – když jsou zásoby povrchové a podpovrchové vody pod normálem.
- Socioekonomické sucho – když zásoby vody nejsou schopny uspokojit potřeby lidí a životního prostředí. Tento druh sucha může narušit rovnováhu mezi nabídkou a poptávkou.

V obcích, kde panují podmínky sucha, mohou být doporučena opatření na úsporu vody s cílem omezit její využívání. Šetření vodou je důležité zejména v době sucha, ale z ekologických důvodů by to měli mít lidé na paměti neustále a snažit se suchu předcházet zbytečným plýtváním vodou (Drought Preparedness & Water Conservation, © 2022).

3.1.1.2 Biotické mimořádné události

Biotické mimořádné události naopak způsobuje živá příroda. Člení se na:

- epifytii – rozsáhlou nákazu rostlin,
- epidemii – velká nákaza lidí,
- epizootii – rozsáhlá nákaza zvířat,
- přemnožení přírodních škůdců a plevelů,
- parazity,
- rychlé vymírání druhů,
- genové a biologické manipulace (Základní dělení mimořádných událostí, 2013-2022).

Africký mor prasat

Příkladem pro biotické mimořádné události je africký mor prasat, který se v nedávné době vyskytoval na území Zlínského kraje. Africký mor prasat je vysoce nakažlivé virové

onemocnění domácích a divokých prasat, kdy úmrtnost může dosahovat až 100 %. Neohrožuje lidské zdraví, ale má devastující účinky na populaci prasat a ekonomiku jejich chovu. Virus je v prostředí vysoce odolný a proti této nemoci v současné době neexistuje žádná účinná vakcína. V mnoha zemích je chov prasat hlavním zdrojem příjmů jak samotných domácností, tak i farem a velkochovů. Vepřové maso je navíc jedním z hlavních zdrojů živočišných bílkovin a tvoří více než 35 % celosvětové spotřeby masa. Tato nemoc představuje vážný problém pro potravinovou bezpečnost na celém světě. Toto onemocnění je také problémem pro biologickou rozmanitost a rovnováhu ekosystémů, protože postihuje nejen domácí chovná prasata, ale také divoká prasata (African swine fever, 2019).

3.1.2 Antropogenní mimořádné události

Mimořádné události, které jsou zapříčiněny lidskou činností se nazývají antropogenní. Dělíme je na čtyři skupiny: technogenní, sociogenní interní a externí a agrogenní (Základní dělení mimořádných událostí, 2013-2022).

3.1.2.1 Technogenní mimořádné události

Jedná se zejména o provozní havárie a havárie spojené s infrastrukturou. Pod tímto pojmem si můžeme představit:

- radiační havárie velkého rozsahu,
- důlní neštěstí,
- požáry,
- rozsáhlé ropné havárie,
- rozsáhlé dopravní havárie ať už silniční, železniční, vodní, letecké nebo lanovkové,
- technologické havárie spojené s výronem nebo únikem nebezpečných látek,
- havárie v dopravě s výronem toxických látek,
- mechanické a technické poruchy staveb a zařízení,
- mimořádné události v tunelech a jiných podzemních stavbách,
- narušení hrází vodohospodářských děl,
- nepříznivé působení člověka na životní prostředí – ekologické havárie (smog, skleníkový efekt, odpady ve vodních tocích apod.),

- technické a technologické havárie jako jsou požáry, exploze, destrukce, znečištění životního prostředí rozsáhlými haváriemi (Základní dělení mimořádných událostí, 2013-2022).

3.1.2.2 Sociogenní vnitřní mimořádné události

Sociogenní vnitřní mimořádné události vznikají vlivem vnitrostátních společenských, sociálních a ekonomických negativních jevů a řadí se sem:

- narušení dodávek ropy a ropných produktů, elektrické energie, plynu a tepla, potravin, pitné vody, léčiv a zdravotnického materiálu,
- narušení devizového a finančního hospodaření státu,
- totální zhroucení ekonomiky státu,
- migrační vlny a rozsáhlé emigrace ze státu,
- vliv přelidnění,
- použití zbraní hromadného ničení jaderných, chemických a biologických,
- hrozby teroristických akcí,
- závažné narušení veřejného pořádku,
- narušení funkčnosti dopravních systémů, funkčnosti informačních systémů a komunikačních vazeb,
- narušení funkčnosti systémů pro varování a vyrozumění obyvatelstva,
- rozvoj rasové, národnostní a náboženské nesnášenlivosti,
- hromadné postižení osob mimo epidemií,
- ohrožení života a zdraví občanů jiných zemí takového rozsahu, kdy je vyžadována humanitární pomoc nebo nasazení záchranných sil v rámci zahraniční pomoci,
- ohrožení demokratických základů státu extrémistickými politickými skupinami,
- psychosociální negativní jevy,
- záměrné šíření poplašných a nepravdivých zpráv,
- vyvolávání stavu paniky,
- záměrné šíření drogových závislostí,

- působení toxických odpadů na okolí,
- decimování a vyhlazování obyvatelstva (Základní dělení mimořádných událostí, 2013-2022).

3.1.2.3 Sociogenní vnější mimořádné události

Sociogenní vnější mimořádné události souvisí s vojenskou krizí a jedná se tedy o vojenské mimořádné události, a to:

- násilné akce subjektů cizí moci spojené s použitím vojenských sil a prostředků na území, ke kterému jsou plněny spojenecké závazky nebo je poskytována mezinárodní humanitární pomoc,
- diverzní činnost spojená s přípravou vojenské agrese nebo v průběhu vojenské agrese,
- vnější vojenské napadení státu nebo jeho spojenců,
- ohrožení základních demokratických hodnot v takovém rozsahu, že je požadováno nasazení ozbrojených sil pro provedení mezinárodní mírové nebo humanitární operace,
- hospodářské sankce a hospodářský nátlak,
- rozsáhlé ekologické havárie, přesahující hranice států,
- politický nátlak,
- přenos hospodářských krizí z důvodů propojení ekonomik (Základní dělení mimořádných událostí, 2013-2022).

3.1.2.4 Agrogenní mimořádné události

Poslední skupinu tvoří agrogenní mimořádné události, pod které spadá:

- eroze půdy,
- degradace kvality půdy,
- splavování půd do vodních toků,
- zhutňování půd z důvodů používání těžké mechanizace,
- nevhodné používání hnojiv a agrochemikálií,
- vysychání a znehodnocování vodních zdrojů,

- monokulturní zemědělská výroba,
- zhoršení kvality zemědělské produkce vlivem velkoprodukce (rostlinné i živočišné) (Základní dělení mimořádných událostí, 2013-2022).

3.2 Klasifikace mimořádných událostí z pohledu integrovaného záchranného systému

Jakmile vznikne jakákoliv mimořádná událost je zapotřebí, aby složky IZS mezi sebou vzájemně spolupracovaly, dle předem stanovených pravidel, tak aby se dosáhlo co nejuspokojivějšího výsledku. Každá mimořádná událost je individuální, proto je velmi složité se na takovou událost předem připravit. Hlavní je, aby všechny složky zasahující na místě vykonávaly svou činnost a zásah byl celkově koordinován. Během společného zásahu složek IZS může koordinace probíhat na třech úrovních:

- Taktická úroveň – řízení a postupy při mimořádné události koordinuje velitel zásahu, v místě, kde mimořádná událost nastala.
- Operační úroveň – zde koordinace probíhá operačním a informačním střediskem některé ze základních složek IZS.
- Strategická úroveň – starosta obce s rozšířenou působností, hejtman kraje, v Praze primátor hlavního města Prahy, nebo Ministerstvo vnitra a ostatní správní úřady v případech stanovených zákonem koordinují danou událost (Česko, 2000a).

4 VAROVÁNÍ, INFORMOVÁNÍ A UKRYTÍ OBYVATELSTVA

Někteří lidé se s takovou mimořádnou událostí, kdy budou znít sirény, setkávají vícekrát za život a už tedy ví co mají dělat. Většina z nás se s takovou situací nesetkala, a je důležité, aby občan, jak už České republiky nebo jiného státu, znal alespoň základní informace a věděl, jak se má v případě zaznění sirén zachovat.

4.1 Varování a informování obyvatelstva

Varování je „*souhrn technických a organizačních opatření zabezpečujících včasné upozornění obyvatelstva orgány veřejné správy na hrozící nebo nastalou mimořádnou událost vyžadující realizaci opatření na ochranu obyvatelstva a majetku*“ (Doležel et al., 2014, str.64).

Tísňové informování obyvatelstva je souhrnný přehled nejen organizačních, technických ale i provozních postupů, které ihned po zaznění varovného signálu, předají komplexní informace o vzniklém nebezpečí, a též nezbytné informace týkající se ochrany života, zdraví a majetku (Varování a informování obyvatelstva, 2014).

Včasné a správně varované obyvatelstvo se může lépe připravit na následující dění a je to také jedna ze základních podmínek úspěchu ochrany obyvatelstva. Mezi základní prostředky, díky kterým je obyvatelstvo varováno, se řadí zejména poplachové rotační a elektronické sirény a další zařízení, které mají podobné vlastnosti (například místní rozhlas), ale může probíhat i jinými způsoby jako jsou rozhlasové vozy, megafony apod. (Varování a informování obyvatelstva, 2014).

V ČR vznikl v roce 1991 jednotný systém varování a vyrozumění. Tento systém „*tvorí síť poplachových sirén, které zabezpečují bezprostřední varování obyvatelstva, a dále pak soustava vyrozumívacích center, soustava dálkového vyrozumění (doprava signálu a informací mezi vyrozumívacími centry), soustava místního vyrozumění (infrastruktura pro ovládání poplachových sirén a vyrozumění osob)*“ (Jednotný systém varování a vyrozumění ..., 2022).

Za funkčnost JSVV (jednotného systému varování a vyrozumění) má odpovědnost hasičský záchranný sbor. Za zajištění varování a vyrozumění obyvatel na území obce zodpovídá starosta obce a obecní úřad (Varování a informování obyvatelstva, 2014).

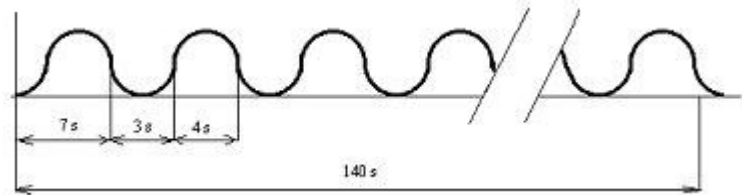
4.1.1 Varovné signály

- V případě nebezpečí nebo vzniku mimořádné události je obyvatelstvo varováno především poplašným signálem

VŠEOBECNÁ
VÝSTRAHA.

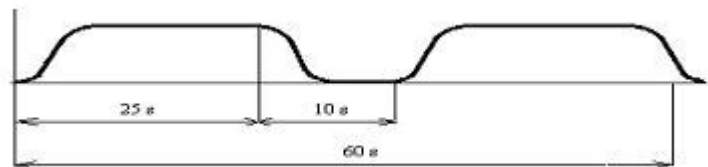
Tímto signálem je
kolísavý tón, který

trvá po dobu 140 sekund a může být vysílán i třikrát za sebou, v přibližně třímínutových intervalech.



Obrázek 1 – Všeobecná výstraha (Varování obyvatelstva v České republice, 2022)

- V České republice existuje kromě signálu "Všeobecná výstraha" také signál "Požární poplach". Tento signál je přerušovaný tón sirény trvající 1 minutu a slouží ke svolání jednotek hasičského záchranného sboru.



Obrázek 2 – Požární poplach (Varování obyvatelstva v České republice, 2022)

- Ověření funkčnosti neboli akustická zkouška provozuschopnosti probíhá zpravidla každou první středu v měsíci ve 12 hodin nepřerušovaným tónem sirény po dobu 140 sekund. Před spuštěním je obyvatelstvo hlasově informováno, že bude probíhat zkouška sirén

(In Case of Danger – Citizens' Handbook, 2003).



Obrázek 3 – Akustická zkouška (Varování obyvatelstva v České republice, 2022)

4.1.2 Jak se chovat po zaznění sirény

Pokud občané uslyší zvuk sirén, zjevně došlo k nějaké mimořádné události a měli by se v takovém případě řídit níže uvedenými pokyny. Tyto pokyny platí kromě zemětřesení a povodní:

Okamžitě se uschovat – vyhledejte úkryt v nejbližší budově. Může to být továrna, úřad, kancelář, obchod, veřejná budova nebo soukromý dům. Pokud cestujete v autě a uslyšíte poplašný signál, zaparkujte auto a ukryjte se v nejbližší budově.

