

»Potkala jsem 'svého' živého pacienta a dojalo mě to«

22.1.2026 - Adam Pluhař | Technická univerzita v Liberci

Devětadvacet let u záchranky by mnohé unavilo, Veroniku Chalupovou ale ne. Usmívá se, když mluví o stresujících výjezdech, zachráněných pacientech i o výuce na Fakultě zdravotnických studií TUL, kde šestým rokem připravuje nové generace zdravotnických záchranářů. První pomoc učí i veřejnost a zájemce z jiných fakult. Pomáhat lidem je pro ni samozřejmostí i mimo službu - třeba během říjnového půlmaratonu v Třeboni, kde se jako závodnice spolupodílela na záchraně muže po srdeční zástavě. Za tento čin převzala na sklonku roku z rukou ředitele Zdravotnické záchranné služby Libereckého kraje zvláštní poděkování za příkladný postup mimo službu.

Příští rok v lednu oslavíte 30 let u zdravotnické záchranné služby. Musela jste toho už zažít hodně.

No to ano. Už i napadení pacientem jak verbální, tak i fyzické a dokonce i napadení se zbraněmi. Byla jsem mnohokrát svědkem u soudu. Nejhorší a nejagresivnější bývají lidé na pervitinu. Jsou nevyzpytatelní a je jich teď hodně. Myslím ale, že za tu dobu už vím, jak se v takových situacích chovat a jak ke komu přistupovat. Věřím, že to můžu předávat našim studentům a studentkám.

Jaký máte recept na to, mít pořád ráda tak náročnou práci a nevyhořet?

Vydržet a nevyhořet (smích). Myslím, že velkou úlevou pro mě byla i mateřská. Tam jsem si svým způsobem odpočinula. Ale člověk musí umět ty vjemy a zážitky z výjezdů a z jednotlivých akcí při zachraňování pacientů zpracovat. Pro mě je nejdůležitější rodina a potom pohyb. Procházky, ale hlavně běhání, v zimě skialpy. Mám štěstí, že bydlím v Jizerských horách obklopená přírodou. Tam se sportuje parádně.

Jak jde skloubit výuku na univerzitě s dvanáctihodinovými službami u záchranky?

Jde to, když to člověk chce. Ze záchranky nás na FZS učí hodně a vycházíme si navzájem vstříc, různě si vyměňujeme služby. Vstřícná je i paní proděkanka při sestavování rozvrhu. Snaží se mi dávat výukové bloky do jednoho dne, abych neměla výuku v celém týdnu. Nejnáročnější je pro mě zimní semestr, kdy je víc studentů. Při výuce samozřejmě hodně čerpám z dlouholeté praxe. A učím už šestým rokem, takže přípravy mám, jen je průběžně aktualizuji podle odborných doporučení. Mě učení strašně baví, práce se studenty mě naplňuje. Studenti mají mladistvý zápal a jdou do všeho naplno.

Na FZS učíte cvičení z první pomoci, cvičení v klinické propedeutice (*vyšetřovací metody a práci s příznaky nemoci*) a také cvičení v neodkladných stavech v anestezii a resuscitaci. Výuka je u vás na fakultě hodně praktická a interaktivní. Umím si představit, že i díky všem těm přístrojům, ke kterým se studenti dostanou nebo akčním kurzům, to musí studenty také bavit.

Určitě. Nemám dobré zkušenosti ze střední školy. Tehdy jsme neměli dobré pomůcky a učili nás to nezáživně. Říkala jsem si, že pokud budu někdy sama učit, chci to dělat jinak. Tak se o to teď snažím

(úsměv). Pracujeme tu se špičkovými přístroji, třeba se simulátory a figurínami, které dokážou nasimulovat téměř jakýkoliv zdravotní stav. Studenti řeší modelové situace jako při skutečném výjezdu, což je baví a zároveň je to připraví na praxi.

Akčně je koncipován i studijní program - studenti mají kurzy lanových technik, záchrany z vody, z ledu, učí se sebeochranu nebo řídit sanitku...

Je to tak. A samozřejmě akční je pak i praxe. Jinak, než třeba na urgentním příjmu v nemocnici, kde je personál, přístup k lůžku ze všech čtyř stran, osvětlení i klimatizace. Třeba jedna z mých posledních služeb byla taková, že jsme resuscitovali člověka po pádu z velké výšky v závěži, ve tmě, s čelovkami na hlavě. Je to prostě velký rozdíl. Ale tato práce zkrátka určitý typ lidí láká a je to dobře. U našich studentů vidím, že to chtějí opravdu dělat a pomáhat lidem.

