

**Vysoká škola zdravotnická, o. p. s., Praha 5**

**PRVNÍ POMOC V DOSTIHOVÉM SPORTU**

**BAKALÁŘSKÁ PRÁCE**

**ELIŠKA BRENNEROVÁ**

**Praha 2017**

**VYSOKÁ ŠKOLA ZDRAVOTNICKÁ, o. p. s., PRAHA 5**

**PRVNÍ POMOC V DOSTIHOVÉM SPORTU**

Bakalářská práce

ELIŠKA BRENNEROVÁ

Stupeň vzdělání: bakalář

Název studijního oboru: Zdravotnický záchranář

Vedoucí práce: Mgr. Jaroslav Pekara, Ph.D.

Praha 2017



**VYSOKÁ ŠKOLA ZDRAVOTNICKÁ, o. p. s.**  
*se sídlem v Praze 5, Duškova 7, PSČ 150 00*

**Brennerová Eliška**  
**3. A ZZ**

**Schválení tématu bakalářské práce**

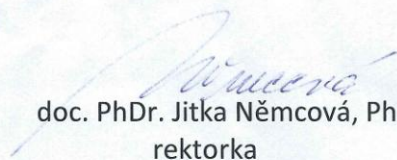
Na základě Vaší žádosti ze dne 12. 5. 2016 Vám oznamuji  
schválení tématu Vaší bakalářské práce ve znění:

První pomoc v dostihovém sportu

*First Aid in the Horse Racing*

Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Jaroslav Pekara, Ph.D.

V Praze dne: 1. 11. 2016

  
doc. PhDr. Jitka Němcová, PhD.  
rektorka

## **PROHLÁŠENÍ**

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně, že jsem řádně citovala všechny použité prameny a literaturu a že tato práce nebyla využita k získání stejného nebo jiného titulu.

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své bakalářské práce ke studijním účelům.

V Praze dne

*podpis*

## **PODĚKOVÁNÍ**

Ráda bych touto cestou poděkovala vedoucímu práce panu Mgr. Jaroslavu Pekarovi, Ph.D za motivující vedení bakalářské práce, za jeho čas a trpělivost během jejího psaní a za celkovou přípravu během všech 3 let studia zdravotnického záchranáře. Dále bych ráda poděkovala své sestře Veronice Kutalové za pomoc při psaní bakalářské práce a informace z jejích vlastních zkušeností a znalostí a Pavlu Živcovi za poskytnuté informace z Anglie. Také chci poděkovat ředitelce Střední školy dostihového sportu a jezdeckví paní Ing. Soně Froňkové, Ph.D. za spolupráci při psaní bakalářské práce. V neposlední řadě chci poděkovat mamince Vladislavě Brennerové za spolupráci a za to, že mě motivovala a podporovala ve všem, do čeho jsem se v životě pustila. Na závěr chci poděkovat všem, kteří mě podporovali a pomohli mi během studia i mimo něj.

## ABSTRAKT

BRENNEROVÁ, Eliška. *První pomoc v dostihovém sportu*. Vysoká škola zdravotnická, o. p. s. Stupeň kvalifikace: Bakalář (Bc.). Vedoucí práce: Mgr. Jaroslav Pekara Ph.D. Praha. 2017. XX s. (stran)

Tématem bakalářská práce je první pomoc v dostihovém sportu. Cílem teoretické části je seznámit pracovníky, trenéry, žokeje a studenty dostihového závodiště ve Velké Chuchli s laickou první pomocí u nejčastějších úrazů, které v tomto sportu vznikají. V první kapitole je popsána historie dostihového sportu a naše neznámější dostihy, které se pořádají každý rok. Dále jsou popsány nejčastější úrazy, které se stávají v dostihu, nebo při ošetřování koní. Laická první pomoc je pak rozepsána u jednotlivých úrazů, které jsou popsány pomocí krátkých kazuistik. Jako poslední je zde popsána laická resuscitace. Praktická část je zaměřena na znalost první pomoci na závodištích u nás a v Anglii. Je zde okrajově zkoumáno i to, zda má u žokejů a jezdců jejich speciální životospráva vliv na úrazy. K tomuto zkoumání bylo využito anonymních strukturovaných dotazníků, které byly rozdány na závodišti ve Velké Chuchli mezi žokeje, jezdce a trenéry. Porovnání s Anglií proběhlo pomocí řízeného rozhovoru s jezdcem, který v Anglii působí již 5 let. Výstupem bakalářské práce je informační leták první pomoci, který bude k dispozici na závodišti ve Velké Chuchli a prezentace o první pomoci, která proběhne na Střední škole dostihového sportu a jezdeckví v Praze Velké Chuchli a i zde budou k dispozici informační letáky první pomoci.

Klíčová slova.

Dostihový sport. První pomoc. Terminologie v dostihovém sportu. Traumatologie. Úrazy v dostihovém sportu. Úrazy a pády z výšek.

## ABSTRACT

BRENNEROVÁ, Eliška. *First Aid in the Horse Racing*. Medical College. Degree: Bachelor (Bc.). Supervisor: Mgr. Jaroslav Pekara Ph.D. Prague. 2017. XX pages.

This bachelor thesis is about first aid in horse racing sport. The aim is to familiarize employees, trainers, jockeys and students at the circuit Velká Chuchle with first aid at the most common injuries that occur in this sport. First chapter introduces the history of horse racing and best known races taking place every year. Following describes the most common injuries that occur during the race or during the horse care. First aid is then explained at specific types of injuries by using short case studies. At the end the non-professional resuscitation is described. The practical part is focused on knowledge of first aid at circuits in the Czech republic and United Kingdom. It is researched whether the jockeys'and riders' lifestyle has any impact on accidents. To examine this, anonymous structured questionnaires were handed out at circuit in Velká Chuchle among jockeys, riders and trainers. For comparison with England controlled interview with a rider with five years experience was used. The outcome of the thesis is a first aid leaflet which will be available at the circuit Velká Chuchle. Another result is a presentation on first aid topic, which will be delivered at Střední škola dostihového jezdectví v Praze Velké Chuchli, where the leaflets will be distributed as well.

Keywords.

Accidents and falls from heights. Injuries in the racing sport. First aid. Horse rating. Terminology in the racing sport. Traumatology.

# OBSAH

<b>SEZNAM TABULEK .....</b>	<b>13</b>
<b>ÚVOD.....</b>	<b>15</b>
<b>1 Dostihový sport.....</b>	<b>XVII</b>
<b>2 Prevence úrazů v dostihovém sportu .....</b>	<b>XIX</b>
<b>2.1 Jezdecké ochranné prostředky .....</b>	<b>XIX</b>
2.1.1 Jezdecká ochranná přilba .....	XIX
2.1.2 Jezdecká ochranná vesta .....	XX
2.1.3 Jezdecké ochranné kalhoty .....	XX
2.1.4 Jezdecké ochranné boty.....	XX
2.1.5 Jezdecké ochranné rukavice .....	XX
2.1.6 Jezdecké ochranné brýle .....	XXI
2.1.7 Jezdecká trika .....	XXI
<b>3 Nejčastější typy poranění v dostihovém sportu .....</b>	<b>XXII</b>
3.1 Poranění způsobené kousnutím .....	XXII
3.2 Poranění způsobené šlápnutím.....	XXII
3.3 Poranění způsobené kopnutím .....	XXIII
3.4 Poranění způsobené pádem z koně .....	XXIII
3.5 Poranění způsobené zalehnutím.....	XXIV
<b>4 První pomoc u jednotlivých poranění v dostihovém sportu</b>	<b>XXV</b>
4.1 Historie první pomoci.....	XXV
4.2 První pomoc u poranění způsobené kousnutím .....	XXVI
4.3 První pomoc u poranění tibie způsobené kopnutím .....	XXVII
4.4 První pomoc u poranění způsobené pádem z koně .....	XXVII
4.4.1 První pomoc u poranění hlavy.....	XXIX
4.4.2 Nejčastější poranění při úrazech hlavy.....	XXIX
4.4.3 První pomoc u poranění břicha a hrudníku.....	XXX
4.5 První pomoc u poranění pánve a stehenní kosti.....	XXXI



<b>5</b>	<b>KPR .....</b>	<b>XXXIII</b>
<b>6</b>	<b>PRAKTICKÁ ČÁST .....</b>	<b>XXXIV</b>
6.1	Průzkum znalosti první pomoci .....	XXXIV
6.2	Cíle průzkumu .....	XXXIV
6.3	Metodika průzkumu.....	XXXV
6.4	Výběrový soubor.....	XXXV
6.5	Interpretace výsledků.....	XXXVI
6.6	Rozhovor.....	LVII
6.7	Diskuze.....	LX
6.8	Doporučení pro praxi.....	LXII
	<b>ZÁVĚR .....</b>	<b>LXIII</b>
	<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY .....</b>	<b>LXIV</b>
	<b>PŘÍLOHY.....</b>	<b>LXVI</b>
	<b>PŘÍLOHY</b>	

## SEZNAM POUŽITÝCH ZKRATEK

**TANR** .....Telefonicky asistovaná neodkladná resuscitace  
(VOKURKA, M., J. HUGO a kol., 2009)

## SEZNAM POUŽITÝCH ODBORNÝCH VÝRAZŮ

**Kraniocerebrální poranění** – Poranění způsobené fyzickým traumatem, který ohrožuje pacienta na životě poškozením mozku, zhmožděním mozku nebo lacerací mozkové tkáně, poškozením cév a nervových svazků (KELNEROVÁ a spol., 2013), (SEIDL, 2008).

**Lacerace** – roztržení (SEIDL, 2008).

## SEZNAM TABULEK

Tabulka 1 - Telefonní číslo na zdravotnickou záchrannou službu.....	XXXVI
Tabulka 2 - Telefonní číslo na zdravotnickou záchrannou službu.....	XXXVI
Tabulka 3 – Přednáška první pomoci.....	XXXVII
Tabulka 4 – Přednáška první pomoci.....	XXXVII
Tabulka 5 – Přednáška první pomoci.....	XXXVIII
Tabulka 6 – Přednáška první pomoci.....	XXXVIII
Tabulka 7 – Poskytování první pomoci .....	XXXIX
Tabulka 8 – Poskytování první pomoci .....	XXXIX
Tabulka 9 – Úrazy, pro které přijela ZZS .....	XL
Tabulka 10 – Úrazy, pro které přijela ZZS .....	XL
Tabulka 11 – Nejčastější poranění .....	XLI
Tabulka 12 – Nejčastější poranění .....	XLI
Tabulka 13 – Postup u zranění .....	XLII
Tabulka 14 – Postup u zranění .....	XLII
Tabulka 15 – Četnost úrazů.....	XLIII
Tabulka 16 – Četnost úrazů.....	XLIII
Tabulka 17 – Pád z koně při tréninku .....	XLIV
Tabulka 18 – Pád z koně při tréninku .....	XLIV
Tabulka 19 – Otevřená zlomenina nohy .....	XLV
Tabulka 20 – Otevřená zlomenina nohy .....	XLV
Tabulka 21 – Zástava krvácení u otevřené zlomeniny nohy .....	XLVI
Tabulka 22 – Zástava krvácení u otevřené zlomeniny nohy .....	XLVI
Tabulka 23 - Bezvědomí .....	XLVII
Tabulka 24 - Bezvědomí .....	XLVII
Tabulka 25 – Srdeční masáž .....	XLVIII
Tabulka 26 – Srdeční masáž .....	XLVIII
Tabulka 27 – Efektivní stlačování hrudníku .....	XLIX
Tabulka 28 – Efektivní stlačování hrudníku .....	XLIX
Tabulka 29 – Psychický šok.....	L
Tabulka 30 – Psychický šok.....	L
Tabulka 31 – Postup při brnění a necitlivosti končetin.....	LI
Tabulka 32 – Postup při brnění a necitlivosti končetin.....	LI
Tabulka 33 – Poranění hlavy.....	LII
Tabulka 34 – Poranění hlavy.....	LII
Tabulka 35 – Změna stravování .....	LIII
Tabulka 36 – Změna stravování .....	LIII
Tabulka 37 – Vyloučené potraviny .....	LIV
Tabulka 38 – Vyloučené potraviny .....	LIV
Tabulka 39 – Nealkoholické nápoje.....	LV
Tabulka 40 – Nealkoholické nápoje.....	LV

Tabulka 41 – Procentuální vyhodnocení správných odpovědí...**Chyba! Záložka není definována.**  
Tabulka 42 – Procentuální vyhodnocení správných odpovědí ve vztahu k míře proškolení**Chyba!  
Záložka není definována.**

## ÚVOD

Bakalářská práce s názvem První pomoc v dostihovém sportu pojednává o častých úrazech, které v dostihovém sportu vznikají, o základech první pomoci, které je zapotřebí v prostředí dostihů znát, protože když k úrazu dojde, tak v okolí jsou pouze pracovníci závodiště, kteří jsou ve směru poskytnutí první pomoci laici. Hlavním cílem bakalářské práce je zdokonalit znalosti a základy první pomoci u žokejů, jezdců a trenérů, aby si poradili až do chvíle, než přijede ZZS. Pro zajímavost a z osobních známostí v bakalářské práci porovnáváme české závodiště s anglickým závodištěm, a to pomocí řízených rozhovorů.

Toto téma bakalářské práce jsem si vybrala, protože jsem od malička vyrůstala u koní a dnes i jednoho vlastním. Moje sestra vystudovala střední školu dostihového sportu ve Velké Chuchli a je absolventkou trenérského kurzu pro trénování dostihových koní. Jeden čas strávila v Anglii na dostihovém závodišti v Newmarketu a v Irsku na dostihovém závodišti ve městě Cork. Díky ní jsem získala i mou lásku ke koním, ale také vím, kolik vážných úrazů se u koní stává.

Bakalářská práce je rozdělena do dvou částí, teoretické a praktické. Teoretická část se zabývá popisem dostihového sportu a hlavních dostihů, které se konají na závodišti ve Velké Chuchli. Dále jsou zde rozebrány jednotlivé úrazy, které se mohou stát během dostihů a během ošetřování koní, prevence před těmito úrazy a ochranné prostředky, které se používají v dostihovém sportu. Nejdůležitější částí teoretické části je kapitola o laické první pomoci, zde je popsána okrajově historie první pomoci a první pomoc u jednotlivě rozebraných úrazů. Jako poslední je zde popsána laická resuscitace. V praktické části jsou zpracovány výsledky dotazníků a pomocí řízených rozhovorů jsou srovnány s Anglií a tamní zkušeností s první pomocí., dále je v praktické části okrajově rozebrán vliv stravování na úrazovost žokejů. Výstupem práce je informační leták se základy první pomoci, který bude zpřístupněn závodišti a Střední škole dostihového sportu a jezdeckví v Praze ve Velké Chuchli.

### **Vstupní literatura:**

FRANĚK, Ondřej, SUKUPOVÁ, Petra, 2017. *První pomoc, nejsou žádné čáry, ale dokáže zázraky*. Vydavatel: Franěk Ondřej. ISBN: 978-80-254-5911-9.

JOCKEY CLUB ČR, 2016. *Dostihový řád. Předpisy pro konání rovinových a překážkových cvalových dostihů*. Praha: Jockey Club ČR. ISBN: neuvedeno.

KELNEROVÁ a spol., 2012. *První pomoc I, pro studenty zdravotnických oborů*. Nakladatelství: Grada Publishing, a.s. ISBN: 978-80-247-4199-4.

KELNAROVÁ a spol., 2013. *První pomoc II, Pro studenty zdravotnických oborů*. Praha: Grada Publishing, 180 s. ISBN 978-80-247-4200-7.

PILNÝ, Jaroslav. *Prevence úrazů pro sportovce*. Nakladatelství: Grada Publishnig, a.s., 2007. ISBN: 978-80-247-1675-6.

ZEMAN, Miroslav, KRŠKA, Zdeněk a kol., 2011. *Chirurgická propedeutika*. Nakladatelství: Grada Publishing, a.s. ISBN: 978-80-247-3770-6.

### **Popis rešeršní strategie:**

Vyhledávání odborných publikací, které byly využity pro tvorbu bakalářské práce s názvem První pomoc v dostihovém sportu, proběhlo v časovém období října 2016. Pro vyhledávání byly použity katalogy knihovny Antonína Švehly, dále fondy Národní knihovny ČR, Medvik – katalogy Národní lékařské knihovny v Praze, Theses – registr vysokoškolských kvalifikačních prací, Medline – bibliografická databáze Národní knihovny medicíny ve spojených státech a články Bibliographia medica Českoslovaca. Záznamy v rešerši jsou v souladu s bibliografickou citační normou ISO 690.

Klíčová slova v českém jazyce byla použita: Dostihový sport, Dostihový sport v Anglii, První pomoc, První pomoc při šlápnutí koně na jezdce, První pomoc při úrazech a pádech z výšek, První pomoc při úrazech v dostihovém sportu, terminologie v dostihovém sportu, výuka první pomoci, úrazy v dostihovém sportu, výživa žokejů a trenérů, základy první pomoci.

V anglickém jazyce to byly pojmy: First aid, First aid training, First aid for injuries in horse racing, First aid for injuries and falls from heights, First aid while stepping horses for riders, Horse racing, Horse racing in England, Injuries in horse rating, Nutrition jockeys and trainers, Terminology in the racing sport.

Nalezeno bylo celkem 128 záznamů.

# 1 Dostihový sport

Dostihový sport vznikl na počátku 18. století v Anglii a jeho zakladatelem byl král Jakub I. Na počátku 18. století byly dostihy spíše atrakcí na louce, kde si šlechta porovnávala své „nejrychlejší“ koně plemene anglického plnokrevníka. Z této zábavy postupně začala vznikat organizace, která se nazývala a dodnes nazývá Jockey Club. První závodistiště vzniklo v Anglickém městě Ascot v roce 1711, které založil právě král Jakub I. Jockey Club má povinnost dostihový sport řídit, a proto si tato organizace vydala svůj vlastní dostihový řád. Díky tomuto řádu mají dostihy pevně stanovená pravidla, kterými se musejí řídit jezdcí, trenéři i majitelé dostihových koní (SCHMIEDOVÁ, 2012), (JOCKEY CLUB ČR, 2016).