Uzavřít dveře a okna – pokud se nacházíte uvnitř budovy, zavřete dveře a okna. Siréna pravděpodobně oznamuje únik toxických látek, plynu, radioaktivních materiálů a jedů. Uzavřením prostoru snížíte možnost kontaminace.

Zapnout rádio či televizi – nouzové vysílání vás bude informovat o tom, co se stalo a proč byla použita siréna, a obyvatelstvo bude varováno, co má dále dělat. V případě výpadku proudu použijte přenosné rádio s bateriovým napájením. Informace se vysílají také místním drátovým vysíláním a případně elektronickými sirénami (In Case of Danger - Citizens' Handbook, 2003).

4.2 Ukrytí obyvatelstva

Pro ochranu obyvatelstva, které bude nutné ukryt před následky mimořádných událostí, ale i při krizových situacích (zejména vojenského charakteru), je potřeba mít nachystané vhodné prostory. Tuto připravenost zajišťují orgány obce, jedná se o starostu, obecní úřad, radu a zastupitelstvo. Nutnost ukrytí je před účinky světelného a tepelného záření, pronikavé radiace, kontaminace radioaktivním prachem, chemickými a biologickými látkami a tlakovými účinky zbraní hromadného ničení (Ukrytí obyvatelstva, 2014).

4.2.1 Důvody ukrytí

Existují dva důvody, při kterých je vyžadována nutnost ukrytí obyvatelstva:

4.2.1.1 Ukrytí během vojenského ohrožení

Ochrana a ukrytí se v případě vojenského ohrožení plánuje a zabezpečuje ve stálých úkrytech (které byly vybudovány v podzemí, ale v dnešní době se ruší kvůli vysokým nákladům) anebo v improvizovaných úkrytech. Tyto úkryty se považují za hlavní, vznikají v předem vytypovaných objektech dle zpracovaných základních listů. Může se jednat o podzemní, suterénní a další části obytných domů a jiných objektů eventuálně i vyřazené stálé úkryty vhodné pro zprovoznění (Ukrytí obyvatelstva, 2014).

4.2.1.2 Ukrytí z důvodu mimořádné události

Pokud je vyžadováno ukrytí obyvatelstva v době válečného míru, hrozí kontaminace s nebezpečnými látkami či účinky pronikavé radiace. Je doporučováno vyhledat budovy s nadzemními podlažími a uschovat se ve vyšším patře na straně odvrácené od havárie, z důvodu, že mnoho nebezpečných látek, je těžší než vzduch a drží se tedy při zemi. Také je vhodné uzavřít a utěsnit okna, dveře a další průduchy (ventilace, klimatizace) pro zvýšení ochrany. Nedoporučuje se uschovat v přízemí natož ve sklepě (Ukrytí obyvatelstva, 2014).

5 EVAKUACE

Evakuace se řadí k základním způsobům zabezpečení ochrany obyvatelstva. Zabezpečuje přemístění nejen osob a zvířat, ale také předmětů kulturní hodnoty, technických zařízení a dalších nezbytně nutných věcí z míst ohrožených, do míst, která jsou bezpečná. Kromě osob s výjimkou (ti kteří se budou podílet na záchranných a likvidačních pracích nebo na jiné činnosti související s evakuací) se vztahuje na všechny ohrožené osoby. Využívá se zejména v počátečních fázích krize nebo ještě před jejím vznikem (Řehák, Martínek a Legierská, 2019).

Včasné a správné provedení evakuace patří k nejúčinnějším ochranným opatřením. Přípravy na evakuaci by měly probíhat předem. Orgány státní správy tvoří evakuační plány, podle nichž se bude v případě krize postupovat, a také evakuaci vyhlásují, zabezpečují a organizují (Hradil et al., 2018). Evakuováni jsou přednostně děti do 15 let, pacienti ve zdravotnických a sociálních zařízeních, osoby zdravotně postižené a doprovody výše uvedených osob (Evakuace, © 2022).

5.1 Rozdělení evakuace

Evakuace se dá členit několika způsoby, zejména se dělí dle čtyř následujících faktorů, a to:

5.1.1 Dle rozsahu opatření:

Dle rozsahu opatření se evakuace může dělit na:

- Objektovou – objektová evakuace se vztahuje pouze na jednu nebo malý počet obytných budov, administrativně správních budov, technologických provozů nebo dalších objektů.
- Plošnou – plošná evakuace platí jen na část obyvatelstva, ale i na celý urbanistický komplex nebo i větší územní prostor (Řehák, Martínek a Legierská, 2019).

5.1.2 Dle doby trvání:

Podle doby trvání ji můžeme rozdělit na:

- Krátkodobou – krátkodobá znamená, že opuštění domova není na dobu delší než 24 hodin. Není tedy zapotřebí náhradní ubytování a je zajištěno jen nouzové přežití obyvatelstva, jako je výdej teplých nápojů, léků apod.

- Dlouhodobou – u dlouhodobé je zapotřebí zabezpečit náhradní ubytování a další opatření k zajištění nouzového přežití. Jelikož evakuování budou více než 24hodin mimo místo svého trvalého bydliště (Řehák, Martínek a Legierská, 2019).

5.1.3 Podle varianty ohrožení:

Podle varianty ohrožení lze členit evakuaci na:

- Přímou – bez předchozího ukrytí evakuovaných osob. Ta se provádí při živelních pohromách, kdy je zapotřebí obyvatele co nejrychleji dostat z místa ohrožení.
- Nepřímou – provádí se zejména při úniku nebezpečných chemických látek, po předchozím ukrytí osob a po snížení prvotního stupně ohrožení (Řehák, Martínek a Legierská, 2019).

5.1.4 Podle způsobu realizace na:

- Samovolnou – během samovolné evakuace obyvatelé jednájí dle vlastního uvážení. Znamená to tedy, že evakuace není nikterak řízena, ale má svá rizika. Může při ní docházet ke zmatkům, zácpám a také ke ztrátám na životech, zdraví nebo majetku.
- Řízenou – zde za provedení evakuace zodpovídají odpovědné orgány. Osoby se přemísťují buď pěšky, vlastními dopravními prostředky nebo jsou přepravovány prostředky hromadné dopravy po předem stanovených trasách (Řehák, Martínek a Legierská, 2019).

5.2 Evakuační zavazadlo a zásady pro opuštění bytu

Evakuačním zavazadlem může být například batoh, cestovní taška nebo kufr, jež obsahuje nejdůležitější věci pro přežití mimo domov, v případě nařízení evakuace, která bude trvat déle než 24hodin. Zavazadlo by mělo být označeno jménem evakuovaného a jeho adresou.

5.2.1 Obsah evakuačního zavazadla

Jak již bylo výše řečeno zavazadlo by mělo obsahovat jen nejdůležitější věci pro přežití, nejlépe na více dní.

Obsahem zavazadla by měly tedy být:

- základní trvanlivé potraviny – nejlépe vakuované nebo v konzervách a pitnou vodu v lehce doplnitelné láhvi,

- předměty denní potřeby – toaletní a hygienické potřeby, miska na jídlo, příbor,
- osobní doklady, pojistné smlouvy, peníze a cennosti,
- potřebné léky a zdravotní pomůcky,
- náhradní oblečení, obuv, karimatku, spací pytel,
- komunikační zařízení a další vybavení – rádio, telefon, nabíječku, svítilnu, šití, zápalky, kapesní nůž, knihu a společenské hry pro zabavení dětí a zkrácení času (Evakuace obyvatelstva, 2015).

5.2.2 Zásady pro opuštění bytu v případě evakuace

Pokud musí osoby při výskytu mimořádné události opustit své bydlí, měly by dodržet několik zásad. Před odchodem je nutno uhasit otevřený oheň v topidlech, vypnout elektrické spotřebiče, uzavřít přívody plynu a vody, aby nedošlo k dalším událostem. Své menší domácí mazlíčky umístit do přepravek, pro ty větší zajistit alespoň dostatečné množství vody a jídla. Dále by se měly přesvědčit, že sousedé o evakuaci ví, vzít si sebou sbalené evakuační zavazadlo, uzamknout byt a na dveře dát cedulku o opuštění bytu a dostavit se na místo, které jim bylo určeno (Evakuace obyvatelstva, 2015).

5.3 Rozhodnutí o evakuaci

V případě vzniku mimořádné události, kdy je zapotřebí evakuace, o ní může rozhodnout:

- velitel na místě zásahu – a to při provádění záchranných a likvidačních prací,
- zaměstnavatel – v rámci své působnosti ve firmě,
- starosta obce – pouze na území dané obce,
- starosta obce s rozšířenou působností – v rámci svého obvodu, pokud je zapotřebí evakuovat více obcí anebo pokud převzal koordinaci záchranných a likvidačních prací,
- hejtman kraje – pokud je nutná evakuace obyvatel z více správních obvodů obcí s rozšířenou působností nebo převzal koordinaci záchranných a likvidačních prací (Evakuace, 2016).

5.4 Orgány zabezpečující evakuaci

Mezi orgány, které řídí a zajišťují evakuaci se řadí obecní úřad, pracovní skupiny krizového štábu, evakuační a přijímací středisko.

5.4.1 Pracovní skupina krizového štábu

Pracovní skupina krizového štábu zajišťuje následující úkoly:

- řízení průběhu evakuace,
- koordinaci přepravy z míst shromažďování do evakuačních středisek,
- řízení přepravy z nástupních stanic hromadné přepravy do přijímacích středisek a dále do cílových míst přemístění,
- dopravní prostředky a jejich přerozdělování mezi evakuační střediska,
- řízení nouzového zásobování pro obyvatelstvo,
- koordinaci činnosti evakuačních středisek a přijímacích středisek,
- spolupráci s orgány veřejné správy a se zdravotnickými a humanitárními organizacemi,
- dokumentování, informování a poskytování informací o průběhu celé evakuace (Evakuace, © 2022).

5.4.2 Evakuační středisko

Je řádně označeno nápisem, popřípadě mezinárodně platným rozeznávacím znakem civilní ochrany a je umístěno mimo evakuační prostor, kde jsou osoby shromažďovány a informovány. Může být zřízeno i více evakuačních středisek, vše závisí na předpokladu počtu evakuovaných (Doležel et al., 2014).

Evakuační středisko plní tyto úkoly:

- řízení přepravy z míst shromažďování do evakuačního střediska s využitím dostupných dopravních prostředků,
- vedení evidence o příjmu evakuovaných osob a poskytování pomoci při slučování evakuovaných rodin,
- přerozdělování evakuovaných osob do předurčených příjmových oblastí a přijímacích středisek,

- vytvoření a označení místa pro podávání základních informací v prostoru evakuačního střediska,
- první zdravotnickou pomoc, popřípadě přednemocniční neodkladnou péči a převoz zraněných nebo nemocných do zdravotnických zařízení,
- vytýčení tras k nástupním stanicím hromadné přepravy,
- nocleh a stravování pro personál a evakuované obyvatelstvo, které se zdrží v evakuačním středisku déle než 12 hodin,
- udržování veřejného pořádku v prostoru evakuačního střediska,
- podávání informací o průběhu evakuace pracovní skupině krizového štábu (Evakuace, © 2022).

5.4.3 Přijímací středisko

Přijímací středisko je zřetelně označeno nápisem nebo platným mezinárodním rozeznávacím znakem civilní ochrany (Doležel et al., 2014).

V jeho kompetenci plní tyto úkoly:

- příjem evakuovaných osob,
- přerozdělení evakuovaných osob do předurčených cílových míst přemístění a míst nouzového ubytování,
- první zdravotnickou pomoc a případný odvoz nemocných do vyčleněných zdravotnických zařízení,
- informování orgánů o průběhu evakuace,
- informování evakuovaných osob, zejména o místě nouzového ubytování a stravování,
- informování orgánů veřejné správy, dotčených evakuačními opatřeními, o počtech a potřebách evakuovaných osob.

Pokud je obec malá a není tedy potřeba evakuovat velké množství obyvatel, může být evakuační a přijímací středisko totožné (Evakuace, © 2022).

