

KAPITOLA I

NEINVAZÍVNE A SEMIINVAZÍVNE SLUŽBY STAROSTLIVOSTI O ĽUDSKÉ TELO

001 - HOLIČSTVO A KADERNÍCTVO

Zaradenie / kategória	A
Definícia a stručná charakteristika	Starostlivosť o vzhľad, strih a kondíciu vlasov, brady a fúzov; čiastočne prístrojová procedúra (strihací strojček, kulmy, sušičky), holenie, strihanie, odfarbovanie / farbenie a styling vlasov, fúzov a brady; predlžovanie a zahusťovanie vlasov, úprava vlasov na dredy, nasadzovanie kanekalonov (dredov z umelých vlákien).
Zdravotné kontraindikácie	Nie sú, avšak opatrnosť je nevyhnutná u alergikov a v súvislosti s traumatizáciou materských znamienok.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	Nie

- 002 – KOZMETICKÉ SLUŽBY:**
- klasické
 - koloristika („maľovanie na telo“)
 - tanning
 - kozmetická depilácia pinzetou, strojčekom alebo voskom
 - brazílska exotická depilácia

Zaradenie / kategória	A
<p>Definícia a stručná charakteristika</p>	<p><u>Kozmetika</u>: starostlivosť o vzhľad a kondíciu pokožky tela (pleti): naparovanie, čistenie pleti, kozmetický peeling*), odstraňovanie komedónov, klasický make-up a krytie estetických chýb pleti, znižovanie výraznosti vrások; pleťové masky, drobná masáž pokožky tváre, dekoltu; aj nalepovanie mihalníc a trvalá rias.</p> <p><u>Koloristika</u>: nanášanie farieb na telo (vrátane tváre) s tvorbou ornamentov a obrazcov kozmetickými metódami, vrátane dekoratívneho / karnevalového maskérstva tváre (= nad rámec klasického make-up).</p> <p><u>Tanning</u>: prístrojová procedúra - nanášanie samoopaľovacej emulzie na pokožku zväčša rozprašovacou pištoľou v príslušnej kabínke.</p> <p><u>Depilácia</u>: dočasné odstraňovanie ochlpenia z rôznych častí tela pinzetou, strojčekom alebo mechanickým účinkom strhnutia stuhnutého vosku naneseného v tekutom (horúcom) stave na pokožku.</p> <p><u>Tzv. "exotická brazílska depilácia"</u>: odstraňovanie pubického ochlpenia voskovou metódou po predchádzajúcom ostrihaní ochlpenia (aj "depilácia plavkového strihu"); novinka: depilácia cukrovou pastou (namiesto vosku).</p>
<p>Zdravotné kontraindikácie</p>	<p>Všetky druhy materských znamienok (lokálne); Depilácie voskom: precitlivenosť na teplo; opatrnosť je nevyhnutná u alergikov, hemofílie, u osôb so sklonom k tvorbe hypertrofických a keloidných jaziev, v prípadoch aktívneho alebo častého výskytu herpesovej infekcie, 6 týždňov po epilácii spojenej s vytrhávaním koreňov chlpcov; v prípade lokálneho používania retinoidov alebo bieliacich prípravkov na báze hydrochinónu (stačí ich vysadiť 2 týždne pred procedúrou), precitlivenosť na uvedené prípravky; niekoľko týždňov pred depiláciou sa neodporúča užívať</p>

	prípravky s vysokým obsahom betakaroténu.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z.; v prípade tanningu doklad o zaškolení personálu na obsluhu prístroja od výrobcu/distribútora prístroja.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	Nie

Poznámka: "vizážistika" - kombinácia postupov kozmetika, make-up až koloristika + kaderníctvo.

*) vysvetlivka : *peeling* = zbavovanie pokožky nečistôt a odumretej povrchovej vrstvy epidermis; mechanický peeling - pomocou drobných brúsnych častíc (manuálna masáž príslušnými krémami); chemický peeling - pôsobením ovocných kyselín; biologický peeling - aplikáciou tvárovej masky v silnej vrstve alebo pomocou slabšie účinných olupovacích prípravkov; (tiež použitie kokosovej múčky, kávy, zmesi oleja so soľou z Mŕtveho mora ai.).

003 – KOZMETICKÁ ELEKTROKOAGULÁCIA

Zaradenie / kategória	C
Definícia a stručná charakteristika	Procedúra - odstraňovanie ochlpenia a odstraňovanie rozšírených žiliek z rôznych častí tela elektrokoaguláciou ("elektrickou ihlou").
Zdravotné kontraindikácie	Prítomnosť chorobne zmenenej kože v mieste úkonu, vrátane materských znamienok; implantovaný kardiostimulátor a klienti s kovovými implantátmi.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	U pracovníkov zariadení starostlivosti o ľudské telo zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z., doklad o zaškolení personálu na obsluhu prístroja od výrobcu/distribútora prístroja. Odporúča sa odborné zaškolenie zdravotníckym pracovníkom dermatologického alebo dermatokozmetického zamerania.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	Nie

004 – KOZMETICKÁ MIKRODERMABRÁZIA

Zaradenie / kategória	C
Definícia a stručná charakteristika	Prístrojová procedúra - mechanický peeling aplikáciou: 1.) Mikrokryštalických častíc oxidu hlinitého alebo diamantového prášku riadeným prúdom vzduchu alebo 2.) Rotujúcimi obrusovacími, resp. masážnymi sondami – zdravotný výkon – vid' informatívna príloha
Zdravotné kontraindikácie	Miesta s akýmkoľvek spôsobom chorobne zmenenou pokožkou, otvorenými ranami, predkolenným vredom, varixami, rozšírenými cievkami, keloidnými jazvami, bradavicami, zápalmi a rakovinou kože a materskými znamienkami; akné v zápalovom štádiu, ekzémom, aktívnym herpesom (oparom) a aktívnou rosaceou
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	U pracovníkov zariadení starostlivosti o ľudské telo zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z., doklad o zaškolení personálu na obsluhu prístroja od výrobcu/distribútora prístroja. Odporúča sa odborné zaškolenie zdravotníckym pracovníkom dermatologického alebo dermatokozmetického zamerania.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	V odôvodnených prípadoch

005 – BIOSTIMULAČNÝ LASER

Zaradenie / kategória	B
Definícia a stručná charakteristika	<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 rániek, 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 (IPL - zdravotný výkon - vid' informatívnu prílohu) s efektom odstraňovania výraznejších cievok.</p> <p>Kozmetický laser, ako aj aplikácia laserového žiarenia na „ožarovanie krvi“ nosovým aplikátorom zavedeným do nosovej dutiny prístrojom Bioquant – zdravotný výkon – vid' informatívna príloha</p>
Zdravotné kontraindikácie	<p>Absol.: aplikácia v bezprostrednej blízkosti oka; veľká opatrnosť pri ošetrovaní tváre; používanie ochranných okuliarov aj u klienta (!); nádorové ochorenia vo všeobecnosti, špeciálne rakovina kože, pigmentované materské znamienka, sklerodermia, zápal kĺbového puzdra s retrakciou, Dupuytrenova kontraktúra, keloidy, jazvy po RTG a rádiovom ožiarení, epilepsia; oblasť štítnej žľazy, semenníkov a implantácie kardiostimulátora.</p>
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	<p>U pracovníkov zariadení starostlivosti o ľudské telo zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z., doklad o zaškolení personálu na obsluhu prístroja od výrobcu/distribútora prístroja. Odporúča sa odborné zaškolenie zdravotníckym pracovníkom dermatologického alebo dermatokozmetického zamerania.</p>
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	V odôvodnených prípadoch

