

ÚRAZY A OTRAVY DĚTÍ PŘI POBYTU V PŘÍRODĚ

CASES OF INJURIES AND POISONING IN CHILDREN DURING THEIR STAY IN THE OPEN AIR

Věra Soukupová¹, Renata Švestková²

¹Jihočeská Univerzita v Českých Budějovicích, Pedagogická fakulta, katedra biologie

²Jihočeská Univerzita v Českých Budějovicích, Zdravotně sociální fakulta, katedra speciální a sociální pedagogiky

Summary

The comprehensive review presented here describes potential injuries of children of preschool and young school age in the course of their stay in the open air and considers their possible prevention. The target of the contribution is not frightening and warning off the field activities, but in contrast, supporting contacts with the countryside and information on injuries in the open air and on their prevention. The authors are specifically focused on poisoning and problems of contacts of children with animals. Risks are outlined except for injuries originating in sport activities under field conditions, which are not considered in the article. The countryside is situated into local conditions of the Czech Republic. The review is compiled from the point of view of more than 10-year practice of the authors – former pedagogic staff members of centres of ecological education, from the point of view of field environmental-educational stays with children in the countryside and based on topically available sources.

Key words: countryside – injuries – poisoning – estranging from countryside – prevention – stay in open air

Souhrn

Souborný referát popisuje potencionální zranění dětí předškolního a mladšího školního věku při pobytu v přírodě a jejich možnou prevenci. Cílem příspěvku není zastrašovat či varovat před pobyt v přírodě a před činnostmi aktivitami v terénu, ale naopak podpořit kontakty s přírodou a informovat o úrazech v přírodě a jejich prevenci. Speciálně se autorky zabývají otravami a problematikou setkání dítěte s živočišem. Nastíněna jsou rizika s výjimkou úrazů vzniklých při sportovních aktivitách v terénu, jimiž se článek nezabývá. Příroda je situována do místních podmínek v České republice. Příspěvek je psán z pohledu více než desetileté praxe autorek – bývalých pedagogických pracovníků středisek ekologické výchovy, z pohledu terénních ekovýchovných pobytů s dětmi v přírodě a aktuálně dostupných zdrojů.

Klíčová slova: příroda – úrazy – otravy – odcizování přírodě – prevence – pobyt v přírodě

ÚVOD

Dvacáté století bylo stoletím velkých změn, zvláště ve vývoji vědy a techniky. Svě proměny doznal i vztah k naší planetě, životnímu prostředí, přírodě. Ačkoli v 21. století zůstává člověk primárně na přírodě závislý, nedokáže tím správným způsobem (k osobnostnímu rozvoji) využít její potenciál; naopak spíše okolní prostředí přetváří k obrazu svému bez

ohledu na přirozené zákonitosti přírody a negativní důsledky těchto změn. Aspekt přetech- nizedované společnosti se odráží i ve vztahové oblasti člověk – příroda: ubývá kontaktů s přírodou, vzrůstá počet osob žijících konzumním (pasivním) způsobem života. Jedna z nejčastějších příčin odcizování dětí přírodě tkví v (rodičovské) neznalosti a pohodlnosti. S postupující zástavbou ubývá zelených ploch.

Živé okolní prostředí se stává virtuálním. K běžnému životu dítěte patří však nejen město, ale právě i pobyt v přírodě. Ten se i důsledku ubývajících zkušeností pobytů (chování) v přírodě a nedostatečné edukaci prevence úrazů v přírodě stává stále častěji rizikovým.

Druhy zranění – obecně a v přírodě, příčiny, následky, základní prevence

V České republice ročně utrpí 300 000 dětí úraz, 30 000 dětí je ošetřováno na různých odděleních nemocnic a 3 000 dětí zůstává v souvislosti s úrazem těžce poškozeno. Více než 300 dětí ročně následkem úrazu umírá. Úmrtí větších dětí vlivem úrazů negativně ovlivňuje úmrtnost dětí do 5 let (20).

Podle hodnocení druhu úrazu je nejvyšší počet zhmoždění, vykloubení a zlomenin (55,2 %) vznikajících nejčastěji v souvislosti s tělovýchovnými a sportovními aktivitami. Dalšími často se vyskytujícími následky úrazu jsou poranění povrchu těla (23,8 %), poranění hlavy a lebky (10,7 %) vznikající především v dopravě a při pádech s výšky.

Relativně často se vyskytují poranění úst, zubů a dalších orgánů dutiny ústní (6,1 %), příčinou jsou taktéž sportovní aktivity. K popálení a opaření (2,5 %) dochází nejčastěji v domácnosti. Následují méně četná poranění smyslových orgánů (2,1 %), otravy a uštknutí (0,4 %), poranění břicha a břišních orgánů (0,5 %), poranění hrudníku i orgánů v něm uložených (0,3 %) a tonutí (0,1 %) (15).

Ale úrazy dětí to nejsou „jen“ zlomeniny a modřiny. Přinášejí dlouhodobé problémy dětem, starosti a smutek rodičům. Každý úraz má i značný dopad na psychiku dítěte a v případě vážného poranění s trvalými následky často znemožňuje jeho zařazení zpátky do kolektivu. Každý úraz zasáhne až 10 lidí v okolí dítěte. Příčiny úrazů dětí a rizikového chování a bezpečnost míst vzniku úrazů je možné identifikovat a na jejich základě můžeme úrazům a následkům rizikového chování předcházet (34).

