

# Portál: Otázky z hygieny a sociálního lékařství (LFHK)

1.
  - a) Historický vývoj primární a sekundární prevence. Ochrana a podpora zdraví (výklad pojmů). Základní právní předpis (zákon 258/2000 Sb. o ochraně veřejného zdraví). Struktura hygienické služby ČR.
  - b) Prevence kardiovaskulárních onemocnění – populační a individuální strategie. Použití tabulky koronárního rizika v primární prevenci ICHS.
  - c) Kulturní, etnické a náboženské aspekty zdravotní péče. Specifika klinické praxe v multikulturní společnosti.
2.
  - a) Nebezpečné faktory životního a pracovního prostředí. Chemická expozice (základní pojmy a cesty vstupu). Nekarcinogenní a karcinogenní účinky (vztah mezi dávkou a účinkem). Zvýšená expoziční vnímavost.
  - b) Hygiena pedagogického procesu – specifické rysy, aplikace pro prevenci poškození zdraví, negativní zdravotní důsledky.
  - c) Systém financování zdravotnictví, základní typy úhradových mechanismů, příklad České republiky.
3.
  - a) Charakteristiky obtíží po chronické chemické expozici. Možnosti zjišťování nebezpečnosti chemické expozice. Monitorování prostředí a biologické monitorování chemické expozice.
  - b) Zásady vhodné a pravidelné pohybové aktivity (druh, objem, intenzita a frekvence), přínosy a rizika. Základní součásti Wellness.
  - c) Determinanty zdraví. Sociální determinanty zdraví. Ekvita ve zdraví.
4.
  - a) Charakteristiky obtíží po chronické chemické expozici. Možnosti zjišťování nebezpečnosti chemické expozice. Monitorování prostředí a biologické monitorování chemické expozice.
  - b) Preventivní periodické prohlídky v primární péči (náplň, význam).
  - c) Zdravotní potřeby. Diferenciace zdravotních potřeb a zajištění zdravotní péče pro základní typy populačních věkových skupin.
5.
  - a) Systém hodnocení zdravotních rizik (popis fází hodnocení a řízení chemických rizik).
  - b) Rizikové faktory a prevence nádorů obecně. Primární a včasná sekundární prevence karcinomu děložního čípku a prostaty, role praktického lékaře.
  - c) Demografie a její využití v péči o zdraví populace. Počet a struktura obyvatelstva, věková pyramida. Demografické stárnutí a jeho dopady na zdravotní a sociální péči.
6.
  - a) Chemické karcinogeny (příklady). Klasifikace karcinogenů podle IARC. Testování mutagenního a karcinogenního potenciálu (in vivo, in vitro; Amesův test; chromozomové aberace).
  - b) Metabolický syndrom a hyperurikémie (definice, epidemiologie, význam pro prevenci chorob).
  - c) Základní charakteristiky českého zdravotnického systému.
7.
  - a) Ionizující záření (definice, zdroje, expozice, základní charakteristiky, účinky IZ na živou hmotu, účinky deterministické a stochastické a jejich vliv na zdraví člověka, ochrana před IZ – atomový zákon, přijatelnost ozáření, indikace, principy ochrany před IZ).
  - b) Přímá rizika výživy – nejčastější rizika v ČR. Zásady zdravé stravy. Grafická doporučení zdravé výživy (pyramida, zdravý talíř, značení potravin).
  - c) Tradiční statistiky o zdravotním stavu populace. Národní zdravotnický informační systém. Význam a použití mezinárodní klasifikace nemoci.
8.
  - a) Ochrana zdraví zdravotnických pracovníků před účinky ionizujícího záření. RTG a radioizotopová pracoviště. Kategorizace zdrojů IZ, pracovišť a pracovníků. Sledované a kontrolované pásma. Kolektivní a individuální prevence IZ.
  - b) Diabetes mellitus (definice, klasifikace, epidemiologie, význam primární a včasné sekundární prevence).
  - c) Systém sociálního zabezpečení v ČR. Sociální pojištění, státní sociální podpora, sociální pomoc. Příspěvek na péči.
9.
  - a) Zdravotní účinky faktorů obytných místností (teplota, vlhkost, osvětlení, chemické látky, rostlinné toxiny a alergen, ionizace ovzduší). Nemoc z budov, syndrom nemoci z budov.