V dnešní době se dostihy běhají podle kategorií<sup>1</sup>. Koně se do těchto kategorií přiřazují podle svých výkonů. Největší výkonnostní zkouška anglického plnokrevníka<sup>2</sup>, jsou takzvané klasické dostihy neboli trojkoruna, které koně běhají ve třech letech. V současné době tvoří českou rovinovou Klasickou trojkorunu tato trojice dostihů: Velká Jarní Cena, České Derby a St. Leger, které se od sebe liší délkou trati. Všechny tři se běhají v Praze na dostihovém závodistišti ve Velké Chuchli. První se běží Velká jarní cena na 1600 m v květnu a u tohoto dostihu musí kůň prokázat, že je dobrý sprinter. Na konci června se běží České derby, vrchol rovinové sezóny, a to na 2400 m. Při tomto dostihu musí kůň prokázat vytrvalostní dovednosti. Poslední část Trojkoruny je St. Leger, a ten se koná koncem září a je to dostih na 2800 m, při kterém kůň musí opět prokázat vytrvalostní dovednosti. Forma mladého tříletého koně se během roku mění, vzhledem k rozdílné délce tratí, kladoucí velké nároky na univerzálnost koně, je zisk Klasické trojkoruny vždy významnou událostí. V naší historii se to povedlo jen sedmi koním, všem po druhé světové válce, jen třem po roce 1990 a poslednímu v roce 2009 (IBESTOF, 2014), (SCHMIEDOVÁ, 2012).

Dále se dostihy dělí na překážkové neboli steeplechase a klusácké. U nás se překážkové dostihy konají každou druhou říjnovou neděli na dostihovém závodistišti v Pardubicích a všichni je známe pod názvem Velká Pardubická. Dráha tohoto dostihu

---

<sup>1</sup> Kategorie dostihů: rozdělení dostihů podle kvality startujících koní I. – V. (I. kategorie – nejvyšší, V. kategorie - nejnižší) kategoriemi vyššími než I. jsou Listed, Národní Listed, a dostihy se statutem Graded (Gd - 1, Gd - 2, Gd - 3). (IBESTOF, 2014).

<sup>2</sup> Anglický plnokrevník - nejrychlejší plemeno koní, původ (rodokmen) každého jedince musí všemi jeho předky směřovat do zakládající plemenné knihy, která byla uzavřena roku 1791 v Anglii (IBESTOF, 2014).



měří 6900 metrů a má celkem 31 překážek. Startuje zde asi 15 až 20 koní s těmi nejlepšími žokeji a žokejkami převážně z České republiky. Tento dostih mohou běžet pouze šestiletí a starší koně, kteří se musí kvalifikovat v jednom ze čtyř kvalifikačních dostihů (KOVÁŘ, 2011), (JOCKEY CLUB ČR, 2016).

Co se týká klusáckých dostihů tak ty se běhají na tratích dlouhých 1600 až 3400 metrů. Jezdec při nich nejedí v sedle na koni, ale za koněm ve dvoukolovém vozíku, zvaném sulka. V tomto dostihu nesmí kůň přejít do cvalu, pokud se tak stane, smí maximálně uběhnout sto metrů, kůň dále nesmí cválat v cílové rovince a nesmí cválat více, než dvakrát během jednoho dostihu. Dostihová výkonnost klusáka závisí na čase, délce dostihů - metráži, věku a v osobním rekordu dosažené výkonnosti se hodnotí i celkový projev. (EQUICHANNEL, 2007), (JOCKEY CLUB ČR, 2016).

Stejně jako dostihoví koně, se dělí i dostihoví jezdci. Rovinovní jezdci to mají ve své kategorii nejtěžší, co se týče životosprávy. Musí mít nízkou váhu a zároveň perfektní fyzickou kondici. Překážkoví jezdci mohou být poněkud těžší, než rovinovní jezdci. U překážkových jezdců je větší frekvence pádů, ale menší rychlost. Co se týče klusáckých jezdců, tak u nich se váha nehlídá, jelikož jezdí v sulce, která je zapřažená za koněm. V dnešní době, mají dostihy u nás i ve světě velkou prestiž. Navštěvuje je čím dál více nadšenců, kteří na dostihy chodí za zábavou, adrenalinem a kulturou (SCHMIEDOVÁ, 2012).

## 2 Prevence úrazů v dostihovém sportu

V každém sportu je mnoho úrazů, tak je tomu i u dostihového sportu. Bohužel v dostihovém sportu, je většina úrazů velmi vážná. Musíme vzít v úvahu, že dostihy se běhají ve veliké rychlosti, neběhají je lidé ale koně, což je zvíře s vlastním myšlením, vlastními náladami, vlastními reflexy a vlastním temperamentem a ne ledajaké zvíře. Dostihový kůň, může vážit až 600 kg, když k tomu připočteme, že může běžet rychlostí až 70 km/h, stává se z něho velmi nebezpečná zbraň. Úrazy se však nestávají jen v sedle, ale také i okolo koně, například při péči. Proto je nutné být v jeho přítomnosti neustále v pozoru (PILNÝ, 2007).

### 2.1 Jezdecké ochranné prostředky

Jako prevence úrazů, nám kromě určitého chování u těchto zvířat, pomáhají také ochranné prostředky. Tyto prostředky ochraňují jezdce během jízdy na koni, ale také i při pohybu kolem něho. Bohužel není nic, co by nás od úrazů úplně ochránilo, ale díky těmto ochranným prostředkům můžeme lehčím zraněním předejít a těžší zranění zmírnit.

#### 2.1.1 Jezdecká ochranná přilba

Jedním z nejdůležitějších ochranných prostředků je jezdecká přilba. Podle dostihového řádu nesmí žádný jezdec dostihových koní nasednout na koně, bez nasazené a řádně připevněné ochranné přilby, která odpovídá vzorům schváleným Jockey Clubem ČR.

Přilba musí být připevněna podbradníkem a je povinné ji nosit od okamžiku, kdy jezdec na dostihového koně nasedne, až do okamžiku, kdy z něj sesedne. Za stav a správné připevnění přilby, odpovídá jezdec (JOCKEY CLUB ČR, 2016).

Jezdecká ochranná helma je nejčastěji vyrobena z carbonu, kevlaru nebo jejich kombinace. Každá helma musí mít potah se schválenými a registrovanými barvami majitele koně (JOCKEY EXCLUSIVE, 2017).



Obrázek č. 1  
Zdroj: Jockey Exclusive

### 2.1.2 Jezdecká ochranná vesta

Další z ochranných prostředků je jezdecká vesta. Podle dostihového řádu musejí být jezdci dostihových koní, vybaveni ochrannou vestou, za jejíž stav odpovídá jezdec (JOCKEY CLUB ČR, 2016).

Jezdecká ochranná vesta je vyrobena z pěnového materiálu, který poskytuje ochranu páteře a vnitřních orgánů v případě pádu. Vesta nesmí vážit více jak 1 kg, kvůli hmotnostní zátěži, kterou nese kůň v dostihu (JOCKEY EXCLUSIVE, 2017).



Obrázek č. 2  
Zdroj: Jockey Exclusive

### 2.1.3 Jezdecké ochranné kalhoty

Jezdecké kalhoty jsou další z ochranných prostředků, které dostihový jezdec potřebuje. Jsou vyrobené z elastických vláken a vyztužené na kolenou a hýždích. Toto vyztužení chrání jezdce před různými nepříjemnými odřeninami a modřinami, které může způsobit jezdecké sedlo (JOCKEY EXCLUSIVE, 2017).

### 2.1.4 Jezdecké ochranné boty

Jezdeckých ochranných bot je několik druhů. V dostihovém sportu se však používají hlavně vysoké boty ke kolenům vyrobené z polyesteru, aby nebyly moc těžké. Jezdce chrání před odřeninami a modřinami, které způsobují třmeny a jejich kožené řemeny při dostihu. Jak je již zmíněno výše v této bakalářské práci, zranění nevznikají pouze při jízdě na koni, ale i při pohybu kolem něho. Proto je potřeba mít boty, které nejsou jen na ozdobu, ale takové boty které nám ochrání nohu, například před šlápnutím či kopnutím koně. Tyto boty jsou těžší, robustnější a jsou vyrobeny z kůže nebo gumy. Bohužel nás tyto boty neochrání úplně, pouze minimálně zmírní způsobené zranění (JOCKEY EXCLUSIVE, 2017).

### 2.1.5 Jezdecké ochranné rukavice

Jezdecké ochranné rukavice chrání jezdce před odřeninami, puchýři a řeznými rankami, které mohou způsobit otěže během jízdy. Tyto rukavice jsou vyrobeny z kůže a vyztuženy mezi I. a II. prstem kvůli držení otěži a bičíku, dále mezi IV. a V. prstem

rovněž kvůli držení otěží a na dlaňové straně mají gumovou část, která zajišťuje, aby jezdci otěže během jízdy neprokluzovali (JOCKEY EXCLUSIVE, 2017).

### **2.1.6 Jezdecké ochranné brýle**

Poslední z ochranných prostředků, povolených při dostizích, jsou jezdecké ochranné brýle. Tyto brýle chrání oči jezdce před prachem a jinými předměty, které vznikají při běhu koně po dostihové dráze (PIRUCH, 2017).

### **2.1.7 Jezdecká trika**

Jezdeckých trik je mnoho druhů, nejdůležitější u nich však je, aby byla s dlouhým rukávem. Dlouhý rukáv chrání jezdce před odřeninami při pádu. Jsou z různých materiálů. Některá jsou lehká, některá spíše z odolnějšího materiálu. Dostihový jezdcí mají při dostihu povinný dres se schválenými a registrovanými barvami majitele koně. Dále záleží na počasí. Podle dostihového řádu, je Dostihová komise oprávněna nařídít zvýšení nesené hmotnosti koní ve všech dostizích a u všech koní příslušného dne o 0,5 kg, když klesne teplota na závodisti pod 10 °C, aby jezdci mohli zlepšit svou tepelnou ústroj. Je-li naměřena teplota na závodisti 28°C a vyšší, je Dostihová komise oprávněna nařídít zvýšení nesené hmotnosti koní ve všech dalších dostizích a u všech koní účastnících se takových dostihů o 0,5 kg, aby jezdci mohli doplnit pitný režim (JOCKEY CLUB ČR, 2017).

### 3 Nejčastější typy poranění v dostihovém sportu

V této kapitole bakalářské práce jsou rozebrány nejčastější úrazy, které vznikají během dostihů, během péče o koně a během tréninků dostihových koní. I když máme ochranné pomůcky, ne vždy nás dokážou úplně ochránit. Každý jezdec a chovatel má minimálně jednu zkušenost s každým zde popsaným úrazem, ne každý však má takové štěstí a vyjde z nich s minimální újmou.

#### 3.1 Poranění způsobené kousnutím

Jedno z častých poranění, způsobené koněm, je kousnutí. Kůň je býložravec a z tohoto důvodu mu evoluce nadělila zuby nejen jiného tvaru, ale i rozdílné stavby než má člověk nebo psi a kočky. V dospělosti má kůň 36-44 trvalých zubů. Vzhledem k tomu, že potřebuje zkonzumovat mnohem větší objem potravy, než psi a kočky, jeho zuby musí být uzpůsobené tak, aby mu umožnily tuto stravu konzumovat, aniž by se obrousily. Proto sklovina není u stoliček koní na povrchu zubu, ale utváří řadu záhybů uvnitř zubu, čímž zvyšuje jeho tvrdost a odolnost. Síla stisku dospělého koně je ohromná, díky tomu může kůň vytrhnout kus svaloviny jedním kousnutím. Dále může dojít ke zhmoždění měkkých tkání i k rozdrčení kostí. Ale ani drobnější úraz, kde dojde k narušení celistvosti kůže, není radno podceňovat kvůli infekci (EQUICHANNEL, 2015).

#### 3.2 Poranění způsobené šlápnutím

Dostihový kůň váží cca 600 kg. Během péče a pohybu kolem něho se běžně stává, že na ošetřovatele šlápne. Jako ochranu před tímto šlápnutím máme ochranné boty, někdy však i přes tyto boty může dojít ke zlomenině prstů na noze či nártních nebo zánártních kůstek. Horší variantou je šlápnutí na žokeje po pádu během dostihu. V případě, že žokej v dostihu spadne, může se stát, že na něho šlápne jiný kůň, který v dostihu také soutěží. Kůň je velice chytré zvíře a tak se snaží žokeji na zemi vyhnout, bohužel ne vždy se to zdaří. Při šlápnutí koně na žokeje mohou vzniknout uzavřená tupá poranění hrudníku, zlomeniny žeber, hrudní kosti, poranění plic a orgánů v dutině břišní, krvácení do dutiny břišní, otevřené a uzavřené zlomeniny končetin, zlomeniny páteře a pánve, dále zlomeniny lebeční kosti, nitrolební krvácení atd. Následky šlápnutí

koně na hlavu žokeje jsou většinou fatální. U všech těchto poranění vzniká šokový stav a mohou způsobit poruchy vědomí, bezvědomí až smrt (KLAŠKOVÁ, 2010).

### **3.3 Poranění způsobené kopnutím**

Dalším z častých poranění, které způsobuje kůň, je kopnutí. Podle dostihového řádu musejí být všichni koně, kteří se účastní dostihu, okováni na všech čtyřech nohou (JOCKEY CLUB ČR, 2016).

Díky okování, je koňské kopnutí daleko nebezpečnější a způsobuje větší škody. Kůň má v nohách obrovskou sílu a švih, čímž kopnutím může způsobit kontuzi, otevřené či zavřené zlomeniny kostí a vnitřní krvácení. Při kopnutí do břicha hrozí poranění vnitřních orgánů a krvácení do dutiny břišní. Kopnutí do hrudníku většinou způsobuje uzavřené poranění, kde může dojít ke zlomeninám žeber, hrudní kosti, vnitřnímu krvácení, kolapsu plicí a rozvoji šoku. V nejhorším případě nás kůň může kopnout do hlavy, to může způsobit kontuzi mozku, komoci, zlomeniny lebeční kosti, nebo obličejových kůstek, nitrolební a jiné krvácení. Všechna tato poranění způsobují šokový stav a mohou způsobit poruchy vědomí až úplné bezvědomí (EQUICHANNEL, 2012a).

### **3.4 Poranění způsobené pádem z koně**

Nejvíce poranění, způsobených u koní, vzniká pádem z koně. Dostihový kůň měří asi 160 cm, běží rychlostí cca 70km/h a váží kolem 600 kg. Během dostihu se stává, že žokej spadne z koně, to je samo o sobě nebezpečné, když si vezmeme v úvahu, že za ním běží dalších 10 koní rychlostí cca 70 km/h, žokej musí dávat pozor, aby ho koně nepodupali, nebo nepokopali. Každý jezdec, který jezdí na dostihových koních je naučen, že v případě pádu se schoulí do klubíčka, ve kterém přečká, dokud nebude v bezpečí před zbylou skupinou běžících koní. Bohužel jsou však i takové pády, během kterých žokej ztratí vědomí a poté se již nijak nechrání, čímž mohou vzniknout další zranění. Během pádu z koně mohou vzniknout zlomeniny končetin, různá vykloubení končetin, přetrhání svalů a vazů, zlomeniny žeber, zlomeniny C páteře, Th páteře, LS páteře, dále může dojít ke kontuzi hlavy, komoci až k nitrolebnímu krvácení. Dále v dostihu může vzniknout úraz kopnutím, nebo šlápnutím jiného koně na spadlého žokeje, nebo může žokej zůstat viset jednou nohou ve třmeni a je vláčen za koněm (EQUICHANNEL, 2012b).

### **3.5 Poranění způsobené zalehnutím**

Bohužel jsou i takové případy, kdy kůň zalehne žokeje. To se nejčastěji stává v překážkových dostizích, kdy kůň nemusí zvládnout překážku a tak o ni zakopne. V té chvíli se stává to, že se kůň převrátí přes hřbet a způsobí tak žokeji drtivá poranění trupu a končetin, která jsou ve většině případů fatální. V lehčím případě, kůň padá na jeden bok a přimáčkne jezdci horní a dolní končetinu (většinou jen dolní), čímž způsobí zhmožděnin a zlomeniny (SLACHOVÁ, 2015).

## 4 První pomoc u jednotlivých poranění v dostihovém sportu

V této části bakalářské práce jsou rozebrány jednotlivé úrazy, které se stávají během dostihů. U každého úrazu je popsána správná laická první pomoc, z důvodu praktického výstupu práce. U všech popsaných modelových situací v této kapitole, se počítá s lékárníčkou první pomoci, kterou musí vlastnit každá stáj.

Mnoho přihlížejících se bojí poskytnout první pomoc z důvodu, že první pomoc neudělají správně, nebo by se jim mohlo udělat nevolno, nebo se bojí, že postiženému více ublíží. Trestní zákoník č. 40/2009 Sb. § 150 o neposkytnutí první pomoci stanovuje, že: „Kdo osobě, která je v nebezpečí smrti nebo jeví známky vážné poruchy zdraví nebo jiného vážného onemocnění, neposkytne potřebnou pomoc, ač tak může učinit bez nebezpečí pro sebe nebo jiného, bude potrestán odnětím svobody až na dvě léta.“ (ÚZ TRESTNÍ PŘEDPISY, 2014, s. 45).

Mnoho laiků neví, že jako poskytnutí první pomoci stačí to, že zvednou telefon a zavolají na linku 155. Bohužel mnohdy jen zavolání na linku ZZS nestačí a raněná osoba potřebuje okamžitou pomoc. Bez ohledu na trestní zákon by každý z nás měl vnímat morální povinnost poskytnout pomoc jinému člověku, který je v nouzi.

### 4.1 Historie první pomoci

Původ první pomoci sahá až do nejstarších dob lidstva a s ní souvisí i vznik nejstarší lékařské vědy – chirurgie. Již Babyloňané, staří Řekové a Římané poskytovali první pomoc. V dostupných pramenech není zmínka o tom, že by záchrana lidského života byla činnost, na kterou by se lidé v jejich době připravovali či jinak školili pro její lepší úroveň. Vojenští lékaři se již od antických dob zabývali běžnými zraněními – zhmožděninami, tržnými poraněními, zlomeninami kostí a to za primitivních podmínek, které v dané době převládaly. Tyto záznamy jsou na egyptských papyrech, ve verších řeckých básníků i biblických příbězích. První křesťané zřizovali útulky, zvané Xenodochie. Později byly zakládány i další útulky, např. roku 962 klášterní hospic v průsmyku svatého Bernarda, který byl jednou z prvních stanic první pomoci. Podobný hospic byl na hoře svatého Gottharda. Tyto ústavy jsou základem našich nemocnic a jiných sociálních ústavů a mají svůj vliv na vývoj zdravotnické kultury lidstva v dnešní moderní době. Ve středověkých armádách vznikala zdravotní služba nazývaná samaritská. Dále se ve středověku a novověku zakládali polní lazarety. První pomoc se



začíná organizovat až v 16. a 17. století, kdy jsou vydány první knihy, pojednávající o první pomoci a v roce 1768 v Hamburku, v roce 1774 v Paříži a Londýně vznikají stanice první pomoci (PEŠORNA, 2014), (KAZIMOUR, 2016).