K úrazům dochází nejčastěji v domácnosti a ve škole, nejvážnější úrazy vznikají na silnicích a na hřištích. Přestože příroda není pro vznik úrazů rizikovým místem, i zde k úrazům dochází. Velký počet úrazů především před-

školních dětí je zaviněn nepozorností dospělých nejenom ke vlastním dětem, ale i k dětem ostatním (20). Jde o neopatrnost a nepozornost dospělého člověka, který opomíjí trvalý dohled a plně se nesoustředí na hlídání. Dozor dospělého je primární, ale děti – od určitého věku – můžeme vhodnou formou, prostřednictvím různých aktivit vzdělávat a zvyšovat jejich znalosti nebezpečných míst, jedovatých rostlin a živočichů a můžeme je naučit chránit se tak před zraněními.

Riziková příroda?

Příroda není zlá, není ani odpovědná za úrazy, otravy a poranění, které si v ní způsobíme. To ani tehdy, souhlasíme-li se Spinozovou tezí, že přírodě na nás nezáleží, byť nás vytvořila a dává nám i podmínky pro existenci. Z jejího hlediska nemusíme být, tak jako z našeho hlediska nemusí být desítky rostlinných a živočišných druhů, které jsme vyhubili. Pokud však sami chceme být, musíme ji poslouchat, tedy nejen se přizpůsobovat jejím zákonům, což už se stalo, ale přizpůsobovat se i způsobům její existence tak, abychom v ní mohli přežít... V přírodě je dnes odpovědnost jen na člověku, neboť on má rozum a svědomí (10).

Dítě se pohybuje v různých prostředích: interiéru domácnosti, ve škole, na hřišti, ale i na ulici anebo právě v přírodě – v lese, na louce, ve členitém terénu, ve vodě atd. (8, 21). Příroda není samostatně pojímána jako „místo“ vzniku úrazů. Řadí se tak i mezi méně rizikové terény pro vznik úrazu (vyjma sportovních aktivit). Je pravděpodobné, že počty a nebezpečí vzniku úrazů v přírodě jsou ovlivněny klesajícím trendem pobytu v přírodě (pozitivně, pokles úrazů v přírodě) a chybějícím prožitkem a zkušeností při pobytu v přírodě (negativně, nárůst úrazů v přírodě).

Mezi nejčastější outdoorové aktivity patří sporty v přírodě a aktivity typu „survival“ – hraniční výkony spojené s překonáváním přírodních překážek, vyžadující i určité riziko. Dále turistika, putování, táboření, tzv. ropes a challenges kurzy – tělesná cvičení rozvíjející základní pohybový fond člověka a přispívající také k osobnostnímu růstu, aktivizující (iniciativní) a týmové hry v přírodě, ochrana přírody, pracovní činnost a služba a umělecko-tvůrčí činnost, např. arteterapie či ezoterapie

vedoucí k rozvoji osobnosti (12).

Pomineme-li sporty a adrenalinové aktivity v přírodě, lze říci, že mezi nejčastější úrazy v terénu patří utonutí (na třetím místě – po dopravních a sportovních úrazech). Další druhy zranění jsou v porovnání s úrazy obecně méně časté. Například otravy a popáleniny, které jsou v žebříčku nejčastějších úrazů uvedeny v první desítku, jsou identifikovány především jako záměrné sebepoškozování nebo jsou situovány do prostředí domácnosti (2). Podobně je to s kousnutím psem, pokud se to stane, příroda je pro tento úraz právě tím nejrizikovějším místem, stejně je to při kousnutí či bodnutí hmyzem, které souvisí často spíše s alergickou reakcí nebo ojedinělé případy uštknutí hadem, kde roli hraje též šok a infekce. Město, domácnost a sportovní aktivity se jeví rizikovější než samotný pobyt v přírodě.

Otravám a úrazům v přírodě se lze vyhnout díky přímému dohledu dospělé osoby, vhodným vybavením do terénu, větší mírou přímých kontaktů s přírodou i pochopením její nezastupitelné role v životě člověka. Planeta Země (příroda) nám poskytuje nejen obživu, ale i možnost smysluplného využití volného času relaxací a životním stylem směřujícím k udržitelnému životu. Známe-li možná rizika, která mohou úraz způsobit, upravíme své chování dle principu předběžné opatrnosti. Hra a pobyt v přírodě bez dohledu zvyšuje potenciálně vznik úrazu. Řada autorů knih o přírodě a námětů aktivit v přírodním prostředí (např. Neuman, Hrkal, Zapletal) se bezpečnosti při dětské hře věnuje, popisuje možná rizika a dává preventivní doporučení. Zabývá se též vybavením do terénu. Výskyt otrav a úrazů v přírodě přesto stále stoupá, avšak především právě vlivem zanedbání péče či nepozornosti dospělých. K úrazům dochází bez rozdílu mezi chlapci a děvčaty především v mladším školním věku (15).