006 – KOZMETICKÉ POUŽITIE BIOLAMPY (BIOSVETLO, BIOSTIMUL)

Zaradenie / kategória	C
Definícia a stručná charakteristika	Prístrojová procedúra využívajúca povrchové i hĺbkové kozmetické pôsobenie polarizovaného svetla; prístroj pripomína klasickú elektrickú lampu, produkuje svetelné žiarenie vlnových dĺžok 430-2800 nm s maximálnou intenzitou zložiek vo vlnovom rozsahu 750-1200 nm; príslušné časti tela sa ožarujú lampou počas určenej doby a z určenej vzdialenosti. Sofistikovanejšie prístroje disponujú frekvenčným modulátorom, ktorým sa nastavuje frekvencia žiarenia podľa danej indikácie; deklarované účinky: protizápalové, regeneračné, biostimulačné. Existuje aj celotelová verzia aplikácie polarizovaného svetla, ktorá sa vykonáva prístrojom Sensolite; tento je riešený analogicky ako horizontálne solárium (prístroj Sensolite), avšak trubice namiesto UV-žiarenia produkujú polarizované svetlo.
Zdravotné kontraindikácie	Epilepsia, hypertyreóza, pri aplikácii liekov alebo prípravkov obsahujúcich fotosenzibilizujúce látky, zhubné nádory, jazvy po operáciách, fotodermatózy; ožarovanie očí a oblastí štítnej žľazy, semenníkov, rastových zón, horúčkové, zápalové a infekčné ochorenia, gravidita. Pri celotelovej aplikácii biosvetla sa odporúča, aby klienti používali ochranné (stačia bežné slnečné) okuliare.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	U pracovníkov zariadení starostlivosti o ľudské telo zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z., doklad o zaškolení personálu na obsluhu prístroja od výrobcu/distribútora prístroja.
Potreba dohľadu lekára	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	Nie

**007 – KOZMETICKÉ OŠETRENIE VYSOKOFREKVENČNÝM OZONIZÉROM
(PRÍSTROJ DARSONWAL (HF))**

Zaradenie / kategória	A
Definícia a stručná charakteristika	Prístrojová procedúra - lokálna mikromasáž násadkami ovládanými elektronickým prístrojom napr. Darsonwal - s elektrickým iskrením a produkciou ozónu pri kontakte sklenenej výbojky s pokožkou; rôzne násadce ("peloty") - "iskriaci" hrebeň, "hríbik" na tvár, ai.; deklarované efekty: tonizujúci účinok na pokožku, podkožie i svalstvo, zlepšenie lokálneho prekrvenia, detoxikácia; lokálny antibakteriálny účinok vplyvom ozónu vznikajúceho pri elektrickom výboji behom zákroku.
Zdravotné kontraindikácie	Elektrický výboj - ako u myostimulácií, myoliftingu a facemyoliftingu (pozri tam).
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z., doklad o zaškolení personálu na obsluhu prístroja od výrobcu/distribútora prístroja.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	Nie

008 – SOLÁRIUM, BIOSOLÁRIUM

Zaradenie / kategória	A
Definícia a stručná charakteristika	<p>Procedúra zameraná na kozmetické opaľovanie kože umelými zdrojmi UV-A žiarenia; solária sú horizontálne a vertikálne; tzv. "turbosolárium" - vylepšené solárium, ktoré údajne svojím výkonom a konštrukčným riešením zabezpečuje rýchlejšie, rovnomernejšie a pritom zdravotne bezpečné opaľovanie; tzv. "biosolárium" - sa vybavuje trubicami žiariacimi do zelena, ktoré sú údajne z hľadiska produkovaného UV spektra zdravotne bezpečnejšie; podľa vyjadrenia Zdravotného ústavu v Brne však "biotrubice" produkujú vyšší podiel UV-B žiarenia ako klasické solárne trubice (!)</p>
Zdravotné kontraindikácie	<p>Albinizmus a bledý typ pokožky so zmnoženými materskými znamienkami, akékoľvek nádorové ochorenie kože alebo vnútorných orgánov (aj prekonané), prejavy predchádzajúceho akútneho alebo chronického poškodenia kože UV žiarením, rozsiahlejšie zápaly kože, menovite herpes (pásový i obyčajný), alergie na slnečné žiarenie, solárny ekzém a iné ekzémy, solárna dermatitída, akékoľvek infekčné ochorenie (i prechladnutie), katarakta a stavy po operácii očných šošoviek, gravidita, užívanie akýchkoľvek liekov a aj kozmetických prípravkov (vrátane líčidiel a parfémov); neodporúča sa u osôb vo veku do 18 rokov, fototypu pokožky I (keltský typ) a osôb s pozitívnou rodinnou anamnézou na rakovinu kože.</p>
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	<p>Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z., doklad o zaškolení personálu na obsluhu prístroja od výrobcu/distribútora prístroja. Odporúča sa odborné zaškolenie zdravotníckym pracovníkom dermatologického alebo dermatokozmetického zamerania.</p>
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	V odôvodnených prípadoch

009 - KOZMETICKÉ POUŽITIE ULTRAZVUKU (TIEŽ KAVITAČNÝ PEELING)

Zaradenie / kategória	A
Definícia a stručná charakteristika	<p>Procedúra využívajúca kozmetické účinky trvalého alebo impulzného pôsobenia ultrazvuku (napr. prístroje Sono Styler, BIOSONIC BS100); deklarované účinky (na princípe tvorby tepla v tkanivách a ultrazvukovej kavitácie);</p> <p>Peeling, vyhladzovanie vrások, spevňovanie ochabnutej pokožky, cielená redukcia tukových vankúšikov / celulitídy;</p> <p>Ultrazvuk sa aplikuje príslušnou sondou; napr. prístroj BIOSONIC umožňuje aj režim sonoforéza a ionoforéza - vpravovanie kozmetických prípravkov do pokožky pomocou násadcov spôsobujúcich lokálnu vibračnú mikromasáž (lifting) alebo galvanické mikroprúdy.</p>
Zdravotné kontraindikácie	<p>Ultrazvuk – hypertyreóza, zlý stav výživy (veľmi chudé až kachektické osoby), chorobne zmenená koža, varixy, zápaly žíl a trombózy, oblasti v blízkosti očí, oblasť srdca po infarkte myokardu, kardiostimulátor, lokality s nádormi a jazvami po operáciách nádorov; zápaly nervov, miesta s porušenou nervovou citlivosťou, horúčkové ochorenia, reumatické ochorenia; oblasti gonád, endoprotéz, epifýzy rastúcich kostí mladých ľudí; u tehotných žien v oblasti brucha a prsníkov; galvanické prúdy – ako u myostimulácií, myoliftingu a facemyoliftingu (pozri tam).</p>
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z., doklad o zaškolení personálu na obsluhu prístroja od výrobcu/distribútora prístroja.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	V odôvodnených prípadoch

