

# ODBORNÁ SPÔSOBILOSŤ NA VYKONÁVANIE EPIDEMIOLOGICKY ZÁVAŽNÝCH ČINNOSTÍ V ZARIADENIACH STAROSTLIVOSTI O ĽUDSKÉ TELO

## ZARIADENIA STAROSTLIVOSTI O ĽUDSKÉ TELO

Zariadenia starostlivosti o ľudské telo poskytujú nezdravotnícku starostlivosť so zameraním sa na osobnú hygienu, estetické aspekty, kondičnú podporu, utužovanie zdravia a uspokojovanie fyziologických potrieb človeka.

V týchto zariadeniach dochádza k priamemu kontaktu obsluhujúceho personálu s telom zákazníka. Priamy kontakt pri neodborne poskytovaných úkonoch môže viesť k vzniku a šíreniu prenosných ochorení, ale aj k poškodeniu zdravia zákazníkov alebo obsluhujúceho personálu.

### **K zariadeniam starostlivosti o ľudské telo v našich podmienkach patria:**

- **Holičstvá a kaderníctva:**  
Nezdravotnícke zariadenia, v ktorých sú poskytované služby zahŕňajúce starostlivosť o vzhľad a strih vlasov, obočia a rias, vzhľad a kondíciu pokožky hlavy.
- **Kozmetické a koloristické salóny:**  
Nezdravotnícke zariadenia, v ktorých sú poskytované služby zahŕňajúce starostlivosť o pleť, krytie defektov a kolorovanie pleti, zníženie výraznosti vrások a pod..
- **Masážne salóny:**  
Nezdravotnícke zariadenia, v ktorých sú poskytované služby zahŕňajúce starostlivosť o pokožku tela, uvoľnenie svalstva a celkovú relaxáciu organizmu.
- **Manikúra, pedikúra, modelovanie a nalepovanie nechtov (nechtový dizajn):**  
Nezdravotnícke zariadenia, v ktorých sú poskytované služby zahŕňajúce starostlivosť o vzhľad a kondíciu nechtov a pokožky rúk a nôh zákazníkov.
- **Nastreľovanie náušnic, piercing:**  
Nezdravotnícke zariadenia, v ktorých sú poskytované služby zahŕňajúce aplikáciu náušnic za použitia nastreľovacej pištole, resp. prepichovanie obočia, nosa, ucha, spodnej pery, pupka a iných častí tela na účely aplikácie šperkov.
- **Sauny:**  
Nezdravotnícke zariadenia, v ktorých sú poskytované služby zahŕňajúce potné kúry v suchom horúcom vzduchu s občasným parným nárazom a nasledujúcim rýchlym ochladením v studenej vode.
- **Tetovacie salóny:**  
Nezdravotnícke zariadenia, v ktorých sú poskytované služby zahŕňajúce tvorbu rôznych obrazcov a symbolov na tele aplikáciou špeciálnych tetovacích, resp. kozmetických pigmentových farieb metódou mnohopočetných vpichov do pokožky.

**Orgán verejného zdravotníctva môže podľa konkrétnych podmienok rozhodnúť, že medzi epidemiologicky závažné činnosti patria aj iné druhy prác, napr.:**

- **Solária:**  
Nezdravotnícke zariadenia, v ktorých sú poskytované služby zahŕňajúce kozmetické opaľovanie pokožky pomocou umelých zdrojov ultrafialového žiarenia.
- **Myostimulácie:**  
Nezdravotnícke zariadenia, v ktorých sú poskytované služby zahŕňajúce starostlivosť o postavu, dosiahnutie a udržanie štíhlej línie za pomoci elektronicke riadených elektrických stimulácií svalových vlákien.

Služby v zariadeniach solárií a myostimulácie sú spojené predovšetkým s neinfekčnými zdravotnými rizikami, ako je poškodenie zdravia neodborným pracovným postupom. Ak sa však v týchto zariadeniach nedodržiavajú presne určené hygienické zásady, nedá sa vylúčiť ani riziko vzniku a šírenia prenosných ochorení.

## **LEGISLATÍVNE PREDPISY V ZARIADENIACH STAROSTLIVOSTI O ĽUDSKÉ TELO**

**Zákon NR SR č. 355/2007 Z. z. o ochrane, podpore a rozvoji verejného zdravia a o zmene a doplnení niektorých zákonov** ustanovuje práva a povinnosti orgánov štátnej správy, ich úlohy na úseku prevencie ochorení a iných porúch zdravia, výkon štátneho zdravotného dozoru a opatrení na predchádzanie ochoreniam. Ďalej ustanovuje práva a povinnosti fyzických osôb, fyzických osôb – podnikateľov a právnických osôb a povinnosti obcí. Štátny zdravotný dozor vykonáva regionálny úrad verejného zdravotníctva ako orgán verejného zdravotníctva s pôsobnosťou pre územie jedného okresu, alebo viacerých okresov.

### **Regionálny úrad verejného zdravotníctva v zariadeniach starostlivosti o ľudské telo vo svojom územnom obvode:**

- Posudzuje z hľadiska vplyvu na zdravie návrhy na kolaudáciu stavieb, alebo návrhy na zmeny v užívaní stavieb a návrhy na uvedenie priestorov do prevádzky, alebo návrhy na zmeny v ich prevádzkovaní vrátane návrhov na schválenie prevádzkových poriadkov a ich zmien.
- Nariaďuje a odvoláva opatrenia na predchádzanie ochoreniam.
- Vydáva pokyny na odstránenie zistených nedostatkov, ukladá sankcie a ukladá náhrady nákladov.
- Zriaďuje komisiu na preskúšanie odbornej spôsobilosti na vykonávanie epidemiologicky závažných činností.
- Vydáva osvedčenia o odbornej spôsobilosti a vedie register odborne spôsobilých osôb.
- Vydáva záväzné stanoviská a rozhodnutia podľa tohto zákona.
- Vykonáva štátny zdravotný dozor, ukladá opatrenia na odstránenie zistených nedostatkov.

### **Fyzické osoby oprávnené na podnikanie a právnické osoby v zariadeniach starostlivosti o ľudské telo sú podľa tohto zákona povinné:**

1. Plniť opatrenia na predchádzanie ochoreniam nariadené orgánmi verejného zdravotníctva.
2. Predložiť príslušnému regionálnemu úradu verejného zdravotníctva na posúdenie žiadosť na uvedenie priestorov do užívania, alebo návrhy na zmeny v ich prevádzkovaní vrátane návrhov na schválenie prevádzkových poriadkov a ich zmien.

### **Žiadosť na takéto posúdenie musí obsahovať:**

- a) obchodné meno, právnu formu, sídlo, ak ide o právnickú osobu; meno, priezvisko a bydlisko, ak ide o fyzickú osobu,
- b) doklad o oprávnení na podnikanie a identifikačné číslo, ak bolo pridelené,
- c) meno, priezvisko a bydlisko alebo sídlo osoby zodpovednej za prevádzkovanie posudzovaných činností,
- d) dokumentáciu s opisom činnosti, ktorá je predmetom návrhu na posúdenie,
- e) ďalšie doklady potrebné na vydanie záväzného stanoviska alebo rozhodnutia, ktoré určí úrad verejného zdravotníctva alebo regionálny úrad verejného zdravotníctva.

3. Dodržiavať bezpečné pracovné postupy a schválené prevádzkové poriadky.
4. Spolupracovať s orgánmi verejného zdravotníctva pri plnení úloh na úseku ochrany zdravia, umožniť osobám vykonávajúcim štátny zdravotný dozor vstup na pozemok, do prevádzkárne, zariadení a objektov, poskytnúť potrebné sprevádzanie, umožniť odber vzorky v množstve a v rozsahu potrebnom na vyšetrenie a vykonať ich odborné posúdenie, poskytnúť informácie, údaje, vysvetlenia, podklady a umožniť nazerať do príslušných dokladov.
5. Spolupracovať s orgánmi verejného zdravotníctva pri plnení ich úloh.
6. Umožniť osobám vykonávajúcim štátny zdravotný dozor výkon oprávnení a splniť alebo strpieť uložené opatrenia.
7. Vypracovať a predložiť na schválenie regionálnemu úradu verejného zdravotníctva prevádzkový poriadok.