Význam pobytu v přírodě pro děti

(předškolního a mladšího školního věku)

Pobytu a tak i zkušeností s pobytem v přírodě ubývá v souvislosti se změnou životního stylu. Dříve lidé pobývali v přírodě častěji – chodili „do přírody“ do práce: hlavně farmáři a lesníci. Dnes v těchto odvětvích pracuje lidí daleko méně: většinu činností převzala technika.

Město nabízí stále více podnětů a možností, jak trávit volný čas. I samotná kvalita pobytu v přírodě se snižuje (smysluplné aktivity vs. večerní alkoholové párty). Úbytek zájmu o aktivity v přírodě a stále méně dětí zaznamenávají při svých aktivitách i skautské hnutí či přírodovědné oddíly. Do přírody se dnes chodí především s nějakým předem definovaným cílem: sběr hub či lesních plodů, venčení psa atd. Pro relaxaci, rekreaci v přírodě, výchovu i poznání je příroda pro řadu lidí nezajímavá či alibisticky (místně) nedostupná.

Vývoj a budoucí osobnost dítěte formuje řada složek již od dětství. Jedním z nejdůležitějších je oblast vztahová. Ta zahrnuje nejen vztah matky k dítěti a dalších pro dítě „významných“ osob, ale též vztah k okolí, hmotným i nehmotným statkům (k přírodě). Již ornitolog a etolog Konrád Lorenz upozornil na kritické periody učení. Již nejranější dětství je zvláštní vývojová perioda, velmi citlivá na vnější stimulaci. Řada výzkumů tzv. environmentální senzitivity (= citlivý vztah k životnímu prostředí) ukázala, že pro vybudování této osobní vlastnosti jsou klíčové příjemné zážitky z pobytu v přírodě v raném věku. Příjemné prožitky jsou dány také tím, že se tam dítě nacházelo s někým velmi blízkým, obvykle s rodiči (18).

Smyslové vnímání hraje nepochybně důležitou roli i v období batolecím. Nejcitlivější z hlediska vytváření vztahu k přírodě je předškolní věk. U dětí předškolního a mladšího školního věku zprvu převládá přirozená zvědavost než úžas nad krásou přírodnin a krajiny. Pestrost přírodního prostředí však již malým dětem přináší podnětnou obohacující kvalitu, kterou jim žádné technické hračky nenahradí. Využívání interiérových technických novinek naopak ubíjí u těchto dětí přirozenou zručnost (17). Kvantita hraček malých konzumentů v rodině vzrůstá s ubýváním kvality a množství společně stráveného času. V předškolním věku je oproti výchově v bytech u televize potřeba přímým kontaktem s přírodou rozvíjet fantazii, badatelské touhy i smyslové prožitky. Podporovat dětský úžas, tvořivost i zvědavost. Ale nechat dítě zakusit i realitu přírodního prostředí (děšť, vítr) a napomoci mu ji zvládat. Uvedené hodnoty se v dospělém věku přesunou do oblasti psychosociální a duchovní jis-

toty a pohody.

O vlivu působení přírody na zdraví (čerstvý vzduch, nehlukné prostředí atd.) již dnes nikdo nepochybuje. Přidanou hodnotou je výchova ke zdravému životnímu stylu zahrnující komplex well-beingu později v dospělosti.

Na druhou stranu média a reklamní kampaň vyvolávají často vznik různých fobií z přírody (strach z bakterií z reklam na čistící prostředky, strach z pobytu v přírodě kvůli nebezpečí nákazy některou z infekčních nemocí přenášenou klíšťaty či uštknutí hadem). Nepodlehnutí tlaku reklamy, resp. společnosti lze „léčit“ kvalitními informacemi, učením se kritickému myšlení i rodičovskou odvahou podporující autonomii dítěte (zde funguje i zpětná vazba – reciproční efekt).

Strejčková apeluje na dostatečné množství kontaktů s pestrým přírodním prostředím. Je potřeba učit děti starat se o něco živého, vcítovat se do potřeb kytiček a živočků – tím posílíme řetěz života (18).

Subjekty a organizace ve spojitosti s pobytem v přírodě

I jako nemluvně – miminko – se můžeme dostat do kontaktu s přírodou. Nevlastníme-li zahrádku a nemáme tak možnost svou ratolest nechat usínat v kočárku pod rozkvetlou jabloní, můžeme využít příměstských parků, přírodních zahrad či přírodních hřišť, okolí lesů u měst či míst, kde žijeme. V některých městech fungují též mateřská centra pořádající pro děti (batolata, předškoláky) výlety do přírody. Později do přírody zavedou děti rodiče či jejich blízcí, vychovatelé v mateřských školkách a snad i pedagogové základních škol. Vždy ale podle zaměření vychovatele, možností a preferencí školského zařízení a ne-pohodlnosti vychovatele i školní družinářky. Přírodovědné kroužky, ekologické kluby a pobyty v přírodě nabízejí také domy dětí a mládeže, skautské hnutí, střediska volného času i další organizace zaměřující se na volný čas dětí a mládeže (např. Salesiáni, turistické oddíly apod.). Pravděpodobně největší, resp. kvalitativně nejširší měrou se (na výchově k životnímu prostředí = ekologické výchově = výchově v přírodě atd.) podílejí centra a střediska ekologické výchovy. Pro školy nabízejí environmentální výuko-