010 - KOZMETICKÉ POUŽITIE MYOSTIMULÁCIE, MYOLIFTING, FACE-MYOLIFTING

Zaradenie / kategória	A
Definícia a stručná charakteristika	Prístrojová procedúra - starostlivosť o postavu a vzhľad pleti riadenou elektrickou stimuláciou kontrakcií svalov tváre alebo iných častí tela elektronickými myostimulátormi rôznych typov - za účelom dosiahnutia spevnenia a zosilnenia stimulovaných svalov, kresby svalov pri súčasnej lokálnej redukcii podkožného tuku, eventuálne aj celulitídy; slúži aj na lokálne formovanie postavy (napr. brušné svalstvo – napr. prístroj Perfect Body Junior), aplikuje sa príslušnými kontaktnými sondami na povrch kože; aplikácia na tvár a bradu - facemyolifting ("facelifting bez skalpela"). Myostimulácia panvového dna prístrojom Bioharmónia vaginálnymi sondami (elektrodami) – treba považovať za zdravotný výkon – vid' informatívna príloha
Zdravotné kontraindikácie	Gravidita, osoby s kardiostimulátorom a kovovými implantátmi, psychózy, záchvatovité ochorenia neurologické (epilepsia), ale aj iné (žlčníkové a obličkové koliky), osoby s početnejšími jazvami po brušných operáciách, miesta s akýmkoľvek chorobným postihnutím kože a s materskými znamienkami, varixami, žilné trombózy a pľúcne embólie, stavy po čerstvom infarkte myokardu, predná plocha krku, prsníky, hyperfunkcia štítnej žľazy, prvé 2 dni menštruácie, pri liečbe na neplodnosť - len v prvej polovici menštruačného cyklu; neodporúča sa vo veku do 15 rokov.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z., doklad o zaškolení personálu na obsluhu prístroja od výrobcu/distribútora prístroja.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	V odôvodnených prípadoch

011 - HĽBKOVÉ TEPLLO (INFRAKABÍNA = „INFRASAUNA“)

Zaradenie / kategória	A
Definícia a stručná charakteristika	<p>Prístrojová procedúra so zameraním na povrchové a hlavne hĺbkové prehrievanie tkanív ošetrovanej časti tela;</p> <p>Procedúra využívajúca povrchové i hĺbkové pôsobenie infračerveného žiarenia na ľudský organizmus - zväčša formou infrakabíny (s infražiaricmi) alebo Soluxu a podobných prístrojov. Efekty: rekondično-regeneračný, uvoľňujúci, stimulujúci krvný obeh, protizápalový, rezorpčný (opuchy) apod.</p> <p>Aplikácia - Kontaktnými žiaričmi (prístrojovými sondami alebo plochými žiaričmi) – zdravotný výkon – viď informatívna príloha</p>
Zdravotné kontraindikácie	<p>Infrakabína - ako u sauny (pozri tam) + užívanie liekov s negatívnou interakciou s infražiarením, systémový lupus erythematosus, skleróza multiplex, akútne neurologické ochorenia, akútne poškodenia kĺbov (min. do 48 hod. po poranení), kovové implantáty, vrátane prístrojov ako je kardiostimulátor; v prípade prístrojov s vyvíjaním lokálne pôsobiacich diatermických prúdov sú kontraindikácie ako u myostimulácií, myoliftingu a facemyoliftingu (pozri tam).</p>
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	<p>U pracovníkov zariadení starostlivosti o ľudské telo zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z., doklad o zškolení personálu na obsluhu prístroja od výrobcu/distribútora prístroja.</p>
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	V odôvodnených prípadoch

012 - ZÁBALY: škoricové, čokoládové, bahenné (fango), cryoslimové a biotermické zábal, (aj "anticelulitídové" zábal)

Zaradenie / kategória	C
<p>Definícia a stručná charakteristika</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 strhnú; zábalové ingrediencie sa aplikujú zahriate (horúce) alebo s aplikáciou tepla na príslušnú oblasť tela po nanesení zábalu;</p> <p><u>Deklarované efekty:</u> čistenie a regenerácia pleti, lokálna hyperémia, likvidácia opuchov, celulitídy a lokálne prebytočného tuku až formovanie postavy; ide aj o efekt lokálneho prehriatia ("mikrosauna") a peelingu; zábal sa zvyknú kombinovať s masážami, lymfodrenážami a infrasaunou;</p> <p><u>Modifikácie:</u></p> <p>1. Zábal Cryoslim - s prípravkom s kontrolovaným kryogénnym (silno chladivým) účinkom - nejde ale o kryoterapiu s veľmi nízkymi teplotami (!) ; prípravok sa aplikuje prostredníctvom v ňom namočeného ovínadla; procedúra sa môže kombinovať s parafínom alebo inou tepelnou procedúrou;</p> <p>2. Biotermický zábal - s kombinovaným účinkom tepla a chladu v postupnosti: očistenie kože, aplikácia Cryoslimu pozdĺž chrbtice, celotelová aplikácia parafanga, zabalenie klienta do poťahu a prikrytie elektrickou prikrývkou, 15 min. pôsobenia a následné stiahnutie zábalu, nakoniec ľahká relaxačná masáž vhodnou emulziou.</p> <p><u>Obklady</u> - majú menší až lokálny aplikačný rozsah.</p>
<p>Zdravotné kontraindikácie</p>	<p>Ťažšie ochorenia srdcovo-cievneho systému, akútne a horúčkové ochorenia, zápalové ai. ochorenia kože, otvorené poranenia kože a krvácanie, opuchy, nádorové ochorenia, alergie na účinné látky a humínové kyseliny, akútne</p>

	zápalý močových ciest, príznaky zápalov žíl a trombóz; gravidita, precitlivosť na teplo; cryoslim – poruchy periférnej cirkulácie, chladová alergia, kryoglobulinémia.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	U pracovníkov zariadení starostlivosti o ľudské telo zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	Nie

013 - MANIKÚRA A PEDIKÚRA: - klasická, - nechtový dizajn, - suchá pedikúra

Zaradenie / kategória	A
Definícia a stručná charakteristika	<p><u>Klasická manikúra a pedikúra:</u> starostlivosť o vzhľad, strih a kondíciu nechtov a pokožky rúk a nôh a chodidiel; strihanie, tvarovanie, lakovanie nechtov, starostlivosť o nechtové lôžko a okolie nechtov.</p> <p><u>Nechtový dizajn:</u> tvarovanie, modelovanie, spevňovanie, nalepovanie, predlžovanie, lakovanie a farbenie nechtov s tvorbou ornamentov a obrazcov; čiastočne prístrojová procedúra (UV vytvrdzovač nechtov).</p> <p><u>Suchá pedikúra:</u> prístrojová procedúra - starostlivosť o pokožku chodidiel obrusovaním povrchových zrohovatených vrstiev kože (vrátane zarastajúcich nechtov, otlakov a kurích ôk) rotujúcimi nadstavcami brúsiacich frézok ("pedikúra bez skalpela").</p>
Zdravotné kontraindikácie	Nie sú, avšak opatrnosť je nevyhnutná u alergikov a v súvislosti s traumatizáciou materských znamienok; veľká opatrnosť je potrebná u diabetikov a u porúch prekrvenia dolných končatín.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z., doklad o zaškolení personálu na obsluhu prístroja od výrobcu/distribútora prístroja.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	Nie

014 - MASÁŽ ŠPORTOVÁ, RELAXAČNÁ a AROMATICKÁ

Zaradenie / kategória	C
Definícia a stručná charakteristika	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; <u>Relaxačná masáž</u> - jemnejšia, slúži na odbúranie stresu, migrén a únavy - s použitím relaxačných olejov. <u>Aromatická masáž</u> - jemnejšia, za použitia aromatických olejov - aj v spojení s inhaláciou vonných látok z arómalámp.
Zdravotné kontraindikácie	ICHS, kardiálna insuficiencia (po infarkte myokardu, u dekompenzovanej ICHS, myokarditíd a kardiomyopatií, ťažších arytmií a chlopňových vád), kardiostimulátor, hypertenzia, glaukóm, všetky krvácavé a horúčkové stavy, tehotenstvo (pokiaľ sa nejedná o špeciálnu šetrnú masáž určenú pre gravidné) a dojčenie, infekčné a zápalové kožné choroby, solárna dermatitída, varixy, príznaky zápalov žíl a trombóz, vredy predkolenia, hypertyreóza, opuchy a nádory kože, podkožia, orgánov a lymfatických uzlín; čerstvé pourazové a pooperačné stavy, veľké alebo ťažkosti spôsobujúce žlčové/obličkové kamene; u silových masáží ťažšia osteoporóza, totálne endoprotézy; zápaly veľkých kĺbov; po požití alkoholu; opatrnosť je nevyhnutná u alergikov (v súvislosti s používaním masážnych ingrediencií), diabetes, epilepsie a dysmenorhoe.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	U pracovníkov zariadení starostlivosti o ľudské telo zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	V odôvodnených prípadoch