**Osoby vykonávajúce štátny zdravotný dozor v zariadeniach starostlivosti o ľudské telo sú pri plnení svojich úloh:**

- Oprávnené uložiť na mieste výkonu štátneho zdravotného dozoru opatrenia potrebné na odstránenie zisteného nedostatku.
- Oprávnené ukladať blokované pokuty.
- Povinné preukázať sa preukazom orgánu verejného zdravotníctva, z ktorého poverenia vykonávajú štátny zdravotný dozor.

**Osoba vykonávajúca štátny zdravotný dozor môže opatrením najmä:**

- Zakázať alebo obmedziť uvádzanie do obehu, predaj a používanie kozmetických výrobkov, ak sú nebezpečné pre verejné zdravie.
- Zakázať používanie prístrojov a zariadení, ktoré bezprostredne ohrozujú zdravie.
- Nariadiť uzatvorenie prevádzky alebo jej časti, ak zistí riziko poškodenia zdravia.
- Nariadiť vypracovanie špeciálnych prevádzkových poriadkov, pracovných postupov a metodík na vykonávanie činnosti vedúcej k ožiareniu.
- Zakázať činnosti alebo prevádzky.

**Prevádzkovateľ zariadenia starostlivosti o ľudské telo je povinný:**

- Používať také pracovné postupy, prístroje, pracovné nástroje, pomôcky a prípravky, aby pri poskytovaní služby nedošlo k ohrozeniu zdravia alebo k poškodeniu zdravia,
- Mať k dispozícii lekárničku prvej pomoci,
- Poučiť osobu, ktorej poskytujú služby, o rizikách spojených s poskytovanou službou,
- Vypracovať prevádzkový poriadok a predložiť ho regionálnemu úradu verejného zdravotníctva na schválenie, ako aj návrh na jeho zmenu.

**Prevádzkovateľ zariadenia a jeho zamestnanci nesmú vykonať:**

- manipuláciu s jazvami,
- manipuláciu s materskými znamienkami,
- výkony na očnej spojovke a rohovke.

**Prevádzkovateľ solária je povinný:**

- dodržiavať limity ultrafialového žiarenia,
- viesť prevádzkovú dokumentáciu,
- na viditeľnom mieste umiestniť poučenie pre osoby, ktorým poskytuje služby.

**Prevádzkovateľ sauny je povinný zabezpečiť:**

- aby voda v ochladzovacom bazéne spĺňala limity ukazovateľov kvality vody na kúpanie,
- pravidelnú výmenu vody v ochladzovacom bazéne a jeho pravidelné čistenie,

- kontrolu kvality vody v ochladzovacom bazéne.

Činnosti v zariadeniach starostlivosti o ľudské telo patria medzi epidemiologicky závažné činnosti. Možno ich vykonávať len v zariadeniach, ktoré spĺňajú hygienické požiadavky podľa **Vyhlášky MZ SR č. 554/2007 Z.z. o podrobnostiach o požiadavkách na zariadenia starostlivosti o ľudské telo.**

Nariadením sa ustanovujú podrobnosti o požiadavkách na stavebno-technické riešenie, priestorové usporiadanie, vybavenie a vnútorné členenie týchto zariadení; podrobnosti o požiadavkách na pracovné postupy, prístroje, pracovné nástroje, pomôcky a prípravky používané v zariadeniach; podrobnosti o požiadavkách na prevádzku zariadenia ako aj náležitosti prevádzkového poriadku zariadenia.

## **POŽIADAVKY NA PREVÁDZKU ZARIADENÍ STAROSTLIVOSTI O ĽUDSKÉ TELO**

### **Stavebno-technické riešenie, priestorové usporiadanie,**

#### **vybavenie a vnútorné členenie zariadenia**

- Zariadenie musí tvoriť uzatvorený celok, stavebne a prevádzkovo oddelený od iných priestorov, ktoré nesúvisia s prevádzkou zariadenia.
- Zariadenie musí mať zabezpečené denné osvetlenie, umelé osvetlenie vykurovanie a vetranie. Priestory zariadenia, v ktorých sa manipuluje s látkami s intenzívnym zápachom alebo s látkami so škodlivým účinkom, sa musia riešiť tak, aby sa zabezpečilo aj účinné nútené vetranie.
- Zariadenie musí mať prívod pitnej vody a prívod teplej vody,
- V zariadení musia byť vytvorené podmienky na:
  - a) oddelené skladovanie čistej bielizne a použitej bielizne,
  - b) oddelené uloženie pomôcok na upratovanie,
  - c) odloženie odevov zákazníkov,
  - d) čakanie na obsluhu,
  - e) oddelené uloženie civilného odevu a pracovného odevu zamestnancov.
- V každej prevádzkovej miestnosti musí byť k dispozícii umývadlo s výtokom pitnej vody a teplej vody, v masážnych salónoch aj sprchy.
- V zariadení musí byť záchod s umývadlom s výtokom pitnej vody a teplej vody, prístupný z predsienky alebo chodby.
- Podlahy musia byť ľahko umývateľné, hladké, nešmyklivé a bez škár. V prevádzkových miestnostiach nesmú byť koberce. Steny v miestach, v ktorých môže dôjsť k ich znečisteniu, musia mať ľahko umývateľný a dezinfikovateľný povrch.
- Jednotlivé predmety zariadenia musia byť ľahko čistiteľné a dezinfikovateľné.
- Zariadenie musí zodpovedať svojou veľkosťou vykonávaným úkonom. Na jedno pracovné kreslo musí pripadnúť najmenej 3m<sup>2</sup> podlahovej plochy, na jedno ležadlo 6m<sup>2</sup> podlahovej plochy a na vaničku na nohy 4m<sup>2</sup> podlahovej plochy. Vzďialenosť pracovného miesta od miesta na čakanie na obsluhu musí byť najmenej 2 m.

### **Pracovné postupy, prístroje, pracovné nástroje a pomôcky**

- Pred výkonom, pri ktorom sa porušuje celistvosť pokožky, sa pokožka na mieste zákroku musí očistiť a dezinfikovať.

- Na dezinfekciu možno použiť len biocídne prípravky registrované v Centre pre chemické látky a prípravky Slovenskej republiky, ich príprava a aplikácia sa musí vykonávať podľa návodu výrobcu.
- Pri poranení zamestnanca alebo zákazníka alebo pri krvácaní zamestnanca v súvislosti s výkonom, sa postihnuté miesto musí bezodkladne opláchnuť vodou a následne dezinfikovať. V prípade znečistenia rúk biologickým materiálom sa ruky musia umyť a dezinfikovať prípravkom s baktericídnym a virucídnym účinkom.
- V zariadení možno používať len pracovné nástroje a pomôcky na jednorázové použitie, alebo pracovné nástroje a pomôcky na opakované použitie, ktoré umožnia ich ľahké čistenie, dezinfekciu a sterilizáciu. Pracovné nástroje a pomôcky na opakované použitie sa musia po každom zákazníkovi dôkladne mechanicky očistiť, umyť horúcou vodou s prídavkom saponátu a osušiť pracovné nástroje, ktoré porušujú celistvosť pokožky alebo môžu spôsobiť poranenie, sa musia aj dezinfikovať a sterilizovať. Pri zákazníkoch, ktorí trpia kožnými ochoreniami, možno používať len vyhradené pracovné nástroje a pomôcky, ktoré sa po ich použití musia dezinfikovať prípravkom so širokým spektrom účinnosti.
- Plochy, pracovné nástroje a pomôcky, ktoré boli znečistené biologickým materiálom, sa pred čistením musia dezinfikovať prípravkom so širokým spektrom mikrobicídneho účinku.
- Kontrola účinnosti sterilizátorov sa vykonáva bioindikátormi
  - a) po inštalácii prístroja,
  - b) po 200 sterilizačných cykloch, najmenej však raz ročne,
  - c) pri pochybnostiach o sterilizačnej účinnosti,
  - d) po každej oprave prístroja.
- Ak sa v zariadení používajú špeciálne prístroje alebo metódy, zákazník musí byť upozornený na možné kontraindikácie a zdravotné riziká a oboznámený so spôsobom ochrany zdravia a musia mu byť poskytnuté zodpovedajúce ochranné pomôcky.
- Zamestnancom musia byť poskytnuté osobné ochranné pracovné prostriedky podľa druhu vykonávaných činností. Každý zamestnanec musí mať k dispozícii uterák a mydlo.