Stalo se vám, že by nějaký student ve škole zjistil, že to není práce pro něj nebo že by se na praxi během výjezdu psychicky zhroutil?

Mě ještě ne. Jsou to spíš někdy komické situace. Měli jsme velmi náročnou denní směnu od 6:30, kdy jsme usedli do sanitky a pak jsme v kuse asi čtyři hodiny dostávali výjezdy. Všechno bez jídla a pití. Když nás povolali k dalšímu výjezdu, student se mě zeptal, jestli může zůstat na základně s tím, že: „od rána lační“. Řekl to strašně vtipně (smích).

Takže nezažíváte jen stresy, ale dokážete se i zasmát.

No jasně. A musím říct, že všichni mí kolegové oplývají srdečným a velmi černým humorem. Je to vlastně ochrana našich emocí, našeho mozku. Až si vždýcky říkám, že začátky praxí musejí být pro studenty drsné, když slyší všechny ty naše rozhovory.

Jaké výjezdy jsou pro záchranáře nejvíc vyčerpávající?

Paradoxně ne ty nejtěžší výjezdy s ohrožením života – ty dávají smysl. Vyčerpávající jsou zbytečné výjezdy, kdy lidé neřeší svůj zdravotní stav včas nebo volají záchranku kvůli banalitám.

Často se mluví o tom, že u zásahů rozhoduje tým. Jak to vnímáte vy?

Vždýcky je to práce celého týmu. Začíná to operátory na zdravotnickém operačním středisku, pokračuje posádkou včetně řidičů, kteří jsou plnohodnotnými členy výjezdu a moc nám pomáhají. Nikdy to není zásluha jednoho člověka, ale vždy týmu. Učíme to i naše studenty.

Záchranářem jste i mimo službu. Když jste v říjnu běžela půlmaratonu v Třeboni, zasahovala jste u kolapsu závodníka. Co se tehdy stalo?

Zhruba na druhém kilometru jsem si všimla hloučku lidí, takže jsem tušila, že se děje něco vážného. Ostatní běžci už začali s oživováním závodníka v bezvědomí. Začala jsem mu dávat umělé dýchání a s lidmi, kteří mu masírovali srdce, jsme vytvořili fungující tým. Střídali jsme se asi osm minut v resuscitaci, než přijely posádky zdravotnické záchranné služby.

Víte, jak to s pánem dopadlo?

Ano, dobře, pán přežil. Nejdojemnější bylo, když jsme se později potkali osobně. Pozval nás totiž do restaurace. A když jde člověk naproti „svému živému“ pacientovi, člověka to opravdu zasáhne. Skoro jsem brečela. Dodnes jsme v kontaktu.

Je běžné, že dostáváte taková poděkování od lidí, které jste zachraňovala?

Někdy se podaří, že tu zpětnou vazbu máme. Lidé nám přijdou poděkovat osobně nebo pošlou poděkování poštou nebo e-mailem. A někdy ty pacienty vidíme v nemocnici. Takže ta poděkování zažíváme. Vždycky si jich moc vážíme a jsou pro nás dojemná.

Od pořadatelů Třeboňského běhu jste jako výraz vděku dostala doživotní možnost startu, od ředitele Zdravotnické záchranné služby Libereckého kraje zase na sklonku roku poděkování za příkladný postup mimo službu. Udělala vám radost i tato ocenění?

Možnost doživotního startu zdarma jsme dostali všichni, kteří jsme pána resuscitovali. Já jsem to odmítla, protože jsem zdravotník a je to i moje lidská povinnost poskytnout první pomoc. Ale i letos poběžím. A ne sama. Už jsme s kolegyněmi z naší liberecké záchranky vytvořili partu běžkyň a budeme závodit společně. Medaile si samozřejmě moc cením. Nepovažuji to ale za nic mimořádného. Zásahů mimo službu jsem už měla celou řadu.

Povídejte...

Vzpomínám si na případ sraženého cyklisty v bezvědomí u České Chalupy. Tehdy mi tam kolegové z operačního střediska poslali leteckou záchrannou službu, cyklista měl polytrauma. Oživovala jsem třeba člověka před libereckou poliklinikou nebo muže, co při koncertu v libereckém domě kultury spadl z balkonu. Tyto události mě potkávají docela často. Mám pocit, že jsem na ně takový magnet. Rodina už se mnou raději nechce nikam jezdit (smích).

