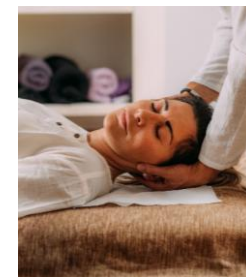
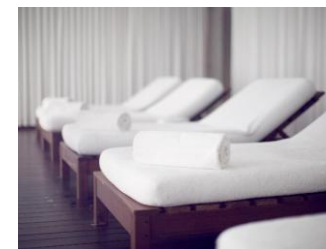
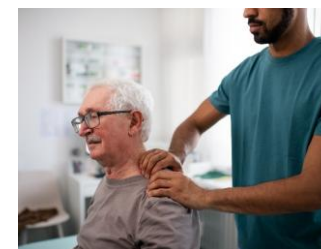


HYGIENA V PROSTŘEDÍ FYZIOTERAPIE

ÚVOD

- Hygiena
v prostředí poskytování fyzioterapeutických výkonů je zásadní součástí péče.
- Odpovídající hygienické postupy chrání pacienty i zdravotnický personál před vznikem a šířením infekčních onemocnění.



VÝZNAM HYGIENY VE FYZIOTERAPII

Dodržování hygienických pravidel

- minimalizuje riziko přenosu infekčních onemocnění
 - přenos přímý (dotek – *např. bakteriální i parazitární n.*, kapénky)
 - i nepřímý (kontaminované povrchy)
- zajišťuje bezpečné pracovní prostředí pro personál
- splňuje legislativní a odborné normy

KLÍČOVÉ PRINCIPY

- důkladná **hygiena rukou** před i po kontaktu s pacientem,
 - **používání osobních ochranných prostředků** (rukavice, roušky) dle typu činnosti
 - **dezinfekce** pracovních ploch a pomůcek
 - udržování **čistoty celého pracoviště**
-

HYGIENA RUKOU

Hygiena rukou je nejúčinnější způsob prevence infekcí:

- mytí rukou mýdlem a vodou při viditelném znečištění
- dezinfekce rukou před a po každém pacientovi
- správná technika mytí (min. 20–30 sekund)
- **péče o pokožku rukou**
- *Velmi časté mytí rukou vodou a mýdlem, zbavuje kůži ochranného kožního hydrolipidního filmu (tvořen kožními žlázkami) - kůže náchylná k poškození.*
- *Projevy poškození: suchost kůže, šupinatění, svědění, pocit pnutí; následně zarudnutí, vznik trhlinek (ragád).*
- *Postup: snížit frekvenci mytí, mýt ruce vlažnou vodou, mýdlo s vhodným pH (5 – 5,5), ošetřující přípravky.*
- *Vhodné ošetřující přípravky: zvláčňující a zvlhčující, se složkou lipidovou a hydratační, např. lanolínem, mandlovým olejem, glycerinem, ev. regenerační balzámy s vitamínem E.*



POMŮCKY - DEZINFEKCE A STERILIZACE

- pravidelná dezinfekce opakovaně používaných pomůcek (např. míče, lehátka, pásy)
 - používání schválených dezinfekčních prostředků
 - sterilizace nástrojů, pokud to charakter péče vyžaduje
 - evidence a kontrola dezinfekčních postupů
-

PROSTŘEDÍ

- pravidelný úklid (denní, týdenní, generální) a dezinfekce podlah a povrchů (lehátka, přístroje, ..)
 - omyvatelné povrchy
 - větrání místností (dle vyhlášky)
 - správné nakládání s odpady (komunální x infekční odpad) – pravidla pro skladování a likvidaci
 - oddělení čistých a kontaminovaných zón
 - klíčový je **odpovídající úklid**
-

PACIENT

- edukace pacientů o osobní hygieně podle potřeb/situace
 - používání jednorázových podložek nebo prostěradel
 - *Až 80 % infekcí se šíří rukama*
 - *7 % žen a 15 % mužů si nemyje ruce po použití toalety !*
 - *Pouze 1 člověk z deseti si myje ruce správně !*
-

FYZIOTERAPEUT , ZDRAVOTNICKÝ PERSONÁL

- používání ochranných pomůcek dle aktuálního rizika
- očkování (např. proti hepatitidě B, chřipce)
- pravidelná školení v oblasti hygieny
- dodržování bezpečnostních protokolů

LEGISLATIVA

Závazné hygienické předpisy

- **Vyhláška č. 306/2012 Sb.** - klíčový hygienický předpis → upravuje:
 - prevenci vzniku a šíření infekcí
 - hygienické požadavky na provoz zdravotnických zařízení
 - dezinfekci, sterilizaci, úklid, manipulaci s prádlem
- **Vyhláška č. 92/2012 Sb.** → stanovuje: minimální technické a věcné vybavení zdravotnických zařízení

Další související předpisy

- **Zákon č. 258/2000 Sb., o ochraně veřejného zdraví** → obecné hygienické požadavky, kontrola KHS
 - **Nařízení vlády č. 361/2007 Sb.** → ochrana zdraví při práci (prac.prostř., mikroklima)
 - **Vyhláška č. 6/2003 Sb.** → hygienické limity pro vnitřní prostředí (teplota, vlhkost, kvalita vzduchu)
 - **Zákon č. 541/2020 Sb., o odpadech** → nakládání se zdravotnickým a nebezpečným odpadem
 - interní směrnice zdravotnického zařízení
-

LÁZEŇSKÁ ZAŘÍZENÍ

- Lázeňská péče je specifická oblast zdravotnictví, která kombinuje léčebné procedury s relaxací.
- Hygiena i zde hraje klíčovou roli v prevenci infekcí a zajištění bezpečnosti pacientů/klientů i personálu.



PROVOZNÍ ŘÁD

Každé pracoviště musí mít **schválený provozní řád**

- Provozní řád **obsahuje**:
 - režim úklidu a dezinfekce
 - manipulaci s odpady
 - sterilizaci a dezinfekci pomůcek
 - personální hygienu
 - prevenci infekcí
 - Uvedení garanta, platnost/účinnost řádu, název pracoviště, obecnou charakteristiku pracoviště
-

SPECIFIKA LÁZEŇSKÉHO PROSTŘEDÍ

- vysoká vlhkost a teplo
- častý kontakt s vodou
- sdílené prostory a pomůcky
- široké spektrum klientů (včetně rizikových skupin)

HYGIENA VODY A PROCEDUR

- pravidelná kontrola kvality vody
 - sledování mikrobiologických ukazatelů
 - správná teplota a chemické složení
 - dezinfekce bazénů a van dle předpisů
 - používání čistých a jednorázových pomůcek (je-li to možné)
 - dezinfekce po každém klientovi – konkrétní postup se odvíjí od typu procedury
 - výměna prádla (ručníky, prostěradla)
-

ZDROJE

- TUČEK,M. a kol. Hygiena a epidemiologie. Praha: Karolinum. 2018. 2.dopl.v. ISBN 897-80-246-3933-8
 - ŠRÁMOVÁ, H. a kol. Nozokomiální nákazy. 3.vyd.. Praha: Maxdorf, 2013. ISBN 978-80-7345-286-5
 - OBSTOVÁ, Iva; ILIČOVÁ, MUDr Sladjana. Každodenní péče o suchou a citlivou pokožku. *Medicína pro praxi[online]*, 2008 Dostupné z:
<https://www.solen.cz/pdfs/med/2010/88/08.pdf> [citováno 2025.07.12].
 - <https://www.hygp Praha.cz/informace-ke-schvalovani-provoznich-radu-zdravotnickych-zarizeni/>
-