

INFORMATÍVNA PRÍLOHA

ZDRAVOTNÉ VÝKONY ORIENTOVANÉ

AJ NA STAROSTLIVOSŤ O ĽUDSKÉ TELO

(vykonávané pod odborným dohľadom zdravotníckeho pracovníka
v zmysle NV SR č. 296/2010 Z.z.)

¹⁾ vid' vysvetlivky k terminológii pre potreby odborného usmernenia

Upozornenie

- Informatívna príloha obsahuje zoznam služieb, ktoré nie sú službami starostlivosti o ľudské telo, ale predstavujú zdravotné výkony podľa legislatívy o poskytovaní zdravotnej starostlivosti.
- Zdravotné výkony vykonáva zdravotnícky pracovník s príslušným kvalifikačným vzdelaním podľa osobitného predpisu v zmysle Nariadenia vlády SR č. 296/2010 Z.z. o odbornej spôsobilosti na výkon zdravotníckeho povolania, spôsobe ďalšieho vzdelávania zdravotníckych pracovníkov, sústave špecializačných odborov a sústave certifikovaných pracovných činností.
- Orgány verejného zdravotníctva v zariadeniach, kde je takáto služba poskytovaná posudzujú len prevádzkové priestory a podmienky prevádzky zariadenia starostlivosti o ľudské telo v zmysle zákona č. 355/2007 Z.z. o ochrane, podpore a rozvoji verejného zdravia a o zmene a doplnení niektorých zákonov.
- Príloha má iba diferenciatívny význam - pre potreby orientácie odbornej i laickej verejnosti v danej problematike.

Názov	Definícia a stručná charakteristika
P01 - ČREVNÁ SPRCHA (COLONHYDROTHERAPIA)	Prístrojová elektronicky regulovaná laváž hrubého čreva mierne teplou vodovodnou vodou per rectum; odvod vypláchnutého obsahu hadičkou priamo do kanalizácie: deklarované efekty: prevencia kolorektálneho karcinómu, zlepšenie trávenia, detoxikácia organizmu, korekcia akné, celulitídy, alergických stavov, celkovej únavy; aplikácia colonhydroterapie by mala patriť výlučne do rúk zdravotníckych pracovníkov znalých anatómie a patológie hrubého čreva a gastrointestinálneho traktu.
P02 - KOZMETICKÉ POUŽITIE INTENZÍVNEHO PULZNÉHO SVETLA (IPL), FOTOOMLADENIE, FOTOREJUVENIZÁCIA + RÁDIOFREKVENČNEJ, (RF) ENERGIE; (napr. prístroj Aurora)	Prístrojová procedúra využívajúca kozmetické pôsobenie IPL na pokožku; vykonáva sa príslušnými sondami produkujúcimi IPL; na rozdiel od laserového optického žiarenia (koherentný zväzok svetelných lúčov) v prípade IPL ide o nekoherentné intenzívne svetelné žiarenie aplikované v pulzoch; efekt obdobný ako u kozmetického lasera – selektívna fototermolýza (termodeštrukcia) tkanív obsahujúcich pigmenty (hemoglobín a melanín) s odlišnými indikáciami: riešenie farebných zmien na pokožke (nežiaducich pigmentácií) + odstraňovanie výraznejších cievok, epilácia,

