

# Zůstaň součástí ZČU: Záchranář, který koordinuje zásahy a mluví k veřejnosti, je absolventem FZS

8.7.2025 - Kateřina Dobrovolná | Západočeská univerzita v Plzni

**Zkušenost záchranáře může být mnohdy emotivní. Máte vlastní způsob, jak se psychicky vyrovnáváte s krizovými zásahy?**

Důležité je si uvědomit v jaké fázi krizové situace se nacházíte – před, v průběhu nebo po skončení. V počátku hraje velkou roli adrenalin a přirozený drive, na emoce moc prostoru nezůstává. Ale po skončení náročného zásahu se s tím každý z nás vyrovnává po svém. Mně osobně funguje v přeneseném významu určitá forma „odosobnění se“ od událostí. Zkrátka, když se vracíte domů, je někdy dobré nechat věci před prahem a uvědomit si, jak může být život nebo zdraví křehké, a vážit si toho svého. Nejnáročnější jsou situace, při kterých víte, že už nedokážete člověku pomoci, ale přesto uděláte maximum. Myslím si, že budu mluvit za všechny kolegy, když řeknu, že náročná je každá situace, která je svým způsobem nestandardní, jako třeba mimořádné události s hromadným postižením osob, násilí na dětech nebo třeba ohrožování posádek ze stran agresivních pacientů.

Jak vypadá typický den inspektora provozu Zdravotnické záchranné služby Plzeňského kraje? Jak se liší od práce běžného výjezdového záchranáře?

Jako inspektoři provozu fungujeme v nepřetržitém režimu 24/7 v rámci denních a nočních 12hodinových směn stejně jako běžné výjezdové skupiny, jen s tím rozdílem, že jsme jednočlenná posádka a působíme v celém Plzeňském kraji. Začínáme převzetím služby včetně veškerých informací o aktuálním provozu. Jedná se především o to, abychom měli povědomí o probíhajících závažnějších výjezdech nebo závadách, technických potížích a podobně. Potom si přebíráme a kontrolujeme naše vozidlo, včetně jeho techniky a vybavení. Průběh směny je pak poměrně pestrý a naše činnost je opravdu rozsáhlá. V případě potřeby převážíme transfuzní přípravky, orgány nebo specialisty. Práce inspektora provozu s sebou nese velkou zodpovědnost, a to nejen za práci, kterou vykonáváme, ale také za to, jak vystupujeme a jak dokážeme komunikovat s ostatními.

K tomu všemu jste i tiskový mluvčí ZZS PK. Co je nejtěžší na komunikaci směrem k veřejnosti – zejména v krizových nebo emotivně vyjatých situacích?

Nejtěžší je v tomto případě zvládnout mnohdy silné emoce, stres a někdy i paniku okolí. Záchranáři obecně musí jednat klidně a uvážlivě, zároveň rychle, často v náročných podmínkách, a to se promítá i do schopnosti kvalitně komunikovat.

Jak důležitá je podle vás edukace veřejnosti o práci záchranářů? Daří se vám v médiích nebo na sociálních sítích bourat mýty a nepřesnosti?

Je nesmírně důležitá. Edukace je klíčová pro zvýšení respektu k této profesi, zlepšení spolupráce při zásazích a větší připravenosti lidí v krizových situacích. Pomáhá také předcházet zbytečným výjezdům, podporuje poskytování první pomoci a zvyšuje celkovou bezpečnost. Kromě toho může vést k lepšímu porozumění psychickému tlaku, kterému záchranáři čelí, a inspirovat nové generace k této důležité profesi. Já osobně nemám takový dosah, jaký mají moji mediálně známější kolegové z jiných krajských záchranných. Nicméně ve svém volnu se podílím na edukaci veřejnosti formou přednášek o první pomoci pro širokou veřejnost nebo ve formě zábavně-vzdělávacího projektu pro

základní školy. Oboje pod záštitou Domažlické nemocnice. První pomoc a metodologii vyučují také na FZS ZČU pro první ročníky oboru Zdravotnické záchrannářství. A podle hodnocení to vypadá, že zatím úspěšně.

Jak vás připravilo studium na Fakultě zdravotnických studií ZČU na vaši současnou profesní roli?

Z mého pohledu si myslím, že studium dává výborný, kvalitní a pevný základ, ale stále je to o tom pracovat na sobě, chtít se dál vzdělávat a posouvat se.

Pamatujete si nějaký konkrétní moment ze studia, kdy jste si řekl: „Tohle je přesně to, co chci dělat“?

Vyloženě konkrétní moment ne, ale jsou chvíle, které jsou většinou spojeny s opravdovou záchranou života – zažil jsem například několik úspěšných kardiopulmonálních resuscitací (KPR) zejména mladých lidí, kteří po nějaké době sami přišli k nám na základnu osobně poděkovat. Tyhle momenty jsou pak skutečně naplňující.

Co byste poradil studentům zdravotnických oborů, kteří přemýšlejí o práci v záchranné službě?

Doporučil bych jim absolvovat co nejvíce praxe, ať už v terénu nebo v nemocnici, a také se neustále aktivně vzdělávat. Práce u zdravotnické záchranné služby je náročná fyzicky i psychicky, ale zároveň má obrovský přesah a nese s sebou velkou zodpovědnost – stáváte se důležitou součástí života druhých lidí, byť někdy jen na malou chvíli. Je důležité umět pracovat ve stresu, být týmovým hráčem a mít skutečný zájem o pomoc lidem. Pokud vás tato práce přitahuje, nenechte se odradit obtížemi – zkušenosti i odhodlání vám otevrou cestu k profesi, která opravdu dává smysl.

Uvedte jedním slovem největší přínos Fakulty zdravotnických studií pro vaši současnou kariéru.

Profesionálně-přátelský přístup.

Na co z let strávených na ZČU nejraději vzpomínáte?

Nejradši vzpomínáme v úzkém kruhu spolužáků a přátel na společné chvíle, a to zejména při účasti na záchrannářských soutěžích, kterých jsme absolvovali za dob studií opravdu spoustu po celé republice. Myslím, že vzpomínek a zážitků máme nespočet.

Patříte také k našim absolventům? Přihlaste se do Klubu absolventů ZČU a zůstaňte součástí svojí univerzity.

<https://info.zcu.cz/Zustan-soucasti-ZCU--Zachranar-ktery-koordinuje-zasahy-a-mluvi-k-verejnosti--je-absolventem-FZS/clanek.jsp?id=8318>