015 – MASÁŽ THAJSKÁ, THAJSKÁ BYLINKOVÁ, INDONÉZSKA (BALI A BUNAKEN), JÁVSKA, HAVAJSKÁ, ABIANGA, MASÁŽ BAMBUSOVÁ, MASÁŽ A ZÁBAL ZO ZELENEHO ČAJU, MASÁŽ KÁVOVÁ + KÁVOVÝ ZÁBAL A PEELING, MASÁŽ MEDOVÁ, MASÁŽ ČOKOLÁDOVÁ

Zaradenie / kategória	B
<p>Definícia a stručná charakteristika</p>	<p>Masáž tela a rozcvičovanie pohybového aparátu s pôsobením predovšetkým na akupresúrne a akupunktúrne body a dráhy (aj tzv. "energetické body a dráhy") s použitím tradičných ázijských masážnych techník a hmatov (u niektorých vrátane špeciálnej rytmiky) a obvykle v spojení s psychickou a fyzickou relaxáciou pôsobením / vdychovaním špecifických aróm a tradičnej hudby, exotických masážnych ingrediencií (kokosový olej / krém, olivový olej a i. prírodné rastlinné oleje), princípov jógy a meditácie; shiatzu = "tlak prsta"; bambusová m. - reflexno-akupresúrna masáž tlakom bambusových kolíkov / paličiek (malé paličky na tvár, väčšie na telo) v kombinácii s pôsobením bambusového oleja; abianga - ako ajurvédská masáž, avšak veľmi jemná a mimo hlavy.</p> <p><u>Bylinná masáž</u> - vo 2 fázach - prikladanie na telo v parnom kúpeli ohriatych plátenných vreciek naplnených zmesou aromatických bylín, následne jemná uvoľňujúca masáž za použitia aromatických olejov;</p> <p><u>Masáž a zábal zo zeleného čaju</u> - kombinácia v poradí: jemná masáž tela s peelingom zeleným čajom - zábal - masáž olejom z hroznových jadierok;</p> <p><u>Masáž kávová</u> - ako u zeleného čaju, avšak s použitím zmesi ohriateho oleja s mletou čiernou kávou (s postupnosťou: peeling - zábal - masáž); deklarované efekty: čistenie a regenerácia pleti, lokálna hyperémia, povzbudzujúci a celkovo tonizujúci účinok.</p> <p><u>Masáž medová a čokoládová</u> - postupy ako u klasických masáží (väčšinou ale jemnejšia procedúra) za použitia medu alebo čokolády, ktoré sa pred masážou nanášajú na kožu; aj súbežná aplikácia čokoládových zábalov; procedúram sa o.i. pripisujú detoxikačné a</p>

	antireumatické (med), antioxidačné (čokoláda, kakao) a celkovo tonizujúce a posilňujúce účinky.
Zdravotné kontraindikácie	ICHS, kardiálna insuficiencia (po infarkte myokardu, u dekompenzovanej ICHS, myokarditíd a kardiomyopatií, ťažších arytmií a chlopňových vád), kardiostimulátor, hypertenzia, glaukóm, všetky krvácavé a horúčkové stavy, gravidita a dojčenie, infekčné a zápalové kožné choroby, solárna dermatitída, varixy, príznaky zápalov žíl a trombóz, vredy predkolenia, hypertyreóza, opuchy a nádory kože, podkožia, orgánov a lymfatických uzlín; čerstvé pourazové a pooperačné stavy, veľké alebo ťažkosti spôsobujúce žlčové/obličkové kamene; u silových masáží ťažšia osteoporóza, totálne endoprotézy; zápaly veľkých kĺbov; po požití alkoholu; opatrnosť je nevyhnutná u alergikov (v súvislosti s používaním masážnych ingrediencií), diabetes, epilepsie a dysmenorrhoe.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	V odôvodnených prípadoch

016 - MASÁŽ HORÚCIMI (LÁVOVÝMI) KAMEŇMI (TIEŽ „DRAGON STONES“ = DRAČIE KAMENE, HAVAJSKÁ MASÁŽ HOT STONES“)

Zaradenie / kategória	B
Definícia a stručná charakteristika	Tradičná čínska procedúra spočívajúca v prikladaní ohriatych kameňov na telo; kamene (53 ks) sú pred aplikáciou ohrievané vo vodnom kúpeli na teplotu 37-40°C; prikladajú sa na miesta tzv. "energetických dráh a centier" za účelom "ich riadneho spriechodnenia" (v podstate akupresoricko-termo-reflexné pôsobenie); obvyklá súčasť indonézskej masáže; počas priloženia kameňov sa obvykle vykonáva súbežná masáž ostatných častí tela 2 najväčšími kameňmi a za použitia horúceho aromatického masážneho oleja.
Zdravotné kontraindikácie	Kardiálna insuficiencia (po infarkte myokardu, u dekompenzovanej ICHS, myokarditíd a kardiomyopatií, ťažších arytmií a chlopňových väd), kardiostimulátor, hypertenzia, glaukóm, všetky krvácavé a horúčkové stavy, gravidita a dojčenie, infekčné a zápalové kožné choroby, varixy, príznaky zápalov žíl a trombózy, vredy predkolenia, opuchy a nádory kože, podkožia, orgánov i lymfatických uzlín; čerstvé poúrazové a pooperačné stavy, u silových masáží ťažšia osteoporóza, totálne endoprotézy; zápaly veľkých kĺbov; opatrnosť je nevyhnutná u alergikov(v súvislosti s používaním masážnych a zábalových ingrediencií); u lávových kameňov tiež hypersenzitivita na teplo, solárna dermatitída, diabetes, epilepsia a dysmenorrhoe.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	V odôvodnených prípadoch

017 - MASÁŽ EROTICKÁ A TANTRA MASÁŽ

Zaradenie / kategória	A – bežná erotická masáž, B – tantra masáž
Definícia a stručná charakteristika	<p>Senzuálne celkové masáže tela s pôsobením aj na erotogénne zóny, so zámerom vyvolať celkovú relaxáciu, libido až orgazmus, avšak bez koitu; u tantra masáží sa na rozdiel od erotickej masáže zdôrazňuje celkové uvoľnenie v dôsledku cieleného celotelového rozvádzania sexuálnej energie (bez dosiahnutia orgazmu) za účelom celkovej tonizácie organizmu pri využití tradičných východoázijských taoistických techník, reflexologických poznatkov a poznatkov o tzv. "bioenergetike"; často v spojení s hudbou, tancom a pôsobením vdychovaných aromatických látok a masážnych aromatických olejov.</p>
Zdravotné kontraindikácie	V zásade ako u ako u klasických masáží (pozri tam) a ďalej všetky pohlavné choroby, AIDS, kožné prenosné a parazitárne ochorenia, akútne ochorenia všetkých druhov.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	Nie