### **Prevádzka zariadenia**

- Vlhká mechanická očista a dezinfekcia pracovných plôch, podláh a zariadení na osobnú hygienu musí byť vykonávaná denne pred začatím alebo po skončení prevádzky a priebežne počas výkonu práce.
- Plochy zariadení prichádzajúce do priameho kontaktu s telom zákazníka sa musia umývať a dezinfikovať po každom zákazníkovi.
- Vlhká mechanická očista umývateľných povrchov stien a nábytku sa musí vykonávať raz týždenne.
- Ak pri obsluhu zákazníka vzniká odpad, ten sa musí odstraňovať po každom zákazníkovi a zhromažďovať v uzatvárateľných nádobách; nádoby sa musia denne vyprázdňovať, čistiť a dezinfikovať.
- Nebezpečný odpad sa musí ukladať do oddelených, uzatvárateľných, nepriepustných a mechanicky odolných, podľa možnosti spáliteľných nádob.
- Základná oprava všetkých náterov zariadenia a maľovanie sa musia vykonávať najmenej raz za dva roky.
- V zariadení musí byť dostatočné množstvo bielizne, primerané predpokladanému počtu zákazníkov. Pre každého zákazníka sa musí používať čistá bielizeň.
- S bielizňou sa musí manipulovať tak, aby nedošlo k vzájomnému styku alebo zámene čistej bielizne a použitej bielizne.

- Použitú bielizeň možno skladovať len v pracích alebo umývateľných a dezinfikovateľných obaloch alebo v obaloch na jednorazové použitie. Ak nie je použitá bielizeň odnášaná na pranie denne, po použití sa musí vysušiť na určenom mieste mimo prevádzkovej miestnosti, prípadne v sušiacom zariadení.
- Ak pranie použitej bielizne vykonáva prevádzkovateľ zariadenia, musí používať vyvárku a vypratá bielizeň sa musí vyžehliť. Vyvárku bielizne možno nahradiť praním pri nižších teplotách s použitím pracieho prostriedku s dezinfekčným účinkom.
- Čistú bielizeň možno prepravovať do zariadenia, len ak je zabalená tak, aby sa zabránilo jej kontaminácii.

### **Náležitosti prevádzkového poriadku**

- a) identifikačné údaje prevádzkovateľa zariadenia,
- b) druh a spôsob poskytovania služieb, zdravotné kontraindikácie služieb a zakázané úkony pri poskytovaní služieb,
- c) podmienky prevádzky a zásady bezpečnosti a ochrany zdravia zákazníkov a zásady bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci zamestnancov zariadenia,
- d) návod na použitie prístrojov,
- e) zdravotné kontraindikácie použitia prístrojov,
- f) postup pri mechanickej očiste, dezinfekcii a sterilizácii pracovných nástrojov a prístrojov,
- g) postup pri mechanickej očiste a dezinfekcii povrchových plôch miestností a ich vybavenia,
- h) spôsob skladovania a manipulácie s bielizňou,
- i) spôsob a frekvenciu upratovania zariadenia,
- j) spôsob nakladania s odpadom, jeho odstraňovanie, frekvenciu vyprázdňovania odpadových nádob, ich čistenia a dezinfekcie.

**Prevádzkový poriadok zariadenia musí byť umiestnený v zariadení na vhodnom a viditeľnom mieste.**

## **ZDRAVOTNÁ A ODBORNÁ SPOSOBILOSŤ NA VYKONÁVANIE EPIDEMIOLOGICKY ZÁVAŽNÝCH ČINNOSTÍ**

Vyhláška Min. zdravotníctva SR č. 585/2008 Z.z., ktorou sa ustanovujú podrobnosti o prevencii a kontrole prenosných ochorení, okrem podrobností o očkovaní, hlásení prenosných ochorení, izolácii podozrivých z nákazy, karanténnych opatrení určuje podmienky na výkon epidemiologicky závažných činností.

Epidemiologicky závažnou činnosťou sa rozumie činnosť, ktorá je spojená s rizikom vzniku a šírenia prenosných ochorení.

### **Medzi epidemiologicky závažné činnosti patria činnosti:**

- a) v úpravniach vody a pri obsluhu vodovodných zariadení,
- b) v zariadeniach starostlivosti o ľudské telo,
- c) pri výrobe, manipulácii a uvádzaní do obehu potravín a pokrmov,
- d) pri výrobe kozmetických výrobkov.

Epidemiologicky závažné činnosti môžu vykonávať len osoby odborne a zdravotne spôsobilé.

Zdravotnú spôsobilosť preukazuje osoba zdravotným preukazom, ktorý jej vydá ošetrojúci lekár na základe vstupnej lekárskej prehliadky.

**Vstupná lekárska prehliadka sa vykonáva:**

- a) pri prvom vstupe do zamestnania s charakterom práce epidemiologicky závažnej činnosti,
- b) pri zmene druhu epidemiologicky závažnej činnosti,
- c) pri príprave na povolanie v epidemiologicky závažných činnostiach.

Ošetrojúci lekár na základe lekárskej prehliadky vydá zdravotný preukaz. Zdravotný preukaz sa vydá na dobu „bez obmedzenia“, alebo ak ide len o krátkodobú epidemiologicky závažnú činnosť sezónneho charakteru na dobu určitú – maximálne na dva mesiace. Do zdravotného preukazu ošetrojúci lekár zaznačí čas platnosti a na výkon akej epidemiologicky závažnej činnosti sa zdravotná spôsobilosť vzťahuje. Ošetrojúci lekár zároveň poučí osobu o jej právach a povinnostiach. Toto poučenie nenahrádza povinnosť osoby byť odborne spôsobilý na výkon epidemiologicky závažnej činnosti.

Pri každom lekárskom ošetrení je osoba povinná upozorniť na druh vykonávanej epidemiologicky závažnej činnosti. V prípade, že ošetrojúci lekár zistí u osoby také dôvody, ktoré sú trvalou prekážkou na výkon určitého druhu práce v epidemiologicky závažnej činnosti, odoberie takejto osobe zdravotný preukaz. V prípade zistenia dočasných prekážok brániacich výkonu tejto činnosti, vykoná záznam do zdravotného preukazu „dočasne nie je spôsobilý k výkonu práce“. Poučí zamestnanca o potrebe nahlásiť zmenu pracovnej spôsobilosti svojmu zamestnávateľovi, resp. poučí fyzickú osobu oprávnenú na podnikanie, že nemôže túto činnosť vykonávať. Dočasná pracovná nespôsobilosť sa posudzuje ako dôležitá osobná prekážka v práci v zmysle Zákonníka práce. Až dôvody dočasnej nespôsobilosti pominú, lekár túto skutočnosť zaznamená do zdravotného preukazu záznamom „spôsobilý k výkonu práce“, od dňa ..... a podpis lekára.