## **4.2 První pomoc u poranění způsobené kousnutím**

Představme si situaci, kdy desetiletá dívka chtěla pohladit hříbě poníka a jeho matka ji ošklivě kousla do pravého předloktí. Z ruky odtrhla část kůže a poškodila sval. Rána lehce krvácí. Jako první voláme linku 155, představíme se, nahlásíme místo, kde jsme a popíšeme, co se stalo. V této situaci je první pomocí ránu zakrýt sterilním krytím a zavázat. Pokud by nám obvaz prosakoval, přidáme další a ruku budeme zvedat na úroveň srdce, abychom zmírnili množství krve proudící končetinou (SLACHOVÁ, 2015).

Jako další krok se zaměříme na dívku. Děti bývají v takových chvílích velice rozrušené. Dívka může mít zrychlené a hlubší dýchání a může být až hysterická. V takové chvíli je nutné dívku uklidnit. Zrychlené dýchání narušuje rovnováhu vnitřního prostředí, v těle/krvi se hromadí kyslík a ubývá oxid uhličitý. Tato nerovnováha způsobuje různé příznaky - závrať, motání hlavy, horší koncentrace, rozostřené vidění, mravenčení nebo necitlivost v ústech, rukou a nohou, bolest ve svalech, třes a křeče, pálení na hrudi, pocit dušení, potíže s polykáním, bolest v oblasti žaludku, nevolnost, pocení. Typický příznak je zvláštní křečovitě držené horních končetin, kdy je dlaň zkroucena společně s prsty do jakési mističky. Nakonec může dojít ke krátkodobému bezvědomí tzv. apnoické pauze. V takové situaci nám jako první pomoc nejlépe účinkuje dýchání do papírového sáčku, nebo jiného pytlíku. Pacient se soustředí a kontroluje své dýchání a tím zmírňuje i svůj stres (HUMPL, 2008a), (SLEZÁKOVÁ a kol., 2010).

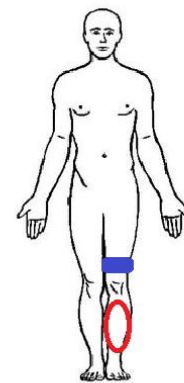
Dalším nežádoucím účinkem, který může nastat, je nevolnost a pocit na omdlení. V takové situaci dáme dívce studený obklad na čelo, nebo za krk a dále je důležitý přísun čerstvého vzduchu. Dívka může sedět v předklonu, pokud mdloba neustoupí, dáme dívku do proti-šokové polohy - vleže, na zádech a zvedneme jí nohy. Po 10 minutách se můžeme pokusit dívku posadit a poté pomalu postavit (FRANĚK, SUKUPOVÁ, 2017), (MC CRORY P., TURNER M., 2005).

### 4.3 První pomoc u poranění tibie způsobené kopnutím

Zranění tibie neboli holenní kosti, následkem kopnutí je velice bolestivé, protože z přední strany tuto kost nechrání žádné svaly ani tuková vrstva, je zde pouze kůže.

Představme si situaci, kdy dvacetiletou slečnu během tréninku kopl vyplašený kůň do holeně levé dolní končetiny. Rána mírně krvácí a je vidět kost. Opět jako první voláme 155 a popisujeme, kde jsme a co se stalo. Zraněnou položíme na záda a začneme ošetřovat nohu. Nikdy se nesnažíme narovnávat kost ani ji jiným způsobem nezatláčujeme zpět do nohy! Nohu improvizovaně zafixujeme např. pevnou rovnou větví, nebo násadou od koštěte, kterou přivážeme na zevní stranu postižené nohy, končetiny svážeme k sobě a vypodložíme klouby. Pokud je to pro raněnou příliš bolestivé, necháme končetinu v klidu a dál s ní nemanipulujeme. Ránu pouze zakryjeme sterilním krytím, obvaz neutahujeme, abychom nepůsobili zbytečný tlak na zlomenou kost a tím i tak větší bolest zraněné. Stejně jako u předchozí situace může dojít ke zhoršení stavu. Je třeba se zraněnou komunikovat, popřípadě ji dát do proti-šokové polohy a postupovat tak, jako je to popsáno u prvního příkladu. Při jakékoliv manipulaci se zraněnou dáváme pozor na poraněnou nohu (KELNAROVÁ a spol. 2013).

Pokud by noha začala více krváčet a prosakovalo by krytí, můžeme končetinu zaškrtit škrťicím obinadlem. Správné zaškrcení se provádí tak, že škrťicí obinadlo omotáme co možná nejbližší nad ránu směrem k srdci, vždy zaškrucujeme ve stehně, vyvíjí se tak tlak na tepnu o stehenní kost. Škrťicí obinadlo dáváme přes oděv, obvaz, nebo ho vypodložíme a připíšeme časový údaj o zaškrcení. Správně zaškrčená končetina je bledá a chladná s nehmatným tepem. Správná technika použití škrťicího obinadla je v příloze B. (MC CRORY P., TURNER M., 2005), (HUMPL, 2008b), (ZEMAN, Miroslav, KRŠKA, Zdeněk a kol., 2011).



Obrázek č. 3  
Zdroj: [www.pinterest.com](http://www.pinterest.com)

### 4.4 První pomoc u poranění způsobené pádem z koně

Ke zraněním, která jsou způsobena pádem z koně, přistupujeme jako ke zraněním způsobených pádem z výšek. Pád z koně se dá přirovnat pádu z jednoho a půl metru, dalším faktorem je rychlost, ve které žokej z koně padá. Výška, rychlost, pád na tvrdou, nebo měkkou zem, to všechno ovlivňuje vzniklý úraz, jak je to popsáno v následujícím příkladu.

Jezdec okolo 30 let, během tréninku spadl z koně. Zem je tvrdá, protože dlouho nepršelo a rychlost koně byla kolem 60 km/h. Pád vypadal následovně: žokej padá z levého boku koně, levou rukou si instinktivně chce zmírnit pád, vzhledem k rychlosti jakou jede, se přes ruku dvakrát překulí. Protože půda kam dopadl je velice tvrdá, nejen, že si vykloubí ramenní kloub, ale dále si zlomí předloktí a způsobí si minimálně kontuzi zad a krční páteře. Vzhledem k mechanismu úrazu, musíme předpokládat, že došlo k poranění páteře a tak se k raněnému musíme i chovat. Další co si žokej pádem mohl způsobit je kontuze či zlomenina kyčelního kloubu. V takové situaci zkontrolujeme, zda je zraněný při vědomí - pokud ano orientačně zjistíme, co ho bolí, zda se sám dokáže pohnout, ihned voláme 155 a podáváme informace, kde jsme a co se stalo. Za žádných okolností se nesnažíme nijak hýbat, ani posazovat raněného, u kterého máme podezření na poranění páteře! Také se nesnažíme sundat helmu z hlavy, když máme podezření na poranění krční páteře! Po zjištění zda je raněný při vědomí a jakého pohybu je schopen, ošetříme viditelná zranění (krvácející odřeniny, tržné rány) a co nejpohodlněji podložíme zraněného podél boků, v poloze, ve které se nachází srolovanými dekami, tak, aby se moc nehýbal. Během manipulace požádejte někoho, kdo bude držet a hlídat hlavu, aby nevznikly nežádoucí pohyby krční páteří. Krční páteř poté dotyčným držením fixuje až do příjezdu zdravotnické záchranné služby. S poraněnou rukou hýbeme minimálně, abychom nepůsobili zbytečnou bolest, nebo nezpůsobili větší poranění. Končetinu fixujeme ve vynucené poloze - tzn. v takové poloze, v jaké je vymknutý kloub i celá končetina, v této poloze také bude zranění nejméně bolet. Vykloubenou ruku se nesnažíme narovnávat, ani s ní jinak nekroutime pod záminkou vrátit ramenní kloub zpět do kloubní jamky! Pokud máme možnost, vykloubený kloub chladíme. Stejný postup platí i u poraněné nohy, minimální pohyb s postiženou končetinou, pokus fixovat nohu, kvůli nežádoucím pohybům. (EZSP6, 2016), (SILVER, JR., 2002), (ZEMAN, Miroslav, KRŠKA, Zdeněk a kol., 2011).

Vzhledem k tomu, že raněný má více zranění, další co se u něho může rozvinout, je šok. Raněný může mít také další přidružená zranění, způsobená pádem (tupá poranění břicha a hrudníku). Proto za žádných okolností nepodávat tekutiny! Raněnému můžeme maximálně otírat rty vlhkým kapesníkem. Raněného udržujeme v teple, k tomu můžeme použít isotermickou folii. Snažíme se působit klidně, abychom zabránili dalšímu rozvinutí šoku. Vzhledem k poranění nemůžeme použít proti-šokovou polohu. Raněného kontrolujeme a hlídáme, dokud nepřijede zdravotnický záchranná služba (FRANĚK, SUKUPOVÁ, 2017).

#### 4.4.1 První pomoc u poranění hlavy

Během dostihu se velmi často stává, že žokej, který spadne, dostane od probíhajících koní úder do hlavy. Proti fatálním následkům slouží ochranná přilba, kterou má žokej povinně během dostihu na hlavě. Ne vždy ho však přilba dostatečně ochrání a úder je tak silný, že může způsobit prasknutí ochranné helmy a dočasné bezvědomí. V takové chvíli nevíme, jaký následek mohl mít úder na lebku, a musíme počítat s kraniocerebrálním poraněním.

Představme si situaci, kdy během steeplechase kůň odmítne přeskočit překážku. Žokej sedící v sedle na takovém koni nečeká jeho prudké zastavení a vypadne ze sedla směrem dopředu přes překážku. Během pádu se silně udeří do hlavy. Raněný je zmatený, nepamatuje si na pád a stěžuje si na bolesti hlavy a krční páteře. Neprodleně voláme 155 a popisujeme, kde jsme a co se stalo. Pokud je raněný při vědomí, uložíme ho do polohy na zádech, a horní polovinu těla dáme do zvýšené polohy o 30°. Vzhledem k tomu, že si raněný stěžuje na bolesti krční páteře, je nutné, abychom fixovali hlavu, nejlépe tak, že hlavu pevně držíme v rovné poloze a nehýbeme s ní. Má-li raněný další zranění (např. tržnou ránu na hlavě), nasadíme si rukavice, místo dezinfikujeme a překryjeme sterilním krytím a obvazem. S raněným žokejem stále komunikujeme až do příjezdu zdravotnické záchranné služby. (KELNEROVÁ a spol., 2013).

#### 4.4.2 Nejčastější poranění při úrazech hlavy

Kromě zlomeniny lebky tyto úrazy nepoznáme bez CT vyšetření. První pomocí tedy je zvýšená horní polovina těla o 30°. Hlavní je držet hlavu, abychom nepohnuli s krční páteří.

- **Zlomeniny lebky**

Neboli fraktury lebky dělíme:

1. Podle porušení kožního krytu na uzavřené a otevřené
2. Podle porušení tvrdé pleny na penetrující a nepenetrující tzn. pronikající nějakou vrstvou
3. Podle linie lomu na fissury (pukliny), tříštivé zlomeniny, vpáčené zlomeniny (KELNAROVÁ a spol., 2013).

- ***Komoce mozku***

Krátkodobý funkční výpadek (nejdéle 20 min.), bez strukturálního poškození mozkové tkáně, téměř vždy dochází k úplné obnově mozkových činností. Komoci dělíme na tři stupně závažnosti. I. stupeň způsobuje zmatenost asi na 15 min., závrat', zvracení, bolesti hlavy. II. stupeň zmatenost, poruchy vědomí, závrat', zvracení, bolesti hlavy. III. stupeň způsobuje bezvědomí, raněný si nepamatuje na událost, která předcházela úrazu a způsobila ho, závrat', zvracení, bolesti hlavy (SEIDL, 2008).

- ***Kontuze mozku***

Neurologický nález, který je lokalizován nekrotickou tkání s různým stupněm prokrvácení. Prokrvácení může být na dvou místech, v místě přímého nárazu a na protilehlé straně v místě, kde mozková tkáň narazila na kost. Je-li kontuze malého rozsahu, nemusí vzniknout ztráta vědomí, zpravidla však bývá bezvědomí desítky minut až několik hodin (SEIDL, 2008).

#### **4.4.3 První pomoc u poranění břicha a hrudníku**

Tato poranění vznikají v dostihu nejčastěji během pádu z koně, ale mohou také vzniknout po pádu, kdy na žokeje může šlápnout jiný kůň, nebo je může způsobit kůň, který zalehne svého žokeje. Nejčastěji dochází ke zlomeninám žeber, klíčních kostí, hrudní kosti, tupé poranění hrudníku může způsobit poranění plíce tzv. pneumothorax, hemothorax, poranění srdce, kde může dojít k srdeční tamponádě, či ruptuře aorty, tato zranění bývají často fatální. Dále dochází k tupému poranění břicha, kde může dojít k poranění orgánů. Nejčastěji dochází k poranění sleziny. Slezina je velmi náchylná na větší nárazy a otřesy a tím se snadno poraní např. natržením. Během tohoto poranění je důležitá rychlá pomoc, protože raněný ztrácí mnoho krve do dutiny břišní a může vykrváct. Během poranění břicha může dojít k poruše mnoha dalších orgánů, jako jsou játra, střeva, žaludek, žlučník, močový měchýř, ledviny. Jako první pomoc u těchto poranění voláme 155, hlásíme, kde se nacházíme a popisujeme situaci. Raněnému ošetříme viditelná poranění a zakryjeme je sterilním krytím. Nepodáváme žádné tekutiny! U poranění hrudníku polohujeme podle zranění. U poranění břicha uložíme postiženého do polohy na zádech s podložením hlavy a dolní končetiny podložíme pod kolena, pokud raněný chce, může zůstat v úlevové poloze, kterou si zvolí sám.

Provádíme proti-šoková opatření a hlídáme vědomí. (KELNEROVÁ a spol., 2013), (FRANĚK, SUKUPOVÁ, 2017).

- ***Pneumothorax a Hemothorax***

Jako pneumothorax se označuje poranění plíce a porušení bronchu, díky čemuž dochází k vniknutí vzduchu do pohrudniční dutiny, tím vzniká porušení negativního tlaku v této dutině a tím zkolabuje plíce. Jako první pomoc raněného dáme do polohy v polo-sedě.

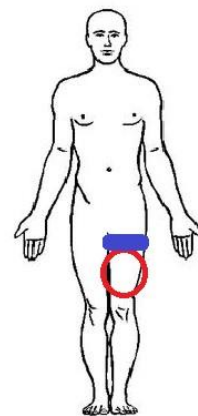
Hemothorax vzniká při krvácení do dutiny hrudní. Přítomnost většího množství krve v hrudní dutině utlačuje plíci, která pak následně kolabuje. První pomoc jsou proti-šoková opatření a hrudní drenáž, kterou laici neprovádějí (KELNEROVÁ a spol. 2013).

#### **4.5 První pomoc u poranění pánve a stehenní kosti**

Poranění obou těchto pohybových aparátů je nebezpečné hlavně v tom, že dochází k velkým krevním ztrátám. Při zlomenině stehenní kosti může raněný ztratit až 1,5 litru krve, při zlomenině pánve může ztratit 3 a více litrů krve.

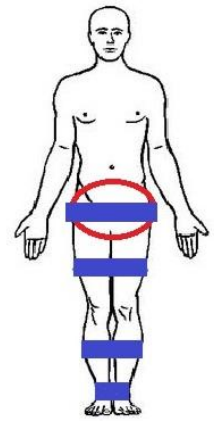
*Máme situaci, kdy žokeje během dostihu zalehl kůň. Žokej má zlomenou pánev, a otevřenou zlomeninu stehenní kosti.* První voláme zdravotnickou záchrannou službu 155, hlásíme, kde jsme a popisujeme situaci. U poranění stehenní kosti s postiženým manipulujeme co nejméně, první pomoc poskytujeme nejlépe přímo na místě nehody bez zbytečného přenášení zraněného. U otevřené zlomeniny stehenní kosti, nejprve zastavíme krvácení pomocí škrťacího obinadla (příloha B), které přiložíme co nejbližší nad ránu směrem k srdci a na ránu poté přiložíme sterilní obvaz. Kost nerovnáme, ani se jí nesnažíme zatlačit zpět! Je-li to možné, fixujeme končetinu improvizovanou dlahou (větev, násada) k vnější straně postižené nohy a obě končetiny svazujeme k sobě. Pokud to není možné a raněný si stěžuje na silnou bolest, tak s končetinou nehýbeme. Poté zajistíme tepelný komfort, opět třeba izotermickou fólií (KELNEROVÁ a spol., 2013), (HUMPL, 2008b).

U poranění pánve mohou vzniknout komplikovaná poranění orgánů uložených uvnitř - poranění močové trubice, močového měchýře, mužských nebo ženských pohlavních orgánů. Při zlomenině pánve dochází k velkým krevním ztrátám až 5000 ml.



Obrázek č. 4  
Zdroj: [www.pinterest.com](http://www.pinterest.com)

S postiženým manipulujeme velmi opatrně a jen pokud je to opravdu nutné. Dáme postiženého na záda a ošetřujeme ho vleže na tvrdé podložce, je-li to možné. Fixaci provádíme pomocí čtyř šátků. Prvním šátkem fixujeme pánev, a to tak, že si uděláme široký pruh a opatrně ho podsuneme pod postiženého, druhým šátkem k sobě fixujeme stehna, třetím šátkem k sobě fixujeme bérce a čtvrtým šátkem k sobě fixujeme kotníky. Provádíme proti-šoková opatření a nic nepodáváme ústy (KELNEROVÁ a spol., 2013), (FRANĚK, SUKUPOVÁ, 2017).



Obrázek č. 5

Zdroj: [www.pinterest.com](http://www.pinterest.com)

## 5 KPR

Tak jako v každém jiném sportu může u zraněných dojít i k zástavě oběhu. To je situace, kdy je raněný v bezvědomí a přestane dýchat, tím se zastavuje i srdce a je nutné zahájit tzv. kardiopulmonální resuscitaci neboli srdeční komprese. V této kapitole si popíšeme postup laické resuscitace, aby byla správná a co nejvíce kvalitní.

V situaci, kdy jsme viděli žokeje spadnout z koně. Žokej se začíná zvedat, ale kůň, který běží za ním, ho kopne do hlavy. Žokej padá zpět na zem a je v bezvědomí. Když k němu přicházíte, nedýchá. Jako první pomoc voláme zdravotnickou záchrannou službu 155, popisujeme, kde jsme a co se stalo. Na operačním středisku zdravotnické záchranné služby jsou také záchranáři a v těchto situacích provádějí TANR. Operátor, kterému jste se dovolali, Vám pomůže s masáží srdce, kterou je nutné provést.