	riešenie rozšírených pórov, napnutie drobných vrások, korekcia akné; IPL sa často kombinuje s pôsobením na pokožku kozmetickým laserom a ďalej tzv. rádiofrekvenčnou energiou (RF-energia = vysokofrekvenčný elektrický prúd) s efektom lokálneho prehrievania hlbších vrstiev pokožky; prístroj AURORA - súbežná kombinácia IPL a RF.
P03 - KOZMETICKÁ APLIKÁCIA BOTULOTOXÍNU	Injekčná podkožná aplikácia botulotoxínu za účelom kozmetického efektu - lokálneho dočasného vyhladzovania vrások a zábrany potenia - hlavne dlaní; pretrvávanie efektu : cca 10-12 mesiacov; prípravok BOTOX.
P04 - KOZMETICKÁ APLIKÁCIA VSTREBATEĽNÝCH KOŽNÝCH IMPLANTÁTOV	Medicínska injekčná aplikácia prípravkov do vrchných vrstiev kože na báze kyseliny hyalurónovej (prípravok SURGIDERM) - so zameraním na dočasné vyhladenie vrások, ako aj zväčšovanie objemu pier - s využitím hydratačného účinku účinnej látky; efekt trvá 9 - 12 mesiacov.
P05 - APLIKÁCIA ZUBNÝCH ŠPERKOV	Aplikácia dekoratívnych šperkov na zuby špeciálnymi pracovnými postupmi obdobnými ako pri vyhotovovaní výplne pri ošetrovaní zubného kazu svetlom tuhnúcim materiálom – v nasledovnej postupnosti : naleptanie zubnej skloviny (50 % kyselinou fosforečnou), oplach prúdom vody z vodnej pištole, mikroskopické zdrsnenie zubného povrchu v rozsahu aplikácie šperku špeciálnymi rotačnými brúskami, nanosenie špeciálnej živice na povrch zuba (bond), do ktorej sa šperk vloží a vytuhnutie pôsobením UV žiarenia (stomatologická UV lampa); materiály z ktorých sa vyhotovujú šperky: 22-24 karátové žlté a biele zlato, drahokamy: rubín, diamant, zafír.
P06 - KOZMETICKÁ MIKRODERMABRÁZIA	Prístrojová procedúra - mechanický peeling rotujúcimi obrusovacími (rôzne vymeniteľné prístrojové nadstavce), resp. masážnymi sondami - s cieľom dosiahnuť abrazívny efekt odstraňujúci nečistoty, drobné defekty, vrásky, upchatie pórov; omladzuje a tonizuje vzhľad pokožky tváre, ale aj iných častí tela; súbežne sa aplikuje podtlakové odsávanie abrazívnych častíc a obrúsených nečistôt so súbežným využitím pozitívneho efektu podtlakom spôsobeného lokálneho prekrvenia ošetrovanej pokožky (napr. prístroj Brusher BR04);

	<p>procedúra sa často kombinuje s následným fotoomladzovaním pokožky (IPL, kozmetický laser).</p>
<p>P07 - KOZMETICKÝ LASER, aplikácia laserového žiarenia nosovým aplikátorom – napr. prístrojom BIOQUANT</p>	<p>Prístrojová procedúra využívajúca kozmetické pôsobenie lasera na pokožku; vykonáva sa príslušnými sondami produkujúcimi laserové žiarenie rôznych špecifických vlnových dĺžok a rôznej energie; účinky: povzbudenie metabolizmu buniek (biostimulácia), zvýšenie permeability bunkových membrán; urýchlenie hojenia rán, odstraňovanie rozšírených cievok, vrások, trvalá depilácia, korekcia akné; protizápalový účinok; využíva sa aj sekundárne pôsobenie kozmetických prípravkov nanesených na pokožku ("tzv. laserová kozmetika") následne ožiarených laserom (tzv. "laserová maska", "laserová gélová maska"); je možná súbežná kombinácia laser + RF alebo laser + IPL (pozri ďalej) s efektom odstraňovania výraznejších cievok; taktiež sem patrí prístrojová procedúra - aplikácia laserového žiarenia na „ožarovanie krvi“ nosovým aplikátorom zavedeným do nosovej dutiny prístrojom Bioquant</p>
<p>P08 - HĽBKOVÉ TEPLLO - diatermický princíp</p>	<p>Prístrojová procedúra so zameraním na povrchové a hlavne hĺbkové prehrievanie tkanív ošetrovanej časti tela; aplikácia:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Kontaktnými žiaričmi (prístrojovými sondami) alebo z určitej vzdialenosti plochými žiaričmi / panelmi produkujúcimi mikrovlnné žiarenie (mikrovlnná diatermia); 2.Prikladacími elektródami indukčnými, kapacitnými alebo plochými gumovými elektródami vyvolávajúcimi vysokofrekvenčné elektrické prúdy (pulzne alebo kontinuálne) v ošetrovanej tkanive (krátkovlnná diatermia).
<p>P09 - ZÁBALY: rašelinové, bahenné v kombinácii s parafinom (parafango)</p>	<p>Aplikácia celotelových alebo lokálnych zábalov s príslušnou ingredienciou, ktorá sa naniesie na pokožku, prikryje (bandážuje) sa fóliou a nechá sa pôsobiť určený čas; využíva sa aj priaznivý účinok látok obsiahnutých v zábalových ingredienciách; následne sa stuhnutá / zasušená ingrediencia s fóliou (stuhnutý parafin) strhnú; zábalové ingrediencie sa aplikujú zahriate (horúce) alebo s aplikáciou tepla na príslušnú</p>