**018 - MASÁŽ CELLUTEC, MASÁŽ AUTOMATICKÝM TERMO-AKUPRESÚR-
NYM MASÁŽNYM LÔŽKOM napr. CERAGEM**

Zaradenie / kategória	B
<p>Definícia a stručná charakteristika</p>	<p><u>Masáž Cellutec</u> - prístrojová procedúra - masáž napr. francúzskym prístrojom Physioteérapie Générale, ktorým sa aplikuje patentový postup Directional-Stroking pomocou sondy s kombináciou vertikálnych i horizontálnych tlakov, nastaviteľných vibrácií a možnosťou aplikovať aj termálne efekty (teplo i chlad), a to prostredníctvom vymeniteľných nastavcov; deklarované efekty: obdobné ako u lymfodrenážnych masáží (odbúranie podkožného tuku, celulitídy, peeling, hyperémia, tonizácia a revitalizácia kože, lymfodrenáž, tvarovanie postavy...).</p> <p><u>Masáž Ceragem</u> - prístrojová procedúra - automatické termoakupresúrne masážne lôžko napr. CERAGEM CGM-M3500: lehátko fungujúce na elektriku s matracmi s epoxykarbónovými panelmi vyžarujúcimi infračervené žiarenie, vonkajšími ručnými projektormi infračerveného žiarenia a so zabudovanými masážnymi valčekmi z nefritu s údajnými liečivými účinkami tohto kameňa známymi z tradičnej čínskej medicíny; účinky sú na kombinovanej báze masáže, chiropraxie, akupunktúry, celkového prehrievania tela IČ žiarením a "ovplyvňovania životnej energie Qi" nefritom; deklarované účinky: relaxácia svalstva a podporného aparátu, aktivácia krvného obehu, detoxikácia a celková regenerácia organizmu, hojenie rán, potlačenie chronických zápalov, stimulácia činnosti vnútorných orgánov, úprava problémov s chrbticou a platničkami, atď.</p>
<p>Zdravotné kontraindikácie</p>	<p>CERAGEM: gravidita, deti do 4 rokov veku, osoby pod vplyvom drog a alkoholu, pacienti po operácii chrbtice 4-6 mesiacov, onkologické ochorenia, čerstvé porúrazové a pooperačné stavy, aktívne kožné ochorenia (mokvajúci ekzém, zápaly kože - erysipel, krvácajúce vredy predkolenia), aktívne ochorenia gastrointestinálneho traktu (najmä krvácajúce vredy žalúdka a dvanástnika, krvácajúce hemoroidy), akútne horúčkové a infekčné ochorenia, zápaly močových</p>

	ciest. Neodporúča sa pre deti do 4 rokov veku. Cellutec: v zásade ako u lymfodrenáží (pozri tam).
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z., doklad o zaškolení personálu na obsluhu prístroja od výrobcu/distribútora prístroja.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	V odôvodnených prípadoch

019 - MASÁŽ ROLLETIC

Zaradenie / kategória	B
Definícia a stručná charakteristika	Prístrojová procedúra - masáž pomocou rekondičného stroja napr. Rolletic - s rotujúcim horizontálnym valcom s konštantnou rýchlosťou otáčok - s guľčovitým upraveným hrboľatým povrchom; klient môže na rotujúcom valci sedieť, nechať si ním masírovať chodidlá, posunom po jeho povrchu končatiny, brucho a i., deklarovaný účinok: formovanie postavy, odbúravanie podkožného tuku a celulitídy, podporuje prekrvovanie, relax, povzbudenie látkovej premeny, ovplyvňovanie akupresuricko/akupunktúrnych bodov a dráh - procedúra vychádzajúca z tradičných čínskych liečebných metód.
Zdravotné kontraindikácie	Gravidita, epilepsia, rozsiahle varixy, zápaly žíl, trombóza, nádorové ochorenia, kachexia, hypertyreóza, ICHS, kardiálna insuficiencia (po infarkte myokardu, u dekompenzovanej ICHS, myokarditíd a kardiomyopatií, ťažších arytmií a chlopňových vád), hypertenzia, nádorové ochorenia, kachexia, ochorenia dýchacieho systému s respiračnou insuficienciou, hypertenzia, kardiostimulátor, infekčné a horúčkové stavy, čerstvé pooperačné/pourazové stavy, znížená krvná zrážanlivosť vrátane užívania ovplyvňujúcich hemokoaguláciu, ťažší stupeň osteoporózy; nesmie sa aplikovať na miesta s totálnymi kĺbovými náhradami (endoprotézami)
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z., doklad o zaškolení personálu na obsluhu prístroja od výrobcu/distribútora prístroja.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	Nie

020 - KNEIPPOVE PROCEDÚRY: KNEIPPOV CHODNÍK, KNEIPPOV KÚPEĽ /BAZÉN

Zaradenie / kategória	C
Definícia a stručná charakteristika	<p>Procedúry založené na princípe účinkov striedania vplyvu studenej a teplej vody v evet. kombinácii s lokálnou masážou;</p> <p>1. <u>Kneippov chodník</u> - chôdza po kamienkoch v umelom potôčku; kamienky masírujú chodidlá pri súčasnom striedaní prítoku teplej a studenej vody do jarku; očakávaný efekt: zlepšenie prekrvenia nôh;</p> <p>2. <u>Kneippov kúpeľ</u> (kontrastný bazén) – striedavý kúpeľ v bazénoch s teplou (38-44°C) 4-6 min.) a studenou (10-16°C) (1-2 min.) vodou. Posledný kúpeľ je v teplej vode. Efekt: hlavne zlepšenie prekrvenia dolných končatín</p>
Zdravotné kontraindikácie	Chladová alergia, tromboflebitídy a trombózy.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	U pracovníkov zariadení starostlivosti o ľudské telo zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	V odôvodnených prípadoch

021 - DETOXIKAČNÁ METÓDA DR. MARY STAGGS (TIEŽ VANIČKA napr. BIO - ENERGIZER DETOX SPA BIO-179)

Zaradenie / kategória	B
Definícia a stručná charakteristika	Prístrojová procedúra - s použitím vaničky na kúpeľ nôh (= chodidiel) v mierne teplej slanej ionizovanej vode, charakterizovaný ako "elektrolytická iónová detoxikácia" v spojení s ovplyvnením tzv. "bioenergetického poľa" organizmu - s účelom detoxikovať bunky organizmu a uviesť bioenergetické pole organizmu do rovnovážneho (harmonického) stavu a tak napomôcť celkovej regenerácii organizmu; procedúra sa dopĺňa súbežným pitím čistej vody prípadne bylinných čajov; ionizácia vody prebieha pomocou dvojice špirál, ktoré sú súčasťou v prístroji zabudovanej ionizačnej mriežky. Metodika je založená na reflexologicko - akupresúrnych metódach "ovplyvňovania energetických dráh" podľa tradičných ázijských náuk.
Zdravotné kontraindikácie	Všetky horúčkové a iné akútne ochorenia, nádorové ochorenia, epilepsia, osoby s kovovým implantátom alebo kardiostimulátorom, osoby s transplantovaným orgánom alebo bypassom, hemofília, varixy, flebitídy, trombózy, otvorené poranenia, ischemické a predkolenné vrede; gravidita.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z., doklad o zaškolení personálu na obsluhu prístroja od výrobcu / distribútora prístroja.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	Nie