vé programy konané v rámci vyučování, zájmové (přírodovědné) kroužky, víkendové akce či letní tábory. Svou roli sehrávají i Český svaz ochránců přírody, Hnutí Brontosaurus a další, především nevládní neziskové organizace. Oproti ekocentrům nabízejí akce spíše víkendového charakteru zaměřené na rodiče s dětmi či dospívající mládež. Ve výčtu organizací pořádajících akce v přírodě nelze opomenout sportovně založené oddíly, např. cyklistické, lyžařské, vodácké, atletické i jiné. (V tomto textu je však záměrně opomíjíme, nepovažujeme je za priority pro výchovu v přírodě. Jejich pobyt v přírodě postrádá primární *záměrné kontakty s přírodou*; často se jedná více než o pobyt v přírodě „pouze“ o sport – aktivitu zaměřenou na výkon či dokonce módu (cykloturistika po šumavských stezkách, lyžování v náročném horském terénu apod.). Žádný z technických vynálezů ani trojrozměrné možnosti techniky (kin) nemohou však nahradit pobyt a prožitky ve vícerozměrné přírodě.

Všichni dobrovolní i profesionální pracovníci, kteří vedou dětské kolektivy, by měli být *proškoleni a znát bezpečnostní pravidla činnosti s dětmi a mládeží*, která kromě dalšího obsahují též povinnost preventivních opatření – trvalého dohledu nad dětmi, vytváření bezpečnosti v nejrůznějších prostředí (hřiště, terén, místnost atd.), postup v případě úrazu a zvládnutí první pomoci.

Nepříznivé důsledky odcizení dětí přírodě

Odcizení člověka přírodě znamená i vzdání se odpovědnosti za její současný i příští stav. Při nápravě však nejde o jakési naivní „návraty k přírodě“, ale o vnášení přirozenějších způsobů vnímání a respektování přírody, doceňování jejich nezměrných hodnot pro všechny živé tvory. Obojí též napomáhá formování osobnosti a osobní spoluzodpovědnosti za přírodu (10).

Klonfarová (Strejčková, 2005) rozděluje důsledky odcizení dětí přírodě do tří oblastí:

1. Osobnostní, tj. vztahující se k osobnímu zdraví a všestrannému rozvoji tělesnému i psychickému (menší obratnost a fyzická zdatnost, menší odolnost vůči výkyvům teplot a počasí vůbec atd.). Menší zkušenost s přírodním prostředím se také může

projevovat neznalostí a podceňováním rizik spojených s pobytem v přírodě, špatnou orientací atd.

2. Vztah k přírodě. Příroda je již pro určitou část zvláště mládeže málo známé a neatraktivní prostředí spojené s nepohodlím, např. chladem, deštěm, fyzickou námahou spojenou pohybem v ní, v zásadě nudným a „neakčním“, v lepším případě vhodném jen jako jakási kulisa při provozování nějaké vzrušivější činnosti jako je lyžování, jízda na kole apod. Těžko lze očekávat, že tito lidé budou v dospělosti ochotni respektovat potřeby přírody.
3. Společnost a její rozvoj. Projevy sociální patologie: na základě preference virtuálních aktivit před reálnými může dojít ke snížení schopnosti empatie vůči jiným formám života. Antropocentrický postoj. Postoj konzumenta a spotřebitele (umět brát, ale nechtít dávat.) Ekonomické důsledky: stoupající náklady na zdravotnictví (průběžné přibývání civilizačních chorob je až z 80 % zaviněno nevhodným způsobem života, životním stylem), náklady na odstraňování škod na životním prostředí (17).

Shoduje se tak s důsledky úrazové morbidity s Pelechem (1999), který uvádí zatížení porúrazových stavů v oblasti zdravotní a sociální včetně dopadu na ekonomiku celého státu (15).

Bez zajímavosti není ani zjištění, že výchova v přírodě je prevencí negativních sociálně-patologických jevů (drogy, delikvence a kriminalita atd.) a napomáhá zdravému psychickému vývoji (14).

Zranění v přírodě – druhy, jejich specifika a prevence

Úrazy jsou jednou z hlavních příčin mortality nejmladších věkových skupin obyvatelstva ve všech průmyslově vyspělých státech v Evropě i v zámoří. K nejčastějším zraněním dochází v přírodě následkem otrav, utonutí a pádů. Dále následkem kousnutí, bodnutí, pokousání či uštknutí, tepelnými poraněními, ev. v důsledku jiných mimořádných událostí (15).

Otravy

Přestože otravy jsou příčinou přijetí do nemocnice ve 4–6 %, jedná se v 70–80 % o se-

bevražedný pokus a v 10 % o otravy profesionální (2). Pouze v 15–20 % jde o náhodné otravy. V rámci náhodných otrav se v 80–90% objevují otravy léky. Ve zbytku procent se objevují otravy houbami, rostlinami či živočichy. Pravidlo trvalého dozoru a následné výchovy (u dětí mladšího školního věku) platí i zde bez výhrad. Prevencí jsou i kvalitní informace, znalosti o toxicitě rostlin a živočichů, zkušenosti rodičů, vychovatelů. Děti je potřeba naučit, aby si nic nestrkaly do pusy, sbíraly a jedly jen to, co jim dospělí zkontrolují či co samy bezpečně znají (6).