	oblasť tela po nanesení zábalu.
P10 - MASÁŽ KLASICKÁ, HLBOKÁ SVALOVÁ MASÁŽ	Masážna starostlivosť o pokožku, podkožie, svalstvo a pohybovo-podporný aparát tela so zameraním na ich uvoľnenie, správny tonus a celkovú relaxáciu; ide o celotelovú alebo lokalizovanú masáž kože, podkožia a mäkkých tkanív pohybového a podporného ústrojenstva s použitím masážnych emulzií, olejov a krémov.
P11 - MASÁŽ REFLEXNÁ (synonymum masáž neuromuskulárna), MASÁŽ AKUPRESÚRNA	Celotelová alebo lokalizovaná masáž kože, podkožia a mäkkých tkanív pohybového a podporného ústrojenstva s použitím masážnych ingrediencií a využitím znalostí o fungovaní reflexných princípov, využíva aj striedanie tlakov v oblasti svalových spazmov; modifikácia: reflexná masáž chodidiel (pôsobenie na lokálne nervové zakončenia); ďalšie modifikácie: akupresúrna masáž - kombinácia reflexnej masáže s využitím tradičných ázijských metód pôsobenia na akupresúrne body; môže niesť prvky arómamasáže.
P12 - MASÁŽ VÁKOVÁ (bankovanie = prikladanie baniek), MASÁŽ BA GUAN	Prikladanie sklenených okrúhlych baniek nahriatych vzduchom na vybrané telesné oblasti; pri ochladzovaní vzduchu sa vytvára podtlak; pôsobenie zrejme tiež na princípe akupresoricko-termo-reflexného účinku a lokálnej hyperémie; procedúre sa pripisuje analgetický, oxigenačný a lokálne detoxikačný účinok; 2 druhy procedúr: <u>suchá</u> (ako uvedené), <u>masáž bankami</u> (v spojení s masážnymi pohybmi); <u>Ba Guan masáž</u> - jemnejšia varianta - prikladaním gumových balónových prísaviek ("baniiek") na telo.
P13 - MASÁŽ LYMFODRENÁŽNA ("lymfatická masáž"), PNEUMATICKÁ LYMFOMASÁŽ (tiež "vákuová lymfomasáž")	Celková alebo lokálna masážna praktika - prevažne prístrojová procedúra prístrojmi s nastaviteľným tlakom, zohľadňujúca anatomicko-fyziologické znalosti o lymfatickom systéme a cieľená na odtok lymfy. <u>1. Prístrojom Vacupress</u> s čerpadlom s vytvorením podtlaku (tiež "vákuová masáž") prostredníctvom sklenených baniek rôznych veľkostí napojených na konce podtlakových hadíc, ktoré sa prikladajú na telo alebo tvár, pričom dochádza k podtlakovému efektu -

nasatiu 1-3 cm kože a podkožia vedúcemu k lokálnej hyperémii a údajnému odbúravanju tukového tkaniva a odstraňovaniu celulitídy;

2. Prístrojom SPM digital s pulzným podtlakom až vákuom ("vákuová lymfomasáž") s 2 menšími prikladacími bankami (okrem uvedených efektov sa proklamuje úspešné ošetrovanie akné, zosilnenie podkožného tkaniva, vyhladzovanie a zmenšenie jaziev a strií, regenerácia zostarnutej pleti a odstraňovanie vrások, popraskaných žiliek = tzv. "lifting bez skalpelu");

3. napr. prístrojmi Slyde Styler, Body Styler, Lymfoven, PULSTAR PX1, a pod. - s aplikáciou kladného tlaku = kompresná masáž pracujúca s tlakovou ("peristaltickou") vlnou vznikajúcou postupným naplňaním jednotlivých za sebou nasledujúcich komôr špeciálneho nohavicového obleku vzduchom ("pneumatická masáž"); klient leží na lôžku, tlaková vlna sa aplikuje rytmicky a postupne v smere od špičiek chodidiel až po stehná a boky; procedúry bývajú kombinované so zábalmi (najmä škoricový); modifikácia - len kladný tlak - procedúra Body Wrapping;

4. Vákuovo-kompresná masáž – napr. prístrojmi Extremiter / Vasotrein, lokálne prístroj Slim Wave Pro s cyklickým kontrolovaným striedaním podtlaku a pretlaku v aplikačnom valci/manžete, v ktorých je ošetrovaná končatina utesnená (podľa českých prameňov vyžaduje lekársky predpis);