022 - SAUNA - FÍNSKA, TURECKÝ / ARABSKÝ (PARNÝ) KÚPEĽ, RUSKÝ PARNÝ KÚPEĽ, ÍRSKY (PARNÝ) KÚPEĽ, TEPIDÁRIUM, BIOSAUNA,

Zaradenie / kategória	A
<p>Definícia a stručná charakteristika</p>	<p>Procedúra celkového prehriatia organizmu v uzatvorenom priestore horúcim vzduchom (z kachiel v potiarňi alebo privádzaným zvonka) s následným prudkým alebo postupným ochladením tela (studená sprcha, ochladzovací bazén/kaďa, ľadové vedro, sneh, studený vonkajší vzduch) s alebo bez vodnej pary (absentuje u rímskeho kúpeľa). Para sa pridáva do prostredia potiarne iba krátkodobým parným nárazom (fínska sauna) alebo sa vyvíja v potiarňi/privádza sa do potiarne priebežne (ruský parný kúpeľ/"baňa", turecký/arabský kúpeľ, írsky kúpeľ). Podľa nastaveného obsahu pary (relatívnej vlhkosti prostredia) sa rozlišujú:</p> <p><u>Sauna mokrá</u> (parná) - turecký/arabský kúpeľ (50° C, vlhkosť 50-100 %),</p> <p><u>Sauna suchá</u> - fínska (90-100 ° C, vlhkosť 5-10 %),</p> <p><u>Vlhká sauna</u> (55°C, vlhkosť 50 %); zdravotné účinky a efekty sú všeobecne známe (otužovanie, celková relaxácia + tonizácia organizmu, priaznivý účinok na poruchy krvného obehu a i.);</p> <p><u>Tepidárium</u>: príjemne ohriaty priestor na teplotu 37° C, vrátane sedadiel, ležadiel, podlahy a stien; menej zaťažujúca alternatíva sauny;</p> <p><u>Biosauna</u> - s možnosťou aplikácie aromatických esencií do vyvíjača pary (tieto sú potom spolu s parou inhalované) + kombinácia s účinkom farebných svetiel (chromoterapia).</p>
<p>Zdravotné kontraindikácie</p>	<p>Ochorenia srdcovo-cievneho a dýchacieho systému, najmä s insuficienciou, stavy po čerstvom infarkte myokardu, arytmie, myokarditídy, hypertenzia, všetky akútne, infekčné, horúčkové ochorenia, bacilonosičstvo, infekčné kožné ochorenia, hypertyreóza, zápalové ochorenia vnútorných orgánov (žlčníka, pankreasu, vaječníkov, semenníkov, obličiek), osoby s kovovým implantátom alebo</p>

	kardiostimulátorom, epilepsia, neurovegetatívne poruchy, niektoré psychózy, klaustrofóbia, po požití alkoholu a drog, kachexia. Neodporúča sa u osôb vo veku nad 60-70 rokov.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	V odôvodnených prípadoch

**023 - INHALÁCIE SOĽNÝCH AEROSÓLOV: SOĽNÉ JASKYNE, IZBY,
INHALÁCIE AEROSÓLOV SOĽNÝCH ROZTOKOV**

Zaradenie / kategória	C
Definícia a stručná charakteristika	Procedúra v špecifickom prostredí imitujúcom soľné jaskyne alebo bane, založená na princípe inhalácie soľných aerosólov uvoľňovaných zo soľného (NaCl) obloženia miestnosti so súčasným optimálnym nastavením teplotno-vlhkostnej mikroklímy prostredia (VZT, klimatizácia, kúrenie) v kombinácii s kľudovou relaxáciou klientov (kreslá, pohovky); procedúra je tiež známa ako "haloterapia". Inhalácie aerosólov soľných roztokov - analógia soľných jaskýň, avšak bez prostredia imitujúceho soľnú jaskyňu/baňu - s otvorenými nádobami so salinickými roztokmi, z ktorých sa soľné aerosóly odparujú a inhalujú sediacimi/ležiacimi klientmi; možná modifikácia s použitím soľných sviečok.
Zdravotné kontraindikácie	Akútne zápaly priedušiek, TBC, chrípka a iné infekčné ochorenia, nevhodné pre pacientov s onkologickými ochoreniami a hypertyreózou, klaustrofóbia.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR č. 585/2008 Z.z. u pracovníkov v zariadeniach starostlivosti o ľudské telo.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	V odôvodnených prípadoch

024 - KYSLÍKOVO - OZÓNOVÉ PROCEDÚRY: NAPAROVANIE OZÓNOM, INHALÁCIA KYSLÍKA, KYSLÍKOVO – OZÓNOVÉ KABÍNY

Zaradenie / kategória	C
<p>Definícia a stručná charakteristika</p>	<p>Prístrojové procedúry s použitím prístrojov produkujúcich ozón / kyslík buď s lokálnou alebo celkovou aplikáciou využívajúce celkové i lokálne účinky na ľudský organizmus; rôzne druhy :</p> <p><u>1. v kozmetike</u> - miestne naparovanie stojanovým naparovačom (event. "ozónovým perom") - produkujúcim paru obohatenú ozónom (a niekedy i aromatickými látkami) - deklarovaný lokálny pozitívny kozmetický účinok (aktivácia krvného obehu, detoxikácia, hĺbkové čistenie a tonizácia pokožky, antibakteriálny efekt ozónu);</p> <p><u>2. prostá inhalácia kyslíka</u> (alebo "ionizovaného" kyslíka – napr. prístroj Iono Care) zo zariadenia s dýchacou maskou; deklarovaný efekt: zlepšenie látkovej premeny, spomaľovanie starnutia, vyhladzovanie vrások, urýchlenie rekonvalescencie, antitoxické účinky, zvýšenie psychickej a fyzickej výkonnosti, potenciácia účinkov infrasauny, s ktorou sa často kombinuje;</p> <p><u>3. kyslíkovo-ozónové kabíny</u> so zameraním hlavne na formovanie postavy; v kabíne ide o prípravu bunkového metabolizmu (celotelový kyslíkovo-ozónový vzdušný kúpeľ klienta) na následné cvičenia (aerobic, strojové cvičenie); klient sedí uzatvorený v kabíne s hlavou mimo nej (ozón nedýcha); bežná je kombinácia s následnou infrasaunou.</p>
<p>Zdravotné kontraindikácie</p>	<p>Pre kyslíkovo-ozónové kabíny, celkové procedúry spojené s aerobicom a pod.: ICHS, kardiálna insuficiencia (po infarkte myokardu, u dekompenzovanej ICHS, myokarditíd a kardiomyopatií, ťažších arytmií a chlopňových porúch), hypertenzia ťažšieho stupňa, hemofília a iné poruchy hemokoagulácie, ochorenia žliaz s vnútornou sekréciou najmä hypertyreóza, všetky horúčkové, infekčné a akútne ochorenia, závažné poruchy dýchacej sústavy, priedušková astma a alergie, kachexie,</p>

	onkologické ochorenia; gravidita. Inhalácie areosólov sú kontraindikované pri dekompenzovanej ICHS, hypertenzii ťažšieho stupňa, rozsiahlom emfyzéme pľúc, celkovej vyčerpanosti, nebezpečenstve krvácania a niektorých ochorení dýchacej sústavy (ako napr. TBC).
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z., doklad o zaškolení personálu na obsluhu prístroja od výrobcu/distribútora prístroja (u vyššie uvedených služieb ad 2 a ad 3).
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	V odôvodnených prípadoch