Rostliny představují druhou nejčastější příčinu dětských otrav (1). Jedovaté i jinak nebezpečné rostliny rostou kolem nás na nejrozmanitějších místech, aniž bychom si to uvědomovali. Některé z nich jsou svými jedovatými účinky na člověka i na zvířata pověstné, u některých dochází k otravám jen zřídka a u jiných téměř nikdy (13). Rostou ve všech ročních obdobích, ve všech nadmořských výškách, na nejrůznějších stanovištích – planě ve volné přírodě. Příčinou jedovatosti rostlin jsou účinné látky obsažené v jejich tělech, které působí jako jedy. Nejčastěji jsou to alkaloidy (blín, rulík, ocún, oměj), glykosidy (náprstník, konvalinka), silice (chvojka, rojovník) a saponiny (vrání oko). Hranice mezi jedovatými a nejedovatými rostlinami neexistuje. Řada jedovatých rostlin naopak patří mezi rostliny léčivé. Přes všechnu osvětu se stále vyskytují *otravy jedovatými houbami*. Otravu mohou však způsobit i jedlé houby, pokud byly požitý zapařené nebo nahnílé. Houby jsou těžko stavitelné, a tak je lépe je dětem nenutit, i když víme bezpečně, že jsou jedlé (1). Při sběru hub je nutné mít děti neustále pod kontrolou, aby houby neochutnávaly. Je potřebné je naučit zásadu, co neznám, na to nesahám, nesbírám ani neničím. Postupně bychom měli děti učit bezpečně rozeznávat základní druhy hub.

Otravy v přírodě asociují hlavně nebezpečí požití jedovatých rostlin či hub. Málodko však ví, že riziko poranění je i u *živočichů* – např. u některých druhů žab či brouků, resp. hmyzu obecně.

Děti by měly být poučeny o rizicích jedovatých hub (ale i rostlin a živočichů). Pokud máte podezření, že dítě jedovatou rostlinou či houbou již požilo, je potřeba zjistit, co snědlo

a zajistit vzorek, dopátrat v jakém množství a kontaktovat lékaře či toxikologické centrum. Vlastní příklad rodičů, předávání zkušeností při společně strávených chvílích v přírodě napomohou zvnitřnění poznání a zabrání zbytečnému strachu, např. při sběru lesních plodů či hub. V Anglii dospěla situace tak daleko, že dospělí (často ani přírodovědci) nedokáží rozlišit užítky lesa a jeho nástrahy v podobě jedovatých plodů. Teoretické znalosti mají ohromující, praktickou zažitou zkušenost z terénu však postrádají. Z čeho pak čerpat zkušenosti při pobytu dětí v přírodě a prevenci otrav? Na jejich obranu je potřeba podotknout, že většina lesů je v privátním vlastnictví a vstup do lesů je zakázán.

Příklady otrav

- nešťastné náhody orálních otrav – především u hub např. záměna muchomůrky zelené s muchomůrkou růžovkou-masákem; u rostlin a jejich plodů např. záměna – vrání oko čtyřlístě za brusnici borůvku, ale i méně známé působení jedů rozpustných v tucích – např. u škumpy, kdy může dojít k otravě použitím větvi k opékání špekáčků atp. (9);
- úmyslné požití jedovatého organismu – toxikomanie, zvědavost (lysohlávky, nezralé makovice) či vychloubání se (plody lýkovce jedovatého);
- fotosenzitivní účinky rostlin a živočichů – nebezpečí na dotyk (působení na kůži) – např. bolševník velkolepý, ale i další mrkvovité/okoličnaté rostliny, (při faktorech – citlivá kůže, sluneční záření, ev. ve spojení s vlhkostí), ropuchy, kuňky aj. obojživelníci (kožní žlázy ropuch vylučují mléčnatý, slabě jedovatý sekret, který působí palčivě na sliznici);
- „předávkování“, záměna či nevhodné kombinace směsí ze sebraných léčivých rostlin – např. u náprstníku, jmelí, tužebníku jilmového atd. Ač atlasy léčivých rostlin uvádějí údaje o samotné obsahové látce, často neuvádějí přesné údaje o působení a použitelném dávkování. Řada shrnutých zkušeností též neodpovídá dnešnímu stavu vědeckého poznání (7).

Tonutí (utonutí)

Utonutí patří v České republice (po dopravních úrazech) k druhé nejčastější příčině úmrtí následkem úrazu. K utonutí dochází následkem nedostatku kyslíku v těle způsobeném vdechnutím vody do plic a uzavřením dýchacích cest nebo v případě „suchého“ utonutí ani nemusí dojít ke vniknutí vody do plic, ale člověk utone následkem reflexního uzavření dýchacích cest.

V přírodě dochází k utonutí dětí z nejrůznějších příčin. Pomineme-li jako příčinu utonutí (u dětí cca do 10 let) konzumaci alkoholu, následuje nedodržování zásad bezpečnosti, podcenění nebezpečí – v létě při koupání či v zimě možnost proboření ledu. U dětí špatný odhad fyzických sil, přehřátí organismu a následný šok z chladné vody, křeče. Skoky do vody i přes intenzivní apely rodičů a vychovatelů jsou příčinou mnoha více či méně vážných zranění či dokonce smrti.