Odbornú spôsobilosť preukazuje osoba podľa charakteru epidemiologicky závažnej činnosti: **diplomom, vysvedčením** vzdelávacích inštitúcií, ktoré sú uvedené nižšie:

**Zoznam vzdelávacích inštitúcií, ktorých diplom alebo vysvedčenie preukazuje odbornú spôsobilosť na vykonávanie epidemiologicky závažných činností:**

- lekárska fakulta,
- farmaceutická fakulta,
- fakulta verejného zdravotníctva, fakulte ošetrovateľstva a sociálnej práce,
- veterinárna fakulta,
- fakulta chemickej a potravinárskej technológie,
- stavebná fakulta v odbore vodné hospodárstvo a vodné stavby,
- fakulta so zameraním na prácu v potravinárstve,
- stredná zdravotnícka škola,
- stredná hotelová škola,
- stredná škola alebo odborné učilište zamerané na prácu v potravinárstve a na prácu vo farmaceutickej výrobe,
- stredná priemyselná škola stavebná v študijnom odbore vodohospodárske stavby,
- stredné odborné učilište vodohospodárske,
- stredná škola alebo odborné učilište v odboroch starostlivosti o ľudské telo,
- vzdelávacie zariadenie uskutočňujúce rekvalifikačný akreditovaný kurz v odbore kuchár, čašník a v odboroch starostlivosti o ľudské telo, ktorému akreditáciu vydalo Ministerstvo školstva Slovenskej republiky,
- stredná veterinárna škola,

alebo, **Osvedčením o odbornej spôsobilosti na vykonávanie epidemiologicky závažných činností**, ktoré vydáva regionálny hygienik.

Osvedčenie o odbornej spôsobilosti na tieto činnosti vydáva regionálny úrad verejného zdravotníctva osobám, ktoré úspešne absolvovali skúšku pred komisiou na preskúšanie odbornej spôsobilosti na vykonávanie epidemiologicky závažných činností. Skúška sa skladá z písomnej časti a z ústnej časti, pričom predpokladom vykonania ústnej časti skúšky je úspešné vykonanie písomnej časti skúšky; obidve časti skúšky sa konajú v jeden deň. Žiadateľ úspešne vykonal skúšku, ak vyhovel z oboch častí skúšky. Žiadateľ, ktorý nevyhovel z jednej časti skúšky, môže požiadať o opakovanie tejto časti skúšky najviac dvakrát. Každú časť skúšky skúšobná komisia úradu alebo skúšobná komisia regionálneho úradu hodnotí samostatne, a to hodnotením "vyhovel" alebo "nevyhovel". O priebehu skúšky a o jej hodnotení skúšobná komisia úradu alebo skúšobná komisia regionálneho úradu vyhotoví zápisnicu, ktorú podpisujú všetci prítomní členovia skúšobnej komisie. Úspešnému žiadateľovi o overenie odbornej spôsobilosti úrad alebo regionálny úrad vydá do 30 dní odo dňa vykonania skúšky osvedčenie o odbornej spôsobilosti; žiadateľ sa prevzatím osvedčenia o odbornej spôsobilosti stáva odborne spôsobilou osobou.

**Pri skúške účastníci preukazujú znalosti z hygieny a epidemiológie v rozsahu:**

- právne predpisy na úseku ochrany zdravia,
- požiadavky na zdravotný stav zamestnancov,
- základné hygienické zásady,
- sanitácia v zariadeniach, v ktorých sú vykonávané epidemiologicky závažné činnosti,
- prenosné ochorenia, zákonitosti prenosu ich šírenia vo vzťahu k profesijným odvetviam,
- technologické a pracovné postupy, určovanie kritických miest, podľa profesijného zamerania.

**Všetky právnické osoby a fyzické osoby oprávnené na podnikanie musia:**

- zamestnávať len pracovníkov s predpísanou odbornou a zdravotnou spôsobilosťou,
- zabezpečiť vykonávanie vstupných, periodických a mimoriadnych lekárskech prehliadok,
- mať k dispozícii zdravotné preukazy, osvedčenia o odbornej spôsobilosti a doklady o vzdelaní, aby boli k dispozícii kontrolným orgánom pri výkone štátneho zdravotného dozoru.

Ak právnické a fyzické osoby oprávnené na podnikanie sú činné pri epidemiologicky závažných činnostiach, musia taktiež spĺňať podmienky zdravotnej a odbornej spôsobilosti.

## **VŠEOBECNÁ EPIDEMIOLOGIA**

**Infekcia** čiže nákaza je proces, ktorý začína vniknutím patogénnych (choroboplodných) mikroorganizmov do vnímavého jedinca. V ňom sa mikroorganizmy rozmnožujú a svojimi choroboplodnými vlastnosťami ovplyvňujú a narúšajú normálne funkcie jedinca (makroorganizmu, hostiteľa). V priebehu tohto procesu sa navzájom ovplyvňujú a môžu sa meniť.

**Infekciu vyvolávajú pôvodcovia nákazy:** patogénne (choroboplodné) a podmienene patogénne mikroorganizmy. Podmienene patogénne mikroorganizmy vyvolávajú ochorenia vtedy, keď je jedinec (makroorganizmus) oslabený, napr. inou chorobou, ožiareníím...



**Pôvodcovia nákaz sú:** baktérie, vírusy, plesne, huby, riketsie, kvasinky, prvoky, parazity. Ochorenia vyvolávajú buď mikroorganizmy ako také alebo ich produkty (napr. toxíny).

**Rozoznávame dve základné formy prejavu infekcie:**

- **Manifestná:** zjavná s klinickými príznakmi ochorenia (teplota, bolesť...).
- **Inaparentná:** bezpríznaková, latentná, skrytá bez zjavných klinických príznakov.
  
- **Typická infekcia:** vyznačuje sa všetkými charakteristickými príznakmi konkrétnej infekčnej choroby.
- **Atypické ochorenie:** chýbajú niektoré typické príznaky ochorenia, naopak niektoré nezvyčajné príznaky sú prítomné.

**Fázy infekčného ochorenia sú:**

1. **Inkubačný čas:** je čas od vniknutia mikroorganizmu do vnímavého jedinca (makroorganizmu) po objavenie sa prvých klinických príznakov ochorenia. U rôznych diagnóz je rôzne dlhý – od niekoľkých hodín (enterotoxikózy), do niekoľko rokov (lepra). Je tiež ovplyvnený rôznymi faktormi, napr. veľkosťou infekčnej dávky, virulenciou mikroorganizmu. Spravidla sa uvádza priemerný inkubačný čas.
2. **Prodromálne príznaky:** obdobie, kedy sa objavujú niektoré, nie však typické príznaky pre tú, ktorú chorobu (teplota, únava, kašeľ, nechutenstvo...) sú spoločné pre viacej diagnóz.
3. **Rozvinuté klinické príznaky:** obdobie, keď sú prítomné konkrétne typické príznaky pre vlastné konkrétne ochorenie.
4. **Rekonvalescencia:** obdobie po vlastnom ochorení, kedy miznú príznaky ochorenia, jedinec sa cíti takmer zdravý, ale niektoré príznaky ešte pretrvávajú.

**Proces šírenia nákazy (epidemický proces)** je súvislá reťaz prípadov tej istej infekčnej choroby, ktorá sa šíri v populácii. Pre proces šírenia nákazy sú charakteristické tri základné podmienky:

1. prítomnosť prameňa pôvodcu nákazy,
2. uskutočnenie prenosu pôvodcu nákazy (na vnímavého jedinca),
3. prítomnosť vnímavého jedinca alebo populácie (vnímavosť na danú infekčnú chorobu).

**Prameň pôvodcu nákazy:** je najčastejšie chorý človek, zviera alebo bacilonosič, v ktorom sa prameň pôvodcu nákazy zdržuje, rozmnožuje a z ktorého sa vylučuje určitým pre danú infekčnú chorobu špecifickým spôsobom (napr. pôvodca brušného týfusu sa vylučuje stolicou a močom, pôvodca pľúcnej tuberkulózy pľúcnym hlienom...)

**Bacilonosič:** je osoba (niekedy zviera), ktoré nejaví žiadne klinické príznaky ochorenia, ale vylučuje choroboplodné zárodoky vo virulentnom stave. Nosičstvo môže byť dočasné (trvá krátky čas) a trvalé, (trvá dlho, niekedy aj doživotne).