025 - CVIČENIE / CHÔDZA V PODTLAKOVOM PRÍSTROJI napr. VACU SHAPE, VACU STEP(PER); HIPOXI TRAINING, VACUWELL

Zaradenie / kategória	A
Definícia a stručná charakteristika	Prístrojová procedúra spočívajúca v kombinácii pôsobenia podtlaku a chôdze na páse; metóda zameraná na formovanie postavy elimináciou podkožného tuku v oblastiach podbruška, stehien a sedacej časti; od pása nadol je klient uzatvorený v podtlakovom vaku s bežiacim pásom pre chôdzu; princíp účinku: podtlakom spôsobené vyššie prekrvenie cieľových partií tela, zvýšený odvod lymfy + zvýšenie zásobovanie tkanív kyslíkom s konečným efektom odbúravania podkožného tuku a odstraňovania celulitídy modifikácia: Hipoxi training - v podtlakovej časti prístroja sa namiesto bežiaceho pása cvičí šliapaním do pedálov (ako ergometer).
Zdravotné kontraindikácie	Dekompenzácia pri kardiovaskulárnych ochoreniach, ochoreniach dýchacích orgánov, stavy po čerstvom infarkte a zápaly myokardu a perikardu, cievne ochorenia dolných končatín, vredy predkolenia, všetky akútne horúčkové a infekčné ochorenia, kachexia; gravidita.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z., doklad o zaškolení personálu na obsluhu prístroja od výrobcu/distribútora prístroja.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	V odôvodnených prípadoch

026 - PASÍVNE CVIČENIE REGENERAČNÝMI STOLMI SLENDER LIFE

Zaradenie / kategória	A
Definícia a stručná charakteristika	Rekondično-relaxačná prístrojová procedúra - cvičenie pomocou rekondičných stolov (lehátok) Slender Life, ktoré sú rôzne konštrukčne modifikované so zameraním na rôzne svalové partie; zameranie procedúry - tvarovanie postavy, posilňovanie, cielená eliminácia prebytočného tukového tkaniva, povzbudenie krvného obehu a okysličenie, precvičenie pohybového aparátu, celková tonizácia organizmu.
Zdravotné kontraindikácie	Cvičenie nad rámec tolerancie pasívneho rozsahu pohybu (ktorá sa musí pred cvičením otestovať).
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR č. 585/2008 Z. z., doklad o zaškolení personálu na obsluhu prístroja od výrobcu/distribútora prístroja.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	V odôvodnených prípadoch

027 - VIBRAČNÉ PRÍSTROJOVÉ CVIČENIE (DREAM HEALTHER)

Zaradenie / kategória	C
Definícia a stručná charakteristika	Rekondično-relaxačná prístrojová procedúra - cvičenie postojacky na prístroji s vibračnou plošinou a držadlom pre ruky; deklarované efekty: spevnenie všetkých svalových skupín, eliminácia prebytočného tuku, zvýšenie lymfodrenáže, zlepšenie krvného obehu, korekcia celulitídy; formovanie postavy.
Zdravotné kontraindikácie	Gravidita, po požití alkoholu a drog, pacienti po operácii chrbtice, onkologické ochorenia, čerstvé poúrazové a pooperačné stavy, aktívne ochorenia gastrointestinálneho traktu (najmä krvácajúce vredy žalúdka a dvanástnika, krvácajúce hemoroidy), akútne horúčkové a infekčné ochorenia, znížená zrážanlivosť krvi, epilepsia, ťažšie ochorenia kardiovaskulárneho a dýchacieho systému, kardiostimulátor, vazoneurózy, poruchy periférneho prekrvenia, nesmie sa aplikovať u pacientov s totálnymi endoprotézami
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR č. 585/2008 Z. z., doklad o zaškolení personálu na obsluhu prístroja od výrobcu/distribútora prístroja.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	V odôvodnených prípadoch

028 - ŠKRABANIE ("BACKSCRATCH")

Zaradenie / kategória	A
Definícia a stručná charakteristika	Škrabanie chrbta - 15 min. procedúra - za účelom celkového relaxu až dosiahnutia príjemných pocitov.
Zdravotné kontraindikácie	Chorobne zmenená koža, izomorfný fenomén (psoriáza, ekzém, lichen ruber planus).
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR č. 585/2008 Z. z.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	Nie

029 - FLOATING, THALASOTERAPIA (napr. NEOQI VAŇA)

Zaradenie / kategória	C
Definícia a stručná charakteristika	"Bezťažové" plávanie v bazénoch so slanou vodou (imitácia plávania v Mŕtvom mori) - údajne 350 g soli z Mŕtveho mora v 550 litroch roztoku; bazén je s recirkuláciou a filtráciou vody v spojení s masážnymi tryskami; procedúre sa pripisuje celková relaxácia, pozitívny účinok na kardiovaskulárny systém, celkové prekrvenie a detoxikácia, regenerácia síl, zlepšenie kondície; varianta: <u>thalasoterapia</u> v multifunkčnej záklopnej (polouzatvorenej) napr. NeoQi vani - prístrojová procedúra - kúpeľ v slanej/morskej vode umožňujúcej taktiež efekt parnej sauny, infračervenej sauny, vodnej tryskovej a bublinkovej masáže, ručnej sprchy a chromoterapie (liečivá hra farebných svetiel).
Zdravotné kontraindikácie	Napr. NeoQi vaňa - ako u sauny (pozri tam) + klaustrofóbia; plávanie: porušenie integrity kože, zápalové a hnisavé ochorenie kože, akútne horúčkové a zápalové ochorenia, perforovaný ušný bubienok, znížená vitálna kapacita pľúc, epilepsia.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z., doklad o zaškolení personálu na obsluhu prístroja od výrobcu/distribútora prístroja v prípade prístrojovej procedúry.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	V odôvodnených prípadoch

030 - VIBROSAUNA

Zaradenie / kategória	A
Definícia a stručná charakteristika	Prístrojová procedúra - spočívajúca v kombinovanej aplikácii suchého horúceho vzduchu, vibrácií a záporne nabitých iónov na organizmus; príslušné multifunkčné zariadenie má podobu uzatvárateľnej vane vybavenej vibračným lehátkom a prívodmi upraveného ohriateho vzduchu, do ktorej sa klient uzavrie s výnimkou hlavy; na oblasť hlavy a šíje sa výdychmi prístroja zvlášť aplikujú prúdy vzduchu so záporne nabitými iónmi; efekty: formovanie postavy, detoxikácia, relaxačný, tonizujúci krvný obeh, lymfodrenážny, analgetický, proti nespavosti.
Zdravotné kontraindikácie	V zásade ako u sauny (pozri tam); epilepsia, rozsiahle varixy, stavy po centrálnej mozgovej príhode, onkologické ochorenia, ťažšie ochorenia srdcovo-cievneho a dýchacieho systému, hypertenzia, kardiostimulátor, vazoneurózy, hemofília a iné poruchy hemokoagulácie, hypertyreóza, klaustrofóbia; gravidita.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z., doklad o zaškolení personálu na obsluhu prístroja od výrobcu/distribútora prístroja.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	V odôvodnených prípadoch

031 - ALPHA OXI LED LIGHT

Zaradenie / kategória	C
Definícia a stručná charakteristika	Prístrojová procedúra - spočívajúca v kombinovanej aplikácii tepla, vibromasáže a chromoterapie (liečivá hra farebných svetiel); príslušné multifunkčné zariadenie má podobu uzatvárateľnej vane (vybavenej vibračným lehátkom, ohrevom a LED zdrojmi farebného svetla), do ktorej sa klient uzavrie s výnimkou hlavy; efekty: formovanie postavy, detoxikácia, relaxácia, celková regenerácia a tonizácia organizmu a jeho imunity, analgetický a údajne antibakteriálny efekt.
Zdravotné kontraindikácie	Epilepsia, stavy po centrálnej mozgovej príhode, onkologické ochorenia, ochorenia obehovej a dýchacej sústavy, ťažší stupeň hypertenzie, kardiostimulátor, rozsiahle varixy, vazoneurózy, poruchy periférneho prekrvenia (hlavne vo vzťahu k vibráciám), stavy po operáciách chrbtice, klaustrofóbia; gravidita.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z., doklad o zaškolení personálu na obsluhu prístroja od výrobcu/distribútora prístroja.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	V odôvodnených prípadoch