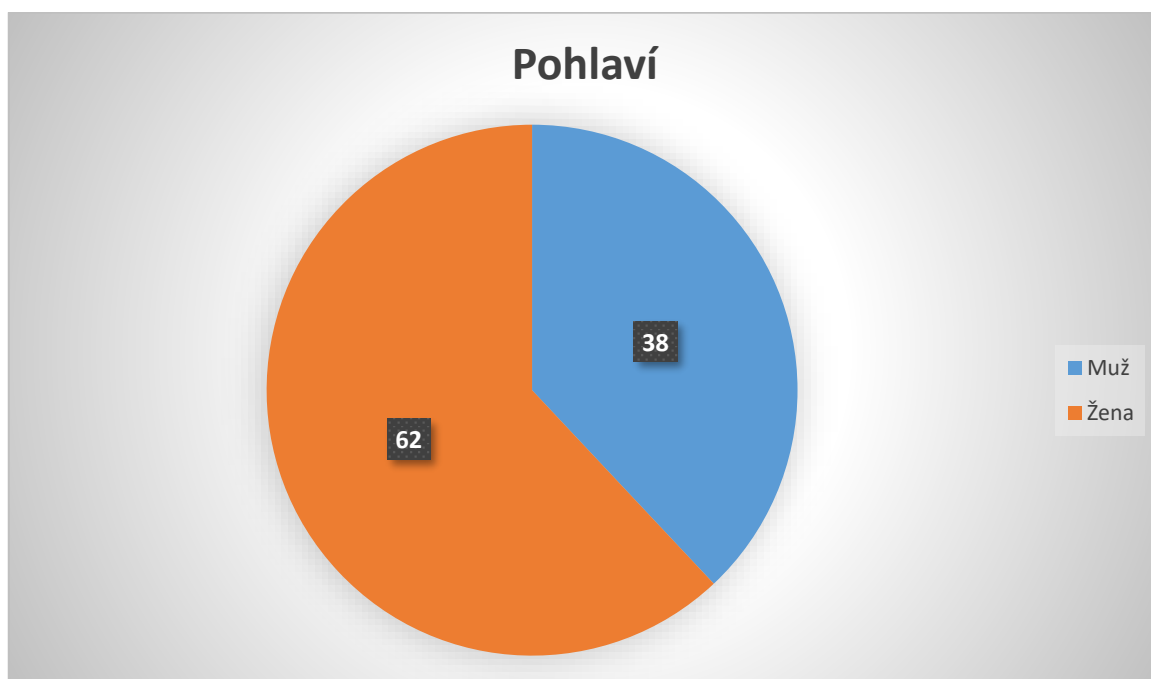
II. PRAKTICKÁ ČÁST

6 DOTAZNÍKOVÉ ŠETŘENÍ

Pro výzkum praktické části bakalářské práce, bylo využito anonymního dotazníkového šetření, které se skládalo z 20 otázek. Dotazník byl směřován tak, aby se zjistilo, jaké mají oslovení respondenti znalosti a názory v oblastech zdravotní prevence a bezpečného chování při mimořádných událostech.

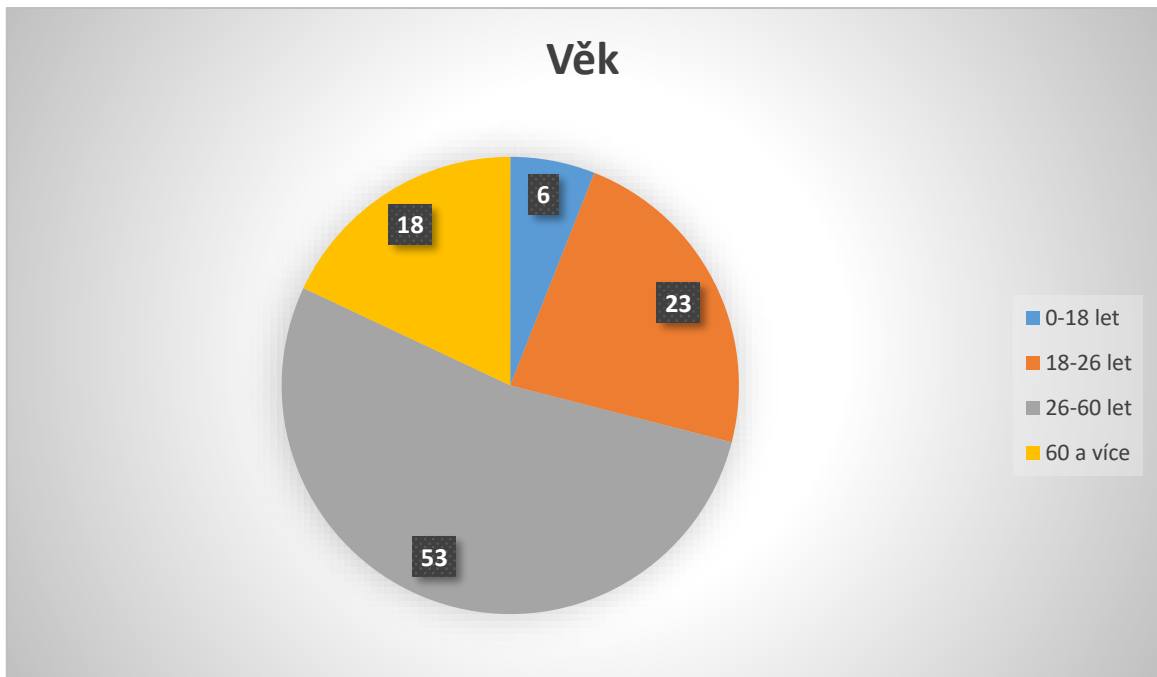
6.1 Analýza respondentů

Celkově se dotazníkového šetření ze 130 oslovených, zúčastnilo 100 respondentů, kteří odpovídali na 20 otázek. První 3 otázky se týkaly analýzy respondenta a zbylý počet jeho vědomostí a názorů týkajících se zdravotní prevence, bezpečného chování v různých životních situacích a mimořádných událostech. Jak lze vidět v grafu č.1 celkem se dotazníkového šetření zúčastnilo 62 žen a 38 mužů.



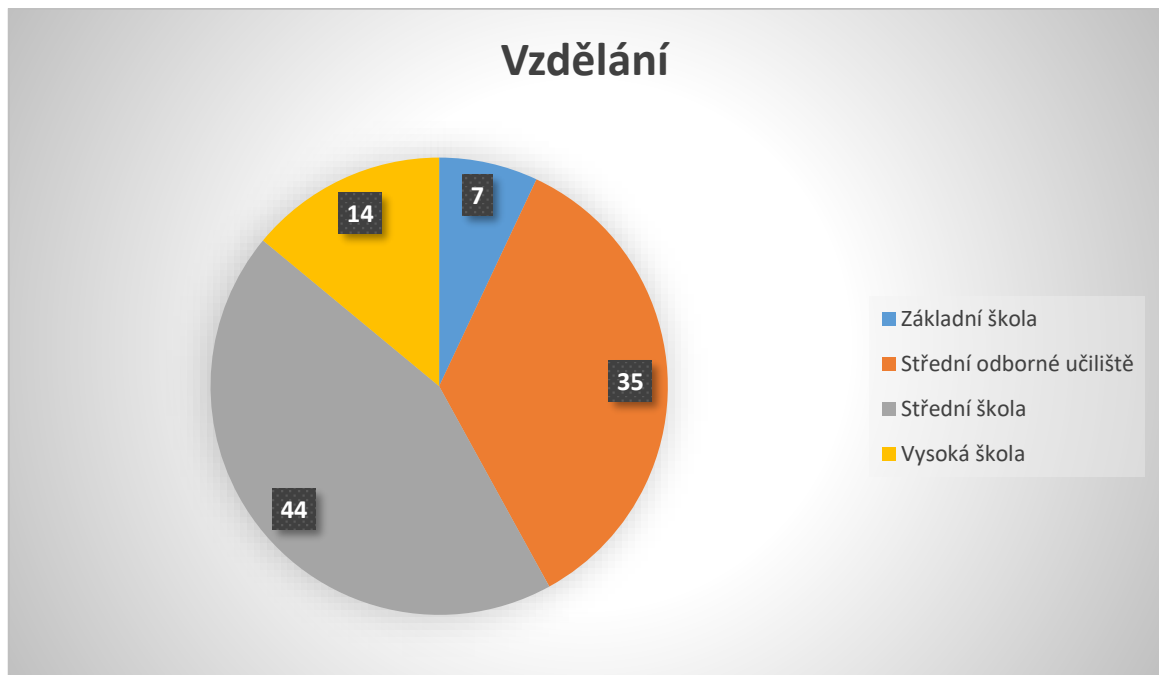
Graf č. 1 – Pohlaví (zpracování vlastní)

Druhá otázka, která se vztahovala k analýze respondentů, byl jejich věk. Ze zúčastněných měla nejvyšší početnost skupina lidí ve věku 26-60 let. Druhé umístění obsadila věková skupina 18-26 let s 23 osobami, za nimi respondenti ve věku 60 a více let, kterých bylo 18. Nejmenší zastoupení dotázaných bylo ve věku 0-18 let, jichž bylo pouze 6.



Graf č. 2 – Věk (zpracování vlastní)

Poslední otázkou k identifikaci respondentů bylo jejich doposud nejvyšší dosažené vzdělání. Středoškolské vzdělání s maturitou má dosaženo 44 respondentů. Dále bylo 35 osob se středoškolským vzděláním zakončeným výučním listem. Vysokoškolského vzdělání jich dosáhlo 14 a nejnižší počet mělo pouze základní vzdělání a to 7.

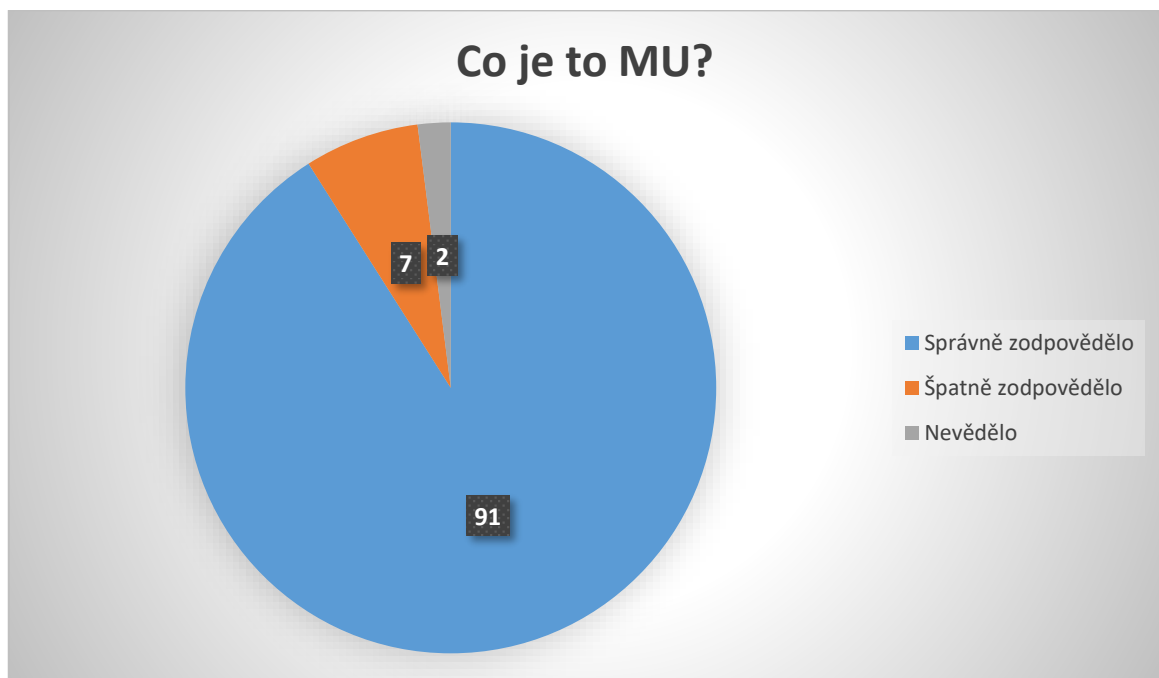


Graf č. 3 – Vzdělání (zpracování vlastní)

6.2 Vyhodnocení otázek dotazníkového šetření

Otázka č. 4 - Víte, co je to mimořádná událost a která definice k ní patří?