Vzhledem k tomu, že žokej dostal velký úder do hlavy, může mít poraněnou krční páteř, proto nezakláníme hlavu, ale pouze předsuneme spodní čelist. V této situaci je nejlepší, když jsou dva záchránci, jeden drží pevně hlavu a provádí dýchání a druhý provádí stlačování hrudníku. Po předsunutí spodní čelisti kontrolujeme, zda se nám raněný nerozdýchá. Kontrola se provádí cca 10 vteřin. Pokud raněný stále nedýchá, začneme se stlačováním hrudníku. Nejprve si vyměříme místo, kam dát ruce, abychom správně stlačovali hrudník. Místo které hledáme, je dolní třetina sternu (hrudní kosti) – příloha C. Po správném položení rukou na hrudník propneme lokty a celým tělem se přesuneme nad raněného. Stlačujeme hrudník celou vahou do hloubky 5-6 cm. Frekvence stlačování by měla být 100 – 120 stlačení za minutu, poměrem 30 stlačení 2 vdechy. Vdechy se provádí tak, že stlačíme nos, aby nám vdechnutý vzduch hned neunikal, a vdechneme do úst raněného celý náš nádech. Kvalitní vdech do raněného poznáme tak, že se jeho hrudník zvedne, jako kdyby se sám nadechl. Takto pokračujeme až do chvíle, než přijede zdravotnická záchranná služba, nebo se raněný nezačne bránit (FRANĚK, SUKUPOVÁ, 2017), (KELNEROVÁ a spol., 2012).



## 6 PRAKTICKÁ ČÁST

### 6.1 Průzkum znalosti první pomoci

Praktická část bakalářské práce s názvem První pomoc v dostihovém sportu, je zaměřena na znalosti první pomoci u trenérů, žokejů a jezdců dostihových koní v Praze ve Velké Chuchli. Jejich znalosti a zkušenosti s první pomocí jsou srovnány s Anglickým závodištěm v Newmarketu. Tyto znalosti a zkušenosti byly zjištěny pomocí anonymních strukturovaných dotazníků, které byly osobně rozdány na závodišti v Praze Velké Chuchli. Srovnání s anglickým závodištěm v Newmarketu proběhlo pomocí řízeného rozhovoru s Pavlem Živcem, který v Anglii působí už 5 let jako jezdec dostihových koní. V této části bakalářské práce je také zmínka o stravování jezdců a žokejů dostihových koní a zjištění zda má jejich stravování dopad na úrazy.

**Téma:** První pomoc v dostihovém sportu

**Průzkumný problém:** Zjištění úrovně poskytování první pomoci u dotazovaných trenérů, žokejů a jezdců

### 6.2 Cíle průzkumu

Hlavním cílem bakalářské práce bylo zmapovat znalosti v poskytování první pomoci u trenérů, žokejů a jezdců v dostihovém sportu.

**Dílčí cíl 1:** Zjistit, jaké jsou znalosti v oblasti první pomoci u trenérů, žokejů a jezdců.

**Dílčí cíl 2:** Zjistit, zda z dotazovaných respondentů mají hlubší znalosti muži nebo ženy.

**Dílčí cíl 3:** Zjistit, jak ovlivňuje absolvování zdravotnického kurzu znalosti v poskytování první pomoci dotazovaných respondentů.

**Dílčí cíl 4:** Zjistit, zda četnost úrazů u dotazovaných jezdců a žokejů ovlivňuje jejich kvalita stravy.

**Dílčí cíl 5:** Srovnat, pomocí rozhovoru, získané znalosti o první pomoci s anglickým závodištěm v Newmarketu.

Průzkumné otázky:

**Průzkumná otázka 1** – Jaké jsou znalosti v oblasti první pomoci u trenérů, žokejů a jezdců?

**Průzkumná otázka 2** – Jsou znalosti v poskytování první pomoci obsáhlejší u mužů nebo u žen?

**Průzkumná otázka 3** – Jak ovlivňuje absolvování zdravotnického kurzu znalosti v poskytování první pomoci dotazovaných respondentů?

**Průzkumná otázka 4** – Jak ovlivňuje kvalita stravy četnost úrazů u dotazovaných jezdců a žokejů?

**Průzkumná otázka 5** – Jaké jsou znalosti v oblasti první pomoci na anglickém dostihovém závodišti v Newmarketu?

### **6.3 Metodika průzkumu**

Sběr dat byl uskutečněn pomocí kvantitativního průzkumu, nástrojem byl anonymní strukturovaný dotazník s uzavřenými otázkami. Respondenti byli osloveni osobně na závodišti v Praze ve Velké Chuchli. Návratnost dotazníku činila 100 %, tj. z 86 oslovených bylo úspěšně vyplněno a vráceno 86 dotazníků. Data, která jsme získali z dotazníků, jsou prezentována pomocí kontingenčních tabulek. U každé otázky jsou dvě tabulky. Jedna znázorňuje relativní úspěšnost správných odpovědí jednotlivých skupin, druhá znázorňuje, zda z dotazovaných respondentů mají hlubší znalosti muži nebo ženy. K posouzení závislosti jednotlivých skupin jsme vybrali průzkumné otázky č. 2 a 3, které mají přímou souvislost k otázkám č. 1 a 9 – 17, u kterých jsme použili test nezávislosti chí-kvadrát. Test nezávislosti je pro naše průzkumné otázky vhodný, protože se používá k posouzení závislosti dvou kvantitativních veličin měřených na prvcích téhož výběru. Úkolem testu je rozhodnout, zda rozdíly očekávaných a skutečných četností jsou náhodné nebo jsou natolik vysoké, že jsou statisticky významné. Porovnávali jsme proto tedy skutečné a očekávané četnosti, které jsme zaznamenali do kontingenčních tabulek. Pro výpočty četností jsme použili webovou aplikaci na stránce: <http://www.milankabrt.cz/testNezavislosti/>. Podle hodnoty testového kritéria jsme rozhodovali o zamítnutí nebo potvrzení průzkumných otázek.

### **6.4 Výběrový soubor**

Dotazník byl mezi respondenty distribuován od 20. listopadu 2016 a jeho dostupnost byla ukončena 20. ledna 2017. Výběrový soubor byl lokalizován na dostihové závodiště v Praze Velké Chuchli a tvořili ho tři skupiny respondentů, kterými byli trenéři dostihových koní, žokejové dostihových koní a jezdci dostihových koní.

Respondenti byli osobně osloveni na závodisti ve Velké Chuchli a současně také díky součinnosti paní ředitelky SŠ a SOU Dostihového sportu a jezdeckví na závodisti ve Velké Chuchli Ing. Soňou Froňkovou Ph.D. Veškeré vyplňování dotazníků probíhalo ve volném čase respondentů. V následující kapitole jsou demonstrovány výsledky zjištěné dotazníkovým šetřením – pro vyhodnocení byl použit program MS Excel 2007. Vyznačená odpověď čísel v tabulce (červenou barvou) je znakem správné odpovědi. Dotazník se skládá z dvaceti uzavřených otázek. 18 otázek bylo kladeno trenérům žokejům a jezdcům, zbylé tři byly kladeny jen jezdcům a žokejům. Otázky v dotazníku jsou zaměřeny na znalosti první pomoci a četnost úrazů v dostihovém sportu. Poslední tři otázky pro jezdce a žokeje jsou zaměřeny na jejich stravování a životosprávu. Po vytvoření prvních dotazníků proběhlo pilotní šetření k odstranění chyb.

## 6.5 Interpretace výsledků

**Otázka č. 1 – Telefonní číslo na zdravotnickou záchrannou službu je:**

- a) 158
- b) 155**
- c) 150

**Tabulka 1 - Telefonní číslo na zdravotnickou záchrannou službu**

Otázka č. 1						
Pozice	Trenér		Žokej		Jezdec	
četnost	n	%	n	%	n	%
odpovědi						
Odověď A	0	0%	0	0%	0	0%
<b>Odověď B</b>	<b>36</b>	<b>100%</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>
Odověď C	0	0%	0	0%	0	0%
celkem	36	100%	20	100%	30	100%

**Tabulka 2 - Telefonní číslo na zdravotnickou záchrannou službu**

Otázka č. 1				
Pohlaví	Žena		Muž	
četnost	n	%	n	%
odpovědi				
Odověď A	0	0%	0	0%
<b>Odověď B</b>	<b>36</b>	<b>100%</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>
Odověď C	0	0%	0	0%
celkem	36	100%	50	100%

Otázku č. 1 zodpovědělo 86 respondentů tedy 100%. Tabulka č. 1 ukazuje, že správnou odpověď b) zvolilo 36 respondentů z řad trenérů (100%), 20 respondentů z řad žokejů (100%) a 30 respondentů z řad jezdců (100%). Tabulka č. 2 ukazuje, že z 86 dotazovaných respondentů (100%) tvořilo 36 respondentů ženského pohlaví (42%) a 50 respondentů mužského pohlaví (58%). Všichni respondenti zodpověděli na otázku správně, tedy b) telefonní číslo na ZZS je 155.

### Otázka č. 2 – Měl/a jste někdy přednášku první pomoci?

- a) Ano
- b) Ne

Tabulka 3 – Přednáška první pomoci

Otázka č. 2						
Pozice	Trenér		Žokej		Jezdec	
četnost	n	%	n	%	n	%
odpovědi						
ano	34	94%	20	100%	26	87%
ne	2	6%	0	0%	4	13%
celkem	36	100%	20	100%	30	100%

Tabulka 4 – Přednáška první pomoci

Otázka č. 2				
Pohlaví	Žena		Muž	
četnost	n	%	n	%
odpovědi				
Ano	30	83%	50	100%
Ne	6	17%	0	0%
celkem	36	100%	50	100%

Otázku č. 2 zodpovědělo 86 respondentů tedy 100%. Tabulka č. 3 ukazuje, že odpověď a) zvolilo 34 respondentů z řad trenérů (94%), 20 respondentů z řad žokejů (100%) a 26 respondentů z řad jezdců (87%). Odpověď b) zvolili 2 respondenti z řad trenérů (6%) a 4 respondenti z řad jezdců (13%). Tabulka č. 4 ukazuje, že z 86 respondentů (100%) odpovědělo 36 žen (100%) a 50 mužů (100%). Odpověď a) zvolilo 30 žen (83%) a 50 mužů (100%). Odpověď b) zvolilo 6 žen (17%). Z těchto odpovědí víme, že všichni žokejové, žokejky, jezdcí a trenéři měli přednášku první pomoci a 2 trenérky a 4 jezdkyňe tuto přednášku neměli.

### Otázka č. 3 – Pokud jste nikdy neměl/a přednášku první pomoci, stál/a byste o ní?

- a) Máme přednášky první pomoci
- b) Nemáme přednášky první pomoci a ani o ně nestojím
- c) Nemáme přednášky první pomoci, ale stál/a bych o ně

Tabulka 5 – Přednáška první pomoci

Otázka č. 3						
Pozice	Trenér		Žokej		Jezdec	
četnost	n	%	n	%	n	%
odpovědi						
Odpověď A	18	50%	10	50%	14	47%
Odpověď B	2	6%	2	10%	2	7%
Odpověď C	16	44%	8	40%	14	47%
celkem	36	100%	20	100%	30	100%

Tabulka 6 – Přednáška první pomoci

Otázka č. 3				
Pohlaví	Žena		Muž	
četnost	n	%	n	%
odpovědi				
Odpověď A	20	56%	22	44%
Odpověď B	0	0%	6	12%
Odpověď C	16	44%	22	44%
celkem	36	100%	50	100%

Otázku č. 3 zodpovědělo 86 respondentů tedy 100%. Podle tabulky č. 5, odpověď a) zvolilo 18 respondentů z řad trenérů (50%), 10 respondentů z řad žokejů (50%) a 14 respondentů z řad jezdců (47%). Odpověď b) zvolili 2 respondenti z řad trenérů (6%), 2 respondenti z řad žokejů (10%) a 2 respondenti z řad jezdců (7%). Odpověď c) zvolilo 16 respondentů z řad trenérů (44%), 8 respondentů z řad žokejů (40%) a 14 respondentů z řad jezdců (47%). Tabulka č. 6 ukazuje, že z 86 respondentů (100%), odpověď a) zvolilo 20 žen (56%) a 22 mužů (44%). Odpověď b) zvolilo 6 mužů (12%) a odpověď c) zvolilo 16 žen (44%) a 22 mužů (44%). Díky těmto odpovědím jsme zjistili, že větší část žokejů a trenérů má pravidelné přednášky první pomoci, z toho větší část je ženského pohlaví. Jezdci, převážně mužského pohlaví, mají stejné hodnoty u zvolených odpovědí a) máme přednášky první pomoci a c) nemáme

přednášky první pomoci, ale stáli bychom o ně. Odpověď b) nemáme přednášky první pomoci a ani o ně nestojíme, zvolili jen muži z každé pozice respondentů.

#### Otázka č. 4 – Už jste někdy poskytoval/a první pomoc?

- a) Ano
- b) Ne

Tabulka 7 – Poskytování první pomoci

Otázka č. 4						
Pozice	Trenér		Žokej		Jezdec	
četnost	n	%	n	%	n	%
odpovědi						
ano	22	61%	2	10%	2	7%
ne	14	39%	18	90%	28	93%
celkem	36	100%	20	100%	30	100%

Tabulka 8 – Poskytování první pomoci

Otázka č. 4				
Pohlaví	Žena		Muž	
četnost	n	%	n	%
odpovědi				
Ano	16	44%	10	20%
Ne	20	56%	40	80%
celkem	36	100%	50	100%

Otázku č. 4 zodpovědělo 86 respondentů tedy (100%). Podle tabulky č. 7, odpověď a) zvolilo 22 respondentů z řad trenérů (61%), 2 respondenti z řad žokejů (10%) a 2 respondenti z řad jezdců (7%). Odpověď b) zvolilo 14 respondentů z řad trenérů (39%), 18 respondentů z řad žokejů (90%) a 28 respondentů z řad jezdců (93%). Podle tabulky č. 8, zvolilo z 86 respondentů (100%) odpověď a) 16 žen (44%) a 10 mužů (20%), odpověď b) zvolilo 20 žen (56%) a 40 mužů (80%). Díky těmto odpovědím jsme zjistili, že většina dotazovaných respondentů z řad žokejů a jezdců nikdy neposkytovala první pomoc, naopak dotazovaní trenéři mají s podáváním první pomoci větší zkušenosti. S podáváním první pomoci mají podle tabulky č. 8 větší zkušenost ženy.

**Otázka č. 5 - Kolik úrazů jste při své práci viděl/a, pro které musela přijet zdravotnická záchranná služba?**

- a) 5 a méně
- b) Do 10
- c) 11 a více

**Tabulka 9 – Úrazy, pro které přijela ZZS**

Otázka č. 5						
Pozice	Trenér		Žokej		Jezdec	
četnost	n	%	n	%	n	%
odpovědi						
Odpověď A	12	33%	6	30%	12	40%
Odpověď B	6	17%	0	0%	4	13%
Odpověď C	18	50%	14	70%	14	47%
celkem	36	100%	20	100%	30	100%

**Tabulka 10 – Úrazy, pro které přijela ZZS**

Otázka č. 5				
Pohlaví	Žena		Muž	
četnost	n	%	n	%
odpovědi				
Odpověď A	12	33%	18	36%
Odpověď B	6	17%	4	8%
Odpověď C	18	50%	28	56%
celkem	36	100%	50	100%

Otázku č. 5 zodpovědělo 86 respondentů, tedy 100%. Podle tabulky č. 9 zvolilo odpověď a) 12 respondentů z řad trenérů (33%), 6 respondentů z řad žokejů (30%) a 12 respondentů z řad jezdců (40%). Odpověď b) zvolilo 6 respondentů z řad trenérů (17%) a 4 respondenti z řad jezdců (13%). Odpověď c) zvolilo 18 respondentů z řad trenérů (50%), 14 respondentů z řad žokejů (70%) a 14 respondentů z řad jezdců (47%). Podle tabulky č. 10 zvolilo odpověď a) 12 žen (33%) a 18 mužů (36%), odpověď b) 6 žen (17%) a 4 muži (8%) a odpověď c) zvolilo 18 žen (50%) a 28 mužů (56%). Díky těmto odpovědím jsme zjistili, že většina dotazovaných se během své práce setkala s více jak 11 úrazy, pro které musela přijet zdravotnická záchranná služba. Podle tabulky č. 9 se s takovými úrazy setkávají nejvíce trenéři a podle tabulky č. 10 se s takovými úrazy setkávají více muži než ženy.

### Otázka č. 6 – Která část těla je nejčastěji poraněná?

- a) Hlava
- b) Hrudník, páteř
- c) Končetiny

Tabulka 11 – Nejčastější poranění

Otázka č. 6						
Pozice	Trenér		Žokej		Jezdec	
četnost	n	%	n	%	n	%
odpovědi						
Odpověď A	8	22%	6	30%	12	40%
Odpověď B	4	11%	6	30%	4	13%
Odpověď C	24	67%	8	40%	14	47%
celkem	36	100%	20	100%	30	100%

Tabulka 12 – Nejčastější poranění

Otázka č. 6				
Pohlaví	Žena		Muž	
četnost	n	%	n	%
odpovědi				
Odpověď A	14	39%	8	16%
Odpověď B	4	11%	8	16%
Odpověď C	18	50%	34	68%
celkem	36	100%	50	100%

Otázku č. 6 zodpovědělo 86 respondentů, tedy 100%. Tabulka č. 11 ukazuje, že odpověď a) zvolilo 8 respondentů z řad trenérů (22%), 6 respondentů z řad žokejů (30%) a 12 respondentů z řad jezdců (40%). Odpověď b) zvolili 4 respondenti z řad trenérů (11%), 6 respondentů z řad žokejů (30%) a 4 respondenti z řad jezdců (13%). Odpověď c) zvolilo 24 respondentů z řad trenérů (67%), 8 respondentů z řad žokejů (40%) a 14 respondentů z řad jezdců (47%). Tabulka č. 12 ukazuje, že odpověď a) zvolilo 14 žen (39%) a 8 mužů (16%), odpověď b) zvolili 4 ženy (11%) a 8 mužů (16%) a odpověď c) zvolilo 18 žen (50%) a 34 mužů (68%). Na základě těchto odpovědí jsme zjistili, že častější poranění bývají u horních a dolních končetin, než u hlavy, hrudníku a páteře. Tabulka č. 12 nám také ukazuje, že větší množství úrazů končetin bývá u mužů, a u žen bývá větší množství úrazů hlavy.