Mezi nejčastější úrazy ve spojitosti s pobytém v přírodě patří a vodním prostředím patří: poškození páteře s různým stupněm ochrnutí, otřesy mozku, zlomeniny, pořezání či poškrábání se o materiál přírodního (větev) či antropogenního původu (sklo, plech).

Prevenčí je opět dohled dospělého, dodržování zásad bezpečnosti při pobytu ve vodě a nepřeceňování vlastních sil.

Pády

Pády v přírodě bývají velice nebezpečné. Jsou způsobeny obvykle neznalostí terénu či riskováním (5). Mezi pády v přírodním prostředí, které mohou končit utonutím, řadíme např. pád do studně, uklouznutí a zakopnutí s následným pádem ve vodě či do vody. K úrazům zapříčiněným pády může dojít i bez kontaktu s vodou – např. pád ze stromu, ze skalních útesů, pády nebo uklouznutí na ledu či sněhu apod. Rizikové jsou suché větve stromů, kamenná pole, zmrzlý led i kluzké kameny v řece. Je proto potřebné trvale na děti dohlížet, naučit je chovat se v přírodě (chodit po značených cestách).

Mechanická poranění živočichem – kousnutí a pokousání, kousnutí či bodnutí (vyjma uštknutí)

K pokousání živočichem (nejčastěji psem)

dochází především v městském prostředí. V přírodě k němu může dojít při úmyslném i neúmyslném kontaktu např. s toulavými psy (což není u nás zase až tak běžné) nebo s nemocným zvířetem se změněným chováním (např. „ochočené“ lišky) – vzteklna u lišek. K jinému typu poranění patří setkání s bachyní bránící selata nebo při kontaktu s jeleny v říji. Případy poranění a úrazů jsou opravdu ojedinělé. Naproti tomu kousnutí či bodnutí hmyzem zažil každý z nás. Bolestivost, reakce a následky se odvíjejí od místa poranění, možných alergických reakcí, reakcí organismu (šoku) a dalších specifík (např. kde a na čem hmyz pobýval před vlastním vpichem či bodnutím, reakce společenstva – např. roje a agre-sivita vos apod.).

K dnes snad nejvíce medializovaným rizikům v přírodě patří kousnutí klíštětem. Z informačních kampaní, které v současnosti probíhají, pramení vznik úzkostí, fobií či nechuti pobytu v přírodě. Před klíšťaty se lze chránit vhodným terénním vybavením (dlouhé rukávy i nohavice, uzavřená obuv). Po příchodu domů se prohlédnout, popřípadě ihned klíště odstranit a místo vydezinfikovat. Kontrolovat stav (projevy zarudnutí apod.) poraněného místa.

Ve uvedených případech lze zaznamenat projevy otoků, alergií, šoků, zvýšené bolestivosti poraněného místa, následné infekce či další vážnější poranění (zvláště při napadení bachyní, pokousání psem, napadení rojem vos).

Prevenčí je umění chovat se v přírodě (nedráždit živočichy, nehledit plachá či nepřírozně se chovající divoká zvířata), předvídat rizikové prostředí (např. blízkost mraveniště – nevhodné místo pro odpočinek), vhodné oblečení, správný výběr místa pro pobyt v přírodě (stanování vedle mravenišť se nevyplácí) i zkušenost s předešlými poraněními (zachování klidu při štípnutí včely). Poraněná místa je potřeba umýt (studenou vodou) nebo dezinfikovat (pokousání) a ledovat (poštípání, bodnutí). V případě vážnějších poranění kontaktovat lékaře. U pokousání psem je navíc potřeba zjistit, zda byl pes očkovaný proti vzteklině, a zkontrolovat očkování (dítěte) proti tetanu.

Uštknutí

K uštknutí hadem dochází při zachování preventivních opatření v České republice zcela ojediněle. Hadí se podle druhu v přírodě vyskytují pouze v daných biotopech a jsou velmi plaší. K setkání s hady v přírodě dochází také pouze v určitém časovém období (duben–září) a vzhledem k homoiotermite pouze za teplého slunného počasí. Přesto při setkání s hadem zažívá více lidí spíše hrůzu a strach než zázrak ze setkání. Lidé hady nenávidí a navzdory zákonné ochraně zabíjejí. Úcta a respekt k těmto živočichům je proto následováníhodná. K hadům se také dodnes pojí nejvíce pověr a mýtů. Pamatujte ale, že automobil je tisíckrát nebezpečnější než zmije!

Jako prevence zmijího kousnutí však postačí vhodná obuv a nepřiléhavé oblečení do terénu, vyhýbání se rizikovým aktivitám v potencionálně vhodném prostředí pro hady (neválet sudy na vyhřátých svazích) a opět znalosti (minimálně dokázat rozlišit zmiji od užovky). Existují výukové programy vedoucí k odstranění mýtů a pověr o hadech, o prevenci při uštknutí hadem i první pomoci (16).