**Virulencia:** je schopnosť pôvodcu nákazy vniknúť do vnímavého jedinca, zachytiť sa v ňom, rozmnožiť sa a následne vyvolať ochorenie.

Prenos nákazy sa uskutočňuje štyrmi mechanizmami prenosu za pomoci faktorov prenosu. Nákaza sa do organizmu dostáva cez určité miesto na tele, tzv. bránou vstupu.

**Mechanizmy prenosu (t. j. spôsob, akým sa prenos nákazy uskutoční) môžu byť:**

1. **prehltnutie** (napr. salmonelóza, dyzentéria, brušný týfus, hepatitída A, stafylokoková enterotoxikóza, botulizmus...),
2. **vdýchnutie** (napr. chrípka, osýpky, záškrť, čierny kašeľ, tuberkulóza, šarlach, mumps...),
3. **krvná cesta** (vpravenie do krvného obehu alebo tkaniva, injekčným vpichom alebo poštípaním hmyzom, napr. hepatitída B, hepatitída C, AIDS, škvrnitý týfus, malária, Q horúčka, kliešťová encefalitída...),
4. **dotyk** (cez porušené povrchy kože a slizníc, napr. tetanus, stafylokokové nákazy, plynová sneť, tularémia – zajačia choroba).

**Faktory prenosu nákazy** môžu byť vo veľkom množstve a v rôznych kombináciách, niektoré závažne ovplyvňujú proces šírenia nákazy, sú to napr.: kontaminovaná voda, potraviny, vzduch, predmety bežného používania (zubné kefky, uteráky, hrebene, poháre...).

**Kontaminácia:** je druhotné znečistenie priestorov, predmetov alebo potravín mikroorganizmami.

Osobitnú úlohu v prenose nákazy zohrávajú živé organizmy (vektory): článkonožce (hmyz) prenášajú pôvodcu nákazy poštípaním (tzv. biologické vektory, kliešte, komáre) alebo mechanicky (napr. mucha svojim povrchom tela prenáša baktérie, ktoré sa do organizmu dostanú porušeným kožným povrchom, alebo sliznicami).

**Imunita (odolnosť):** súbor vrodených a získaných mechanizmov zaisťujúcich obranyschopnosť človeka proti cudzorodým látkam.

**Sporadický výskyt:** jednotlivé prípady ochorenia na tú istú diagnózu sa vyskytujú roztrúsene a nie je medzi nimi žiadna súvislosť (ani miestna, ani časová).

**Epidemický výskyt:** nahromadenie jednotlivých prípadov ochorenia na tú istú diagnózu, medzi ktorými existuje súvislosť.

#### **Rozdelenie infekčných ochorení:**

Podľa charakteristického mechanizmu prenosu nákazy a podľa prvej typickej lokalizácie pôvodcu nákazy v hostiteľskom organizme delíme infekčné ochorenia na:

1. **Črevné nákazy:** Pôvodca nákazy sa lokalizuje (usídľuje) v črevnom trakte alebo pozdĺž neho v niektorých orgánoch (napr. v pečeni). Infekcia sa prenáša fekálno-orálne (fekálie = stolica, orálny = ústny) tak, že pôvodcovia črevných nákaz opúšťajú infikovaný organizmus stolicou, dostávajú sa do vonkajšieho prostredia a následne vnikajú do ďalšieho organizmu ústnou dutinou (neumytými rukami, kontaminovanou vodou alebo potravinami). Sem patria napr. rôzne infekčné gastroenteritídy (hnačky so zvracaním), hepatitída A, salmonelózy, brušný týfus.
2. **Nákazy dýchacích ciest:** patria medzi najrozšírenejšie ochorenia. Sú charakteristické lokalizáciou chorobného procesu najmä v dýchacích cestách. Z typických ochorení treba spomenúť napr. nádchu, chrípku, angíny, zápaly priedušiek a pľúc, pľúcnu tuberkulózu, záškrť, čierny kašeľ, niektoré sú spojené s charakteristickou vyrážkou kože (osýpky, ovčie kiahne, šarlach). Mikroorganizmy spôsobujúce tieto nákazy sa nachádzajú v dýchacom trakte vo vlhkom prostredí (hlienoch, sekrétoch), do vonkajšieho prostredia sa vylučujú najmä kvapôčkami sekrétov zo slizníc dýchacích ciest, a to pri vydychovaní, kašli, kýchaní (kvapôčková infekcia). Prenos týchto ochorení sa môže diať i prostredníctvom vdychovania zvířeného, mikroorganizmami kontaminovaného prachu. V zariadeniach starostlivosti o ľudské telo majú tieto nákazy iba všeobecný význam. Z dôvodu všeobecnej prevencie je však pri prevádzke

a upratovaní priestorov týchto zariadení dôležité najmä minimalizovanie prašnosti prostredia **upratovaním navlhko** s použitím **dezinfekčných** prostriedkov a **dostatočne účinné vetranie** vo všetkých miestnostiach.

3. **Nákazy krvi a krvotvorných orgánov:** Pôvodca nákazy je prvotne lokalizovaný v krvi a krvotvorných orgánoch a do organizmu sa dostáva vpichom, poštipaním. Krvou – transfúziou, injekciou alebo aj zle vysterilizovanými pracovnými pomôckami. Najčastejšie ochorenia: hepatitída B, C, mor, malária, AIDS.
4. **Nákazy kože a povrchových slizníc:** predstavujú širokú skupinu infekcií postihujúcich povrchové časti tela (kožu, nechty, vlasy a vonkajšie sliznice). Majú najväčší význam v podmienkach poskytovania služieb starostlivosti o ľudské telo.

#### **Tieto nákazy sa delia na podskupiny:**

- a) **Typické povrchové infekcie:** chorobným procesom sú postihnuté povrchové časti tela, pričom choroboplodné zárodky sa prostredníctvom rôznych výlučkov alebo čiastočkami kože a jej výrastkov - adnexov (nechty, vlasy, chlpy) dostávajú do vonkajšieho prostredia. Ide hlavne o hubové (mykotické) ochorenia, tzv. dermatomykózy, niektoré hnisavé ochorenia kože, ako aj vírusmi spôsobované bradavice.
- b) **Zápaly slizníc** očných spojoviek, pier a ústnej dutiny.
- c) **Infekcie rán** sú podmienené predovšetkým pri narušení celistvosti kože (aj malé ranky). Ide najmä o nákazy vyvolané baktériami spôsobujúcimi hnisanie (najmä streptokoky a stafylokoky), ktoré sa prejavujú ako mokvajúce a hnisavé rany, vrede, abscesy.
- d) **Pohlavné choroby:** kvapavka, syfilis, chlamydiázy, trichomoniáza, prenášajú sa hlavne nechránených pohlavným stykom.
- e) **Parazitárne ochorenia:** svrab, zavšivenie spôsobujú parazitické článkonožce.

#### **Prenos nákaz kože a povrchových slizníc sa deje priamym alebo nepriamym kontaktom chorého a vnímavého jedinca:**

- **Priamy prenos** sa uplatňuje priamym dotykom a pohlavným stykom.
- **V nepriamom prenose** predmetmi dennej potreby, ako je bielizeň, posteľná bielizeň, uteráky, hrebene, holiace potreby, kefy na vlasy, obuv, ak ich používa viac osôb. Často sa tieto infekcie prenášajú v spoločných umyvárňach (drevené rohože, podlahy – dermatomykózy nôh). Môžu sa preniesť aj nedostatočne vyčistenými a vydezinfikovanými pomôckami v zariadeniach starostlivosti o ľudské telo a takisto nedostatočne vysterilizovanými lekáskymi nástrojmi.

Miesto, kde sa chorý zdržiava, býva alebo pracuje nazývame **ohnisko nákazy**. Má svoje miestne a časové ohraničenie.