032 - PRÍSADOVÉ KÚPELE, BYLINKOVÉ KÚPELE

Zaradenie / kategória	C
Definícia a stručná charakteristika	Vodné kúpele v príslušnej vani s rôznymi prísadami: bylinky, riasy, aromatické oleje; vplyv na organizmus závisí od pridanej prísady - zväčša ide o relaxáciu, zlepšenie krvného obehu, zlepšenie pohyblivosti kĺbov, pozitívny vplyv na kožné ochorenia.
Zdravotné kontraindikácie	Ťažšie kardiovaskulárne ochorenia, porušenia celistvosti kože, akútne, zápalové a hnisavé ochorenia kože, alergie na určité zložky používaných bylinkových zmesí.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	U pracovníkov v zariadeniach starostlivosti o ľudské telo zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z.
Potreba dohľadu lekára	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	V odôvodnených prípadoch

033 - PIVNÝ KÚPEĽ

Zaradenie / kategória	A
Definícia a stručná charakteristika	Kúpeľ v rehabilitačnej vodoliečebnej vani napustenej zmesou vody alebo minerálnej vody a piva (pomer 1:1, 34°C), pивných kvasníc a drte sušených liečivých a aromatických bylín cca 20 min. Deklarovaný efekt: zvýšenie imunity, aktivácia krvného obehu, prehriatie, regenerácia a očistný peeling pokožky, celková relaxácia - o.i. v dôsledku pôsobenia uhličitých bubliniek minerálnej vody.
Zdravotné kontraindikácie	Ako u prísadových a bylinkových kúpeľov (pozri tam).
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	V odôvodnených prípadoch

034 - VÍNNY KÚPEĽ

Zaradenie / kategória	A
Definícia a stručná charakteristika	Kúpeľ vo víne v drevenom 300 l sude s deklaroványm tonizujúcim a celkovo relaxačným účinkom.
Zdravotné kontraindikácie	Ako u prísadových a bylinkových kúpeľov (pozri tam); alkoholizmus.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	V odôvodnených prípadoch

035 - JAPONSKÉ TETOVANIE

Zaradenie / kategória	A
Definícia a stručná charakteristika	Aplikácia farbív do úplne najvrchnejšej vrstvy pokožky postupom: predkreslenie obrázku na kožu, nanášanie pigmentov (najčastejšie umelá Henna) na kožu štetcom, zaschnutie farbiva na koži (10 min.), finálne potretie jemnou vazelínou; modifikácia: jemné vtlačanie naneseného pigmentu do kože tupými hrotmi veľkosti špendlíkovej hlavičky; účel ako u tetovania s tým, že trvanlivosť motívu na koži je max. 2 týždne.
Zdravotné kontraindikácie	Alergia na chemické látky (Henna, farbivá); akokoľvek chorobne zmenená koža v mieste úkonu.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	Nie

036 - KRYŠTALICKÉ TETOVANIE

Zaradenie / kategória	A
Definícia a stručná charakteristika	Dekoratívne nalepovanie samolepiacich vodeodolných jagavých kryštálikov (z brúseného klenotníckeho skla) na pokožku väčšinou do tvaru rôznych obrazcov a ornamentov; výdrž - cca 2-3 týždne; v podstate vizážistická procedúra.
Zdravotné kontraindikácie	Alergia na chemické látky (zložky lepidla), akokoľvek chorobne zmenená koža v mieste úkonu.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z.
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	Nie

037 – SVIEČKOVANIE TÁDÉ, UŠNÉ SVIEČKY

Zaradenie / kategória	B
<p>Definícia a stručná charakteristika</p>	<p>Prikladanie horiacej dutej sviečky na rôzne časti tela (sviečka je z prírodnej tkaniny, opatrenej na povrchu tenkou vrstvou včelieho vosku, nemá knôt) v kombinácii s jemným tlakom na reflexologické (akupresúrne) body na hlave a masážou chodidiel; sviečke sa pripisuje vyťahovanie mazu z povrchu tela + lokálne detoxikačný účinok na organizmus komínovým efektom horiacej sviečky; pridružuje sa tepelno-stimulačný a podtlakový (komínový efekt) lokálny účinok horiacej sviečky na nervové zakončenia; modifikácia:</p> <p>Ušná sviečka - klient leží na boku a horiaca sviečka sa svojím spodným koncom zasunie do ucha tak, aby čnela kolmo von; takto aplikovaná sviečka údajne vyťahuje z ucha usadeniny; sviece môžu byť nasýtené vonnými látkami (pridruženie aromaterapie); sviečka horí cca 20 minút; procedúra sa pripisuje celkovo relaxačný, bioenergeticko - harmonizačný a lokálne čistiaci / detoxikačný účinok.</p>
<p>Zdravotné kontraindikácie</p>	<p>Otvorené rany, zápaly vonkajšieho a stredného ucha, čerstvá perforácia ušného bubienka, alergie na niektorú z použitých látok, hlavne včelie produkty, prírodné silice, zvýšená teplota, neodporúča sa u detí do 6 rokov veku.</p>
<p>Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov</p>	<p>Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z.</p>
<p>Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka</p>	<p>Nie</p>
<p>Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby</p>	<p>V odôvodnených prípadoch</p>

038 – KOLAGÉNOVÉ SOLÁRIUM

Zaradenie / kategória	C
Definícia a stručná charakteristika	<p>Kolagénové ošetrovanie bojuje proti príčinám starnutia pleti prirodzeným spôsobom zvnútra. Kolagénové lampy pri tom využívajú viditeľné červené svetlo vo frekvenčnom rozsahu 633 nm, ktoré prijímajú fibroblasty a ktoré podnecujú vnútrobunkový prenos energie. Tento proces zvyšuje bunkovú látkovú výmenu a tým intenzívnejšiu tvorbu nového kolagénu a elastínu („Foto-biostimulácia“). Okrem bunkovej aktivity sa zlepšuje aj ich priepustnosť, takže pokožka môže byť opätovne lepšie zásobovaná nevyhnutne potrebnými výživnými látkami. Uvádza sa, že anti-aging ošetrovanie zlepšujú farbu a textúru pleti, zmierňujú pigmentové škvrny, zjemňujú póry, redukujú vrásky a pleť vďaka nim pôsobí žiarivejšie a zdravšie. Kolagénové ošetrovanie podporuje taktiež prekrvenie a reparuje elastínové vlákna v tkanive, aby pleť zostala napnutá.</p>
Zdravotné kontraindikácie	<p>Epilepsia, hypertyreóza, pri aplikácii liekov alebo prípravkov obsahujúcich fotosenzibilizujúce látky, zhubné nádory, jazvy po operáciách, fotodermatózy; ožarovanie očí a oblastí štítnej žľazy, semenníkov, rastových zón, horúčkové, zápalové a infekčné ochorenia, gravidita. Pri celotelovej aplikácii biosvetla sa odporúča, aby klienti používali ochranné (stačia bežné slnečné) okuliare.</p>
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	<p>Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z.</p>
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	<p>Nie</p>
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	<p>V odôvodnených prípadoch</p>