  - b) Preventivní periodické prohlídky v primární péči u dospělých – prohlídky u praktického lékaře, stomatologa, gynekologa (náplň, význam).
  - c) Občanskoprávní odpovědnost ve zdravotnictví (náhrada při újmě na přirozených právech člověka – jednotlivé nároky; škoda způsobená věcí, škoda na věci odložené a vnesené; postavení poskytovatele zdravotních služeb, pojištění odpovědnosti).
10.
  - a) Zdravotní účinky kontaminace venkovního ovzduší (determinující faktory, smog, prašnost PM, polycyklické aromatické uhlovodíky, oxid siřičitý, oxidy dusíku, oxid uhelnatý, ozón, benzen).
  - b) Profesionální dermatózy (vliv fyzikální, chemické, biologické), kontraindikace pro práci v riziku kožních chorob. Příklady ve vybraných průmyslových odvětvích, vliv na zdraví pracovníků.
  - c) Zdravotnická dokumentace. Obsah, forma, způsob vedení, uchování, nahlížení do zdravotnické

dokumentace.

11.
  - a) Management nebezpečných odpadů (obecně). Odstraňování pevných a tekutých odpadních látek ve zdravotnických zařízeních.
  - b) Stres – rizikové faktory a prevence jeho zdravotních následků, příklady v životním a pracovním prostředí, monitorování stresu, možnosti jeho ovlivnění. Psychická zátěž ve zdravotnictví. Syndrom vyhoření. Stres jako imunomodulátor. Metody používané v mentální hygieně.
  - c) Ekonomie zdravotnictví. Tržní selhání v systému zdravotnictví. Důvody, příklady.
12.
  - a) Hygiena provozu nemocnic (příjem nemocných, osobní hygiena personálu a nemocných, manipulace s prádlem, manipulace se stravou, úklid, kontrola sterilizace, nakládání se zdravotnickým odpadem, problematika návštěv).
  - b) Ergonomie z hlediska hygieny. Práce ve stoje a vsedě (charakteristiky, pozitiva a negativa, zdravotní následky, prevence). Doporučení pro práci s počítačem.
  - c) Zdravotní pojištění. Práva a povinnosti pojištěnců. Princip solidarity.
13.
  - a) Nozokomiální nákazy, faktory ovlivňující jejich vznik a šíření. Vysvětlí pojmy: zdroj nákazy, cesta přenosu, vnímavý jedinec. Možnosti prevence nozokomiálních nákaz.
  - b) Stárnutí jako rizikový faktor. Stárnutí populace, vztah stárnutí a nemoci, biologický věk a rychlost stárnutí, délka života ve zdraví a její determinanty.
  - c) Trestněprávní odpovědnost ve zdravotnictví (trestní odpovědnost fyzických osob, trestní odpovědnost právnických osob, vybrané trestné činy ve zdravotnictví, vybrané problémy trestního řízení, součinnost s orgány činnými v trestním řízení).
14.
  - a) Kategorizace prací (význam, proces určení kategorie, charakteristika jednotlivých kategorií). Rizikové faktory (fyzikální, chemické, biologické), neměřitelné a měřitelné faktory (limity).
  - b) Alergie – civilizační nemoc 21. století. Potravinové alergie, potravinová intolerance, celiakie.
  - c) Návažnost zdravotní a sociální péče. Sociální služby (služby sociální péče, služby sociální prevence, sociální poradenství).
15.
  - a) Riziková práce, poškození zdraví z práce – pracovní úraz, nemoc z povolání, ohrožení nemocí z povolání (podmínky, pravidla uznávání, finanční kompenzace).
  - b) Zdravotní problematika pitné vody (zdroje, kritéria kvality, doporučení pro konzumaci). Význam a použití mezinárodní klasifikace nemocí. Informační systém v primární péči.
  - c) Právní aspekty postavení nezletilého pacienta (zletilost, zákonný zástupce, informované souhlasy a negativní reversy u nezletilých pacientů, specifika v postavení nezletilých pacientů, sociálně-právní ochrana dětí).
16.