- **Časové ohraničenie** určuje odstránenie (izolácia chorého) z ohniska nákazy alebo vyliečenie chorého a k tomu sa prirátava jedno obdobie inkubačného času konkrétnej choroby.
- **Miestne, priestorové ohraničenie** ohniska nákazy: je dané miestom, kde sa chorý zdržiaval. Do úvahy treba vziať možnosť rýchleho zavlečenia ochorenia aj do vzdialených oblastí (letecká doprava).

#### **Všeobecné zásady boja proti infekčným chorobám**

Proces šírenia nákazy má tri základné atribúty,

1. prameň pôvodcu nákazy,
2. uskutočnenie prenosu nákazy,
3. vnímavosť jedinca alebo populácie,

Všetky spolu navzájom súvisia a v boji proti šíreniu týchto ochorení možno zasiahnuť vo všetkých troch atribútoch, najmä dodržiavaním všetkých protiepidemických opatrení a zásad hygienického režimu v prevádzkach.

- **Prameň pôvodcu nákazy:** možno izolovať alebo vyliečiť chorého, prípadne ho vylúčiť z pracovného procesu.
- **Uskutočnenie prenosu nákazy:** prenosu nákazy možno zabrániť dodržiavaním správnych technológií spracovania potravín, sterilizácie, dezinfekcie, dezinsekcie, deratizácie.
- **Vnímavosť populácie možno ovplyvniť:** otužovaním, správnym stravovaním, očkovaním.

## **EPIDEMIOLOGIA NIEKTORÝCH AKÚTNÝCH INFEKCIÍ PRENÁŠANÝCH PROSTREDNÍCTVOM OSOBNÝCH SLUŽIEB**

Pri poskytovaní osobných služieb je zvýšené riziko dvoch skupín infekčných ochorení. Do prvej skupiny patria infekcie prenášané dotykom, napr. rukami, bielizňou, pracovnými pomôckami. Ide o ochorenia kože a kožných výrastkov (adnexov). Do druhej skupiny patria infekcie prenášané krvou. Vstupnou bránou infekcie je poranená pokožka, ide o závažné, život ohrozujúce choroby, napr. AIDS a infekčný zápal pečene typu B, C.

### **MYKÓZY**

Kožné hubové ochorenia, ktoré delíme na povrchové – postihnutá je koža, chlpy, vlasy, nechty a na hĺbkové, postihnuté môžu byť vnútorné ústroje. Pri povrchovej forme sa objavujú pľuzgieriky, chrasty, odlupovanie zapálenej alebo zrohovatenej kože vlasových cibuliek, čo nakoniec môže končiť preriednutím a vypadávaním vlasov, zhrubnutím nechtov a zmenou ich farby. **Inkubačný čas ochorenia je 10 - 14 dní. Pôvodcami nákazy sú rôzne druhy húb (plesne, kvasinky).**

**Prameňom pôvodcu nákazy** je chorý človek alebo zviera, pôda s obsahom zvyškov húb.

**Mechanizmus prenosu** sa uskutočňuje kontaktom priamo s chorým alebo nepriamo prostredníctvom kontaminovaných predmetov alebo prostredia. **Faktorom prenosu** sú napr. kontaminované ruky, nohy, uteráky, bielizeň, obuv, holičské, pedikérske a kadernícke nástroje.

**Preveniou** ochorenia je prísne dodržiavanie zásad osobnej hygieny a hygienicko-protiepidemických opatrení v prevádzkach starostlivosti o ľudské telo; dôkladná mechanická očista a dezinfekcia všetkých pomôcok, nástrojov a pracovných plôch po každom zákazníkovi. Dôkladná dekontaminácia podláh, vaničiek, ležadiel.

### **STAFYLOKOKOVÉ NÁKAZY**

Prejavujú sa hnisavým zápalom kože. V prípadoch, keď nákaza prenikne do podkožia alebo svalstva, môže dôjsť až k otrave krvi. Môžu tiež spôsobovať ochorenia očných spojiviek, žíl, tráviaceho traktu. **Inkubačný čas** je od niekoľko hodín do 10 dní. **Pôvodcom nákazy** je baktéria *Staphylococcus aureus*, zlatý stafylokok, značne odolný voči vonkajším vplyvom.

**Prameňom nákazy** je chorý človek alebo nosič. **Prenos nákazy** sa uskutočňuje buď priamo dotykom s chorým, alebo nepriamo prostredníctvom kontaminovaných predmetov, bielizne,

prípravkov. Vstupnou bránou infekcie je poranená koža. Poranenie môže byť zjavné, ale aj nepatrné, len s drobnými odreninami.

## **SVRAB**

Prenosná kožná choroba, ktorú vyvoláva roztoč Zákožka svrabová. **Inkubačný čas ochorenia** je 7 – 21 dní. **Prameňom pôvodcu nákazy** je chorý človek. Nákaza sa prenáša priamym stykom s chorou osobou, použitím šiat a posteľnej bielizne chorého a pod. Samička roztoča sa zavíta do ľudskej kože, vytvára si v nej chodbičky, kde kladie vajíčka. Ochorenie sa prejavuje svrbením hlavne v noci a v teple. Pri škriabaní kože sa môžu postihnuté miesta zapáliť a následne hnisať. Vyrážka sa objaví najmä na miestach, kde je koža jemná, napr. medzi prstami, v podpazušnej jamke alebo v slabinách. Svrab sa vyskytuje najmä tam, kde je nízka úroveň osobnej hygieny.

## **VÍRUSOVÁ HEPATITÍDA TYPU B a C**

Zápal pečene. Ide o závažné prenosné ochorenia, pri ktorých vírus napadne pečňové bunky a ničí ich. Ochorenie sa prejavuje pozvoľna nechutenstvom, celkovou slabosťou, teplotami, bolesťami v podbrušku a v kĺboch. **Inkubačný čas** je 50 – 180 dní, najčastejšie 70 – 90 dní. **Pôvodcom nákazy** je vírus hepatitídy typu B a C. **Prameňom nákazy** je chorý človek. Vírus je prítomný v krvi infikovanej osoby už v druhej polovici inkubačného času. U časti osôb vedie ochorenie k dlhodobému nosičstvu vírusu, ktoré môže byť bezpríznakové alebo spojené s chronickým postihnutím pečene.

Nákaza sa prenáša krvou, vstupnou bránou infekcie je poranená koža alebo sliznica. Najčastejšie sa to stáva prostredníctvom nedostatočne vysterilizovaných nástrojov, napr. injekčných striekačiek, ihliel, skalpelov, nástrojov na holenie, ostrých nástrojov používaných v pedikúre a manikúre.

### **Prevenia v zariadeniach starostlivosti o ľudské telo a v zdravotníctve:**

- Pomôcky, pri používaní ktorých došlo k zakrvácaniu, ktoré sa dostávajú do styku s telesnými tekutinami alebo spôsobujú čo i len nepatrné ranky, sa uprednostňujú sterilné a jednorazové. Opakovane použiteľné pomôcky sa musia účinne dekontaminovať dôkladnou dezinfekciou, mechanickou očistou a následnou sterilizáciou.
- Pri zaobchádzaní so zakrvavenými tampónmi, čistení zakrvavených pomôcok musí personál používať nepriepustné rukavice a účinné dezinfekčné prostriedky.
- Použité ihly, čepielky a iné ostré, biologicky kontaminované jednorazové pomôcky sa odkladajú do uzatvárateľných obalov s pevnými stenami. Na použité injekčné ihly sa nenasadzujú ochranné kryty (nebezpečenstvo poranenia). Použité ihly sa nesmú vyhadzovať do bežného komunálneho odpadu, musí byť zabezpečená ich likvidácia firmou zaoberajúcou sa zneškodňovaním nebezpečného odpadu, najmenej raz za 6 mesiacov.