5. napr. prístrojom Vacustyler ("vesmírny valec") - klient leží na lôžku so spodnou polovicou tela v špeciálnom kovovom valci so zariadením na pneumatickú nohavicovú lymfodrenáž - so striedaním pretlaku a podtlaku (používané aj v kozmonautike) na zlepšenie prekrvenia a spevnenie cievnych stien dolných končatín;

6. Manuálna lymfodrenáž - neprístrojová; Okrem vyššie uvedených efektov sa u lymfodrenážnych masáží zdôrazňuje odstraňovanie opuchov, spriechodnenie lymfatických ciest a celková relaxácia a detoxikácia;

	prevencia celulitídy a vzniku varixov.
P14 - HYDROMASÁŽ (podvodná masáž), VÍRIVKY	<p>Prístrojová procedúra - masáž vodným prúdom a bublinkami v príslušných vodoliečebných vaniach / vírivkách / bazénoch;</p> <p>A./ <u>ručná</u> - klientovi je masáž aplikovaná vo vani pod vodou tlakovým prúdom vody z ručného nadstavca (ako sprcha);</p> <p>B./ <u>automatická</u> - vo vodnom kúpeli prostredníctvom vodných a perlivých prúdov z trysiek zabudovaných v stenách vane / vírivky (napr. Jakuza) / bazéna (napr. Hydroxeur).</p>
P15 - KRYOKOMORA	<p>Tiež tzv. celotelová chladová terapia ("kryoterapia") - procedúra založená na účinku krátkodobej expozície organizmu extrémnemu chladu; v príslušnej aplikačnej kabíne (polárium) sa dosahujú teploty mínus 110-160°C; ide o dvojkomorový systém, kde za sebou nasledujú - najprv adaptačná komora (mínus 60° C) a potom kabína polária. Ide o celotelovú procedúru v ochrannom odevu. Po opustení polária nutne nasleduje pohyb a cvičenie (ergometre a i.); efekty: posilnenie imunity, riešenie kĺbovo-reumatických problémov, analgetický účinok (vyplavením endorfínov), urýchľuje regeneráciu síl (športovci), zvyšuje kondíciu, upravuje poruchy spánku, koriguje celulitídu.</p>
P16 - SUCHÝ UHLIČITÝ KÚPEL (napr. Biotherik)	<p>Prístrojová aplikácia oxidu uhličitého na ľudský organizmus pomocou veľkého vaku, do ktorého sa klient s hlavou mimo vaku umiestni a do ktorého je aktívne vháňaný uvedený plyn. Doba aplikácie je 45 min. Účinok a efekt: prekrvenie pokožky - s potením a tým detoxikáciou organizmu + relax; udáva sa pozitívny efekt na reumatické ochorenia, bolesti kĺbov, opuchy, metabolické poruchy, hojenie kože; častá súčasť programov na znižovanie telesnej hmotnosti, údajne stimuluje tvorbu pohlavných hormónov.</p>
P17 - APLIKÁCIA ELEKTRO-MAGNETICKÉHO POĽA A SVETLA - (napr. prístroj Bemer 3000)	<p>Prístrojová procedúra - využívajúca kombinované pôsobenie elektromagnetického poľa a viditeľného (monochromatického červeného) svetla na ľudský organizmus; aplikácia v polohe ležmo na lôžku alebo v sede prikladaním špeciálnych plošných aplikátorov</p>