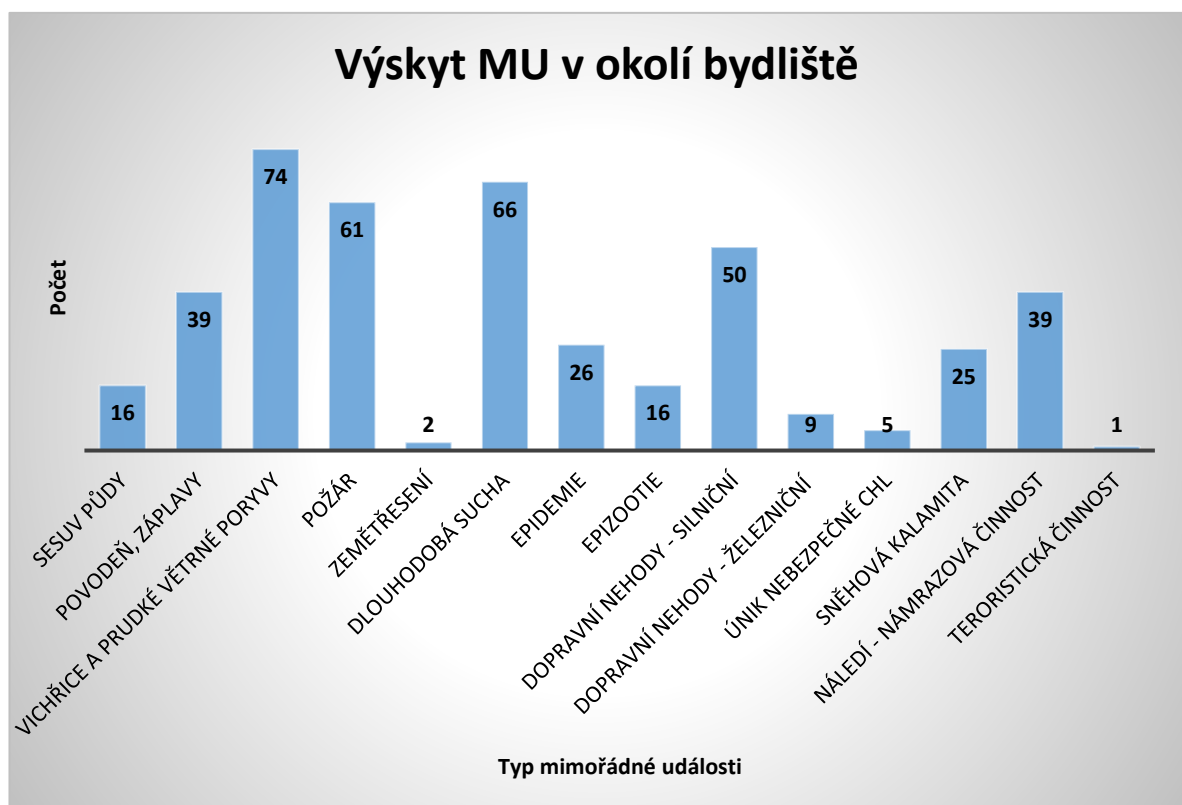
Již v pořadí čtvrtou, ale zároveň první otázkou, která se týkala bezpečného chování, varování a mimořádných událostí, bylo, zdali respondenti ví, co je to mimořádná událost a která definice z nabízených se k ní vztahuje. Z celkového počtu dotázaných odpovědělo správně 91 oslovených. Špatně zodpovědělo 7 osob a 2 označili, že neví, co to znamená.



Graf č. 4 – Definice MU (zpracování vlastní)

Otázka č. 5 - Která mimořádná událost má nejpravděpodobnější výskyt v blízkém okolí Vašeho bydliště?

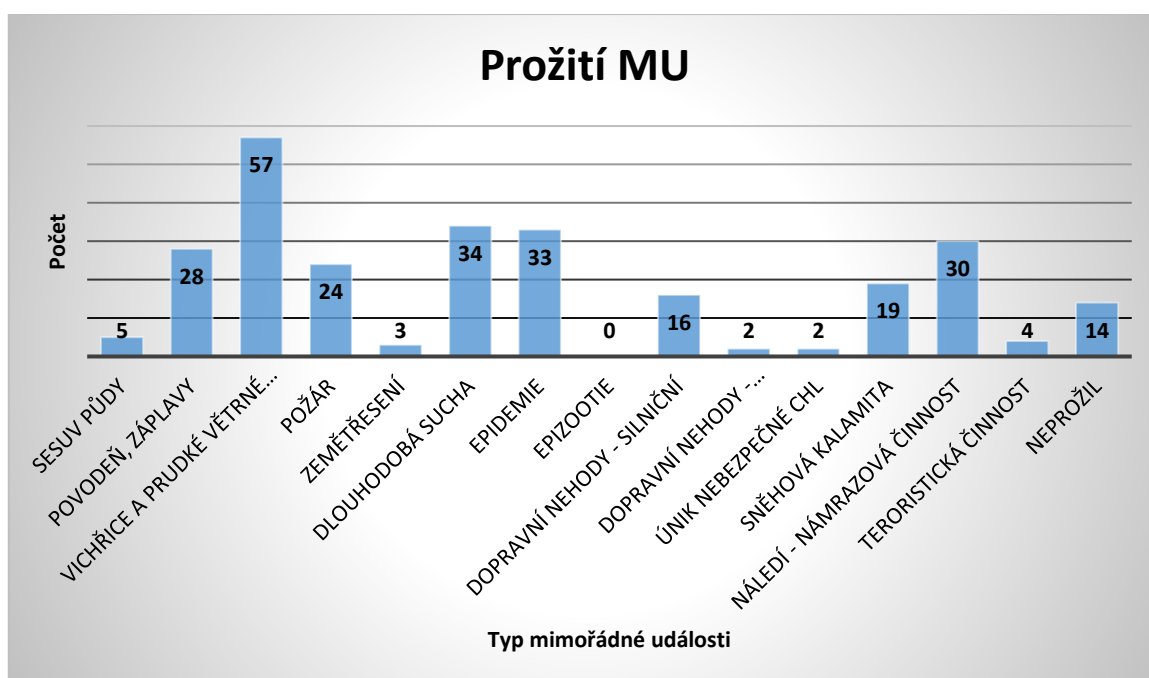
Touto otázkou se zjišťovalo, jaké mimořádné události se mohou vyskytovat v okolí jejich bydliště a mohli zvolit i více variant. Měli na výběr z několika možností, jako jsou požáry, povodně, nehody na silnicích nebo železnicích, dlouhodobé sucho apod. Nejčtenější mimořádnou událostí byla zvolena vichřice a prudké větrné poryvy se 74 hlasy. Dále to bylo dlouhodobé sucho, které dostalo 64 hlasů a o tři hlasy níže se umístil požár. S nejmenší pravděpodobností vyšla v dotazníkovém šetření teroristická činnost (1 hlas) a zemětřesení se dvěma hlasy.



Graf č. 5 - výskyt MU v okolí bydliště (zpracování vlastní)

Otázka č. 6 - Zažili jste nějakou mimořádnou událost, popřípadě kterou?

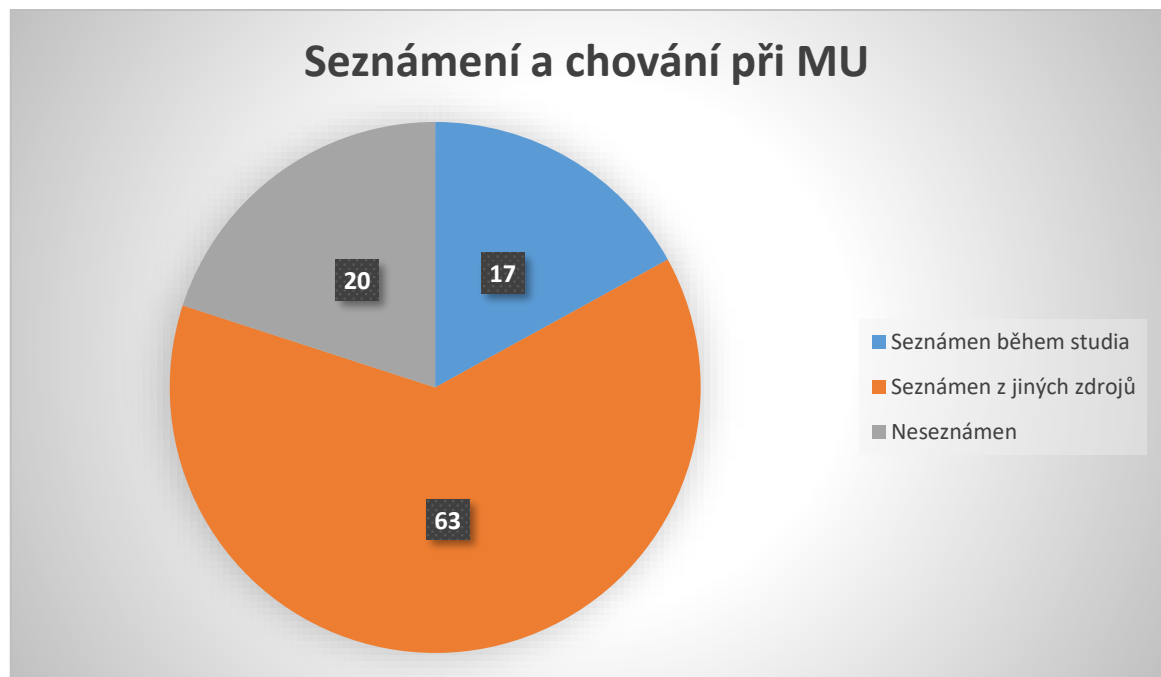
Šestá otázka zkoumala, zda se dotázaní již za svůj život setkali s nějakou mimořádnou událostí, popřípadě i s více. Na prvním místě se umístila s 57 hlasy vichřice a prudké větrné poryvy. Nejspíše to bude způsobeno tím, že se jižní Moravou prohnala v roce 2007, a více než polovina lidí ji zažila. Následně skončily čtyři mimořádné události (konkrétně dlouhodobá sucha, epidemie, náledí – námrazová činnost, povodně a záplavy) v blízkém rozmezí, a to 34–28 odpovědí. Hned za nimi se umístil požár, který získal 24 hlasů. Čtyři lidé uvedli, že se setkali s teroristickou činností, je ale velká pravděpodobnost, že se to odehrálo mimo území ČR. 14 lidí z dotázaných mělo „štěstí“ a s žádnou mimořádnou událostí se ještě nesetkalo.



Graf č. 6 - Prožití MU (zpracování vlastní)

Otázka č. 7 - Víte, jak se při takové situaci zachovat? Byli jste s tím někdy seznámeni?

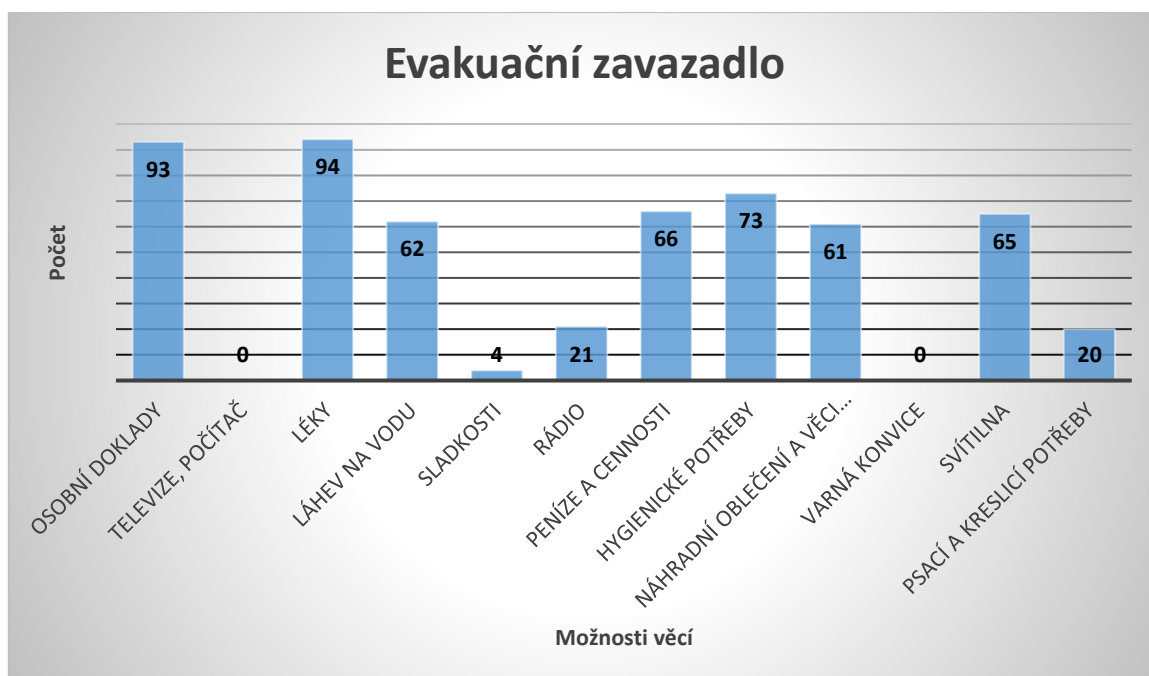
V této otázce se pátralo, zdali ví, jak se při takové situaci chovat, jestli s tím byli někdy seznámeni. Více než polovina lidí uvedlo, že se seznámili nebo získali informace z jiných zdrojů jako je televize, internet, přednášky, zaměstnání apod. Následně 20 respondentů uvedlo, že nebylo seznámeno nikdy a pouze 17 jich bylo seznámeno během studia.