### **AIDS / Syndróm získanej imunitnej nedostatočnosti**

Ochorenie vírusového pôvodu. Na začiatku sa prejavuje zväčšením lymfatických uzlín, stratou hmotnosti, striedavými alebo vysokými teplotami, hnačkami, nevoľnosťou, svrbením. V neskoršom štádiu sa prejavuje opakovanými infekciami rôznymi druhmi mikroorganizmov v dôsledku zlyhávania imunitného systému.

**Pôvodcom nákazy** je vírus HIV. Vírus je citlivý na vyššie teploty a na dezinfekčné prostriedky.

**Inkubačný čas:** 6 mesiacov až 10 rokov i viac.

**Prameňom nákazy** je infikovaný človek chorý na AIDS alebo nosič vírusu HIV.

Vírus sa prenáša krvou, semenom a pošvovými výlučkami. Existujú prakticky len tri spôsoby jeho prenosu: sexuálny prenos, prenos ostrými nástrojmi kontaminovanými krvou pozitívnej osoby (ihly, skalpely, nožnice, holiace nástroje) a prenos z matky na dieťa vo vnútri maternice alebo pri pôrode.

Zatiaľ neexistujú nijaké dôkazy o prenose AIDS vodou, potravinami, vzduchom pri kašľaní a kýchaní, bežným stykom s chorým, jedálenskými príbormi, návštevou sauny, kúpaliska, na toaletách a pod.

**Preventívne opatrenia** v prevádzkach osobných služieb sú rovnaké ako v prevencii vírusovej hepatitídy B. Platí zásada, že ľudskú krv treba považovať za potenciálne infekčnú a tak s ňou i s krvou znečistenými predmetmi zaobchádzať.

### **Všeobecné preventívne opatrenia v zariadeniach starostlivosti o ľudské telo**

- dodržiavanie zásad osobnej hygieny,
- dôsledné dodržiavanie všetkých hygienických zásad v prevádzkach starostlivosti o ľudské telo,
- dôkladná očista a dezinfekcia všetkých pracovných nástrojov po každom použití,
- nástroje, ktoré porušujú pokožku používať len sterilné,
- dodržiavať zásady bezpečnosti pri práci, tým predchádzať a znižovať riziko vlastného poranenia,
- bezpečne likvidovať jednorazové ihly a krvou znečistené tampóny.

## **ZDRAVOTNÉ RIZIKÁ PRI POSKYTOVANÍ STAROSTLIVOSTI O ĽUDSKÉ TELO**

Pri poskytovaní starostlivosti o ľudské telo pri nedostatočnej zdravotnej i odbornej spôsobilosti, ako aj nízkej zdravotno-hygienickej uvedomelosti personálu môže dôjsť k ohrozeniu zdravia zákazníkov i samotných pracovníkov.

**Zdravotné riziká možno z hľadiska faktorov, ktoré pôsobia na organizmus, rozdeliť na dve základné skupiny:**

1. **Infekčné zdravotné riziká**, ktoré súvisia s prenosom chorôb vyvolávaných choroboplodnými mikroorganizmami (vírusmi, baktériami, mikroskopickými hubami a parazitmi); vyplývajú najmä z nedostatkov pri dodržiavaní hygienicko-protiepidemických zásad v prevádzkovom režime zariadenia poskytujúceho starostlivosť o ľudské telo a z nedodržiavania zásad osobnej hygieny personálu.

**Všetkým infekčným rizikám pri starostlivosti o ľudské telo sa dá účinne predchádzať predovšetkým:**

- Individuálnym používaním bielizne (uterákov, plášteniek, prestieradiel), nožníc, pinziet, hrebeňov a ďalších pomôcok u každého zákazníka zvlášť. Opakovane použiteľné pomôcky sa môžu použiť u ďalšieho zákazníka len po predchádzajúcom vypraní a vyžehlení (bielizne) alebo dôkladnom umytí použitých pomôcok v tečúcej horúcej vode za pomoci mydla (hrebene, nožnice) s následnou dezinfekciou a prípadne sterilizáciou.
- Úzkostlivým dodržiavaním osobnej hygieny pracovníkov (umývanie rúk po každom zákazníkovi) a vylúčením pracovníkov z pracovného procesu, ktorí majú na rukách otvorené poranenia kože, mykózy, príp. hnisavé ranky, ako aj infekcie horných dýchacích ciest.
- Jednorazovým použitím čepielok a ihli v kozmetickej praxi a tetováži.

- Zásadnou dezinfekciou a sterilizáciou opakovane používaných pomôcok v prípade poranenia zákazníka spojeného s čo i len drobným krvácaním a používaním rukavíc z nepriepustných materiálov.
- Dodržiavaním zásad prevádzkovej hygieny – očista pracovných plôch, umývadiel, vaničiek na nohy i podlahy navlhko, za použitia saponátov a dezinfekčných prostriedkov, zametanie vlasov i nechtov po každom zákazníkovi.
- Ukladaním (skladovaním) masážnych krémov, emulzií aj ostatných pomôcok a nástrojov tak, aby sa vylúčilo ich znečistenie, resp. kontaminácia choroboplodnými zárodkami.
- Odmietnutím zákazníkov, u ktorých je tá ktorá služba (procedúra) kontraindikovaná zo zdravotného hľadiska, resp. zákazníkov so zjavnými prejavmi choroby.

#### **Pri manipulácii s bielizňou:**

- Ukladaním čistej bielizne na tento účel vyhradené suché miesto tak, aby sa vylúčila možnosť jej znečistenia (kontaminácie) choroboplodnými zárodkami.
- Odkladanie použitej bielizne oddelene do košov a vetrateľných skladov (skriniek) slúžiacich jedine na tento účel.

Významné je takisto upratovanie pracovísk, kde popri uprataní pracovného priestoru po každom zákazníkovi má významnú úlohu aj upratovanie namokro celého pracoviska po skončení pracovného procesu a pravidelne uskutočňované upratovanie nábytku a ostatného zariadenia.

V súvislosti s riadnym hygienicko-protiepidemickým režimom treba osobitne zdôrazniť potrebu udržiavania sterilizátorov (v prevádzkach, kde sa vyžadujú) v stave zaručujúcom účinnú sterilizáciu pracovných pomôcok.

## **2. Neinfekčné zdravotné riziká, ktoré súvisia s aplikáciou a účinkom chemických látok a fyzikálnych procedúr pri poskytovaní služieb starostlivosti o ľudské telo.**

### **A. Fyzikálne faktory:**

- **Mechanické a tepelné poškodenie** organizmu vzniká napr. pri nešetrnej masáži (natrhnutie šliach, vyklbenie, pohmoždenie), ďalej pri nedostatočnej zručnosti a praxi pri manipulácii s ostrými pomôckami (porezanie, popichanie, poškodenie nechtového lôžka pri strihaní a úprave nechtov, poškodenie čepieľkami a ihlami v kozmetike a tetováži), lokálne poškodenia organizmu v miestach piercingu; ďalej pri nekvalifikovanej aplikácii prístrojov produkujúcich hĺbkové teplo, pri zlom odhade tepelnej záťaže pri horúcich zábaloch, ale i popálenín, napr. kulmou.

Je potreba vyvarovať sa mechanického poškodzovania materských znamienok na koži a tiež nevykonávať ich epiláciu, leptanie a iné neodborné zásahy.

Poškodenie zdravia v dôsledku pôsobenia elektrického prúdu pri elektronických myostimuláciách je možné hlavne pri nedodržaní zdravotných kontraindikácií.

Pri všetkých špeciálnych prístrojoch je nevyhnutná dôkladná znalosť príslušného návodu, resp. firemnej literatúry a v prípade akýchkoľvek pochybností aj konzultácia s lekárom.

### **B. Chemické faktory:**

S chemickými faktormi pri poskytovaní služieb starostlivosti o ľudské telo sa stretáme vo forme všetkých výrobkov a ingrediencií používaných na čistenie a ošetrovanie kože,

vlasov, farbiacich a odfarbovacích prostriedkov, masážnych gélov a emulzií, epilačných prostriedkov, pleťových krémov, rôznych lakov a iných prípravkov na nechty, ale aj dezinfekčných a dezodoračných prostriedkov a tetovacích farbív.