### Otázka č. 7 – Pokud jste byl/a u zranění jako první, věděl/a jste jak postupovat?

a) Ano

b) Ne

Tabulka 13 – Postup u zranění

Otázka č. 7						
Pozice	Trenér		Žokej		Jezdec	
četnost	n	%	n	%	n	%
odpovědi						
ano	22	61%	12	60%	18	60%
ne	14	39%	8	40%	12	40%
celkem	36	100%	20	100%	30	100%

Tabulka 14 – Postup u zranění

Otázka č. 7				
Pohlaví	Žena		Muž	
četnost	n	%	n	%
odpovědi				
Ano	18	50%	30	60%
Ne	8	22%	20	40%
celkem	36	100%	50	100%

Otázku č. 7 zodpovědělo 86 respondentů, tedy 100%. Podle tabulky č. 13 zvolilo odpověď a) 22 respondentů z řad trenérů, 12 respondentů z řad žokejů a 18 respondentů z řad jezdců. Odpověď b) zvolilo 14 respondentů z řad trenérů, 8 respondentů z řad žokejů a 12 respondentů z řad jezdců. Podle tabulky č. 14 zvolilo odpověď a) 18 žen a 30 mužů a odpověď b) 8 žen a 20 mužů. Díky těmto odpovědím jsme zjistili, že 60% z dotázaných respondentů ví, jak postupovat u zranění u kterého jsou jako první, ale kolem 40% dotázaných jsme zjistili, že buď nebyli u zranění ještě nikdy jako první, anebo nevědí, jak v takové situaci postupovat. Podle tabulky č. 14 jsme zjistili, že s poskytováním první pomoci se setkalo větší procento mužů než žen.

### Otázka č. 8 – Měl/a jste více úrazů při jízdě na koni, nebo při práci a péči o koně?

- a) Více při jízdě na koni
- b) Více při práci a péči o koně
- c) nevím

Tabulka 15 – Četnost úrazů

Otázka č. 8						
Pozice	Trenér		Žokej		Jezdec	
četnost	n	%	n	%	n	%
odpovědi						
Odpověď A	18	50%	16	80%	16	53%
Odpověď B	4	11%	2	10%	8	27%
Odpověď C	14	39%	2	10%	6	20%
celkem	36	100%	20	100%	30	100%

Tabulka 16 – Četnost úrazů

Otázka č. 8				
Pohlaví	Žena		Muž	
četnost	n	%	n	%
odpovědi				
Odpověď A	10	28%	22	44%
Odpověď B	8	22%	2	4%
Odpověď C	2	6%	6	12%
celkem	36	100%	50	100%

Otázku č. 8 zodpovědělo 86 respondentů, tedy 100%. Podle tabulky č. 15 zvolilo odpověď a) 18 respondentů z řad trenérů (50%), 16 respondentů z řad žokejů (80%) a 16 respondentů z řad jezdců (53%). Odpověď b) zvolili 4 respondenti z řad trenérů (11%), 2 respondenti z řad žokejů (10%) a 8 respondentů z řad jezdců (27%). Odpověď c) zvolilo 14 respondentů z řad trenérů (39%), 2 respondenti z řad žokejů (10%) a 6 respondentů z řad jezdců (20%). Podle tabulky č. 16 zvolilo odpověď a) 10 žen (28%) a 22 mužů (44%), odpověď b) zvolilo 8 žen (22%) a 2 muži (4%) a odpověď c) zvolili 2 ženy (6%) a 6 mužů (12%). Díky těmto odpovědím jsme zjistili, že většina úrazů vzniká při jízdě na koni. Nejvíce se s těmito úrazy setkávají žokejové (až 80%). Také jsme zjistili, že velké procento trenérů, si není jisto, zda je více úrazů při jízdě na koni, anebo při péči o koně. Podle tabulky č. 16 jsme zjistili, že více úrazů při jízdě na koni mají muži a více úrazů při péči o koně mají ženy.

**Otázka č. 9 – Co uděláte, když budete první u zraněného, který spadl z koně při tréninku?**

- a) Zavolám záchranku a půjdu si dělat svou práci.
- b) Zavolám záchranku a zůstanu u zraněného, ale nebudu si ho všimnout, popřípadě ho odvedu/odtáhnu někam pryč.
- c) **Zjistím, co se stalo a případně zavolám záchranku, zůstanu u zraněného a budu s ním komunikovat. Budu se snažit s ním moc nehýbat a budu pokračovat podle pokynů, které mi poskytne zdravotník po telefonu.**

Tabulka 17 – Pád z koně při tréninku

Otázka č. 9						
Pozice	Trenér		Žokej		Jezdec	
četnost	n	%	n	%	n	%
odpovědi						
Odpověď A	0	0%	0	0%	0	0%
Odpověď B	0	0%	0	0%	4	13%
<b>Odpověď C</b>	<b>36</b>	<b>100%</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>	<b>26</b>	<b>87%</b>
celkem	36	100%	20	100%	30	100%

Tabulka 18 – Pád z koně při tréninku

Otázka č. 9				
Pohlaví	Žena		Muž	
četnost	n	%	n	%
odpovědi				
Odpověď A	0	0%	0	0%
Odpověď B	4	11%	0	0%
<b>Odpověď C</b>	<b>32</b>	<b>89%</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>
celkem	36	100%	50	100%

Otázku č. 9 zodpovědělo 86 respondentů, tedy 100%. Podle tabulky č. 17 správnou odpověď, tedy c) zvolilo 36 respondentů z řad trenérů (100%), 20 respondentů z řad žokejů (100%) a 26 respondentů z řad jezdců (87%). Zbylí 4 jezdců (13%) zvolili špatnou odpověď b). Podle tabulky č. 18 vidíme, že všichni muži odpověděli správně a 4 ženy špatně. Víme tedy, že jezdců, kteří tuto otázku zodpověděli špatně, jsou ženského pohlaví.

### Otázka č. 10 – Co byste udělal/a s otevřenou zlomeninou nohy?

- a) Nic
- b) Budu se snažit srovnat kost do původní polohy
- c) **S nohou budu hýbat co možná nejméně, pokusím se zakrýt otevřenou ránu (nejlépe sterilním krytím), aby se do ní nedostaly nečistoty, zastavím krvácení, pokusím se nohu zafixovat bez změny polohy a zavolám záchranku.**

Tabulka 19 – Otevřená zlomenina nohy

Otázka č. 10						
Pozice	Trenér		Žokej		Jezdec	
četnost	n	%	n	%	n	%
odpovědi						
Odpověď A	0	0%	4	20%	0	0%
Odpověď B	0	0%	0	0%	0	0%
<b>Odpověď C</b>	<b>36</b>	<b>100%</b>	<b>16</b>	<b>80%</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>
celkem	36	100%	20	100%	30	100%

Tabulka 20 – Otevřená zlomenina nohy

Otázka č. 10				
Pohlaví	Žena		Muž	
četnost	n	%	n	%
odpovědi				
Odpověď A	2	6%	2	4%
Odpověď B	0	0%	0	0%
<b>Odpověď C</b>	<b>34</b>	<b>94%</b>	<b>48</b>	<b>96%</b>
celkem	36	100%	50	100%

Otázku č. 10 zodpovědělo 86 respondentů, tedy 100%. Podle tabulky č. 19 zvolilo správnou odpověď c) 36 respondentů z řad trenérů (100%), 16 respondentů z řad žokejů (80%) a 30 respondentů z řad jezdců (100%). 4 žokejové (20%) zvolili odpověď a), tedy, že by s otevřenou zlomeninou nohy nic nedělali. Podle tabulky č. 20 vidíme, že žokejové, kteří zvolili odpověď a) nic, jsou 2 ženy a 2 muži.

### Otázka č. 11 – Jak správně zastavíme krvácení u otevřené zlomeniny nohy?

- a) Nevím
- b) Nohu zaškrtneme mezi ránou a srdcem. Zapišeme si, kdy jsme nohu zaškrtili, aby záchranáři věděli, jak dlouho je noha bez přísunu krve. Jako škrtidlo použijeme širší pruh látky, pásek, nebo něco podobného, co je širší než 3cm.
- c) Nohu zaškrtním na ráně, jako škrtidlo použiji cokoli, co mám po ruce.

Tabulka 21 – Zástava krvácení u otevřené zlomeniny nohy

Otázka č. 11						
Pozice	Trenér		Žokej		Jezdec	
četnost	n	%	n	%	n	%
odpovědi						
Odpověď A	0	0%	4	20%	2	7%
Odpověď B	36	100%	10	50%	26	87%
Odpověď C	0	0%	6	30%	2	7%
celkem	36	100%	20	100%	30	100%

Tabulka 22 – Zástava krvácení u otevřené zlomeniny nohy

Otázka č. 11				
Pohlaví	Žena		Muž	
četnost	n	%	n	%
odpovědi				
Odpověď A	0	0%	6	12%
Odpověď B	36	100%	36	72%
Odpověď C	0	0%	8	16%
celkem	36	100%	50	100%

Otázku č. 11 zodpovědělo 86 respondentů, tedy 100%. Podle tabulky č. 21, správnou odpověď b) zvolilo 36 respondentů z řad trenérů (100%), 10 respondentů z řad žokejů (50%) a 26 respondentů z řad jezdců (87%). Odpověď a) zvolili 4 respondenti z řad žokejů (20%) a 2 respondenti z řad jezdců (7%), tedy odpověď nevím. Špatnou odpověď c) zvolilo 6 respondentů z řad žokejů (30%) a 2 respondenti z řad jezdců (7%). Podle tabulky č. 22 víme, že všechny ženy odpověděly správně. Zjistili jsme, že 16% mužů zvolilo špatnou odpověď c) a 12% zvolilo odpověď a), tedy že nevědí, co by dělali s krvácením u otevřené zlomeniny nohy.

### Otázka č. 12 – Jak poznáte, že je člověk v bezvědomí?

- a) leží, nehýbe se, nereaguje na oslovení, nemá žádnou reakci na bolestivý podnět a nedýchá
- b) nevím
- c) leží, nehýbe se, nereaguje na oslovení, dýchá

Tabulka 23 - Bezvědomí

Otázka č. 12						
Pozice	Trenér		Žokej		Jezdec	
četnost	n	%	n	%	n	%
odpovědi						
Odpověď A	4	11%	0	0%	10	33%
Odpověď B	2	6%	0	0%	2	7%
Odpověď C	30	83%	20	100%	18	60%
celkem	36	100%	20	100%	30	100%

Tabulka 24 - Bezvědomí

Otázka č. 12				
Pohlaví	Žena		Muž	
četnost	n	%	n	%
odpovědi				
Odpověď A	4	11%	10	20%
Odpověď B	2	6%	2	4%
Odpověď C	30	83%	38	76%
celkem	36	100%	50	100%

Otázku č. 12 zodpovědělo 86 respondentů, tedy 100%. Podle tabulky č. 23, správnou odpověď c) zvolilo 30 respondentů z řad trenérů (83%), 20 respondentů z řad žokejů (100%) a 18 respondentů z řad jezdců (60%). Špatnou odpověď a) zvolili 4 respondenti z řad trenérů (11%) a 10 respondentů z řad jezdců (33%). Odpověď b) nevím, zvolili 2 respondenti z řad trenérů (6%) a 2 respondenti z řad jezdců (7%). Podle tabulky č. 24 víme, že správnou odpověď c) zvolilo 30 žen (83%) a 38 mužů (76%). Špatnou odpověď a) zvolili 4 ženy (11%) a 10 mužů (20%). Odpověď b) nevím zvolili 2 ženy a 2 muži. Díky těmto odpovědím jsme zjistili, že 20% mužů v pozici jezdec nepoznává bezvědomí stejně tak jako 11% žen v pozici trenér.

### Otázka č. 13 – Jak poznáte člověka, který potřebuje srdeční masáž?

- a) Nevím
- b) **Je v bezvědomí, nedýchá, nemá puls**
- c) Je v bezvědomí a dýchá

Tabulka 25 – Srdeční masáž

Otázka č. 13						
Pozice	Trenér		Žokej		Jezdec	
četnost	n	%	n	%	n	%
odpovědi						
Odpověď A	10	28%	6	30%	6	20%
Odpověď B	14	39%	12	60%	14	47%
Odpověď C	12	33%	2	10%	10	33%
celkem	36	100%	20	100%	30	100%

Tabulka 26 – Srdeční masáž

Otázka č. 13				
Pohlaví	Žena		Muž	
četnost	n	%	n	%
odpovědi				
Odpověď A	8	22%	14	28%
Odpověď B	16	44%	24	48%
Odpověď C	12	33%	12	24%
celkem	36	100%	50	100%

Otázku č. 13 zodpovědělo 86 respondentů, tedy 100%. Podle tabulky č. 25, správnou odpověď b) zvolilo 14 respondentů z řad trenérů (39%), 12 respondentů z řad žokejů (60%) a 14 respondentů z řad jezdců (47%). Odpověď a) nevím, zvolilo 10 respondentů z řad trenérů (28%), 6 respondentů z řad žokejů (30%) a 6 respondentů z řad jezdců (20%). Špatnou odpověď c) zvolilo 12 respondentů z řad trenérů (33%), 2 respondenti z řad žokejů (10%) a 10 respondentů z řad jezdců (33%). Podle tabulky č. 26, správnou odpověď zvolilo 16 žen a 24 mužů. Odpověď a) nevím, zvolilo 8 žen (22%) a 14 mužů (28%), a špatnou odpověď c) zvolilo 12 žen (33%) a 12 mužů (24%). Díky těmto odpovědím jsme zjistili, že až 61% trenérů, 53% jezdců a 40% žokejů, nepozná člověka, který potřebuje srdeční masáž, z toho 55% jsou ženy a 52% muži.

### Otázka č. 14 – Jaké je efektivní stlačování hrudníku?

- a) stlačuji na spojnici bradavek, když už nemůžu, přestanu
- b) stlačuji na dolní třetině hrudní kosti, rychlostí 100x za 1 min. dokud nepřijede záchranka.**
- c) nevím

Tabulka 27 – Efektivní stlačování hrudníku

Otázka č. 14						
Pozice	Trenér		Žokej		Jezdec	
četnost	n	%	n	%	n	%
odpovědi						
Odpověď A	2	6%	0	0%	0	0%
Odpověď B	34	94%	16	80%	26	87%
Odpověď C	0	0%	4	20%	4	13%
celkem	36	100%	20	100%	30	100%

Tabulka 28 – Efektivní stlačování hrudníku

Otázka č. 14				
Pohlaví	Žena		Muž	
četnost	n	%	n	%
odpovědi				
Odpověď A	0	0%	2	4%
Odpověď B	34	94%	42	84%
Odpověď C	2	6%	6	12%
celkem	36	100%	50	100%

Otázku č. 14 zodpovědělo 86 respondentů, tedy 100%. Podle tabulky č. 27, správnou odpověď b) zvolilo 34 respondentů z řad trenérů (94%), 16 respondentů z řad žokejů (80%) a 26 respondentů z řad jezdců (87%). Špatnou odpověď a) zvolili 2 respondenti z řad trenérů (6%) a odpověď c) nevím, odpověděli 4 respondenti z řad žokejů (20%) a 4 respondenti z řad jezdců (13%). Podle tabulky č. 28, správnou odpověď zvolilo 34 žen (94%) a 42 mužů (84%). Odpověď c) nevím, zvolili 2 ženy (6%) a 6 mužů (12%), a špatnou odpověď a) zvolili 2 muži (4%). Díky těmto odpovědím jsme zjistili, že většina dotazovaných respondentů ví, nebo má zkušenosti, se správným stlačováním hrudníku. Podle tabulky č. 28 víme, že muži jsou na tom o 10 % hůře než ženy.



### Otázka č. 15 - Co budete dělat s člověkem, který je v psychickém šoku?

- a) nevím
- b) Snažím se ho uklidnit, snažím se působit klidně, dám ho do polohy vleže se zvednutýma nohama, nepodávám tekutiny, přikryji ho dekou
- a) Dám mu napít

Tabulka 29 – Psychický šok

Otázka č. 15						
Pozice	Trenér		Žokej		Jezdec	
četnost	n	%	n	%	n	%
odpovědi						
Odpověď A	8	22%	6	30%	10	33%
Odpověď B	22	61%	10	50%	20	67%
Odpověď C	6	17%	4	20%	0	0%
celkem	36	100%	20	100%	30	100%

Tabulka 30 – Psychický šok

Otázka č. 15				
Pohlaví	Žena		Muž	
četnost	n	%	n	%
odpovědi				
Odpověď A	8	22%	16	32%
Odpověď B	26	72%	26	52%
Odpověď C	2	6%	8	16%
celkem	36	100%	50	100%

Otázku č. 15 zodpovědělo 86 respondentů, tedy 100%. Podle tabulky č. 29, správnou odpověď zvolilo 22 respondentů z řad trenérů (61%), 10 respondentů z řad žokejů (50%) a 20 respondentů z řad jezdců (67%). Špatnou odpověď c) zvolilo 6 respondentů z řad trenérů (17%) a 4 respondenti z řad žokejů (20%). Odpověď a) nevím zvolilo 8 respondentů z řad trenérů (22%), 6 respondentů z řad žokejů (30%) a 10 respondentů z řad jezdců (33%). Podle tabulky č. 30, správnou odpověď zvolilo 26 žen (72%) a 26 mužů (52%). Špatnou odpověď c) zvolili 2 ženy (6%) a 8 mužů (16%). Odpověď a) nevím, zvolilo 8 žen (22%) a 16 mužů (32%). Díky těmto odpovědím jsme zjistili, že až 85% dotazovaných respondentů neví, co dělat s člověkem, který je v šoku, z toho 22% jsou ženy a 32% muži, 37% dotazovaných respondentů by člověku v šoku dávalo napít, z toho 6% jsou ženy a 16% muži.