Graf č. 7 - Seznámení s MU (zpracování vlastní)

Otázka č. 8 - Co by mělo obsahovat evakuační zavazadlo? (i více možností)

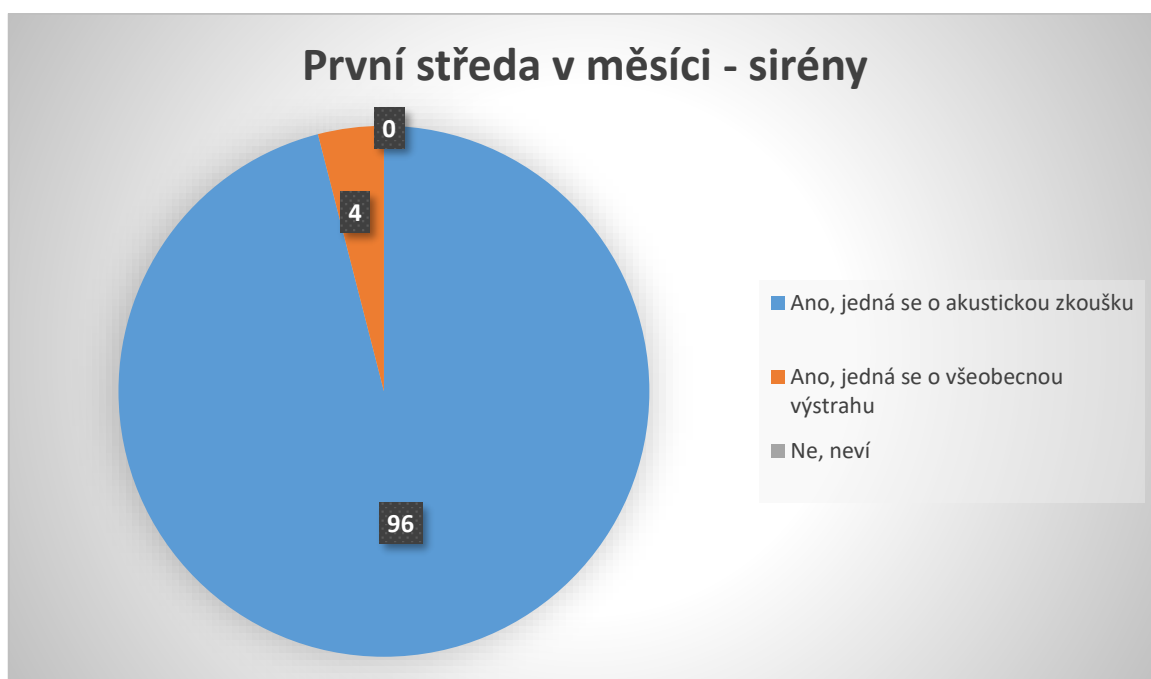
Při této otázce byla v dotazníku možnost výběru vícero odpovědí (konkrétně se jednalo o 13 věcí) kdy respondenti měli vybrat ty, které si myslí, že by mělo obsahovat evakuační zavazadlo. Jak lze vyčíst z grafu 94 lidí zvolilo, že by si do evakuačního zavazadla sbalili především léky. O jeden bod za léky pak skončily osobní doklady a na třetím místě s 84 hlasy se umístily základní trvanlivé potraviny a tekutiny. Dále skončily hygienické potřeby, peníze a cennosti, svítilna, láhev na vodu a náhradní oblečení a věci na spaní, které získaly více než 60 bodů. Jedna pětina by si sbalila s sebou i rádio a psací a kreslicí potřeby pro děti. Možnosti jako byly televize, počítač nebo varná konvice, by si nesbalil nikdo a 4 lidé by vzali i sladkosti pro děti.



Graf č. 8 - Obsah evakuačního zavazadla (zpracování vlastní)

Otázka č. 9 - Víte proč každou první středu v měsíci slyšíme znít sirény a jaký mají tón?

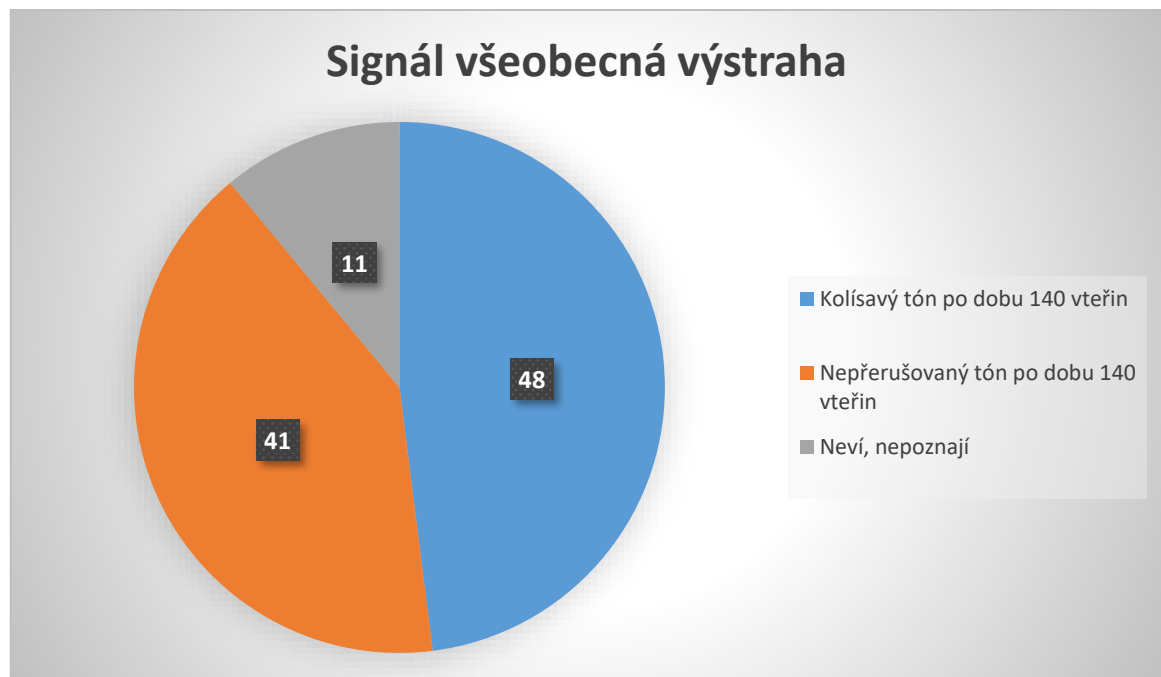
Otázkou číslo devět se zjišťovalo, proč každou první středu v měsíci, ve 12:00 zní sirény a jestli oslovení ví jaký má tón. Velmi pozitivní výsledek této otázky s počtem 96 správných odpovědí, kdy správnou odpovědí bylo, že se jedná o akustickou zkoušku provozuschopnosti, která má nepřerušovaný tón sirény po dobu 140 vteřin vypovídá o tom, že většina lidí má povědomí o zkoušce sirén. Pouze 4 odpověděli špatně, kdy si mysleli, že jde o všeobecnou výstrahu s kolísavým tónem po dobu 120 vteřin. Ani jedna osoba neuvedla odpověď „ne, nevím“.



Graf č. 9 - První středa v měsíci – sirény (zpracování vlastní)

Otázka č. 10 - Víte, jaký signál je správný pro „všeobecnou výstrahu“?

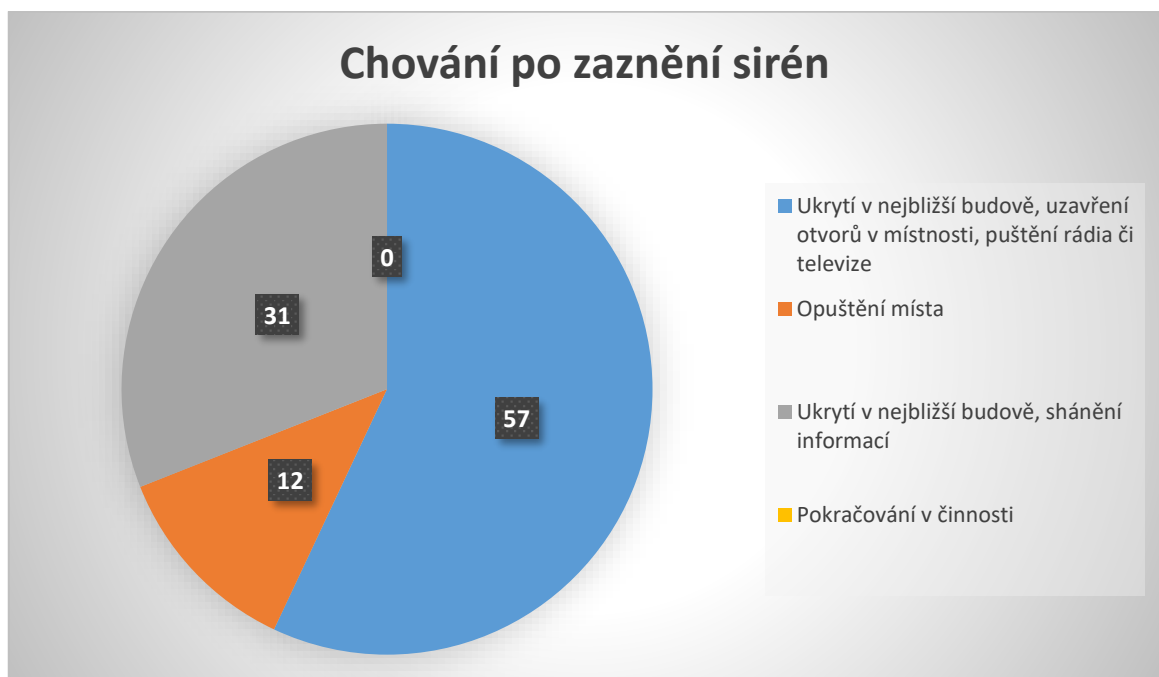
Cílem otázky číslo deset bylo, zdali dotázaní ví, jaký signál je správný pro všeobecnou výstrahu. Správně odpovědělo 48 osob, že jde o kolísavý tón sirény, který zní po dobu 140 vteřin. Jen o 7 méně odpovědělo, že si myslí, že jde o nepřerušovaný tón sirény po dobu 140 vteřin a 11 lidí uvedlo, že signál pro všeobecnou výstrahu nepozná.



Graf č. 10 - Signál všeobecná výstraha (zpracování vlastní)

Otázka č. 11 - Jak bychom se měli zachovat po zaznění varovného signálu (všeobecná výstraha)?

