

Odborná příprava JSDH

**Bojový řád jednotek PO II - metodický
list - 11N Nebezpečí přehřátí**

Nebezpečí přehřátí

Bojový řád jednotek požární ochrany (<https://www.hzscr.cz/clanek/bojovy-rad-jednotek-pozarni-ochrany-aktualizace-1-1-2018.aspx>).

Přehřátí (hypertermie):

- překročení maximální vnitřní teploty těla
- organismus není schopen efektivního odvodu tepla z těla ochlazováním
- rozšíření cév a zadržení velkého množství krve v oběhu
- vznik rizika kolapsu organismu
- nárůst tepové frekvence
- vznik stavu absolutního vyčerpání

Předpokládaný výskyt:

- při použití ochranného oděvu
- během namáhavé činnosti v prostředí se zvýšenou teplotou (sálavé teplo, přímé sluneční záření)

Nebezpečí přehřátí

Ochrana proti přehřátí:

- **brát v potaz** nebezpečí přehřátí při **použití ochranných oděvů** v průběhu zásahu
- umožnit použití ochranného oděvu jen **zdravotně způsobilým** hasičům s absolvovaným **výcvikem termické odolnosti**
- **sledovat dobu nasazení** hasičů a vyhodnocovat možnost přehřátí
- zajistit **pravidelné střídání** hasičů
- vytvořit podmínky pro **regeneraci sil**
 - **ochranný nápoj** při použití speciálních ochranných prostředků **nepřetržitě 30 minut** nebo pokud zásah prováděný za **extrémních povětrnostních podmínek** probíhá alespoň **2 hodiny**
 - **strava** v případě **zásahu** trvajícího déle než **4,5 hodin**
 - vhodné **místo pro odpočinek**, pokud zásah trvá déle než **12 hodin**
- zajistit dodržování **pitného režimu**
- při příznacích přehřátí zajistit neodkladnou **zdravotní pomoc**
- **ochranné prostředky** a další zařízení (nápoje, vhodné prostory pro odpočinek)