

Vedra ohrožují i lidi bez domova. Pomoci může i zdánlivá maličkost

29.7.2026 - | Charita ČR

Když teploty několik dní po sobě překračují třicet stupňů, bývá horko úmorné. Ne všichni ale řešíme stejné starosti. Zatímco většina z nás vyhledává stín, zapíná ventilátory nebo si jde koupit zmrzlinu, lidé bez domova čelí mnohem závažnějším problémům. Nemají kam utéct před rozpálenými ulicemi. Často si nemají kde doplnit pitnou vodu ani kde si na chvíli odpočinout v chladu. Právě během tropických dnů proto patří mezi nejohroženější skupiny obyvatel.

V letních měsících pracovníci Charity častěji vyrazí do ulic za lidmi bez domova. Nabízejí jim pitnou vodu, základní zdravotní ošetření, informace o možnostech pomoci a podle potřeby jim pomáhají dostat se na bezpečnější místo. Pitnou vodu mohou lidé bez domova získat také v azylových domech a nízkoprahových denních centrech. Díky spolupráci s potravinovou bankou je navíc k dispozici i balená voda, kterou si mohou vyzvednout i mimo běžnou otevírací dobu centra. Pravidelný kontakt je důležitý zejména pro ty, kteří jsou na ulici dlouhodobě a nemají nikoho, na koho by se mohli obrátit.

Vedra bývají nebezpečnější, než se zdá

Vysoké teploty ale nepřinášejí jen nepohodlí. U lidí bez domova mohou vést k rychlé dehydrataci, přehřátí organismu nebo kolapsu. Situaci navíc zhoršuje to, že se často nemají kam schovat před sluncem ani kde si pravidelně doplnit pitnou vodu.

"Stavy dehydratace jsou snadno zaměnitelné se stavem intoxikace návykovými látkami. V důsledku toho lidem bez domova často nemusí být nabídnuta pomoc," upozorňuje **Stanislav Fiala**, vedoucí Azylového domu svaté Terezie Arcidiecézní charity Praha.

Jak vážné mohou být následky, ukazuje i jedna z nedávných zkušeností pracovníků Charity. Pomáhali muži bez domova na invalidním vozíku, kterému kvůli vysokým teplotám výrazně otekly končetiny, takže se nemohl samostatně pohybovat. Pobyt na přímém slunci vedl k vážnému poškození oka, o které nakonec přišel. Dnes je v pobytovém zařízení, kde se jeho zdravotní stav postupně zlepšuje.

Jak můžete pomoci?

Pomoci může každý z nás. Často stačí jen několik minut a drobné gesto, které může člověku v náročné situaci výrazně ulevit.

- **Nabídněte vodu** - nejjednodušší pomoc bývá často ta nejdůležitější. Pokud potkáte člověka bez domova, který tráví delší dobu na přímém slunci, můžete mu nabídnout láhev vody. V období tropických teplot může právě dostatek tekutin pomoci předejít vážným zdravotním komplikacím.
- **Pomozte najít stín** - pokud je to možné, nabídněte člověku pomoc s přesunem do stínu nebo na chladnější místo. I krátký odpočinek mimo přímé slunce může pomoci organismu lépe zvládat vysoké teploty.
- **Všimněte si zdravotního stavu** - silná malátnost, zmatenost, potíže s komunikací, závratě nebo ztráta vědomí mohou být příznakem přehřátí organismu. Pokud člověk nereaguje nebo je jeho zdravotní stav zjevně vážný, neváhejte zavolat zdravotnickou záchrannou službu na číslo

155.

- **Nebojte se oslovit** - mnoho lidí má obavu člověka bez domova oslovit. Přitom někdy stačí jednoduchá otázka, zda je v pořádku nebo jestli nepotřebuje vodu. Ne každý nabídku přijme, ale i samotný zájem může být projevem lidskosti a respektu.

Vedra mohou být nebezpečná pro každého. Pro lidi bez domova ale představují každodenní realitu, před kterou není kam utéct. Pracovníci Charity jsou jim nablízku nejen během tropických dnů, ale po celý rok, poskytují jim pitnou vodu, základní pomoc i podporu při hledání cesty z ulice.

Podpořte pomoc lidem bez domova

<https://www.charita.cz/lide-bez-domova/vedra-ohrozuj-i-lidi-bez-domova-na-ulici-muze-rozhodovat-i-o-bycejna-lahev-vody>