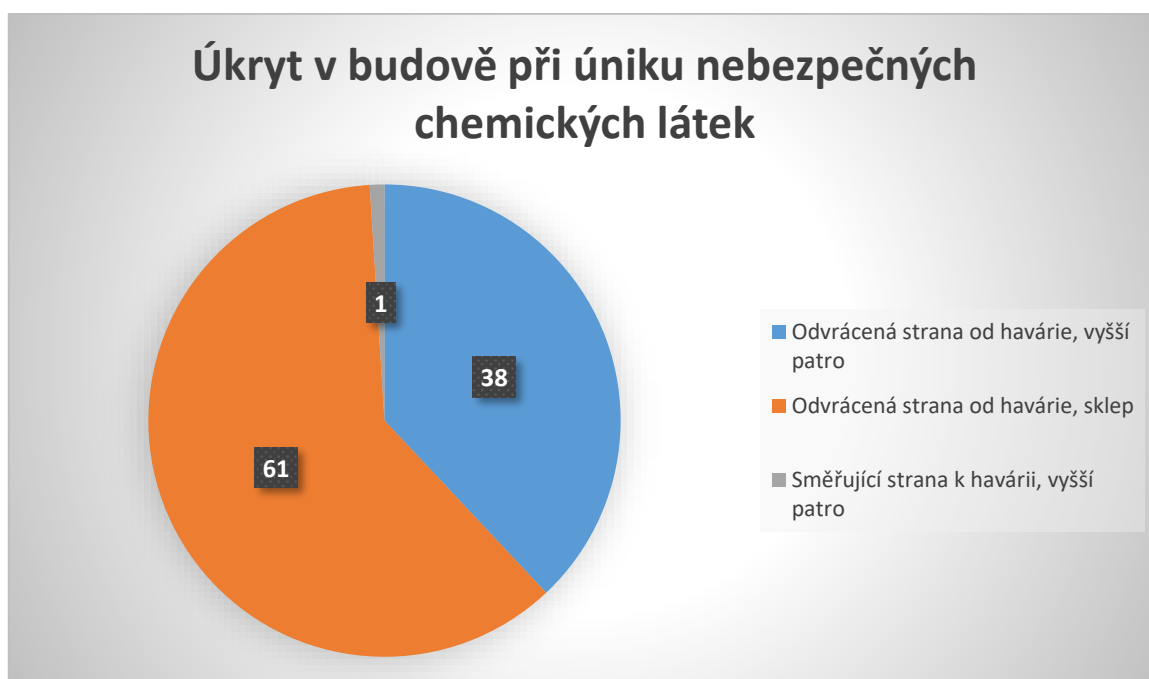
V této otázce se zkoumalo, jestli lidé ví, co mají dělat, pokud uslyší znít varovný signál, konkrétně všeobecnou výstrahu. Na výběr měli, ze čtyř možností, kdy správnou odpovědí bylo, že se ukryjí do nejbližší budovy, zavrou okna a dveře a zapnou si rádio či televizi, aby získali aktuální informace o ohrožení. Tuto možnost zvolila větší polovina, konkrétně 57 lidí. Více než jedna čtvrtina zvolila možnost, že se sice ukryjí v nejbližší budově, ale začnou shánět informace o tom co se děje, což je špatně. Jednak může dojít k přetížení linek a za druhé, pokud neutěsní vstupy do místnosti, může dojít k otravě. Odpověď, že začnou rychle balit své věci a snaží se co nejrychleji a co nejdál odjet od místa získala 12 hlasů. Ovšem jde také o špatnou odpověď, z důvodu, že pouze podle tónu nepoznají, o jakou mimořádnou událost se jedná a kde se konkrétně nachází. Možnost, že budou dále pokračovat v činnosti a nevšimnout si sirén nezvolil nikdo.



Graf č. 11 - Chování po zaznění sirén (zpracování vlastní)

Otázka č. 12 - Ve které části budovy se schováme, pokud dojde k havárii, která souvisí s únikem nebezpečných látek?

Následující otázka konstatovala, jestli lidé ví v případě vzniku havárie související s únikem nebezpečných látek, ve které části budovy se uschovat. Zde vyšly zarážející odpovědi, kdy 61 respondentů zvolilo variantu, kdy by se sice schovali v odvrácené straně budovy od havárie, ale ve sklepech. Nejspíše si neuvědomují, že velké množství nebezpečných chemických látek je těžší než vzduch a drží se tedy při zemi. Správně odpovědělo 38 osob, kteří by se schovali v odvrácené straně budovy od havárie ve vyšším patře. Pouze jeden by se schoval ve vyšším patře, bohužel ale na straně, která by směřovala k havárii.



Graf č. 12 - Úkryt v budově při úniku NCHL (zpracování vlastní)

Otázka č. 13 - Co je to epidemie?

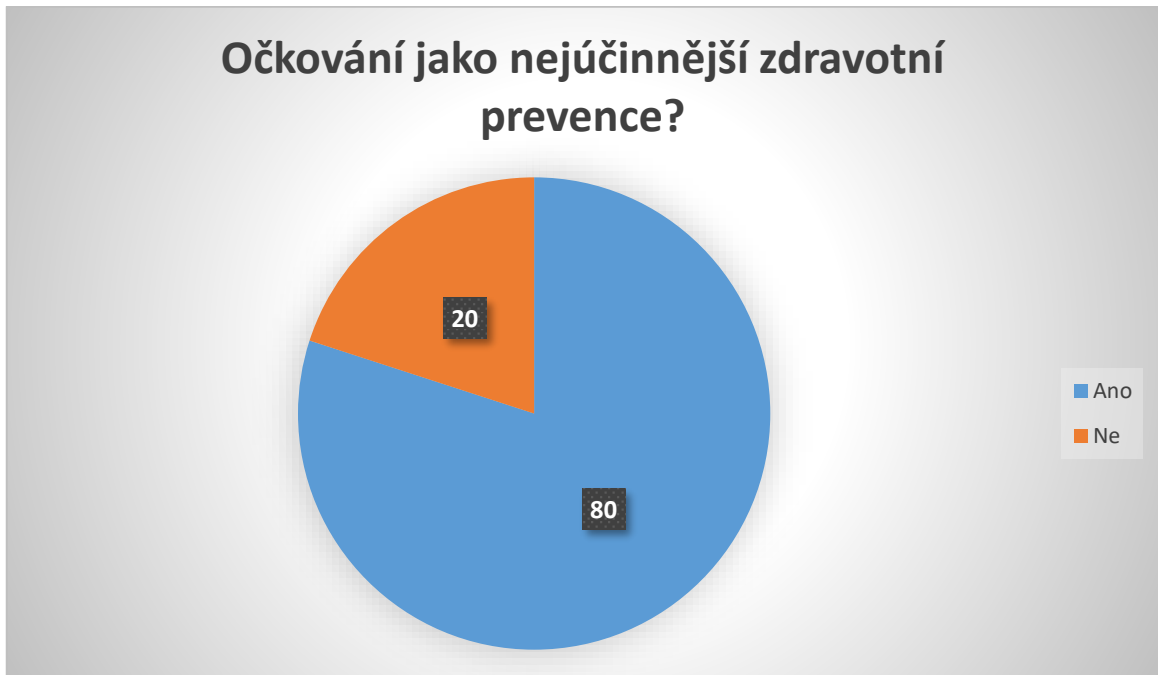
Další otázkou v řadě, ale první, která se týkala zdraví a zdravotní prevence byla otázka, zdali mají dotázaní povědomí o tom, co je to epidemie. Na výběr byly pouze dvě možnosti a správně jich odpovědělo 76, kdy zvolili, že se jedná o zvýšený výskyt infekčního onemocnění, které je omezeno na jednu oblast během jednoho časového úseku.



Graf č. 13 - Co je to epidemie? (zpracování vlastní)

Otázka č. 14 - Myslíte si, že očkování patří k neúčinnější zdravotní prevenci?

Zde se zjišťovalo, jestli dotazovaní považují očkování jako neúčinnější zdravotní prevenci. Pouze jedna pětina odpověděla, že si to nemyslí. Zbývá drtivá většina respondentů považuje očkování za neúčinnější zdravotní prevenci, což je prozatím správně.



Graf č. 14 - Očkování jako neúčinnější zdravotní prevence? (zpracování vlastní)

Otázka č. 15 - Máte všechna povinná očkování?

Zaměření této otázky bylo, jestli respondenti jsou naočkovaní všemi povinnými očkovacími látkami. Výsledek zde nepřekvapil, protože ze sta lidí 95 odpovědělo, že jsou povinně naočkovaní, pouze 5 jich není.



Graf č. 15 - Povinné očkování (zpracování vlastní)

Otázka č. 16 - Co si myslíte o rodičích, kteří nenechávají očkovat své děti? Myslíte si, že jsou tato rozhodnutí správná? Myslíte si, že je správné, že někteří rodiče nechtějí očkovat své děti?

Tato otázka byla považována spíše jako průzkum názorů, jelikož se nedá přesně určit, která varianta je nebo není správná. Otázka se ptala, jestli si myslí, že je správné, když někteří rodiče nechtějí očkovat své děti. Možnosti odpovědí zde byly tři a to ano, ne nebo je mi to jedno. Více než dvě třetiny odpovědí zastávají názor, že si nemyslí, že je to správné a rodiče by měli nechat své děti povinně naočkovat. Dalších 24 dotázaných, zaškrtnulo, že je jim to jedno a 6, že se jedná o správné rozhodnutí.



Graf č. 16 - Očkování dětí (zpracování vlastní)

Otázka č. 17 - Necháváte se očkovat i nepovinným očkováním?

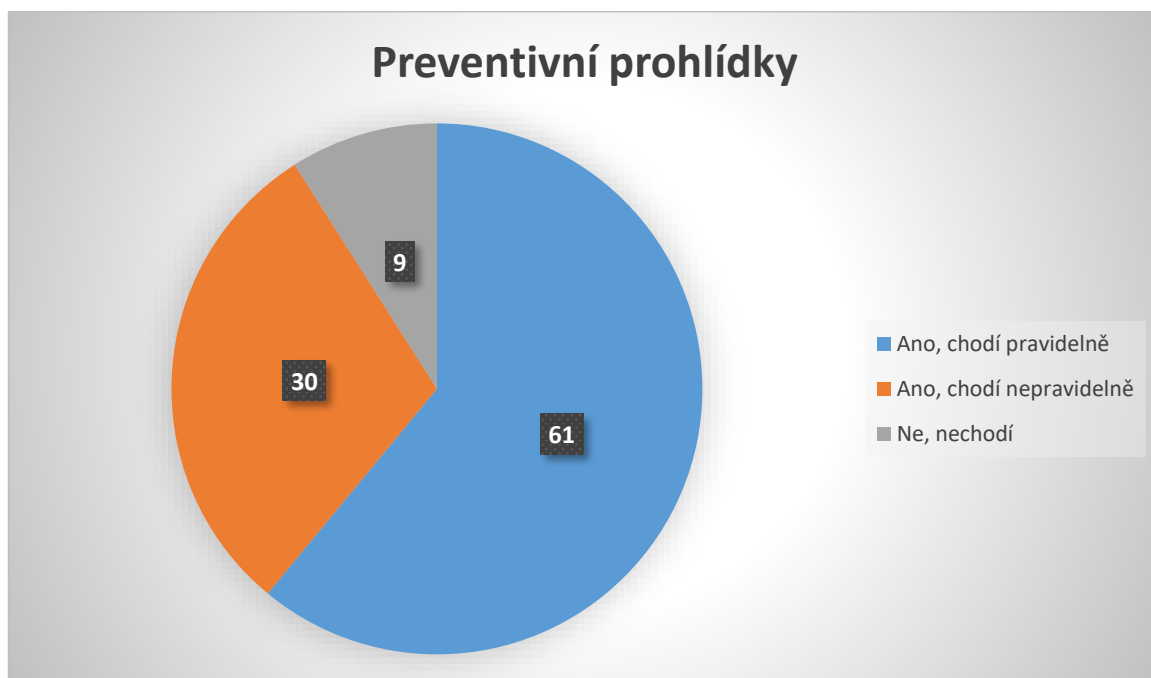
Otázka se týkala nepovinného očkování oslovených. Tázala se, zda se respondenti nechávají očkovat i v případech, kdy to není povinné. Více než polovina lidí, konkrétně 59 osob uvedlo, že se nechávají očkovat i nepovinně. Zřejmě to bude zapříčiněno i propuknutím epidemie koronaviru, kdy se velké množství lidí, nechávalo dobrovolně očkovat kvůli této nemoci.



Graf č. 17 - Nepovinné očkování (zpracování vlastní)

Otázka č. 18 - Chodíte pravidelně na preventivní prohlídky k lékaři?

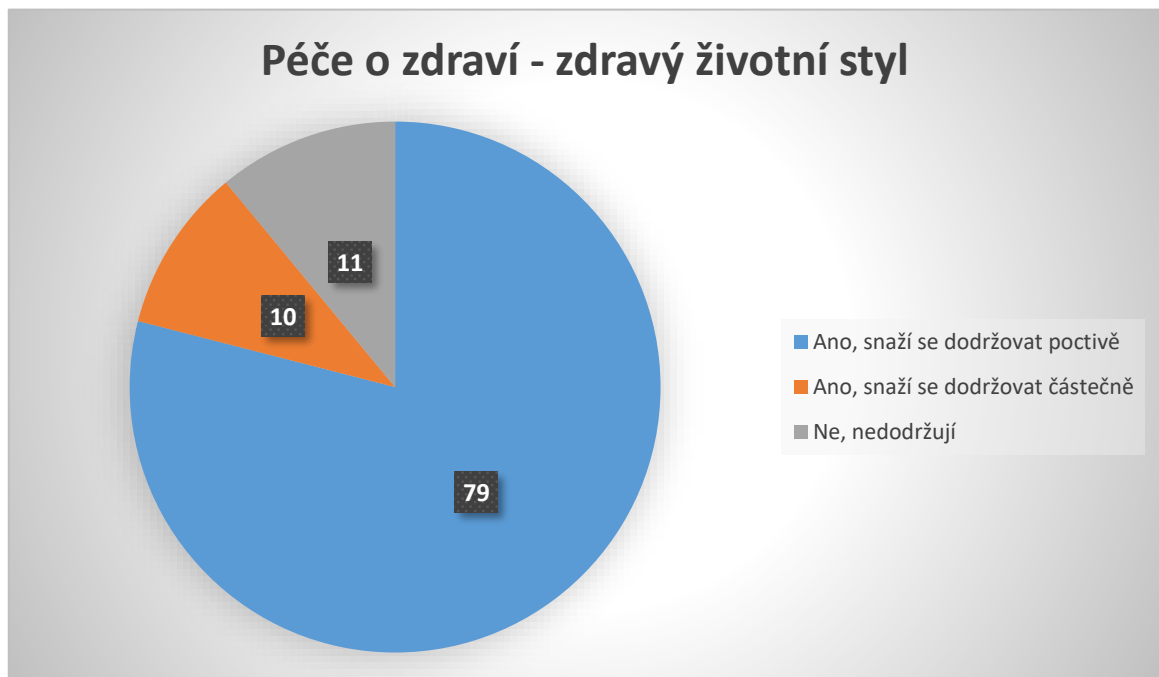
Otázkou se zjišťovalo, jestli dotazovaní navštěvují své lékaře pravidelně na preventivních prohlídkách a dělají tak něco pro své zdraví. Na výběr měli ze tří možností: ano, chodím pravidelně; ano chodím, ale nepravidelně a ne nechodím. Výsledkem byl pozitivní přístup k prevenci, kdy 61 lidí chodí pravidelně na preventivní prohlídky a 30 jich chodí nepravidelně. Důležité ale je, že lékaře navštěvují a svůj zdravotní stav nepodceňují. Sice se nejedná o velké množství, ale 9 lidí uvedlo, že na preventivní prohlídky nechodí.