  - a) Způsoby prevence na pracovišti – kolektivní (technická, technologická, organizační), individuální (skupiny OOPP, pracovní–lékařské preventivní prohlídky – typy, frekvence, provádění, náplň, výstupy).
  - b) Epidemiologie a prevence neinfekčních onemocnění dýchacího systému, úloha prostředí při jejich vzniku a rozvoji (CHOPN, astma, intersticiální plicní procesy).
  - c) Systemická perspektiva v medicíně; spolupráce s rodinou nemocného v průběhu léčby. Rodinná terapie v medicíně a interdisciplinární spolupráce.
17.
  - a) Medicína katastrof, protiepidemická opatření.
  - b) Účinky vibrací na lidský organismus – místní a celkové, možnosti prevence, kontraindikace práce v riziku vibrací. Příklady ve vybraných průmyslových odvětvích nebo pracích, vliv na zdraví pracovníků.
  - c) Role a význam primární zdravotní péče. Primární péče a sebe péče. Domácí péče.
18.
  - a) Alkoholismus (metabolismus a účinky alkoholu, klasifikace konzumentů, akutní a chronická intoxikace, prevence).
  - b) Pracovní rizika ve zdravotnictví – fyzikální, chemická (včetně rizik genotoxických), biologická, nadměrná fyzická a psychická zátěž, možnosti prevence. Nemoci z povolání ve zdravotnictví.
  - c) Sociální opora a zdraví. Podoby sociální opory. Význam sociální opory v případě nemoci.
19.
  - a) Drogové závislosti (kanabinoidy, opiáty, halucinogeny, těkavé látky, stimulační a taneční drogy – účinky, rizika, prevence).
  - b) Profesionální poškození sluchu z hluku. Možnosti prevence, kontraindikace pro práci v riziku hluku. Příklady ve vybraných průmyslových odvětvích nebo pracích, vliv na zdraví pracovníků.
  - c) Ambulantní péče a její zajištění. Druhy ambulantních zařízení. Výhody a nevýhody ambulantní péče z pohledu lékaře, pacienta a dalších účastníků v systému zdravotní péče.
20.
  - a) Problematika tabakismu. Možnosti expozice – aktivní kouření, pasivní kouření, Third-HandSmoke. Účinky kouření na zdraví. Prevalence kouření v ČR. Možnosti pro odvykání kouření – úloha lékaře v léčbě tabakismu. Metoda 4M, Metoda 4P, náhradní terapie nikotinem – podstata, účinek; nenikotinová terapie. Aktivita za nekouření, MPOWER, peer programy. Zahřívání tabáku a elektronické cigarety.
  - b) Hygiena práce v zemědělství (rostlinná a živočišná výroba). Chemické látky v zemědělství (hnojiva, pesticidy – organofosfáty a další typy). Zdravotní rizika práce v zemědělství.
  - c) Nemocniční péče a její zajištění. Druhy nemocničních zařízení. Výhody a nevýhody nemocniční péče z pohledu lékaře, pacienta a dalších účastníků v systému zdravotní péče.
21.
  - a) Zvýšený příjem potravy (obezita, nadváha) – výskyt, rizika pro zdraví, prevence (na úrovni jednotlivce a společnosti). Hodnocení výživového stavu (BMI, tělesný tuk, WHR). Možnosti sledování výživových zvyklostí.

- b) Zdravotně-hygienická problematika expozice vybraným organickým látkám – halogeny (chlór a jeho sloučeniny, halogenované uhlovodíky), sloučeninami dusíku (amoniak, kyanidy a izokyanáty), benzen a jeho homology (toluen, xylen).
- c) Kvalita zdravotní péče a metodologie jejího hodnocení. Spokojenost pacientů s poskytovanou zdravotní péčí.

22. a) Snížený příjem potravy – příčiny, rozdělení dle WHO, vliv na zdraví, prevence.  
b) Zdravotně – hygienická problematika expozice vybraným anorganickým látkám – olovo, kadmium, arzen, rtuť, chrom, nikl (z životního a pracovního prostředí).  
c) Paliativní péče. Hospicová péče v České republice.