Působení jedu zmiji je hemoragické. Tento jed působí na krevní oběh. V nejvážnějších případech dochází kromě bolesti a zarudnutí (ztvrdnutí) místa vpichu až k rozkladu tkání. Závažnost uštknutí tkví v množství jedu vpuštěného do lidského organismu (rozdíly u varovných dávek), hadí kondici (ovlivněné teplotními podmínkami, předešlou aktivitou, časem uplynulým od posledního uštknutí, psychickým a fyzickým stavem hada – výměna jedových zubů, zanícení jedových váček atd.), věku hada (mláďata jsou nebezpečná), místě kousnutí (třísla, lýtko, ruka, krk), na úhlu, pod kterým had kousne, psychickém stavu a reakci uštknutého (často je reakce – panika, šok – závažnější než samotné následky kousnutí), na jeho kardiovaskulárním systému nebo srdečních poruchách, na imunitě organismu (alergie atd.) a dalších specifíčnostech (infekce – od hada, jehož předchozí potravou byla nakažená myš atd.).

Teplná poranění – popáleniny, přehřátí, podchlazení

V přírodě též dochází k poškození organismu (nebo jeho části) různým stupněm působení

teplené energie (slunce, oheň atd.). V zimních měsících naopak dochází k promrznutí či podchlazení.

Primární prevencí je dohled. Jedná-li se o povětrnostní jev je prevence jednoduchá – zkontrolovat vhodné oblečení, vč. pokrývky hlavy, vhodné obutí, dostatek vhodného pití (voda nebo teplý čaj). V případě popálenin od ohně i od elektrického vedení je hlavní příčinou nedodržování bezpečnostních zásad či jejich porušení (rozdělávání ohně za nepřítomnosti a bez dozoru dospělého).

Úrazy způsobené mimořádnými událostmi v přírodě

Příroda nás může překvapit více či méně předvídatelnými událostmi. Jednou z nich jsou již zmíněné vlivy počasí. Další rizika představují požáry, záplavy, sněhové vánice, sesuvy půdy a jiné kalamity. Prozatím nám naštěstí v našich zeměpisných šířkách nehrozí zemětřesení ani sopečné výbuchy.

Při pobytu v horách je velmi nebezpečným fenoménem bouřka a hrozící riziko zásahu bleskem. Na pastvinách na nás a naše děti zase číhají „vymoženosti“ přírody v podobě elektrických ohradníků. V lese můžeme šlápnout na zrezivělý hřebík z bývalého dřevěného plotu lesní školky. Nástrah v přírodě je zcela jistě méně než v městském prostředí plném dopravního ruchu nebo třeba i v domácnosti. „Být připraven“, ostražitost, předvídavost, znalosti bezpečnostních opatření (např. kde hledat úkryt v horách při bouřce), zkušenosti a rychlé, ne však unáhlené chování jsou tou nejlepší prevencí pro nás i naše děti při společném pobytu v přírodě.

Východiska – prevence

Prevence vychází z příčin dětských poranění, otrav a úrazů. Dítě neví, jaká nebezpečí hrozí, chová se nebezpečně, prostředí je nebezpečné. Proto mají prvořadý význam při úrazové prevenci dospělí, kteří musí vytvářet pro děti bezpečné prostředí. Rodiče nesou za své děti zodpovědnost, podobně i vychovatelé za děti svěřené do jejich péče. Zároveň jsou odpovědní za rozvoj dětské osobnosti v biopsychosociálním a duchovním pojetí. Proto je u nich primární znalost vývoje dětí a jejich schopností základním předpokladem pro prevenci úrazů povědomí o nebezpečích hrozících dítěti

v dané věkové kategorii a seznamování se s věkově specifickými riziky, o chování a jednání dospělého vůči dětem, vymezení hranic atd. (15).

Až od věku osmi let si dítě vytváří vlastní zkušenost. Zde více než jinde platí základní a nejdůležitější požadavek prevence otrav a úrazů: trvalá přítomnost rodičů nebo dospělé osoby, která má na starosti pouze dohled dítěte (20). Do té doby je trvalý dohled či přímo kontrola dítěte při daných aktivitách nezbytná. Do věku sedmi let je dětské myšlení egocentrické; dítě má špatný odhad vzdáleností, je zpomalen postřeh, reakční doba je významně prodloužena, koordinace vjemů a motorické reakce je stále ve vývoji (a vyvíjí se pomalu), těžiště těla je umístěno výše (dítě snadněji ztrácí rovnováhu a padá), přímé vědomí rizika pocházející z vlastní zkušenosti (oheň páli) a předvídané vědomí nebezpečí se vyvíjí až kolem 8 roku. Do té doby je potlačeno působením zajímavé události, tj. aktuálního vjemu. Vědomím nutnosti preventivního chování se blíží děti dospělým teprve až po 12. roce (15). Z toho vyplývá potřeba, kromě výchovy dětí informacemi, přímého předávání zkušeností vlastním příkladem, setrvávat s dětmi v přímém kontaktu a nutností kontroly ze strany dospělého. Pro rodiče a vychovatele se stává nutností vymezení míry kontrolovaného rizika. To je podstatou při výchově zážitkem či prožitkem, výchově v přírodě, expedicích apod. (14). Následná prožitá zkušenost a umění se vyrovnat i s nezdary nejen v přírodním prostředí posiluje osobnost dítěte a neodrazuje od dalšího pobytu v přírodě. Signály od rodičů či vychovatelů (odvaha, ne však hazardování v přírodě), úcta ke všemu živému a odmítání antropocentrického zaměření jako vhodný příklad rodičovské výchovy přinese v dospělosti pozitivní výsledky. Výchova zážitkem totiž předpokládá, že prožití a zpracování (řízená reflexe) takto získaných podnětů může vést ke změně chování, jednání a k pozitivnímu vývoji osobnosti (11). Bezprostřední kontakt s přírodou pochopitelně není samospasitelným prostředkem výchovy či ochrany (přírody i lidského zdraví), nýbrž pouze důležitým východiskem, příležitostí, která by neměla být promarněna. Prožitky získané prostřednictvím cvičení a her v příro-

