

Nebezpečných skoků do vody ubývá. Prevence zachraňuje životy

Tisková zpráva České asociace paraplegiků – CZEPA, z. s., Praha, 7. 8. 2025

Stačí vteřina a zábava u vody se může změnit v doživotní následky. Projekt BanalFatal! organizace CZEPA už jedenáct let varuje nejen mladé lidi před skoky do neznámé vody, které mohou skončit těžkým poraněním páteře a míchy. Díky vytrvalé preventivní práci a spolupráci s Vodní záchrannou službou se letos poprvé rýsuje nadějný trend – úrazů ubývá. A právě to dokazuje, že „nejde o adrenalin – jde o život“ není jen slogan, ale vzkaz, který má sílu zachraňovat.

Jedna vteřina, jeden skok – a zbytek života na vozíku

Každé léto se v Česku opakuje stejný scénář: skok do neznámé vody končí úrazem páteře a míchy. Jen v roce 2024 utrpělo poranění míchy 154 osob, z nichž 8 % si zranění přivodilo právě skokem do vody. Pro většinu z nich to znamená jediné – trvalé ochrnutí a život na vozíku.

„Mnohé z těchto úrazů jsou důsledkem lehkomyšlnosti, alkoholu nebo neznalosti rizik,“ upozorňuje Marta Kupets, koordinátorka projektu BanalFatal!, který už jedenáct let varuje před nebezpečím skoků do neznámé vody.

„Za tu dobu jsme oslovili více než 30 000 mladých lidí a doufáme, že si díky našim aktivitám uvědomili, že voda není prostor pro bezhlavou odvahu. Statistiky bohužel stále ukazují, že tyto tragédie jsou zbytečné a mohly být odvráceny – právě díky prevenci,“ dodává Kupets.

Prevence, která opravdu funguje

Letos se zdá, že prevence skutečně nese ovoce. Zatímco v minulých letech došlo během léta až k patnácti vážným úrazům páteře po skocích do vody, v polovině prázdnin 2025 je hlášen pouze jeden takový případ. Věříme, že za tím nestojí jen štěstí, ale především větší obezřetnost lidí a rostoucí dopad preventivních aktivit.

Zábava na koupališti, řece, nebo rybníku může během vteřiny skončit tragicky. Stačí jeden špatný odhad, jedna vteřina lehkomyšlnosti. Nejsi akrobat, tak proč riskovat doživotní následky nebo smrt?

Lektor projektu BanalFatal! Jan Mikeska o tom ví své: „Myslel jsem si, že mám všechno pod kontrolou. Stačila jediná chyba – a zbytek života trávím na vozíku. Jsem ale tady abych mohl říct mladým lidem: Nikdy to nezkoušej!“

Česká asociace paraplegiků – CZEPA, z.s., Dygrýnova 816/8, Praha 14 – Černý Most

Tel.: +420 775 980 952, E-mail: czepa@czepa.cz, www.czepa.cz

IČO: 00473146, BÚ u ČSOB: 238 844 756/0300.

Spolek zapsaný ve spolkovém rejstříku vedeném MS v Praze, spisová značka L 279.

Fakta, která varují

- Vodní záchranná služba hlásí celkově 180–200 utonulých ročně v celé ČR
- odhadem 80 % obětí jsou muži, většinou pod vlivem alkoholu
- odhadem 5× vyšší riziko úrazu nastává pod vlivem alkoholu
- skoky do neznámé vody mají za následek poškození míchy v krční oblasti a od tohoto segmentu dochází k ochrnutí téměř celého těla
- nejvíce úrazů ze skoků do vody bývá v červenci a srpnu

Jak to vidí Vodní záchranná služba?

Prezident Vodní záchranné služby ČČK, z.s (dále VZS) David Smejkal má pro člověka riskujícího skok do vody jednoduchý vzkaz: *„Nejsi skokan, neskákej! Lidi mají utkvělou představu, že skok do vody zvládnou, nic na tom není. Opak je pravdou. Většina lidí neumí správně skok provést, a proto končí fatálně, tedy různým poraněním páteře a míchy. Mezi nejvíce rizikové patří skok do domácího bazénu, protože ten má většinou hloubku jen do 1,5 metru.“* Dodává, že rovněž skoky na přehradě, často do temné vody, kdy netušíme, jaká je v místě hloubka, jsou extrémně nebezpečné. Tam kde vloni hloubka byla, dnes mohou být totiž poměry jiné.

David Smejkal též vyzdvihuje spolupráci s projektem BanalFatal! – ten podle něj ideálně doplňuje vlastní preventivní program VZS **Bezpečně u vody** a další akce. Říká, že varování z úst lidí, kteří v životě špatně skočili, to zní opravdu naléhavě: *„Kluci, kteří prostě tu smůlu měli, vypráví svůj příběh a radí, proč skok do vody je špatný nápad. Je to setkání s realitou takovou, jaká opravdu je. Kdo jiný by měl mladou generaci od skoků odradit než ti, kteří skočili a nevyšlo to.“*

Projekt **BanalFatal!** tak letos spolu s **VZS** připomínají, že prevence je skvělý a jediný způsob, jak tyto tragédie omezit. Jde nám především o to, aby se životy nemusely zbytečně měnit.

Kontaktní osoby pro média

Marta Kupets

koordinátorka projektu BanalFatal!

 banalfatal@czepa.cz

 774 228 935

www.banalfatal.cz

www.facebook.com/BanalFatal

David Smejkal

prezident Vodní záchranné služby ČČK, z.s.

 smejkal@vzs.cz

 603 437 869

<https://www.vzs.cz/>