**Otázka č. 16 – Jak budete postupovat, pokud si raněný stěžuje na brnění nohou a rukou, případně na jejich necitlivost?**

- a) S raněným nebudu hýbat, mohl by mít poraněnou páteř
- b) Raněného okamžitě posadím
- c) Raněného uvedu do stabilizované polohy

**Tabulka 31 – Postup při brnění a necitlivosti končetin**

Otázka č. 16						
Pozice	Trenér		Žokej		Jezdec	
četnost	n	%	n	%	n	%
odpovědi						
Odpořěď A	36	100%	20	100%	30	100%
Odpořěď B	0	0%	0	0%	0	0%
Odpořěď C	0	0%	0	0%	0	0%
celkem	36	100%	20	100%	30	100%

**Tabulka 32 – Postup při brnění a necitlivosti končetin**

Otázka č. 16				
Pohlaví	Žena		Muř	
četnost	n	%	n	%
odpovědi				
Odpořěď A	36	100%	50	100%
Odpořěď B	0	0%	0	0%
Odpořěď C	0	0%	0	0%
celkem	36	100%	50	100%

Otázku č. 16 zodpovědělo 86 respondentů, tedy 100%. Tabulka č. 31 ukazuje, že správnou odpověď a) zvolilo 36 respondentů z řad trenérů (100%), 20 respondentů z řad žokejů (100%) a 30 respondentů z řad jezdců (100%). Tabulka č. 32 ukazuje, že z 86 respondentů (100%) je 36 respondentů ženského pohlaví (42%) a 50 respondentů mužského pohlaví (58%). Všichni respondenti zodpověděli na otázku správně, tedy a) s raněným, který si stěžuje na brnění a necitlivost končetin, nebudeme hýbat, protože by mohl mít poraněnou páteř.

**Otázka č. 17 – Co uděláte s člověkem, který má poranění hlavy?**

- a) **Nebudu s ním hýbat, mohl by mít poraněnou krční páteř, budu s ním komunikovat, aby neusnul, ošetřím krvácení**
- b) Posadím ho
- c) Dám ho do stabilizované polohy

**Tabulka 33 – Poranění hlavy**

<b>Otázka č. 17</b>						
Pozice	Trenér		Žokej		Jezdec	
četnost	n	%	n	%	n	%
odpovědi						
<b>Odpověď A</b>	10	28%	18	90%	20	67%
Odpověď B	0	0%	0	0%	0	0%
Odpověď C	26	72%	2	10%	10	33%
celkem	36	100%	20	100%	30	100%

**Tabulka 34 – Poranění hlavy**

<b>Otázka č. 17</b>				
Pohlaví	Žena		Muž	
četnost	n	%	n	%
odpovědi				
<b>Odpověď A</b>	24	67%	24	48%
Odpověď B	0	0%	0	0%
Odpověď C	12	33%	26	52%
celkem	36	100%	50	100%

Otázku č. 17 zodpovědělo 86 respondentů, tedy 100%. Podle tabulky č. 33, správnou odpověď a) zvolilo 10 respondentů z řad trenérů (28%), 18 respondentů z řad žokejů (90%) a 20 respondentů z řad jezdců (67%). Špatnou odpověď c) zvolilo 26 respondentů z řad trenérů (72%), 2 respondenti z řad žokejů (10%) a 10 respondentů z řad jezdců (33%). Podle tabulky č. 34 správnou odpověď a) zvolilo 24 žen (67%) a 24 mužů (48%) a špatnou odpověď c) zvolilo 12 žen (33%) a 26 mužů (52%). Díky těmto odpovědím jsme zjistili, že většina respondentů z řad trenérů by člověka, který má poranění hlavy dávala do stabilizované polohy. Muži tuto odpověď volili mnohem více, než správnou odpověď a).

Následující tři otázky, byly pokládány pouze žokejům a jezdcům.

**Otázka č. 18 – Je nějak změněn základ vašeho stravování?**

- a) Ano
- b) Ne

**Tabulka 35 – Změna stravování**

<b>Otázka č. 18</b>				
Pozice	Žokej		Jezdec	
četnost	n	%	n	%
odpovědi				
ano	6	30%	16	53%
ne	14	70%	14	47%
celkem	20	100%	30	100%

**Tabulka 36 – Změna stravování**

<b>Otázka č. 18</b>				
Pohlaví	Žena		Muž	
četnost	n	%	n	%
odpovědi				
Ano	8	40%	14	47%
Ne	12	60%	16	53%
celkem	20	100%	30	100%

Otázku č. 18 zodpovědělo 50 respondentů, tedy 100%. Podle tabulky č. 35 odpověď a) zvolilo 6 respondentů z řad žokejů (30%) a 16 respondentů z řad jezdců (53%). Odpověď b) zvolilo 14 respondentů z řad žokejů (70%) a 14 respondentů z řad jezdců (47%). Podle tabulky č. 36 zvolilo odpověď a) 8 žen (40%) a 14 mužů (47%), a odpověď b) zvolilo 12 žen (60%) a 16 mužů (53%). Díky těmto odpovědím jsme zjistili, že u většiny dotazovaných žokejů není nijak závratně změněn jejich jídelníček. Odpovědi jezdců jsou velmi podobné, 53% má pozmeněn jídelníček a 47% ne. Podle tabulky č. 36 můžeme vidět, že změněný jídelníček má více mužů než žen.

### Otázka č. 19 – Jaké potraviny Vaše stravování zcela vylučuje?

- a) Žádné
- b) Sladké, tučné
- c) Pečivo

Tabulka 37 – Vyloučené potraviny

Otázka č. 19				
Pozice	Žokej		Jezdec	
četnost	n	%	n	%
odpovědi				
Odpověď A	12	60%	18	60%
Odpověď B	6	30%	10	33%
Odpověď C	2	10%	2	7%
celkem	20	100%	30	100%

Tabulka 38 – Vyloučené potraviny

Otázka č. 19				
Pohlaví	Žena		Muž	
četnost	n	%	n	%
odpovědi				
Odpověď A	16	80%	14	47%
Odpověď B	4	20%	12	40%
Odpověď C	0	0%	4	13%
celkem	20	100%	30	100%

Otázku č. 19 zodpovědělo 50 respondentů, tedy 100%. Podle tabulky č. 37 zvolilo odpověď a) 12 respondentů z řad žokejů (60%) a 18 respondentů z řad jezdců (60%). Odpověď b) zvolilo 6 respondentů z řad žokejů (30%) a 10 respondentů z řad jezdců (33%). Odpověď c) zvolili 2 respondenti z řad žokejů (10%) a 2 respondenti z řad jezdců (7%). Podle tabulky č. 38 zvolilo odpověď a) 16 žen (80%) a 14 mužů (47%), odpověď b) zvolili 4 ženy (20%) a 12 mužů (40%) a odpověď c) zvolili 4 muži (13%). Díky těmto odpovědím jsme zjistili, že většina žokejů a jezdců, nemá žádnou potravinu, kterou by vylučoval jejich jídelníček. Asi 30% respondentů zvolilo odpověď b), že jejich jídelníček vylučuje sladké a tučné jídlo, tuto odpověď volilo větší množství mužů. Odpověď c) zvolili jen 4 muži z řad jezdců i žokejů, a to, že jejich jídelníček vylučuje pečivo.

**Otázka č. 20 – Jaký nealkoholický nápoj nejvíce pijete a v jakém množství za den?**

- a) Voda 1 – 2 litry
- b) Piji, na co mám chuť a v jakémkoliv množství
- c) Piji, na co mám chuť, ale v omezeném množství, kvůli cukrům

**Tabulka 39 – Nealkoholické nápoje**

Otázka č. 20				
Pozice	Žokej		Jezdec	
četnost	n	%	n	%
odpovědi				
Odpověď A	10	50%	10	33%
Odpověď B	8	40%	16	53%
Odpověď C	2	10%	4	13%
celkem	20	100%	30	100%

**Tabulka 40 – Nealkoholické nápoje**

Otázka č. 20				
Pohlaví	Žena		Muž	
četnost	n	%	n	%
odpovědi				
Odpověď A	8	40%	12	40%
Odpověď B	10	50%	14	47%
Odpověď C	2	10%	4	13%
celkem	20	100%	30	100%

Otázku č. 20 zodpovědělo 50 respondentů, tedy 100%. Podle tabulky č. 39 zvolilo odpověď a) 10 respondentů z řad žokejů (50%) a 10 respondentů z řad jezdců (33%). Odpověď b) zvolilo 8 respondentů z řad žokejů (40%) a 16 respondentů z řad jezdců (53%). Odpověď c) zvolili 2 respondenti z řad žokejů (10%) a 4 respondenti z řad jezdců (13%). Podle tabulky č. 40 zvolilo odpověď a) 8 žen (40%) a 12 mužů (40%), odpověď b) zvolilo 10 žen (50%) a 14 mužů (47%) a odpověď c) 2 ženy (10%) a 4 muži (13%). Díky těmto odpovědím jsme zjistili, že většina respondentů z řad žokejů mužského pohlaví pije denně 1 – 2 litry vody, naopak většina respondentů z řad jezdců mužského pohlaví se nijak neomezuje ve výběru nápojů ani v jejich množství.

Tabulka 41 – Vyhodnocení správných odpovědí

skutečné četnosti	celkové znalosti		
	správné	chybné	celkem
muži	388	112	500
ženy	304	56	360
očekávané četnosti	celkové znalosti		
	správné	chybné	celkem
muži	402,3	97,8	500
ženy	289,7	70,3	60

Tabulka 42 zobrazuje vztah skutečných a očekávaných četností při vztahu celkových správných/chybných odpovědí dle pohlaví respondentů. Z celkových 500 odpovědí mužů (100,0 %) správně odpovědělo 388 mužů a z celkového počtu odpovědí 360 žen (100,0 %) odpovědělo správně 304 žen. Z hlediska skutečných a očekávaných četností byly výsledky následující – muži nedosáhli čísla 402,3 a ženy naopak převýšily číslo 289,7. Na základě  $\chi^2 = 6,242$  (hodnota jednoho stupně volnosti 3,841) ženy odpovídaly více správně.

Tabulka 42 – Vyhodnocení správných odpovědí ve vztahu k míře proškolení

skutečné četnosti	celkové znalosti		
	správné	chybné	celkem
absolventi kurzu	657	153	810
bez kurzu	30	20	50
očekávané četnosti	celkové znalosti		
	správné	chybné	celkem
absolventi kurzu	647,1	162,9	810
bez kurzu	39,9	10,1	50

Tabulka 43 zobrazuje vztah skutečných a očekávaných četností při vztahu celkových správných/chybných odpovědí dle absolvování kurzu první pomoci. Z celkových 810 odpovědí absolventů s kurzem (100,0 %) správně odpovědělo 657 respondentů a z celkového počtu 50 odpovědí absolventů bez kurzu (100,0 %) odpovědělo správně 30 absolventů bez kurzu. Z hlediska skutečných a očekávaných četností byly výsledky následující – absolventi s kurzem převýšili číslo 647,1 a absolventi bez kurzu nedosáhli čísla 39,9. Na základě  $\chi^2 = 13,054$  (hodnota jednoho stupně volnosti 3,841) absolventi s kurzem odpovídali více správně.

## 6.6 Rozhovor

V této podkapitole je popsán rozhovor s Pavlem Živcem, který působí v Anglii na dostihovém závodišti v Newmarketu jako jezdec dostihových koní již 5 let. Díky tomu se naskytla příležitost srovnat zjištěné informace z českého závodiště s anglickým závodištěm. Rozhovor probíhal dne 3. 3. 2017 v Hrubém Jeseníku okres Nymburk a trval cca 1 hodinu. Rozhovor byl zaznamenán pouze písemně, a to následujícím způsobem:

**Otázka č. 1:** Jak dlouho už jste v Anglii?

**Odpověď:** „Už to bude 5 let.“

**Otázka č. 2:** Kde přesně pracujete a jako co?

**Odpověď:** „Pracuji na dostihovém závodišti v Newmarketu, což je město asi 100 km severně od Londýna. Newmarket je jedno z nejdůležitějších středisek chovu plnokrevníků na světě a je zde největší tréninkové středisko na světě. Pracuji tu jako jezdec dostihových koní u trenéra Rogera Varianse, který má v tréninku cca okolo 200 dostihových koní.“

**Otázka č. 3:** Jaká je Vaše náplň práce?

**Odpověď:** „Ráno přijdu do stáje a mám rozpis koní, které ten den jezdím. Osedlám koně, jdu s ním do tréninku a trenér mi řekne, co s dotyčným koněm mám dělat. Denně takto jezdím cca 5 koní.“

**Otázka č. 4:** Předpokládám, že s úrazy je to v Anglii stejné jako u nás, jak jste na tom s přednáškami první pomoci?

**Odpověď:** „Vzhledem k tomu, že máme asistenty trenéra, kteří absolvují kurzy první pomoci povinně z nařízení Jockey Clubu, tak takové přednášky nemáme, ale považoval bych za přínosné, kdybychom je měli. My jezdci máme jen přednášky o bezpečnosti práce.“

**Otázka č. 5:** Jak je to s těmito asistenty? Jsou všude s vámi?

**Odpověď:** „Říkáme jim asistenti na zemi. Jsou s námi všude, kde trénujeme. Máme několik tzv. tréninkových járdů. Když mezi nimi přecházíme, nebo jedeme ze stájí, jdou s námi minimálně dva tito asistenti. Během tréninku, jsou tam přesně od toho, aby pomáhali a volali záchranku, když se cokoli stane.“

**Otázka č. 5:** Už jste poskytoval první pomoc?

**Odpověď:** „Zatím, naštěstí ještě nebylo potřeba, abych ji poskytoval.“



**Otázka č. 6:** Jak je to na závodišti při dostizích s první pomocí, máte tam také nasmlouvané záchranáře?

**Odpověď:** „*Ano v Anglii je to stejné jako v Chuchli. Během dostihu jsou na závodišti minimálně 2 – 3 sanitky, pokud jde o větší dostihy, máme na závodišti i helikoptéru.*“

**Otázka č. 7:** A jak je to s první pomocí mimo dostihové dny, během vašich tréninků?

**Odpověď:** „*Během našich tréninků nás hlídají asistenti trenérů. Dojezd sanitky do Newmarketu je 50 km. Záleží na dopravě a na všech jiných okolnostech, podle toho se také mění jejich dojezdový čas. Jednou jsme na sanitku čekali 45 minut.*“

**Otázka č. 8:** Teď se Vás zeptám na pár otázek z dotazníku, který jsem rozdávala na závodišti ve Velké Chuchli, souhlasíte?

**Odpověď:** „*Ano*“

**Otázka č. 9:** Co uděláte, když budete první u zraněného, který spadl z koně při tréninku?

**Odpověď:** „*Zjistím, co se stalo a případně zavolám záchranku, zůstanu u zraněného a budu s ním komunikovat. Budu se snažit s ním moc nehýbat a budu pokračovat podle pokynů, které mi poskytne zdravotník po telefonu.*“

**Otázka č. 10:** Co byste udělal s otevřenou zlomeninou nohy?

**Odpověď:** „*S nohou budu hýbat co možná nejméně, pokusím se zakrýt otevřenou ránu (nejlépe sterilním krytím), aby se do ní nedostaly nečistoty, zastavím krvácení, pokusím se nohu zafixovat bez změny polohy a zavolám záchranku.*“

**Otázka č. 11:** Jak správně zastavíte krvácení u otevřené zlomeniny nohy?

**Odpověď:** „*Nohu zaškrtneme mezi ránou a srdcem. Zapišeme si, kdy jsme nohu zaškrtili, aby záchranáři věděli, jak dlouho je noha bez přísunu krve. Jako škrtidlo použijeme širší pruh látky, pásek, nebo něco podobného, co je širší než 3cm.*“

**Otázka č. 12:** Jak poznáte, že je člověk v bezvědomí?

**Odpověď:** „*Leží, nehýbe se, nereaguje na oslovení, dýchá.*“

**Otázka č. 13:** Jak poznáte člověka, který potřebuje srdeční masáž?

**Odpověď:** „*Je v bezvědomí, nedýchá, nemá puls.*“

**Otázka č. 14:** Jaké je efektivní stlačování hrudníku?

**Odpověď:** „*Stlačuji na dolní třetině hrudní kosti, rychlostí 100x za 1 min. dokud nepřijede záchranka.*“

**Otázka č. 15:** Co budete dělat s člověkem, který je v psychickém šoku?

**Odpověď:** „*Snažím se ho uklidnit, snažím se působit klidně, dám ho do polohy vleže se zvednutýma nohama, nepodávám tekutiny, přikryji ho dekou.*“

**Otázka č. 16:** Jak budete postupovat, pokud si raněný stěžuje na brnění nohou a rukou, případně na jejich necitlivost?

**Odpověď:** „*Raněného uvedu do stabilizované polohy.*“

**Otázka č. 17:** Co uděláte s člověkem, který má poranění hlavy?

**Odpověď:** „*Nebudu s ním hýbat, mohl by mít poraněnou krční páteř, budu s ním komunikovat, aby neusnul, ošetřím krvácení.*“

**Otázka č. 18:** Je nějak změněn základ Vašeho stravování?

**Odpověď:** „*Ne.*“

**Otázka č. 19:** Jaké potraviny tvé stravování zcela vylučuje?

**Odpověď:** „*Žádné.*“

**Otázka č. 20:** Jaký nealkoholický nápoj nejvíce pijete a v jakém množství za den?

**Odpověď:** „*Piju, na co mám chuť v jakémkoli množství.*“

**Otázka č. 21:** Takže jak jsem pochopila z Vašich posledních odpovědí, Váš jídelníček se nijak nemění?

**Odpověď:** „*Většina z nás jí normálně a všechno, díky hojnosti tréninků máme o pořádnou fyzickou postaráno.*“

## 7 Diskuze

Praktická část bakalářské práce analyzovala první pomoc při úrazech v dostihovém sportu. Hlavním cílem bakalářské práce bylo zmapovat znalosti v poskytování první pomoci u trenérů, žokejů a jezdců v dostihovém sportu. V případě potřeby poskytnutí první pomoci jsou to právě jezdci, žokejové a hlavně trenéři, kdo je v takové situaci jako první na místě události.

**Dílčí cíl 1:** (v návaznosti na průzkumnou otázku č. 1) měl zjistit, jaké jsou znalosti v oblasti poskytování první pomoci u trenérů, žokejů a jezdců. Díky provedenému průzkumu, jsme dospěli k závěru, že oblasti poskytování první pomoci je věnována velká pozornost ze strany všech zainteresovaných složek od vzdělávacího procesu, přes praktický výkon činností až po legislativní zajištění dostihového sportu. Vzdělávací proces zahrnuje jako součást výuky na SŠ a SOU dostihového sportu a jezdeckví samostatnou výuku bezpečnosti a ochrany zdraví při práci, včetně poskytování první pomoci. Při praktickém výkonu trenérské i jezdecké činnosti je součástí každoročních příprav na dostihovou sezónu zajištění informací o bezpečnosti práce a způsobu poskytování první pomoci. Nejvyšší orgán dostihového sportu Jockey Club, vydává, aktualizuje a kontroluje dodržování dostihového řádu, jehož součástí je také oblast úrazů a poskytování první pomoci při nich. Z uvedeného vyplývá, že schopnost poskytovat první pomoc je považována za jednu z velmi důležitých činností. I přes tuto intenzivní snahu však bylo zjištěno, že poskytování první pomoci není na žádoucí úrovni. Důvodem tohoto zjištění je nízká frekvence poskytovaných informací a dlouhé intervaly mezi jednotlivými školeními. Je pravda, že trenéři v 50 % otázek vykazali 100 % znalost v poskytnutí první pomoci, ovšem v druhé polovině otázek vykazali fatální neznalost. Žokejové prokázali nejlepší úroveň znalostí v celé šíři poskytování první pomoci. Jezdci, pro které je charakteristická nejnižší míra zkušeností, prokázali také nejnižší procento správných odpovědí v otázkách poskytování první pomoci, a to jsou otázky č. 1 a 9 – 17.

