

IMZ I - Základy práce ve výšce a nad volnou hloubkou  
pro JSDHO

# SEBEJIŠTĚNÍ, PRACOVNÍ POLOHOVÁNÍ



Ústřední hasičská škola Jánské Koupele

# SEBEJIŠTĚNÍ VE VÝŠCE A NAD VOLNOU HLOUBKOU

- Pokud hrozí nebezpečí pádu, musí být každý hasič odpovídajícím způsobem zajištěn.
- **Sebejištění** je provedení nezbytných úkonů ke snížení nebezpečí pádu.
- **Sebejištění** = pracovní polohování a zadržení.
- **Pracovním polohováním** se rozumí bezpečné zaujmutí pracovní polohy ve výšce a nad volnou hloubkou takovým způsobem, že je zabráněno pádu z výšky nebo do hloubky.
- **Zadržení** omezuje dosažení prostor, kde existuje riziko pádu z výšky a do hloubky – [video zde...](#)

# SEBEJIŠTĚNÍ VE VÝŠCE A NAD VOLNOU HLOUBKOU

- **Oblast s nebezpečím pádu** - prostor, kde hrozí nebezpečí pádu z výšky nebo do hloubky a který je dostupný běžnými způsoby. a zadržení.
- **Pracovním polohováním** se rozumí bezpečné zaujmutí pracovní polohy ve výšce a nad volnou hloubkou takovým způsobem, že je zabráněno pádu z výšky nebo do hloubky.
- **Zadržení** omezuje dosažení prostor, kde existuje riziko pádu z výšky a do hloubky.



# PROSTŘEDKY

---

➤ 1) Polohovací pás

➤ 2) Postroj pro zaujmutí pracovní polohy  
S OSOBNÍMI SMYČKAMI =  
SPOJOVACÍ PROSTŘEDEK



# Polohovací pás

- Prostředek pro pracovní polohování a oporu těla, který obepíná tělo v pase. Jeho součástí je pracovní polohovací spojovací prostředek pro kotvení.
- Pracovní polohovací pás umožňuje mít při práci ve výšce obě ruce volné.



# Polohovací pás

- Polohovací pás může být integrován do oděvu (např. zásahový oděv pro hasiče) nebo do postroje, musí být ale zajištěna možnost vizuální prohlídky. Může být vybaven nastavitelnými ramenními a sedacími popruhy.
- Pás musí mít jeden upevňovací prvek pro připevnění polohovacího spojovacího prostředku, který může být pevné délky nebo vybaven prvky nastavení délky.

# Polohovací pás

## ➤ Slouží:

- k pracovnímu polohování,
- k zadržení,
- pro zavěšení dalších věcných prostředků požární ochrany (např. hasičská sekera, svítilna),
- v souladu s vnitřně stanovenými pravidly použití je možné jej využít jako jeden z prostředků pro nouzové slanění hasiče v případě ohrožení



# Polohovací pás

- Polohovací pás je osobním ochranným prostředkem každého hasiče. Součástí - karabina se zámkem, pojistkou zámku a s pevností minimálně 22 kN podélně (optimálně karabina ocelová typu HMS).



# Polohovací pás

## ➤ Polohovací pás:

- není určen k zachycení pádu a nesmí být použit k jiné činnosti ve výšce a nad volnou hloubkou. Při pracovním polohování nesmí délka případného pádu překročit délku 0,5 m.



# POSTROJ

- Postroj pro zaujmutí pracovní polohy:
  - Různého typu a (celotělový postroj se začleněným pracovním polohovacím systémem a pohodlnou sedací částí, sedací postroj se zabudovaným pracovním polohovacím systémem).



# POSTROJ

- Postroj pro zaujmutí pracovní polohy:





# POSTROJ

---

- Zachycovací postroje :
- Prostředky pro oporu těla při zachycení pádu jako součást systému zachycení pádu.  
Zachycovací postroj smí být složen z popruhů, smyček, přezek a jiných prvků, uspořádaných a upravených pro přizpůsobení na tělo uživatele, pro zadržení při pádu a po jeho zachycení.



# POSTROJ

- Zachycovací postroje se skládají z primárních popruhů, které musí mít šířku minimálně 40 mm a sekundárních popruhů, které musí mít šířku minimálně 20 mm. Primární popruhy jsou ty, které podpírají tělo nebo působí tlakem na tělo během pádu osoby a po zastavení pádu. Ostatní popruhy jsou sekundární. Zachycovací postroj může být včleněn v oděvu.

# ZACHYCOVACÍ POSTROJ



# PŘÍKLAD OSOBNÍCH SMYČEK K POSTROJI

Karabina ve  
středu (typ Q)  
se upevňuje do  
centrálního  
přípevňovacího  
bodu postroje



# POSTUP SEBEJIŠTĚNÍ

- Zvolení vhodného kotevního bodu na konstrukci = unese předpokládané zatížení
- Není-li možné zajistit spolehlivý kotevní bod přímo na konstrukci, lze použít lano, které se přehodí přes konstrukci (nebo se vyváže jako fixní lano) a ukotví se ke kotevnímu bodu.
- Vždy závisí na konkrétních podmínkách.
- Příklady nevhodných kotevních bodů – [video zde...](#)



# POSTUP ZADRŽENÍ

- Na laně potom hasič osmičkovým (popř. lodním) uzlem vytvoří kotevní bod, do kterého upevní polohovací prostředek (karabinu) - zadržení. Tento kotevní bod je zatěžován vždy jen ve směru proti kotvení lana.
- Místo lana může být použita smyčka na konstrukci – hasič do ní upevňuje polohovací prostředek
- POZOR!!! Na správné upnutí polohovacího pásu nebo postroje – příklad špatného upnutí – [video zde...](#)

# POSTUP ZADRŽENÍ



# POSTUP ZADRŽENÍ

- Je také možné propojit lanem dva kotevní body a karabinu polohovacího prostředku zapnout na lano tak, aby bylo vyloučeno nebezpečí pádu .





# POSTUP ZADRŽENÍ

- Odchylka na obě strany od kotevního bodu nesmí přesáhnout 3 m, nebezpečí kyvadlového pohybu. Délka lana musí být ve vzdálenosti, která zaručí, že v případě pádu nedojde ke kontaktu se zemí.
- [Video zde...](#)



# POSTUP PRACOVNÍ POLOHOVÁNÍ

- Po ukotvení lana (smyčky) hasič propojí polohovací prostředek se zvoleným kotevním bodem tak, aby jeho poloha byla stabilní a přitom měl zajištěnou možnost volného pohybu pro další činnost .
- K sebejištění lze použít spojovací prostředek, nebo přímé navázání lana.

# POSTUP PRACOVNÍ POLOHOVÁNÍ

- Vlastní propojení polohovacího prostředku a kotevního bodu může hasič provést několika způsoby:
  - přímým zapnutím karabiny polohovacího prostředku do kotevního bodu,
  - obepnutím polohovacího prostředku kolem kotevního bodu a zpětným zapnutím karabiny polohovacího prostředku do upevňovacího bodu polohovacího pásu
- Při sebejištění musí být kotevní bod v úrovni nebo nad úrovní pásu a spojovací prostředek musí být napnutý.
- **POZOR NA NAMÁHÁNÍ KARABINY** – příklad nedovoleného namáhání karabiny na lom – [video zde...](#)

# POSTUP PRACOVNÍ POLOHOVÁNÍ



# Děkuji za pozornost ...

