

Jak se chovat v létě u vody



Na některých veřejných koupalištích bývá plavčík. Zaměřme se proto zejména na koupání na místech, která pod kontrolou nejsou.

Mějme na paměti, že:

- **Ve volné přírodě bychom se neměli chodit koupat sami.** I dobrého plavce může přepadnout náhlá indispozice.
- Na neznámých místech **do vody zásadně neskáčíme, ale pomalu do ní vstupujeme.** Pod hladinou se mohou skrývat stromy, pařezy, kameny, ale i střepy a zahozené prázdné konzervy. Kromě nepříjemné řezné rány si můžeme zlomit vaz.
- Zaplavat si **nechodíme těsně po jídle, rozpálení nebo unavení.** Plný žaludek, únava a rozdíl teplot těla a vody mohou být příčinou kolapsového stavu. Velké nebezpečí představuje alkoholové opojení.
- Na přehradách a velkých vodních plochách **neplaveme daleko od břehu,** pokud ano, zajistíme si raději doprovod na lodičce.
- Tam, kde se po vodní ploše pohybují lodky, šlapadla a motorové čluny, jsme velmi obezřetní. **Neplaveme do blízkosti plavební dráhy,** případně si nasadíme výraznou čepičku. Vlny a odraz slunce snižují posádce plavidel viditelnost.
- **Nekoupáme se v blízkosti hrází, nad a pod jezem,** protože tam hrozí smrtelné

nebezpečí.

- **Nekoupeme se za bouřky.** Také v řece neplaveme při zvýšené hladině po silném dešti a už vůbec ne při povodni.
- Kolem vody neděláme nepořádek, **nenecháváme odpadky** a neházíme je do vody.

Kvalita vody

Chlorovaná voda v bazénu leckomu nedělá dobře, na druhé straně koupání v přírodních vodách s sebou nese také určitá zdravotní rizika.

Řeky, rybníky a přehrady mohou být mikrobiálně kontaminovány odpadními vodami, výkaly zvířat, splachy hnojiv z polí. Moc čistá nebude voda nedaleko vyústění (i vyčištěných) odpadních vod a vod z dešťových kanalizací a v rybnících s intenzivním rybím hospodařením. Nejčastějším onemocněním při polknutí takto znečištěné vody jsou střevní a žaludeční potíže, různá horečnatá onemocnění.

Letitým postrachem pro milovníky koupání ve volné přírodě jsou sinice. Již řadu let dochází za teplého počasí k jejich neúměrnému přemnožování. Jsou nebezpečné jak pro lidské zdraví, tak pro živočichy. **Sinice obsahují toxiny, které se mohou projevit v lepším případě alergií, v horším záněty očí a spojivek, žaludečními obtížemi, bolestí hlavy, malátností,** oslabením imunity, poruchou funkce jater, a dokonce možným vznikem rakoviny při dlouhodobějším kontaktu.

Na velkých rekreačních vodních plochách kontrolují pravidelně čistotu vody, mikrobiální znečištění, a tedy i množství sinic krajské hygienické stanice. Vydávají pravidelné zprávy, a pokud není kvalita vody v souladu s normou, vyhlašují zákaz koupání.

Zdaleka však nekontrolují všechny rybníky a toky. **Jak tedy my sami poznáme, že jsou ve vodě sinice?** Odlišit řasy od toxických sinic pomůže jednoduchý, tzv. Maršálkův test. **Naplňme průhlednou láhev, například PETku, až po hrdlo vodou a necháme 20 minut odstát. Pokud se vytvořil u hladiny zelený proužek nebo povlak, který vypadá jako zelená krupice nebo sekané jehličí, ale zbytek vody zůstal čirý, jsou ve vodě sinice.** Zůstala-li voda zelená, obsahuje řasy. Ty tolik nebezpečné nejsou, nicméně ve vyšší koncentraci rovněž způsobují alergie. A nám se určitě nechce do takové vody vlézt a vylézt z ní jak zelený hasrman.

Pokud nemáme průhlednou láhev, vstoupíme opatrně do vody po kolena tak, abychom nezvířili usazeniny na dně. Pokud si přes zelenou vodu nevidíme na palce u nohou, raději si koupel odpustíme.

Psi a koupání ve volné přírodě

Jak známo, jsme národ pejskařů a k vodě často chodíme i s nimi. Na veřejných koupalištích obvykle do vody nesmí, ale bývají tam i ohrazené kusy pláže s přístupem do vody, kde psi mají plavání povolené. Neměli bychom je však nechávat volně pobíhat po břehu, mohou udělat nějakou neplechu, poprat se s jiným psem a vystrašit ty, kteří se psů bojí, nebo nedej bože nějakého dospělého či dítě napadnout.

Ve volné přírodě musíme dávat pozor na to, zda rybník není chovný, obvykle u něj bývá cedulka se zákazem koupání psů. V blízkosti rybářů, kteří samozřejmě z přítomnosti psa radost nemají, se zas ve vodě mohou zamotat do vlasů a háčků.

Obezřetní také musíme být tam, kde jsou stromy a větve ponořené ve vodě, pes by se mohl zranit. Zvláště lovecká plemena pak mohou v rákosí vyrušit hnízdící vodní ptáky.

Obecně bychom se měli snažit pro koupání psů vybrat místo se snadným přístupem k vodě.

Stokrát víc opatrní bychom měli být, pokud jsme u vody s dětmi, a to i u bazénu nebo na koupališti. Stačí chvilka nepozornosti a dojde k neštěstí.