**Dílčí cíl 2:** (v návaznosti na průzkumnou otázku č. 2) měl zjistit, zda z dotazovaných respondentů mají hlubší znalosti muži nebo ženy. Při hodnocení úrovně znalostí o poskytování první pomoci v oblasti dostihového sportu byl použit chí-kvadrát – test pro nezávislost u otázek 1, 9 – 17 a bylo zjištěno, že obecné znalosti jsou na dobré úrovni, ale odpovědnější přístup ke zdraví a jeho ochraně, prokazují ženy. Muži se více

orientují v oblasti lehčích, ale běžnějších úrazů. Ženy naopak zvládají lépe poskytnutí první pomoci u vážných úrazů.

**Dílčí cíl 3:** (v návaznosti na průzkumnou otázku č. 3) měl zjistit, jak ovlivňuje absolvování zdravotnického kurzu znalosti v poskytování první pomoci dotazovaných respondentů. U hodnocení úrovně znalostí v poskytování první pomoci u respondentů, kteří absolvovali kurz, a kteří ne, byl použit chí-kvadrát – test pro nezávislost, u otázek 1, 9 – 17. Z provedeného zjišťování jsme dospěli k závěru, že absolvovaná školení zvyšují schopnost správného poskytnutí první pomoci. Míra proškolenosti ovlivňuje procento správných odpovědí, a u skupiny respondentů, která vykazuje 100 % proškolenost, prokazuje i nejvyšší procento správných odpovědí.

**Dílčí cíl 4:** (v návaznosti na průzkumnou otázku č. 4) měl zjistit, zda četnost úrazů u dotazovaných jezdců a žokejů ovlivňuje jejich kvalita stravy. Při hodnocení vlivu stravovacích návyků a pitného režimu na úrazovost, podle tabulek 35, 37 a 39, můžeme konstatovat, že k vzájemnému ovlivňování nedochází. Ve všech zjišťovaných případech nebyl prokázán vliv stravování na druhy a četnost úrazů. Toto hodnocení proběhlo u otázek č. 18, 19 a 20.

**Dílčí cíl 5:** (v návaznosti na průzkumnou otázku č. 5) měl srovnat, pomocí rozhovoru, získané znalosti o první pomoci s anglickým závodističem v Newmarketu. Ke zjišťování tohoto cíle došlo pomocí rozhovoru s osobou, která dlouhodobě působila v dostihovém sportu v ČR a současně už 5 let působí v Anglii. Tím bylo dosaženo relativně objektivního hodnocení obou zemí při zajišťování a poskytování první pomoci. V ČR se této oblasti věnují všechny zainteresované osoby (trenéři, žokejové, jezdci), ale jejich znalosti nedosahují očekávané úrovně. V Anglii je pro zajišťování poskytnutí první pomoci určen konkrétní zaměstnanec, který ve většině případů prokazuje 100 % schopnost první pomoc poskytnout. Ostatní personál v této oblasti vzděláván není, proškolení se týká pouze oblasti bezpečnosti práce. Proto je úroveň schopností poskytovat první pomoc v Anglii značně problematická a lze usuzovat, že i nižší než v ČR. Dojezdové vzdálenosti i k vážným úrazům jsou pro ZZS mnohem delší, vzhledem ke vzdálenostem středisek ZZS od dostihových stájí. Tato skutečnost je ovlivněna i velkým množstvím dostihových stájí a závodističů v Anglii a množstvím dostihových stájí a závodističů v ČR, které jsou vesměs situovány jako součást městských aglomerací (Praha, Pardubice, Karlovy Vary, Most). Tím je dojezdová vzdálenost ZZS v ČR mnohem kratší, protože koncentrace závodističů a tréninkových středisek je mnohem nižší než v Anglii. V ČR je centrální závodističské pouze jedno a to v Praze a s ohledem na

rizikovitost činností v této oblasti došlo ke zřízení střediska ZZS přímo v lokalitě Velké Chuchle.

## **7.1 Doporučení pro praxi**

S ohledem na výsledky našeho průzkumu, jsme toho názoru, že problematice první pomoci na dostihovém závodišti ve Velké Chuchli, je věnována velká pozornost, přesto se znalosti první pomoci jeví jako nedostačující a to ve všech skupinách. Díky těmto výsledkům je nezbytné zvýšit intenzitu školení první pomoci všech skupin, které se angažují v oblasti dostihového sportu. Z tohoto důvodu jsme sestavili informační leták, který obsahuje fotografie z archivu autora s krátkými popisky, viz příloha B, C, D. V letáku jsou popsány postupy u KPR, správné použití tlakového obvazu a správné použití škrťacího obinadla. Tento leták bude dostupný na SŠ a SOU dostihového sportu a jezdeckví ve Velké Chuchli a současně také ve stájích na závodišti a na tribuně. Po konzultaci s ředitelkou Ing. Soňou Froňkovou, Ph.D., se uskuteční přednáška první pomoci na SŠ a SOU dostihového sportu a jezdeckví na začátku školního roku, které se budou moci zúčastnit i jezdci a žokejové. Na této přednášce také chceme rozdat informační letáky. Doufáme, že díky tomuto průzkumu se rozmůže větší frekvence pořádaných přednášek první pomoci a také větší účast na nich.

## ZÁVĚR

Teoretická část bakalářské práce s názvem První pomoc v dostihovém sportu pojednávala o dostihovém sportu a hlavních dostihů, které se konají na závodišti ve Velké Chuchli. Dále zde byly rozebrány jednotlivé úrazy, které se mohou stát během dostihů a během ošetřování koní, prevence před těmito úrazy a ochranné prostředky, které se používají v dostihovém sportu. Nejdůležitější částí teoretické části je laická první pomoc, kde je popsána okrajově historie první pomoci a první pomoc u jednotlivě rozebraných úrazů, které jsou jednotlivě popsány pomocí krátkých kazuistik. Jako poslední je zde popsána laická resuscitace. V praktické části byly zpracovány výsledky dotazníků a pomocí řízeného rozhovoru byly srovnány s Anglií. Všechny stanovené dílčí cíle byly splněny s následujícími výsledky. Dílčí cíl 1 byl zaměřen na znalost první pomoci u jezdců, žokejů a trenérů, během průzkumu jsme zjistili, že všechny skupiny jsou sice v této problematice nedostatečně vzdělány, ale stále mají lepší vzdělání, než tyto skupiny v Anglii. Dílčí cíl 2 byl zaměřen na znalosti mužů a žen. Podle výsledků a následnému testu pro nezávislost jsme dospěli k závěru, že hlubší znalosti mají ženy. Dílčí cíl 3 byl zaměřen na ovlivnění poskytování první pomoci u skupin, které absolvovali kurzy první pomoci a u skupin, které je neabsolvovali. Díky výsledkům a následnému testu pro nezávislost, jsme zjistili, že hlubší znalosti mají absolventi kurzů a nejlepší znalosti mají žokejové, kteří i všichni tyto kurzy absolvují. Dílčí cíl 4 byl zaměřen na stravování žokejů a jezdců a na vliv tohoto stravování na úrazovost. Díky výsledkům jsme zjistili, že žokejové a jezdci se nijak neomezují ve stravování a tím jejich životospráva nemá vliv na úrazy. Dílčí cíl 5 byl zaměřen na srovnání výsledků s anglickým závodištěm v Newmarketu. Díky tomuto rozhovoru jsme zjistili, že v ČR jsou trenéři, jezdci a žokejové proškolení v první pomoci mnohem více než v Anglii, a také jsme zjistili, že celková zdravotní péče je v Anglii horší než v ČR. Díky těmto výsledkům, je doporučením pro praxi minipublikace obsahující fotky v příloze B, C a D a informační leták se základy první pomoci, který bude zpřístupněn závodišti a Střední škole dostihového sportu a jezdeckví v Praze ve Velké Chuchli.

## SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- EQUICHANNEL, 2007. *Klusácké dostihy v ČR*. [online]. [cit. 2017-03-04]. Dostupné z: <http://www.equichannel.cz/klusacke-dostihy-v-ceske-republice>
- EQUICHANNEL, 2012a. *První pomoc - teorie, dokud se nic nestane*. [online]. [cit. 2017-02-28]. Dostupné z: <http://www.equichannel.cz/prvni-pomoc-teorie-dokud-se-nic-nestane>
- EQUICHANNEL, 2012b. *Jezdectví – nejkratší cesta k invaliditě?* [online]. [cit. 2017-02-28]. Dostupné z: <http://www.equichannel.cz/jezdectvi-nejkratsi-cesta-k-invalidite>
- EQUICHANNEL, 2015. *Zuby koní aneb podívejme se koni společně na zoubek*. [online]. [cit. 2017-02-28]. Dostupné z: <http://www.equichannel.cz/zuby-koni-aneb-podivejme-se-koni-spolecne-na-zoubek>
- EZSP6, 2016. *Základy první pomoci – Zranění páteře*. [online]. [cit. 2017-03-05]. Dostupné z: <http://www.ezsp6.estranky.cz/clanky/zraneni-patere.html>
- FRANĚK, Ondřej, SUKUPOVÁ, Petra, 2017. *První pomoc, nejsou žádné čáry, ale dokáže zázraky*. Vydavatel: Franěk Ondřej. ISBN: 978-80-254-5911-9.
- HUMPL, Lukáš. 2008a. *Hyperventilační syndrom*. [online]. [cit. 2017-03-03]. Dostupné z: <http://www.uszsmsk.cz/Default.aspx?clanek=4681>
- HUMPL, Lukáš, 2008b. *Zlomeniny*. [online]. [cit. 2017-03-03]. Dostupné z: <http://www.uszsmsk.cz/Default.aspx?clanek=1221>
- IBESTOF, 2014. *Václav Janáček - dostihový jezdec, žokej*. [online]. [cit. 2017-02-28]. Dostupné z: <http://www.ibestof.cz/sport/vaclav-janacek---dostihovy-jezdec-zokej.html>
- JOCKEY CLUB ČR, 2016. *Dostihový řád. Předpisy pro konání rovinových a překážkových cvalových dostihů*. Praha: Jockey Club ČR. ISBN: neuvedeno.
- JOCKEY EXCLUSIVE, 2017. *Dostihové příslušenství*. [online]. [cit. 2017-02-20]. Dostupné z: <http://jockey-exclusive.com/cs/34-jezdci>
- KAZIMOUR, Ivan, 2016. *Historie českého zdravotnictví*. Vydal: E-knihy jedou. ISBN: 978-80-7512-593-4.
- KELNEROVÁ a spol., 2012. *První pomoc I, pro studenty zdravotnických oborů*. Nakladatelství: Grada Publishing, a.s. ISBN: 978-80-247-4199-4.
- KELNAROVÁ a spol., 2013. *První pomoc II, pro studenty zdravotnických oborů*. Nakladatelství: Praha: Grada Publishing, a.s. ISBN 978-80-247-4200-7.

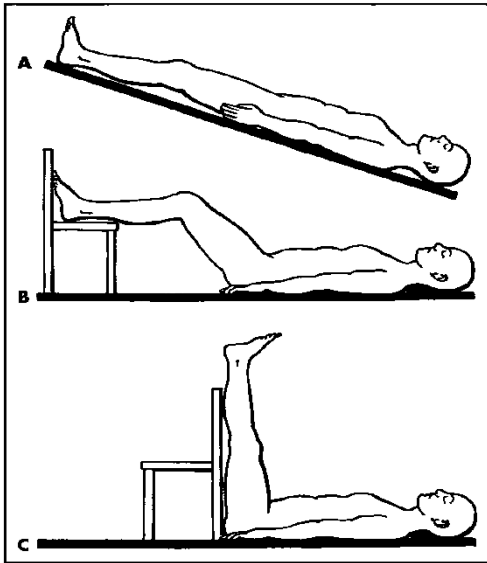
- KLÁŠKOVÁ, Michala, 2010. *Příznivé účinky a zdravotní rizika v jezdeckví*. [online]. [cit. 2017-02-28]. Dostupné z: [https://is.muni.cz/th/259479/fsps\\_b/bakalarska\\_prace\\_-\\_jezdectvi.txt](https://is.muni.cz/th/259479/fsps_b/bakalarska_prace_-_jezdectvi.txt)
- KOVÁŘ, Pavel, 2011. *Velká pardubická - Příběhy z dějin, současnosti a zákulisí slavného dostihu*. Nakladatelství: XYZ. ISBN: 978-80-7388-408-6.
- MC CRORY P., TURNER M., 2005. *Equestrian injuries*. Med. sport sci. 48:8-17. ISSN: 0254-5020. Language: English.
- PEŠORNA, Karel, 2014. *Stručné dějiny poskytování první pomoci, organizovaného záchranářství a ošetrovatelské péče o zraněné*. [online]. [cit. 2017-03-03]. Dostupné z: <http://www.firehistory.hasici-ct.cz/strucne-dejiny-poskytovani-prvni-pomoci-organizovaneho-zachranarstvi-a-oseetrovatelske-pece-o-zranene/>
- PILNÝ, Jaroslav, 2007. *Prevence úrazů pro sportovce*. Nakladatelství: Grada Publishing, a.s. ISBN: 978-80-247-1675-6.
- PIRUCH, 2017. *Dostihové příslušenství*. [online]. [cit. 2017-02-20]. Dostupné z: <http://www.piruch.cz/Dostihove-prislusenstvi/>
- SEIDL, Zdeněk, 2008. *Neurologie pro nelékařské zdravotnické obory*. Nakladatelství: Grada Publishing, a.s. ISBN: 978-80-247-2733-2.
- SCHMIEDOVÁ, Zuzana, 2012. *At' nám koně jdou*. Praha: PLOT. ISBN 978-80-7428-120.
- SILVER, JR., 2002. *Spinal injuries resulting from horse riding accidents*. Spinal Cord. 40(6):264-71. ISSN: 1362-4393. Language: English.
- SLACHOVÁ, Hana, 2015. *Poranění a první pomoc v jezdeckém sportu*. [online]. [cit. 2017-02-28]. Dostupné z: <https://otik.uk.zcu.cz/bitstream/handle/11025/20578/Poraneni%20a%20prvni%20pomoc%20v%20jezdeckem%20sportu.pdf?sequence=1>
- SLEZÁKOVÁ, Lenka a kol., 2010. *Ošetrovatelství v chirurgii I*. Nakladatelství: Grada Publishing, a.s. ISBN: 978-80-247-3129-2.
- ÚZ TRESTNÍ PŘEDPISY, 2014. *Úplné znění, trestní předpisy – trestní zákoník*. Ostrava: Sagit, a.s., s. 45. ISBN: 978-80-7488-032-2.
- VOKURKA, M., J. HUGO a kol., 2009. *Velký lékařský slovník*. Praha: Maxdorf. ISBN 978-80-7345-202-5.
- ZEMAN, Miroslav, KRŠKA, Zdeněk a kol., 2011. *Chirurgická propedeutika*. Nakladatelství: Grada Publishing, a.s. ISBN: 978-80-247-3770-6.



## PŘÍLOHY

Příloha A – Polohování .....	LXVII
Příloha B – Správná technika použití škrťacího obinadla – dolní končetiny .....	LXVIII
Příloha C – Správné použití tlakového obvazu .....	LXX
Příloha D – Vyměření místa ke správnému stlačení hrudníku .....	LXXI
Příloha E – Čestné prohlášení .....	LXXII
Příloha F – Rešeršní protokol.....	LXXIII
Příloha G – Dotazník pro trenéry .....	LXXIV
Příloha H – Dotazník pro jezdce a žokeje .....	LXXVIII

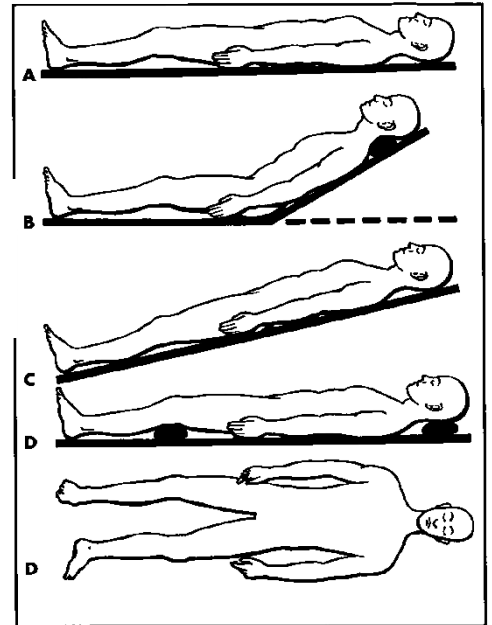
Příloha A – Polohování



Obr. 3.17. Protišoková poloha. A - Trendelenburgova poloha, B - nohy na židli, C - autotransfúzní - nohy do pravoúhlu

Obrázek č. 1  
Zdroj: TAYBNER, 2016

Proti-šokové polohy



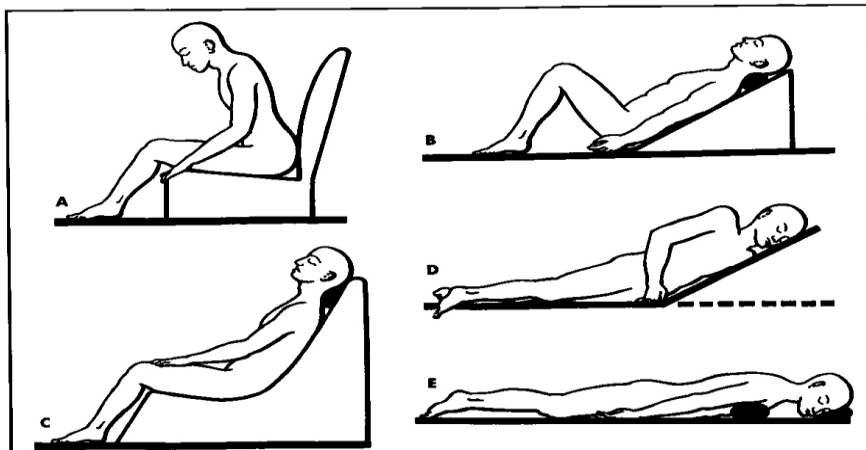
Obr. 3.15. Poloha vleže na zádech. A - rovná, B - poloha se zvýšeným hrudníkem, C - Antitrendelenburgova poloha, D - u zlomenin páneve

Obrázek č. 2  
Zdroj: TAYBNER, 2016

Polohy na zádech.