Na Fakultě zdravotnických studií pořádáte i kurzy první pomoci pro veřejnost. Proč jsou podle vás důležité?

Laická první pomoc je pro nás na místě zásahu obrovská pomoc. Pokud někdo začne s resuscitací hned, výrazně to zvyšuje šanci pacienta nejen na přežití, ale i na kvalitní život po záchraně. Lidé se často bojí, ale operátoři záchranky dokážou po telefonu nebo přes videohovor přesně poradit. Život mnohdy dokáží zachránit i drobnosti – když třeba stařence, která zkolabuje a leží ve sněhu, zakloníte hlavu, místo abyste jí hlavu podložili kabelkou. Nehrozí jí pak udušení.

Jaká je všeobecná znalost lidí v poskytování první pomoci?

Za tu dobu, co jsem u záchranky, tak se to zlepšilo. Dnes už jsou lidé více ochotní poskytovat první pomoc. Dřív to tak úplně nebylo. Když jeli autem, zavolali na tísňovou linku a dispečinku řekli, že nemohou zastavit a jeli dál. Určitý ostych při fyzické manipulaci s pacientem ale přetrvává. Přitom naši operátoři dokáží poskytnout tak zvanou telefonicky asistovanou neodkladnou resuscitaci. Člověka, co je u pacienta, pak vedou krok za krokem. Jsou na to školení. Dokáží poslat i link na videohovor, takže vidí situaci na místě.

Je o kurzy první pomoci pro veřejnost zájem?

Ano, je a jsem za to ráda. Dvoudenní kurz Laické předlékařské první pomoci jsme rozbíhaly s paní prodělkankou Zuzanou Paukertovou před třemi lety a musím říct, že je to můj vysněný kurz. Vidím totiž, jak obrovsky nám záchranářům pomáhá, když lidé poskytují pomoc ještě před naším příjezdem. Pokud pacient nedostane ihned srdeční masáž a tělo je více než pět minut bez kyslíku, začne odumírat centrální nervový systém. Člověk, kterému je poskytována dobře prováděná první pomoc, pak má mnohem větší šanci nejen na přežití, ale především na kvalitní život. V kurzu učí i mí kolegové ze záchranky, kteří zároveň učí na Fakultě zdravotnických studií. Máme speciální skriptu, prezentace a edukační video. Účastníky kurzu učíme zážitkovou a hravou formou, kdy si všechno zkouší a lépe zapamatují. Pokud kurz úspěšně absolvují, dostanou certifikát platný v celé Evropské unii. Osvědčení o absolvování kurzu obdrží, i když zkouškou neprojdou. Máme na kurz jen pozitivní

ohlasy.

Kurzy pořádáte i pro kolektivy z naší univerzity, jaký je ohlas?

Skvělý. Už se nám podařilo proškolit i spoustu zaměstnanců univerzity, kteří projevili zájem. Z univerzitního ústavu CXI, rektorátu, připravujeme kurzy pro posluchače ze strojní nebo z ekonomické fakulty. Teď zrovna školíme zájemce z Katedry sklářské technologie Fakulty strojní.

Učíte také na Dětské univerzitě TUL. Jak děti reagují na to, co je učíte?

Učím tam už pět let a podařilo se mi pro tuto práci nadchnout i další kolegyně ze záchranky. A děti reagují výborně. Všechno přizpůsobujeme věku – menší děti baví třeba resuscitace, starší zase práce s vybavením. Je skvělé vidět jejich zájem a nadšení.

Když vás člověk poslouchá, má pocit, že zatím končit nehodláte...

To určitě ne. Práce mě pořád baví – na záchrance i na TULce. Dokud budu mít sílu a kondici, chci ji dělat dál.

Už jste říkala, že kondici si udržujete během, který je pro vás i způsobem psychohygieny. Máte nějaký běžecký sen?

Mým snem je uběhnout maraton. A věřím, že si ho letos splním. Jsem přihlášená na Pražský maraton. Nepoběžím na čas, ale pro svůj dobrý pocit. Tak věřím, že sama nebudu potřebovat resuscitaci (smích).

Adam Pluhař

<https://tuni.tul.cz/a/-potkala-jsem-sveho-ziveho-pacienta-a-dojalo-me-to--166152.html>