Graf č. 18 - Preventivní prohlídky (zpracování vlastní)

Otázka č. 19 - Pečujete o své zdraví? Snažíte se tedy dodržovat zdravý životní styl?

Předposlední otázkou byli respondenti tázáni, zda pečují o své zdraví a snaží se dodržovat zdravý životní styl. Kromě 11 lidí, kteří uvedli, že ho nedodržují, byly výsledky pozitivního charakteru. Možnost, že lidé mají snahu alespoň částečně dodržovat zdravý životní styl zaznamenala 79 odpovědí a zbylých 10 se ho snaží dodržovat poctivě.



Graf č. 19 - Péče o zdraví – zdravý životní styl (zpracování vlastní)

Otázka č. 20 - Sledujete aktuální společenskou situaci a vývoj?

Poslední otázka byla již jen tak pro zajímavost, zda oslovení sledují aktuální společenskou situaci a její vývoj. Větší polovina respondentů uvedla, že se zajímají nepravidelně, jedna pětina sleduje důsledně a zbylých 13 lidí společenskou situaci a vývoj nesledují.



Graf č. 20 - Aktuální společenská situace a vývoj (zpracování vlastní)

7 ZHODNOCENÍ DOTAZNÍKOVÉHO ŠETŘENÍ

Předložené dotazníkové šetření, týkající se především mimořádných událostí, bezpečného chování a zdravotní prevence, obsahovalo celkově 20 otázek a zúčastnilo se ho 100 respondentů. Z větší části se ho především zúčastnily ženy, kterých bylo 62 a nejpočetnější věková hranice byla 26-60 let s počtem 53. Mezi nejvyšší dosažené vzdělání patřilo středoškolské zakončené maturitou.

Trochu zarážející byly odpovědi na otázku číslo 10, kdy správně poznalo jen 48 lidí, že pro všeobecnou výstrahu patří kolísavý tón a 41 jich uvedlo, že si myslí, že jde o nepřerušovaný tón, který ale náleží akustické zkoušce provozuschopnosti. Lze tedy vidět, že obyvatelstvo nemá dost informací. Pozitivní ohlasy měla navazující otázka, kdy více než polovina lidí správně označila, že po zaznění všeobecné výstrahy by se ukryla do nejbližší budovy, uzavřela okna a dveře a pustila televizi či rádio, pro získání dalších informací.

Znepokojující odpovědi byly i na otázku číslo 12, kdy otázka zněla, ve které části budovy by se schovali v případě, že by došlo k havárii s únikem nebezpečných látek. Více než tři pětiny lidí by se schovalo sice na straně odvrácené od havárie, ale ve sklepě. Problém je, že většina nebezpečných látek je těžší než vzduch (až na výjimky) se drží spíše při zemi, tudíž je zapotřebí se schovat ve vyšších patrech budov.

Na druhou stranu pozitivní výsledky byly u otázky číslo 8, která se týkala evakuačního zavazadla. Kromě 6 lidí by si všichni sbalili především léky a 93 by si sbalilo i osobní doklady. Dalším kladem byla otázka číslo 15, jestli mají respondenti všechna povinná očkování. Zde odpovědělo 95 dotázaných, že jsou povinně očkovaní, což je určitým přínosem pro prevenci šíření nakažlivých onemocnění.

7.1 Návrhy na zlepšení informovanosti obyvatelstva

Na základě vyhodnocení sběru dat z dotazníku lze vyčíst, že se ho zúčastnili zejména pracující lidé, kteří již absolvovali školní docházku. Informovanost by se tedy měla zaměřit hlavně na děti ve školách, jak na druhých stupních základních škol, tak i na těch středních, kdy už dospívající mládež více vnímá riziko vzniku mimořádné události.

Dle mého názoru by se informovanost na druhých stupních mohla zlepšit například formou „branných dní“. Děti by si na tomto dnu, popřípadě více dnech během roku, mohli vyzkoušet na vlastní kůži, jak probíhá evakuace prostor a různými hravými způsoby, ale tak aby to pro ně bylo naučné, prováděli první pomoc, sbalení evakuačního zavazadla, popřípadě by se jim

mohla nasimulovat jedna z mimořádných událostí a další činnosti podobného charakteru. Je důležité znát základní poskytnutí první pomoci již od mladého věku, protože v okamžiku, kdy k takové situaci dojde, bude člověk jednat podvědomě a nezalekne se. Dále bych pro mladistvé navrhovala přednášky, kterých by se zúčastnili členové složek integrovaného záchranného systému, kteří by jim vysvětlili jejich poslání, úkoly, zážitky, eventuálně ukázali některé jejich vybavení a zodpověděli případné dotazy. Je ale zapotřebí, aby takové přednášky byly povinné a také pravidelné.

Nesmíme, ale zapomenout ani na dospělé osoby a seniory, protože ne každý ví, co a jak má dělat v případě vzniku mimořádné události nebo při poskytnutí první pomoci. V dnešní době je nejjednodušší a nejlepší způsob vyhledávání informací přes internet. Každá obec má nějaké základní informace uvedené na svých oficiálních stránkách, ale dají se vyhledat i na internetových stránkách Hasičského záchranného sboru, popřípadě na jiných webových portálech. Pro osoby staršího věku, které nemají možnost vyhledat tyto informace na internetu, by bylo vhodné uspořádat přednášku se složkami z integrovaného záchranného systému, kde by jim bylo vše podrobně vysvětleno. Dalším možným způsobem, jak instruovat občany, je tisk jednoduchých brožur či letáků, které by dostaly do svých poštovních schránek. V těchto letáčích anebo brožurách by se nacházely základní informace nejen o možných typech mimořádných událostí v jejich okolí, jak se při jejich vzniku a trvání chovat, o evakuaci, ale také se nesmí opomenout základy první pomoci, protože nikdy nevíme, kdy tyto znalosti bude potřeba využít. Nejlepší volbou poučení by byla kombinace navržených řešení, z důvodu vyšší šance si tyto záležitosti zapamatovat.

ZÁVĚR

Tématem bakalářské práce byla zdravotní prevence, bezpečné chování v různých životních situacích, včetně mimořádných událostí. Nejprve se pozornost věnovala základním pojmům a jejich definicím, které se vztahují k dané problematice. V následujících kapitolách byly postupně a podrobně rozebrány témata jako jsou prevence, mimořádné události, evakuace a varování, informování a ukrytí obyvatelstva. Cílem práce bylo navržení případných změn či řešení, které povedou k zlepšení informovanosti z hlediska zdravotní prevence a bezpečného chování při mimořádných událostech.

První kapitola se věnovala zdravotní prevenci, kdy bylo nejprve vysvětleno, že zdraví je stav úplné duševní, tělesné a sociální pohody a dělí se na fyzické a duševní. Důraz byl poté kladen hlavně na význam prevence. Vzhledem k tomu, že očkování patří k neúspěšnějším a nejzákladnějším prostředkům v boji s nemocemi, bylo zde také podrobněji rozebráno. Téma zdravého životního stylu a jeho složek nebylo opomenuto. Kapitola s číslem 3 se věnovala mimořádným událostem a jejich detailnějším rozdělením. Ze všech možných druhů událostí byly vybrány a popsány dva typy, a to sucho a africký mor prasat z důvodu jejich výskytu v blízkém okolí. V následující kapitole číslo 4 bylo okrajově zmíněno i varování, informování a ukrytí obyvatelstva. Velké množství občanů nepozná základní varovné signály, a tudíž si je mohou vzájemně plést. Poslední kapitolou s číslem 5 byla evakuace, kdy bylo uvedeno zejména její dělení a obsah evakuačního zavazadla.

Praktická část byla provedena pomocí metody kvantitativního výzkumu dotazníkovým šetřením, jeho podobu lze dohledat v příloze. Dotazník se skládal z 20 otázek, které byly číselně vyhodnoceny a pomocí grafů znázorněny, každý graf byl i slovně popsán. Posléze bylo dotazníkové šetření celkově zhodnoceno a byla navržena řešení k větší informovanosti obyvatelstva.

Významným problémem je právě neinformovanost lidí, kteří neví, jak se v případě vzniku nežádoucí události chovat nebo jak poskytnout první pomoc. Důležité je, aby se tento problém co nejvíce minimalizoval a více se dostal do povědomí lidí. Základním faktorem zdravotní prevence jsou hygienické návyky naučené již v útlém věku dětí. Zintenzivnění a rozšíření ponětí o mimořádných událostech, ale i o zmiňované první pomoci, by mělo být nejen pro dospělé a seniory, avšak by se mělo také zařadit do výuky na druhém stupni základních a poté i středních škol.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

African swine fever, 2019. *OIE - World Organisation for Animal Health* [online]. [cit. 2022-03-30]. Dostupné z: <https://www.oie.int/en/disease/african-swine-fever/>

Co je prevence, 2019. *Klinika adiktologie* [online]. [cit. 2022-02-13]. Dostupné z: <https://www.adiktologie.cz/co-je-prevence>

Co je to zdravý životní styl?, 2015. *Vitalia.cz - největší server o zdraví* [online]. [cit. 2022-03-30]. Dostupné z: <https://www.vitalia.cz/clanky/co-je-to-zdravy-zivotni-styl/>

ČESKO, 2000a. Zákon č. 239/2000 Sb. Zákon o integrovaném záchranném systému a o změně některých zákonů. In: *Sbírka zákonů České republiky*. Dostupné také z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2000-239>

ČESKO, 2000b. Zákon č. 240/2000 Sb. Zákon o krizovém řízení a o změně některých zákonů (krizový zákon). In: *Sbírka zákonů České republiky*. Dostupné také z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2000-240>

ČESKO, 2000c. Zákon č. 258/2000 Sb. Zákon o ochraně veřejného zdraví a o změně některých souvisejících zákonů. In: *Sbírka zákonů České republiky*. Dostupné také z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2000-258>

DOLEŽEL, Martin et al., 2014. *Základy ochrany obyvatelstva*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-4268-6.

Drought Preparedness & Water Conservation, © 2022. *American Red Cross* [online]. [cit. 2022-03-30]. Dostupné z: <https://www.redcross.org/get-help/how-to-prepare-for-emergencies/types-of-emergencies/drought.html>

Evakuace obyvatelstva, 2015. *Hasičský záchranný sbor České republiky* [online]. [cit. 2022-02-13]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/evakuace-obyvatelstva.aspx>

Evakuace, © 2022. *Oficiální stránky města Jaroměř* [online]. [cit. 2022-03-30]. Dostupné z: <https://www.jaromer-josefov.cz/prakticke-informace/krizove-rizeni-1/pracoviste-krizoveho-rizeni/evakuace/>

Evakuace, 2016. In: *Portál krizového řízení HZS JmK* [online]. [cit. 2022-03-30]. Dostupné z: <https://www.krizport.cz/file-download/download/private/1284>

FARKAŠOVÁ, Dana et al., 2018. *Determinanty zdraví*. Martin: Osveta. ISBN 978-80-8063-461-2.