Všetky uvedené výrobky predstavujú zmesi obsahujúce najrôznejšie chemické, často aj prchavé látky, ktoré popri očakávaných pozitívnych účinkoch môžu mať, najmä u precitlivých jedincov, aj niektoré negatívne účinky, ktoré môžu spôsobiť väčšie či menšie poškodenie zdravia zákazníkov alebo personálu.

#### **V zásade môžu mať:**

- dráždivý účinok,
- alergizujúci účinok,
- všeobecne poškodzujúci účinok.

Ten, kto vyrába, dováža a uvádza do obehu kozmetické výrobky, musí preukázať, že tieto nespôsobujú poškodenie zdravia ľudí. Kozmetický výrobok musí byť označený viditeľnými, čitateľnými a nezmazateľnými údajmi, jeho súčasťou musí byť aj jednoznačná informácia o vykonaných testoch.

Osobitnú kapitolu predstavuje riziko poškodzovania organizmu (hlavne dýchacích ciest) personálu v dôsledku vdychovania prchavých komponentov obsiahnutých v niektorých výrobkoch (laky, farby, tvrdidlá nechtov). Organické rozpúšťadlá môžu mať aj mierne narkotizujúci účinok a pri dlhodobej nadmernej expozícii môžu mať aj chronický toxický účinok.

## **DEKONTAMINÁCIA V ZARIADENIACH STAROSTLIVOSTI O ĽUDSKÉ TELO**

Jedným z hlavných predpokladov správneho vykonávania služieb v prevádzkach starostlivosti o ľudské telo je vytvorenie podmienok vylučujúcich prenos nákaz na vnímavého jedinca, t.j. na zákazníka a personál.

Dekontamináciou rozumieme komplex opatrení, ktoré vedú k odstraňovaniu a usmrcovaniu mikroorganizmov v prostredí a na predmetoch bez ohľadu na stupeň zníženia ich počtu.

#### **Dekontaminácia sa vykonáva postupmi s rôznym stupňom účinnosti:**

- Mechanickou očistou,
  - Dezinfekciou,
  - Sterilizáciou.
- **Mechanická očista:** predstavuje súbor opatrení, ktorým sa navlhko a za použitia mydiel, saponátov mechanicky odstraňujú mikroorganizmy z povrchov plôch, predmetov a pomôcok. Upratovanie spojené s mechanickou očistou sa má vykonávať denne, systematicky, zásadne navlhko s použitím roztoku saponátu. Mechanická očista má predchádzať dezinfekcii, napriek tomu, že mechanická očista sama osebe nemá dezinfekčný účinok, veľmi pozitívne ovplyvňuje výsledok dezinfekcie (znižuje počet mikroorganizmov o 70 – 90%). Zvyšky mastnôt a iného znečistenia tvoria nežiadúcu mechanickú bariéru procesu dezinfekcie, preto je dôležitá dôkladná mechanická očista pred dezinfekciou. Ak sú však nástroje alebo pomôcky znečistené biologickým materiálom, ako napr. krvou, hnisom, je potrebné, aby dezinfekcia predchádzala mechanickú očistu.
  - **Dezinfekcia:** je proces, pri ktorom sa ničia choroboplodné mikroorganizmy. Je založená najmä na pôsobení chemických látok schopných po určitej dobe pôsobenia likvidovať



patogénne baktérie. Čas, za ktorý je dezinfekčný prostriedok schopný mikroorganizmy spoľahlivo usmrtiť, sa nazýva expozičný čas (potrebná dĺžka expozície).

#### **Základné požiadavky na chemické dezinfekčné prostriedky:**

- majú mať čo najširšie spektrum účinnosti,
- nesmú byť toxické pre ľudí ani zvieratá,
- nesmú vyvolávať rezistenciu (odolnosť) mikroorganizmov na chemicky účinnú zložku dezinfekčného prostriedku,
- dezinfekčný účinok majú dosiahnuť čo najrýchlejšie a pri čo najnižšej koncentrácii

#### **Správne uskutočňovanie dezinfekcie sa musí riadiť nasledovnými hlavnými zásadami:**

1. musí jej predchádzať dôkladná, dostatočne a správne (navlhko) vykonávaná mechanická očista,
2. musí sa dodržať dvojetapovosť postupu – najskôr mechanická očista (potom osušenie) a hneď následne vlastná dezinfekcia,
3. musí sa zabezpečiť výber vhodného dezinfekčného prostriedku,
4. musí sa dodržať správna (predpísaná) koncentrácia dezinfekčného prostriedku,
5. dezinfekčné prostriedky sa pripravujú denne čerstvé (starnutím rýchlo klesá ich účinnosť),
6. musí sa dodržať potrebná (predpísaná) doba pôsobenia dezinfekčného prostriedku.

Niektoré dezinfekčné prostriedky sa používajú neriedené, tak ako ich dodáva výrobca. Mnohé sa však musia riediť (zväčša vodou) na roztoky, preto je potrebné pred použitím dezinfekčného prostriedku riadne si preštudovať návod na jeho použitie.

#### **Podľa spôsobu použitia dezinfekčné prostriedky členíme na:**

1. Prostriedky určené na dezinfekciu **plôch** (napr. Chloramín B, Persteril, Incidur, Forten, SAVO, Jodonal B, Presept).
2. Prostriedky určené na dezinfekciu **predmetov** (napr. Chloramin B, Sekusept forte, Sekusept pulver, Incidur spray, Desident, Des-spray).
3. Prostriedky určené na dezinfekciu **rán** (napr. peroxid vodíka 3%, Jodisol).
4. Prostriedky určené na dezinfekciu **rúk** (napr. Spitaderm, Skinman Soft, Manox, Septoderm).
5. Prostriedky určené na dezinfekciu **pokožky** pre invazívnym ošetrením – permanentný make-up, tetovanie (napr. Bansept).

- **Sterilizácia:** je proces, pri ktorom sa dosiahne usmrtenie všetkých mikroorganizmov na povrchu predmetov alebo v prostredí.

Sterilitu predmetov zabezpečujú fyzikálne a chemické sterilizačné postupy. V zariadeniach osobných služieb sa vykonáva sterilizácia najčastejšie fyzikálnou metódou, t.j. v horúcovzdušnom sterilizátore s nútenou cirkuláciou vzduchu.

Sterilné nástroje sa ukladajú do sterilných kaziet alebo bubnov a za sterilné sa považujú najviac 24 hodín. Sterilizácia je nevyhnutná u všetkých ostrých nástrojov, ktorými sa dotýkame kože a ktoré spravidla viditeľne alebo neviditeľne poranujú kožu. Je to bezpodmienečne potrebná prevencia jednej z foriem prenosu AIDS, vírusovej hepatitídy B, C a iných infekcií prenášaných krvou.

#### **Najdôležitejšie zásady správnych sterilizačných postupov:**

1. Sterilizácii musí predchádzať dokonalá mechanická očista.
2. Umyté predmety sa musia dôkladne opláchnuť a osušiť.

3. Pri rôznych metódach fyzikálnej sterilizácie sa musia presne dodržiavať predpísané hodnoty parametrov, ako sú pracovná teplota, hladina tlaku, expozičný čas.
4. Dôležité je vykonávať v pravidelných intervaloch, najmenej 1x do roka kontrolu účinnosti sterilizačných prístrojov, ako aj kontrolu sterility.

Na výkony, pri ktorých sa môže porušiť celistvosť pokožky sa musia používať iba sterilné nástroje, buď jednorazové alebo opakovane použiteľné – vysterilizované.

Prevádzky starostlivosti o ľudské telo musia mať vždy dostatočnú zásobu nástrojov, aby pri ich znečistení krvou mohli byť kedykoľvek vymenené a znova použité až po ich opätovnom vysterilizovaní.

(Spracované podľa materiálov RÚVz so sídlom v Banskej Bystrici)