23. a) Základní složky potravy – sacharidy (rozdělení a rizika, glykemický index, vláknina), bílkoviny (charakteristika, význam pro zdraví člověka, limitující aminokyseliny).  
b) Zdravotní důsledky práce v prašných provozech, možnosti prevence, kontraindikace práce v prašných provozech. Příklady ve vybraných průmyslových odvětvích nebo pracích, vliv na zdraví pracovníků.  
c) Duševní zdraví a nemoc; bio-psycho-sociální pohled, epidemiologie, preventivní strategie, organizace systému péče o duševní zdraví, interdisciplinární spolupráce.
24. a) Základní složky výživy – tuky (nasycené a nenasycené MK, vliv na zdraví, zdroje, význam polynenasycených MK). Transmastné kyseliny (zdroje, vliv na zdraví).  
b) Vliv fyzické zátěže na zdraví – celková a lokální zátěž, manipulace s břemeny, dlouhodobé nadměrné jednostranné zatížení (druhy poškození zdraví), prevence.  
c) Vznik a činnost WHO, zdravotní programy uplatňované v ČR. Zdraví 2030.
25. a) Vitamíny (rozpustné ve vodě a v tucích), minerální látky (makroelementy, mikroelementy, stopové prvky) - charakteristika, význam pro zdraví.  
b) Primární a včasná sekundární prevence karcinomu prsu a kůže, role praktického lékaře.  
c) Odmítnutí péče pacientem. Negativní revers a jeho náležitosti. Hospitalizace a péče bez souhlasu pacienta.
26. a) Biologická kontaminace potravy (enterotoxikózy, enteroinfekce). Fyzikální a radiační kontaminace potravy (ozařování potravin). Kontrola bezpečnosti potravin v ČR (schéma, RASFF), prevence kontaminace potravy (HACCP).  
b) Primární a včasná sekundární prevence kolorektálního karcinomu a karcinomu plic. Role praktického lékaře.  
c) Poučení pacienta. Informovaný souhlas. Dříve vyslovené přání.
27. a) Úrazy a poškození zdraví u dětí – typy, prevence, pravidla pro organizování akcí pro děti, dětská hřiště.  
b) Hygiena práce ve vybraných průmyslových oborech – strojírenství, chemický a gumárenský průmysl, stavebnictví, dřevozpracující průmysl, textilní průmysl (typická rizika daných oborů, zdravotní následky, prevence).  
c) Povinnosti pacienta. Odmítnutí přijetí pacienta do péče. Ukončení péče o pacienta.
28. a) Výživa dětí – výživa matky v těhotenství, kojení, zavádění příkrmu, odlišnosti výživy batolat, výživa starších dětí. Rizika spojená s výživou v dětském věku.  
b) Genetika a epigenetika v prevenci nemocí. Determinanty délky života, vliv genetiky na zdraví, polygenní dědičnost, epigenetické mechanismy, způsoby ovlivnění epigenomu.  
c) c) Kvalita života. Kvalita života související se zdravím. Metody hodnocení kvality života.
29. a) Vývoj dítěte – charakteristika jednotlivých období, hodnocení. Zevní a vnitřní faktory ovlivňující tělesný rozvoj dítěte. Preventivní prohlídky u praktického lékaře a stomatologa, očkovací kalendář.  
b) Epidemiologie a její využití. Asociace a kauzalita v epidemiologii.  
c) Zdravotnické systémy – typologie.
30. a) Chemická kontaminace potravy – zdroje, časté kontaminanty. Aditivní látky – typy, použití, rizika. Biopotraviny.  
b) Lékařská etika I.: význam etiky v současné medicíně, základní principy lékařské etiky a jejich uplatňování v klinické praxi a výzkumu. Etické kodexy.  
c) Hodnocení zdravotního stavu populace a jeho význam. Hlavní ukazatele výskytu nemocnosti a úmrtnosti v populaci, definování, interpretace a využití.
31. a) Spánková hygiena, nedostatečná produkce melatoninu. Vliv sportu na spánek a regeneraci organismu. Cirkadiánní stravování v prevenci civilizačních chorob.  
b) Lékařská etika II.: typické oblasti etických dilemat v klinické medicíně a výzkumu – přehled a příklady. Význam etických komisí  
c) Epidemiologické studie – typy, výhody a nevýhody jednotlivých studií.