Health Lifestyle, 2019. *National Health Portal of India, Gateway to Authentic Health Information* [online]. [cit. 2022-03-30]. Dostupné z: https://www.nhp.gov.in/health-lifestyle_pg

How do vaccines work?, 2020. *European Commission* [online]. [cit. 2022-03-30]. Dostupné z: https://ec.europa.eu/info/live-work-travel-eu/coronavirus-response/safe-covid-19-vaccines-europeans/how-do-vaccines-work_en#relatedlinks

HRADIL, Jaroslav et al., 2018. *Základy ochrany obyvatelstva v České republice: odborná monografie*. Uherské Hradiště: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, Fakulta logistiky a krizového řízení. ISBN 978-80-7454-774-4.

In Case of Danger - Citizens' Handbook, 2003. *Ministry of the interior of the Czech Republic* [online]. [cit. 2022-03-30]. Dostupné z: <https://www.mvcr.cz/mvcren/article/in-case-of-danger-citizens-handbook-590735.aspx>

Jednotný systém varování a vyrozumění v České republice je ověřován první středu v měsíci, sirény slouží především obyvatelstvu, 2022. *POŽÁRY.cz - ohnisko žhavých zpráv* [online]. [cit. 2022-03-30]. Dostupné z: <https://www.pozary.cz/clanek/54244-jednotny-system-varovani-a-vyrozumeni-v-ceske-republice-je-overovan-prvni-stredu-v-mesici-sireny-slouzi-predevsim-obyvatelstvu/>

Povinná a nepovinná očkování. Jak se ve vakcínách vyznat?, © 2021. *Vakcína proti pneumokokovým infekcím: Prevenar 13* [online]. [cit. 2022-03-30]. Dostupné z: <https://www.prevenar.cz/node/656>

PREVENCE?CO TO JE?, © 2022. *Zdravotní Prevence - Mudr David Müller, Praktický lékař, Uhřetěves: zdravotniprevence.eu* [online]. [cit. 2022-03-30]. Dostupné z: <https://www.zdravotniprevence.eu/co-to-je-prevence/>

ŘEHÁK, David, Bohumír MARTÍNEK a Petra LEGIERSKÁ, 2019. *Ochrana obyvatelstva v kontextu aktuálních bezpečnostních hrozeb*. 2. rozšířené vydání. V Ostravě: Sdružení požárního a bezpečnostního inženýrství. ISBN 978-80-7385-220-7.

Specifika služebního poměru, © 2022. *Hasičský záchranný sbor České republiky* [online]. [cit. 2022-05-01]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/specifika-sluzebniho-pomeru.aspx?q=Y2hudW09Mg%3D%3D>

Syndrom vyhoření, © 2022. *Zdravotnické zařízení Ministerstva vnitra* [online]. [cit. 2022-04-02]. Dostupné z: <https://www.zzmv.cz/syndrom-vyhoreni>

Ukrytí obyvatelstva, 2014. *Vzdělávání členů SH ČMS* [online]. [cit. 2022-03-30]. Dostupné z: <https://www.vzdelavani-dh.cz/publicCourse?id=72&head=180&subhead=504>

Varování a informování obyvatelstva, 2014. *Vzdělávání členů SH ČMS* [online]. [cit. 2022-03-30]. Dostupné z: <https://www.vzdelavani-dh.cz/publicCourse?id=72&head=180&subhead=501>

Varování obyvatelstva v České republice: Všeobecná výstraha, 2022. In: *Hasičský záchranný sbor České republiky* [online]. [cit. 2022-05-06]. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/varovani-obyvatelstva-v-ceske-republice.aspx>

What is a healthy lifestyle?, 2021. *BBC* [online]. [cit. 2022-03-30]. Dostupné z: <https://www.bbc.co.uk/bitesize/topics/zhvbt39/articles/zmjkhbk>

What is good health?, 2020. *Medical and health information* [online]. [cit. 2022-04-02]. Dostupné z: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/150999>

Základní dělení mimořádných událostí, 2013-2022. In: *Město Vlasim* [online]. [cit. 2022-05-01]. Dostupné z: http://www.mesto-vlasim.cz/data/usr_001_novy_adresar_vlasim/zakladni_deleni_mim_udalosti.pdf

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

| | |
|------|---------------------------------------|
| ČR | Česká republika |
| IZS | Integrovaný záchranný systém |
| JSVV | Jednotný systém varování a vyrozumění |
| MU | Mimořádná událost |
| WHO | World Health Organization |

SEZNAM OBRÁZKŮ

| | |
|--|----|
| Obrázek 1 – Všeobecná výstraha (Varování obyvatelstva v České republice, 2022) | 28 |
| Obrázek 2 – Požární poplach (Varování obyvatelstva v České republice, 2022)..... | 28 |
| Obrázek 3 – Akustická zkouška (Varování obyvatelstva v České republice, 2022) | 28 |

SEZNAM GRAFŮ

| | |
|--|----|
| Graf č. 1 – Pohlaví (zpracování vlastní) | 37 |
| Graf č. 2 – Věk (zpracování vlastní)..... | 38 |
| Graf č. 3 – Vzdělání (zpracování vlastní)..... | 39 |
| Graf č. 4 – Definice MU (zpracování vlastní) | 40 |
| Graf č. 5 - výskyt MU v okolí bydliště (zpracování vlastní) | 41 |
| Graf č. 6 - Prožití MU (zpracování vlastní)..... | 42 |
| Graf č. 7 - Seznámení s MU (zpracování vlastní)..... | 43 |
| Graf č. 8 - Obsah evakuačního zavazadla (zpracování vlastní)..... | 44 |
| Graf č. 9 - První středa v měsíci – sirény (zpracování vlastní)..... | 45 |
| Graf č. 10 - Signál všeobecná výstraha (zpracování vlastní)..... | 46 |
| Graf č. 11 - Chování po zaznění sirén (zpracování vlastní)..... | 47 |
| Graf č. 12 - Úkryt v budově při úniku NCHL (zpracování vlastní)..... | 48 |
| Graf č. 13 - Co je to epidemie? (zpracování vlastní) | 49 |
| Graf č. 14 - Očkování jako nejúčinnější zdravotní prevence? (zpracování vlastní) | 50 |
| Graf č. 15 - Povinné očkování (zpracování vlastní) | 51 |
| Graf č. 16 - Očkování dětí (zpracování vlastní)..... | 52 |
| Graf č. 17 - Nepovinné očkování (zpracování vlastní)..... | 53 |
| Graf č. 18 - Preventivní prohlídky (zpracování vlastní) | 54 |
| Graf č. 19 - Péče o zdraví – zdravý životní styl (zpracování vlastní)..... | 55 |
| Graf č. 20 - Aktuální společenská situace a vývoj (zpracování vlastní)..... | 56 |

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P I: Dotazníkové šetření

PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍKOVÉ ŠETŘENÍ

Dobrý den,

Jmenuji se Jolana Klempířová a jsem studentkou 3. ročníku Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, konkrétně na Fakultě logistiky a krizového řízení. Studuji zde obor ovládání rizik a chtěla bych Vás poprosit o vyplnění mého dotazníku, který mi poslouží k bakalářské práci.

Děkuji za Váš čas.

1. Jaké jste pohlaví?
 - Muž
 - Žena
2. Kolik je Vám let?
 - 0-18
 - 18-26
 - 26-60
 - 60 a více
3. Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?
 - Základní
 - Středoškolské zakončené výučním listem
 - Středoškolské zakončené maturitou
 - Vysokoškolské
4. Víte, co je to mimořádná událost a která definice k ní patří?
 - Lze ji chápat jako škodlivé působení sil a jevů vyvolaných činností člověka, přírodními vlivy, a také havárie, které ohrožují život, zdraví, majetek nebo životní prostředí a vyžadují provedení záchranných a likvidačních prací.
 - Lze ji chápat jako škodlivé působení sil a jevů vyvolaných člověka, a také havárie, které ohrožují život, zdraví, majetek nebo životní prostředí
 - Nevím
5. Která mimořádná událost má nejpravděpodobnější výskyt v blízkém okolí Vašeho bydliště? (i více odpovědí)
 - Sesuv půdy
 - Povodeň, Zápavy
 - Vichřice a prudké větrné poryvy
 - Požár
 - Zemětřesení
 - Dlouhodobá sucha
 - Epidemie (velká nákaza lidí)
 - Epizootie (velká nákaza zvířat)
 - Dopravní havárie – silniční
 - Dopravní havárie – železniční

- Únik nebezpečné chemické látky
 - Sněhová kalamita
 - Náledí – námrazová kalamita
 - Teroristická činnost
 - Popřípadě jiná (napište která)
6. Zažili jste nějakou mimořádnou událost, popřípadě kterou? (i více možností)
- Ano:
 - Sesuv půdy
 - Povodeň, Záplavy
 - Vichřice a prudké větrné porывy
 - Požár
 - Zemětřesení
 - Dlouhodobá sucha
 - Epidemie (velká nákaza lidí)
 - Epizootie (velká nákaza zvířat)
 - Dopravní havárie – silniční
 - Dopravní havárie – železniční
 - Únik nebezpečné chemické látky
 - Sněhová kalamita
 - Náledí – námrazová kalamita
 - Teroristická činnost
 - Popřípadě jiná (napište která)
 - Ne, nezažil
7. Víte, jak se při takové situaci zachovat? Byli jste s tím někdy seznámeni?
- Ano, byl jsem seznámen během studia
 - Ano získal jsem znalosti z jiných zdrojů (např. TV, internet, přednáška, zaměstnání)
 - Ne nevím, nebyl jsem seznámen
8. Co by mělo obsahovat evakuační zavazadlo? (i více možností)
- Základní trvanlivé potraviny a tekutiny
 - Osobní doklady
 - Televizi, počítač (notebook)
 - Léky
 - Láhev vody
 - Sladkosti
 - Rádio
 - Peníze a cennosti
 - Hygienické potřeby
 - Náhradní oblečení a věci na spaní
 - Varnou konvici
 - Psací a kreslicí potřeby

- o Svítilna
9. Víte proč každou první středu v měsíci slyšíme znít sirény a jaký mají tón?
- o Ano jedná se o akustickou zkoušku provozuschopnosti, která má nepřerušovaný tón sirény po dobu 140 vteřin
 - o Ano jedná se o všeobecnou výstrahu, která má kolísavý tón po dobu 120 vteřin
 - o Nevím
10. Víte, jaký signál je správný pro „všeobecnou výstrahu“?
- o Kolísavý tón po dobu 140 vteřin
 - o Nepřerušovaný tón po dobu 140 vteřin
 - o Nevím, nepoznám
11. Jak bychom se měli zachovat po zaznění varovného signálu (všeobecná výstraha)?
- o Ukryjeme se do nejbližší budovy, zavřeme okna a dveře, zapneme rádio či televizi
 - o Začneme rychle balit a snažíme se co nejrychleji a nejdále odjet od místa
 - o Ukryjeme se do nejbližší budovy a začneme shánět informace o tom co se děje
 - o Budeme dále pokračovat v činnosti, kterou vykonáváme – nevšímáme si znění sirén
12. Ve které části budovy se schováme, pokud dojde k havárii, která souvisí s únikem nebezpečných látek?
- o Na straně odvrácené od havárie, ve vyšším patře
 - o Na straně odvrácené od havárie ve sklepech
 - o Na straně směřující k havárii, ve vyšším patře
13. Co je to epidemie?
- o zvýšený výskyt infekčního onemocnění, které je omezeno na jednu oblast během jednoho časového úseku
 - o zvýšený výskyt virů, bez omezení prostoru, na který umře velký počet lidí
14. Myslíte si, že očkování patří k neúčinnější zdravotní prevenci?
- o Ano
 - o Ne

15. Máte všechna povinná očkování?

- Ano
- Ne

16. Co si myslíte o rodičích, kteří nenechávají očkovat své děti? Myslíte si, že jsou tato rozhodnutí správná? Myslíte si, že je správné, že někteří rodiče nechtějí očkovat své děti?

- Ano
- Ne
- Je mi to jedno

17. Necháváte se očkovat i nepovinným očkováním?

- Ano
- Ne

18. Chodíte pravidelně na preventivní prohlídky k lékaři?

- Ano, chodím pravidelně
- Ano, ale chodím nepravidelně
- Ne, nechodím

19. Pečujete o své zdraví? Snažíte se tedy dodržovat zdravý životní styl?

- Ano, snažím se alespoň částečně dodržovat zdravý životní styl
- Ano, snažím se poctivě dodržovat zdravý životní styl
- Ne, nedodržuji

20. Sledujete aktuální společenskou situaci a vývoj?

- Ano, sleduji důsledně
- Ano, sleduji nepravidelně
- Ne, nesleduji