dě se později v rozhodujících životních chvílích vybaví a převezmou roli opěrných bodů pro překonávání krizí (11).

Opatrnost však není dobré zaměňovat se strachem. Trvalý dozor, který dítě neobtěžuje, je ideálním preventivním opatřením – opakem přehnané úzkosti, která se přenáší z rodiče/ vychovatele na dítě a působí kontraproduktivně. V Anglii ekologická centra před pobýtem v přírodě žáky instruují a seznamují je s možnými riziky při následných aktivitách. Snaží se rozlišit mezi risk-a hazard-assessmentem a vymezit hranice pro činnost dětí v rámci potencionálního rizika, avšak bez sebemenšího přesahu do hazard-assessmentu. Vymezení vychází z předem daných bezpečnostních pravidel organizací i škol.

LITERATURA

1. Cvečková, M., Kačenkova, O.: Motivační a doplňkové materiály. Děťství bez úrazů, o.p.s. [on line]. [cit. 2007-10-10]. Dostupné z <<http://www.detstvibezurazu.cz>>
2. Čapková, M., Toráčová, L.: Go proti úrazům aneb jak chránit své zdraví. České Budějovice: ZSF JU, 2006. ISBN 80-7040-912-6.
3. Čapková, M. et al.: Venku číhá džungle aneb jak se chránit před úrazy. České Budějovice: ZSF JU, 2006. ISBN 80-7040-905-3
4. Děťství bez úrazů, o.p.s.: informační leták [on line]. [cit. 2007-10-10]. Dostupné z <http://www.detstvibezurazu.cz>
5. Děťství bez úrazů, o.p.s.: Úrazy mají své následky. [on line]. [cit. 2007-10-10]. Dostupné z <http://www.detstvibezurazu.cz>
6. Děťství bez úrazů, o.p.s.: Úrazy mají své příčiny. [on line]. [cit. 2007-10-10]. Dostupné z <http://www.detstvibezurazu.cz>
7. Grau, J. et al.: Bobulovitě, užitkové a léčivé rostliny. Praha: Ikar, 1996. ISBN 80-7176-369-1.
8. Hrkal, J., Hanuš, R.: Zlatý fond her II. 1. vyd. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-153-3.
9. Kutý, J.: Bezpečnostní pravidla činností s dětmi a mládeží. Praha: Junák a SMOP ČSOP, 2002. ISBN 80-86109-90-9.
10. Máchal, A.: Průvodce praktickou ekologickou výchovou. Brno: Rezekvítek a Lipka - Dům ekologické výchovy, 2000. ISBN 80-902954-0-1.
11. Neuman, J.: Dobrodružné hry a cvičení v přírodě. 1. vyd. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-218-1.
12. Neuman, J.: Turistika a sporty v přírodě. 1. vyd. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-391-9.
13. Novák, J.: Naše jedovaté rostliny. 1. vyd. Praha: Albatros, 1984. ISBN 13-703-84.
14. Pávková, J. et al.: Pedagogika volného času. 3.vyd. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-711-6.
15. Pelech, L.: Úrazy dětí. In: Dunovský, J. et al: Sociální pediatrie, vybrané kapitoly. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 1999. ISBN 80-7169-254-9 .
16. Soukupová, V.: Výukový program HAD. 1. vyd. Prachatic: CEV Dřítatka, 1998. ISBN neuvedeno.
17. Strejčková, E. et al.: Děti, aby byly a žily. 1. vyd. Praha: MŽP, 2005. ISBN 80-7212-382-3.
18. Strejčková, E.: Milá maminko, milý tatínku. [on line]. [cit. 2007-10-10]. Dostupné z <http://www.detiapriroda.cz>
19. Toráčová, L. et al.: Prevence úrazů dětí od narození do předškolního věku. České Budějovice: ZSF JU, 2006. ISBN 80-7040-912-6.
20. Velemínský, M.: 3 x 333 otázek pro dětského lékaře. 1. vyd. Praha: Triton, 2002. ISBN 80-7254-290-7.
21. Zapletal, M.: Hry v přírodě. Velká encyklopedie her I. 1. vyd. Praha: Olympia, 1985. ISBN 27-017-85.

*Věra Soukupová a Renata Švestková
soukup.vera@seznam.cz*