3.18.B.

podmínkách u pacienta v bezvědomí, krvácejícího



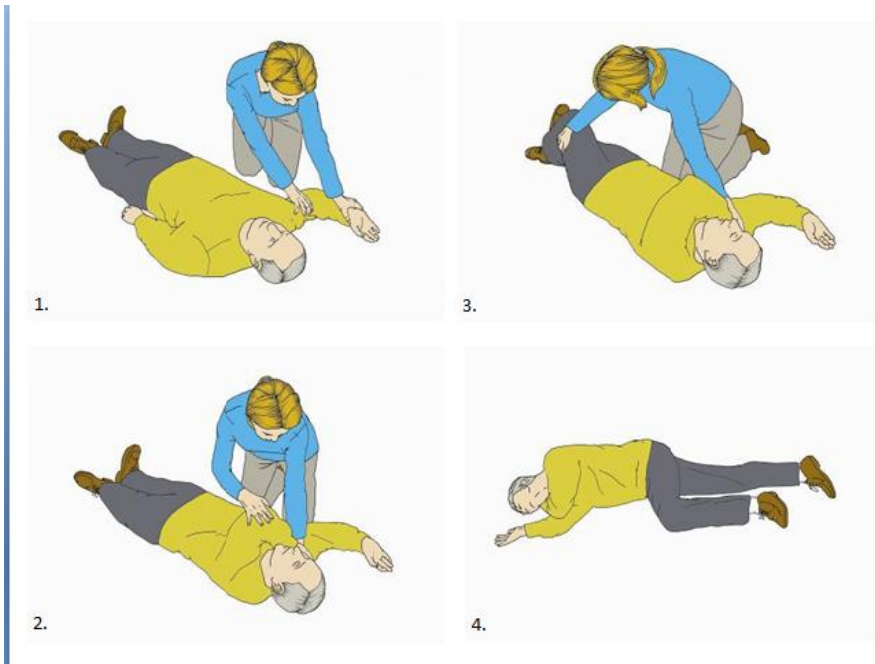
Obr. 3.19. Úlevové polohy. A - ortopedická; B - při poranění břicha; C - v kardiálním křesle; D - při poranění hrudníku; E - na břicho

Obrázek č. 3  
Zdroj: TAYBNER, 2016

Úlevové polohy, polohy při poranění břicha a hrudníku.

Obrázek č. 4  
Zdroj: TAYBNER, 2016

Stabilizovaná poloha



## Příloha B – Správná technika použití škrtícího obinadla – dolní končetiny



Obrázek č. 1  
Zdroj: BRENNEROVÁ, 2017

Škrtící obinadlo přiložíme nad ránu směrem k srdci.



Obrázek č. 2  
Zdroj: BRENNEROVÁ, 2017

Jednou ho omotáme kolem nohy, jako obvaz.



Obrázek č. 3  
Zdroj: BRENNEROVÁ, 2017

Poté ho pořádně natáhneme.



Obrázek č. 4  
Zdroj: BRENNEROVÁ, 2017

A natažené ho znovu omotáme kolem nohy, jako obvaz. Takto pokračujeme, až dokud škrtidlo celé nevmotáme.



## Příloha B – Správná technika použití škrťacího obinadla – horní končetiny



Obrázek č. 5  
Zdroj: BRENNEROVÁ, 2017

Škrťací obinadlo přiložíme nad ruku, směrem k srdci a jednou ho omotáme kolem ruky jako obvaz.



Obrázek č. 6  
Zdroj: BRENNEROVÁ, 2017

Poté ho pořádně natáhneme.



Obrázek č. 7  
Zdroj: BRENNEROVÁ, 2017

Natažené, ho znovu omotáme kolem ruky jako obvaz.



Obrázek č. 8  
Zdroj: BRENNEROVÁ, 2017

Škrťadlo opět natáhneme a znovu omotáme kolem ruky. Takto pokračujeme, až dokud ho celé nevymotáme.

## Příloha C – Správné použití tlakového obvazu



Obrázek č. 1  
Zdroj: BRENNEROVÁ, 2017

Nejprve ránu zakryjeme sterilním krytím a omotáme obvazem. Část obvazu si necháme smotanou a přiložíme ji na ránu.



Obrázek č. 2  
Zdroj: BRENNEROVÁ, 2017

Přes smotaný obvaz omotáme obinadlo a pořádně ho přitáhneme k ruce.



Obrázek č. 3  
Zdroj: BRENNEROVÁ, 2017

Obinadlo si opět necháme částečně smotané a opět ho položíme na ránu.



Obrázek č. 4  
Zdroj: BRENNEROVÁ, 2017

Nakonec ho dalším obinadlem opět pořádně přitáhneme k ruce.



## Příloha D – Vyměření místa ke správnému stlačení hrudníku



Obrázek č. 1  
Zdroj: BRENNEROVÁ, 2017

Jednu ruku položíme na začátek hrudní kosti a druhou na její konec. Od konce hrudní kosti přiložíme tak 2 prsty směrem vzhůru.



Obrázek č. 2  
Zdroj: BRENNEROVÁ, 2017

Na vyměřené místo položíme hranu dlaně jedné ruky a na ní položíme druhou ruku. Lokty propneme a hrudník stlačujeme celou naší vahou do hloubky 5-6 cm.

## ČESTNÉ PROHLÁŠENÍ

Prohlašuji, že jsem zpracovala údaje/podklady pro praktickou část bakalářské práce s názvem První pomoc v dostihovém sportu v rámci studia/odborné praxe realizované v rámci studia na Vysoké škole zdravotnické, o. p. s., Duškova 7, Praha 5.

V Praze dne .....

.....

Jméno a příjmení studenta

### PRŮVODNÍ LIST K REŠERŠI

**Jméno:** Brennerová Eliška

**Název práce:** První pomoc v dostihovém sportu

**Jazykové vymezení:**

čeština, angličtina

**Rešeršní strategie**

Je kombinací různých způsobů hledání - neváže se pouze na klíčová slova.

Záznamy v rešerši jsou v souladu s bibliografickou citační normou ISO 690.

**Klíčová slova:** Dostihový sport, Dostihový sport v Anglii, První pomoc, První pomoc při šlápnutí koně na jezdce, První pomoc při úrazech a pádech z výšek, První pomoc při úrazech v dostihovém sportu, terminologie v dostihovém sportu, výuka první pomoci, úrazy v dostihovém sportu, výživa žokejů a trenérů, základy první pomoci.

**Časové vymezení:** 1980-2016

**Druhy dokumentů:**

Knihy (=monografie), sborníky, články, kapitoly knih či články ze sborníků, abstrakta, kvalifikační (bakalářské a diplomové práce)

**Počet záznamů:**

128 souborů

**Základní prameny:**

Katalogy knihoven systému Medvik – knihy (=monografie)

Bibliographia medica Českoslovaca (BMČ – články)

Theses - registr vysokoškolských kvalifikačních prací

Medline

Národní knihovna ČR

Knihovna Antonína Švehly



## První pomoc u úrazů v dostihovém sportu

Vážené trenérky, vážení trenéři,

mé jméno je Eliška Brennerová, jsem studentkou Vysoké školy zdravotnické o.p.s. v Praze a studuji obor Zdravotnický záchranář. Obracím se na Vás s žádostí o vyplnění níže uvedeného dotazníku, který poslouží jako podklad pro mou Bakalářskou práci na téma „První pomoc v dostihovém sportu“. Dovoluji si Vás rovněž požádat o co nejpřesnější a pravdivé vyplnění dotazníku. Účast ve výzkumu je anonymní a dobrovolná.

Správné odpovědi zakroužkujte (vždy jen jednu), nebo doplňte. Předem děkuji za spolupráci.

Vaše pohlaví:

- a) muž
- b) žena

Kolik je vám let?

- a) 20–30
- b) 31–40
- c) 41 a více

Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?

- a) ZŠ
- b) SŠ, SOU
- c) VŠ – Bc.
- d) VŠ – Mgr., PhDr., Ph.D.

Telefonní číslo na zdravotnickou záchrannou službu je:

- a) 158
- b) 155
- c) 150

**Měl/a jste někdy přednášku první pomoci?**

- a) ano
- b) ne

**Pokud jste nikdy neměl/a přednášku první pomoci, stál/a byste o ní?**

- a) máme přednášky první pomoci
- b) nemáme přednášky první pomoci a ani o ně nestojím
- c) nemáme přednášky první pomoci, ale stál/a bych o ně

**Už jste někdy poskytoval/a první pomoc?**

- a) ano
- b) ne

**Kolik úrazů jste při své práci viděl/a, pro které musela přijet Zdravotnická Záchraná Služba?**

- a) 5 a méně
- b) Do 10
- c) 11 a více

**Která část těla je nejčastěji poraněná?**

- a) Hlava
- b) Páteř, hrudník
- c) Končetiny

**Pokud jste byl/a u zranění jako první, věděl/a jste jak postupovat?**

- a) ano
- b) ne

**Měl/a jste více úrazů při jízdě na koni, nebo při práci a péči o koně?**

- a) více při jízdě na koni
- b) více při práci a péči o koně
- c) nevím



**Co uděláte, když budete první u zraněného, který spadl z koně při tréninku?**

- a) zavolám záchranku a půjdu si dělat svou práci.
- b) zavolám záchranku a zůstanu u zraněného, ale nebudu si ho všímat, popřípadě ho odvedu/odtáhnu někam pryč.
- c) zjistím, co se stalo. Zavolám záchranku, zůstanu u zraněného a budu s ním komunikovat. Budu se snažit s ním moc nehýbat a budu pokračovat podle pokynů, které mi poskytne zdravotník po telefonu.

**Co byste udělal/a s otevřenou zlomeninou nohy?**

- a) nic
- b) budu se snažit srovnat kost do původní polohy
- c) s nohou budu hýbat co možná nejméně, pokusím se zakrýt otevřenou ránu (nejlépe sterilním krytím), aby se do ní nedostaly nečistoty, zastavím krvácení, pokusím se nohu zafixovat bez změny polohy a zavolám záchranku.

**Jak správně zastavíme krvácení u otevřené zlomeniny nohy?**

- a) nevím
- b) nohu zaškrtneme mezi ránou a srdcem. Zapišeme si, kdy jsme nohu zaškrtili, aby záchranáři věděli, jak dlouho je noha bez přísunu krve. Jako škrtdlo použijeme širší pruh látky, pásek, nebo něco podobného, co je širší než 3cm.
- c) nohu zaškrtnu na ráně, jako škrtdlo použiji cokoli, co mám po ruce.

**Jak poznáte, že je člověk v bezvědomí?**

- a) leží, nehýbe se, nereaguje na oslovení, nemá žádnou reakci na bolestivý podnět a nedýchá
- b) nevím
- c) leží, nehýbe se, nereaguje na oslovení a dýchá

**Jak poznáte člověka, který potřebuje srdeční masáž.**

- a) nevím
- b) Je v bezvědomí, nedýchá, nemá puls
- c) Je v bezvědomí a dýchá

**Jaké je efektivní stlačování hrudníku?**

- a) stlačuji na spojnici bradavek, když už nemůžu, přestanu
- b) stlačuji na dolní třetině hrudní kosti, rychlostí 100x za 1 min. dokud nepřijede záchranka.
- c) nevím

**Co budete dělat s člověkem, který je v psychickém šoku?**

- a) nevím
- b) Snažím se ho uklidnit, snažím se působit klidně, dám ho do polohy vleže se zvednutýma nohama, nepodávám tekutiny, přikryji ho dekou
- c) Dám mu napít

**Jak budete postupovat, pokud si raněný stěžuje na brnění nohou a rukou, případně na jejich necitlivost?**

- a) s raněným nebudu hýbat, mohl by mít poraněnou páteř
- b) raněného okamžitě posadím
- c) raněného uvedu do stabilizované polohy

**Co uděláte s člověkem, který má poranění hlavy?**

- a) nebudu s ním hýbat, mohl by mít poraněnou krční páteř, budu s ním komunikovat, aby neusnul, ošetřím krvácení
- b) posadím ho
- c) dám ho do stabilizované polohy

**Pokud máte nějaké připomínky k dotazníku, zde je můžete vypsát:**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Na závěr, chci ještě jednou poděkovat za Váš čas, který jste věnovali vyplnění tohoto dotazníku. Přeji mnoho zdraví a štěstí ve Vaší práci.

Děkuji Brennerová



## První pomoc u úrazů v dostihovém sportu

Vážené jezdce a žokejky, vážení jezdci a žokejové,

mé jméno je Eliška Brennerová, jsem studentkou Vysoké školy zdravotnické o.p.s. v Praze a studuji obor Zdravotnický záchranář. Obracím se na Vás s žádostí o vyplnění níže uvedeného dotazníku, který poslouží jako podklad pro mou Bakalářskou práci na téma „První pomoc v dostihovém sportu“. Dovoluji si Vás rovněž požádat o co nejpřesnější a pravdivé vyplnění dotazníku. Účast ve výzkumu je anonymní a dobrovolná.

Správné odpovědi zakroužkujte (vždy jen jednu), nebo doplňujte. Předem děkuji za spolupráci.

Vaše pohlaví:

- a) muž
- b) žena

Kolik je vám let?

- a) 20–30
- b) 31–40
- c) 41 a více

Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?

- a) ZŠ
- b) SŠ, SOU
- c) VŠ – Bc.
- d) VŠ – Mgr., PhDr., Ph.D.

Jste jezdec, nebo žokej?

- a) jezdec
- b) žokej

Telefonní číslo na zdravotnickou záchrannou službu je:

- a) 158
- b) 155
- c) 150

Měl/a jste někdy přednášku první pomoci?

- a) ano
- b) ne

Pokud jste nikdy neměl/a přednášku první pomoci, stál/a byste o ní?

- a) máme přednášky první pomoci
- b) nemáme přednášky první pomoci a ani o ně nestojím
- c) nemáme přednášky první pomoci, ale stál/a bych o ně.

Už jste někdy poskytoval/a první pomoc?

- a) ano
- b) ne

Kolik úrazů jste při své práci viděl/a, pro které musela přijet Zdravotnická Záchraná Služba?

- a) 5 a méně
- b) Do 10
- c) 11 a více

Která část těla je nejčastěji poraněná?

- a) Hlava
- b) Páteř, hrudník
- c) Končetiny

Pokud jste byl/a u zranění jako první, věděl/a jste jak postupovat?

- a) ano
- b) ne



**Měl/a jste více úrazů při jízdě na koni, nebo při práci a péči o koně?**

- a) více při jízdě na koni
- b) více při práci a péči o koně
- c) nevím

**Co uděláte, když budete první u zraněného, který spadl z koně při tréninku?**

- a) zavolám záchranku a půjdu si dělat svou práci.
- b) zavolám záchranku a zůstanu u zraněného, ale nebudu si ho všímat, popřípadě ho odvedu/odtáhnu někam pryč.
- c) zjistím, co se stalo a případně zavolám záchranku, zůstanu u zraněného a budu s ním komunikovat. Budu se snažit s ním moc nehýbat a budu pokračovat podle pokynů, které mi poskytne zdravotník po telefonu.

**Co byste udělal/a s otevřenou zlomeninou nohy?**

- a) nic
- b) budu se snažit srovnat kost do původní polohy.
- c) s nohou budu hýbat co možná nejméně, pokusím se zakrýt otevřenou ránu (nejlépe sterilním krytím), aby se do ní nedostaly nečistoty, zastavím krvácení, pokusím se nohu zafixovat bez změny polohy a zavolám záchranku.

**Jak správně zastavíme krvácení u otevřené zlomeniny nohy?**

- a) nevím
- b) nohu zaškrtneme mezi ránou a srdcem. Zapíšeme si, kdy jsme nohu zaškrtili, aby záchranáři věděli, jak dlouho je noha bez přísunu krve. Jako škrtidlo použijeme širší pruh látky, pásek, nebo něco podobného, co je širší než 3cm.
- c) nohu zaškrtním na ráně, jako škrtidlo použiji cokoli, co mám po ruce.

**Jak poznáte, že je člověk v bezvědomí?**

- a) leží, nehýbe se, nereaguje na oslovení, nemá žádnou reakci na bolestivý podnět a nedýchá
- b) nevím
- c) leží, nehýbe se, nereaguje na oslovení, dýchá

**Jak poznáte člověka, který potřebuje srdeční masáž.**

- a) Nevím
- b) Je v bezvědomí, nedýchá, nemá puls
- c) Je v bezvědomí a dýchá

**Jaké je efektivní stlačování hrudníku?**

- a) stlačuji na spojnici bradavek, když už nemůžu, přestanu
- b) stlačuji na dolní třetině hrudní kosti, rychlostí 100x za 1 min. dokud nepřijede záchranka.
- c) nevím

**Co budete dělat s člověkem, který je v psychickém šoku?**

- a) nevím
- b) Snažím se ho uklidnit, snažím se působit klidně, dám ho do polohy vleže se zvednutýma nohama, nepodávám tekutiny, přikryji ho dekou
- c) Dám mu napít

**Jak budete postupovat, pokud si raněný stěžuje na brnění nohou a rukou, případně na jejich necitlivost?**

- a) s raněným nebudu hýbat, mohl by mít poraněnou páteř
- b) raněného okamžitě posadím
- c) raněného uvedu do stabilizované polohy

**Co uděláte s člověkem, který má poranění hlavy?**

- a) nebudu s ním hýbat, mohl by mít poraněnou krční páteř, budu s ním komunikovat, aby neusnul, ošetřím krvácení
- b) posadím ho
- c) dám ho do stabilizované polohy

**Je nějak změněn základ Vašeho stravování?**

- a) Ano
- b) ne



**Jaké potraviny Vaše stravování zcela vylučuje?**

- a) Žádné
- b) Sladké, Tučné
- c) Pečivo

**Jaký nealkoholický nápoj nejvíc pijete a v jakém množství za den?**

- a) Voda, 1 - 2 litry
- b) Piji, na co mám chuť v jakémkoli množství
- c) Piji, na co mám chuť, ale v omezeném množství kvůli cukrům

**Pokud máte nějaké připomínky k dotazníku, zde je můžete vypsát:**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Na závěr, chci ještě jednou poděkovat za Váš čas, který jste věnovali vyplnění tohoto dotazníku. Přeji mnoho zdraví a štěstí ve Vaší práci.

Děkuji Brennerová