	<p>emitujúcich uvedené žiarenia (elmg. pole max 0,0001 T; červ. svetlo z LED diód vlnovej dĺžky 660 nm) - s elektronickou reguláciou a možnosťami nastavenia (čas, intenzita); deklarované efekty - zlepšenie mikrocirkulácie, lokálne analgetické účinky, pozitívne dermatokozmetické účinky, rôzne liečebné a biopozitívne účinky stimuláciou akupunktúrno-reflexologických bodov a dráh; tiež bioregeneračné a celkovo posilňujúce účinky a pozitívne účinky na chronické bolesti pohybového aparátu a neurologického charakteru, poruchy látkovej premeny, spánku, alergie a i.</p>
<p>P18 - APLIKÁCIA STATICKEHO ELEKTROMAGNETICKÉHO POĽA</p>	<p>Prístrojová procedúra - využívajúca pôsobenie elektromagnetického na ľudský organizmus; aplikácia v polohe ležmo na lôžku alebo v sede prikladaním špeciálnych plošných aplikátorov emitujúcich uvedené žiarenia (elmg. pole max. 0,0001 T - s elektronickou reguláciou a možnosťami nastavenia (čas, intenzita); deklarované efekty - zlepšenie mikrocirkulácie, lokálne analgetické účinky, pozitívne dermatokozmetické účinky, rôzne liečebné a biopozitívne účinky stimuláciou akupunktúrno-reflexologických bodov a dráh; tiež bioregeneračné a celkovo posilňujúce účinky a pozitívne účinky na chronické bolesti pohybového aparátu a neurologického charakteru, poruchy látkovej premeny, spánku, alergie ai..</p> <p>Modifikácia: lehátko alebo lokálne prikladané permanentné magnety so statickým (nie pulzným) magnetickým poľom cca 0,05 T (náramky, čelenka, golier, bedrový pás apod.) stimulujúce akup. body magnetickým poľom.</p>
<p>P19 - APLIKÁCIA PULZNÉHO ELEKTROMAGNETICKÉHO POĽA (napr. prístroje Magnetotherapy a Scenar)</p>	<p>Prístrojová procedúra - aplikácia pulzného magnetického poľa na ľudský organizmus - za účelom priaznivého ovplyvnenia tkanív a zvýšenia priepustnosti bunkových membrán (indukcia = 0,001-0,01 T, 1-50 Hz) - s deklarovanými vazodilatačnými, analgetickými, spazmolytickými, myorelaxačnými, protizápalovými, antiedematóznymi i kozmetickými účinkami:</p> <p>A/ Prístroj MAGNETOTHERAPY má svoju elektronickú riadiacu časť a aplikačnú prstenovitú časť (solenoid), do ktorej sa zasunie (v</p>

	<p>polohe ležmo alebo polosedo) príslušná časť tela;</p> <p>B/ Prístroj SCENAR/SKENAR má svoju elektronickú riadiacu časť, detekčnú časť a aplikačnú časť. Pomocou priloženia prístroja priamo na telo alebo jeho sond sa lokálne automaticky zisťuje elektrický odpor, impedancia kože a v takto zisťovaných aplikačných bodoch sa pomocou okrúhlych, náramkových, tyčinkových, guľčkových, kartáčovitých alebo plošných elektród aplikujú pulzy riadeného elektromagnetického poľa nízkej intenzity s nastaviteľnými charakteristikami (frekvencia 15-350 Hz, frekvenčná modulácia 30–120 Hz, trvanie pulzov 1 sec. v aplikačných intervaloch 1-5 sec.); ide v podstate o elektroakupunktúrny prístroj s viacerými aplikačnými módmi. Prístroju sa pripisuje lokálne aj celkovo biopozitívny účinok na rôzne ochorenia z oblastí kardiovaskulárneho, nervového, dýchacieho i tráviaceho traktu, pohybového aparátu i napr. neplodnosti a porúch spánku; ďalej priaznivé dermatokozmetický efekt atď. – všetko na báze harmonizácie rozladených funkcií organizmu pôsobením riadených elektromagnetických impulzov.</p>
<p>P20 - ELEKTROAKUPUNKTÚRA POĎĽA VOLLA (diagnostika toxickej záťaže organizmu metódou EAV)</p>	<p>Prístrojová procedúra - pomocou dotykovej sondy špeciálneho elektronického prístroja sa zaznamenáva elektrická vodivosť (potenciály) v akupunktúrnych bodoch na rukách a nohách za účelom zistenia aktuálneho stavu vnútorných orgánov a celkového stavu organizmu, vrátane jeho toxickej záťaže; údajne sa sníma energetická rovnováha orgánov a organizmu a jej porušenie v uvedených bodoch (meridiánoch), ktoré má diagnostický význam, zároveň prístroj umožňuje zistiť polohu akupunktúrnych bodov.</p>
<p>P21 - AKUPUNKTÚRA</p>	<p>Medicínsky špecializačný odbor - zameraný na terapiu rôznych zdravotných ťažkostí aplikáciou akupunktúrnych ihl do akupunktúrnych bodov podľa tradičných</p>

	východoázijských postupov a filozofií v kombinácii s modernými neurofyziologickými (reflexologickými) poznatkami západnej medicíny.
P22 - MYOSTIMULÁCIA PANVOVÉHO DNA prístrojom Bioharmónia	Myostimulácia panvového dna prístrojom Bioharmónia vaginálnymi sondami (elektrodami) na liečbu močovej inkontinencie