

KATALÓG SLUŽIEB STAROSTLIVOSTI O ĽUDSKÉ TELO

Zoznam služieb podľa ich zaradenia v jednotlivých kapitolách I – III

Kapitola I : Neinvazívne a semiinvazívne služby starostlivosti o ľudské telo

Č.	Názov	Kategória
001	Holičstvo a kaderníctvo	A
002	Kozmetické služby: klasické, koloristika (“maľovanie na telo“), tanning, kozmetická depilácia voskom, brazílska exotická depilácia	A
003	Kozmetická elektrokoagulácia	C
004	Kozmetická mikrodermabrázia	C
005	Biostimulačný laser	B
006	Kozmetické použitie biolampy (biosvetlo, biostimul)	C
007	Kozmetické ošetrovanie vysokofrekvenčným ozonizérom (napr. prístroj DARSONWAL (HF))	A
008	Solárium, biosolárium	A
009	Kozmetické použitie ultrazvuku (tiež kavitačný peeling)	A
010	Kozmetické použitie myostimulácie, myolifting, facemyolifting	A
011	Hĺbkové teplo (infrakabína = „infrasauna“)	A
012	Zábaly: škoricové, čokoládové, cryoslimové a biotermické zábaly, (aj "anticelulitídové" zábaly)	C
013	Manikúra a pedikúra: klasická, nechťový dizajn, suchá pedikúra	A
014	Masáž športová, masáž relaxačná, masáž aromatická	C
015	Masáž thajská, thajská bylinková, indonézska (Bali a Bunaken), jávská, havajská, abianga, bambusová masáž a zábal zo zeleného čaju, masáž kávová + kávový zábal a peeling, masáž medová, masáž čokoládová	B
016	Masáž horúcimi (lávovými) kameňmi (tiež „dragon stones“ = dračie kamene, havajská masáž = „Hot Stones“)	B
017	Masáž erotická a tantra masáž	A,B
018	Masáž Cellutec, masáž automatickým termoakupresúrnym masážnym lôžkom napr. CERAGEM	B
019	Masáž Rolletic	B
020	Kneippove procedúry: Kneippov chodník, Kneippov kúpeľ/bazén	C
021	Detoxikačná metóda Dr. Mary Staggs (tiež vanička napr. BIO-ENERGIZER DETOX SPA BIO-179)	B
022	Sauna - fínska, turecký/arabský (parný) kúpeľ, ruský parný kúpeľ, írsky (parný) kúpeľ, tepidárium, biosauna	A
023	Inhalácie soľných aerosólov: soľné jaskyne, izby, inhalácie soľných roztokov	C
024	Kyslíkovo-ozónové procedúry: naparovanie ozónom, inhalácia kyslíka, kyslíkovo – ozónové kabíny	C
025	Cvičenie/chôdza v podtlakovom prístroji napr. VACU SHAPE, VACU STEP(PER); HIPOXI TRAINING,	A

	VACUWELL	
026	Pasívne cvičenie regeneračnými stolmi napr. SLENDER LIFE	A
027	Vibračné prístrojové cvičenie (DREAM HEALTHER)	A
028	Škrabanie ("Backscratch")	A
029	Floating, thalaso-terapia (napr. NeoQi vaňa)	C
030	Vibrosauna	A
031	Alpha oxi led light	C
032	Prísadové kúpele, bylinkové kúpele	C
033	Pivný kúpeľ	A
034	Vínny kúpeľ	A
035	Japonské tetovanie	A
036	Kryštalické tetovanie	A
037	Sviečkovanie TÁDÉ, ušné sviečky	B

Kapitola II : Invazívne služby starostlivosti o ľudské telo

Č.	Názov	Kategória
038	Tetovanie: klasické, Bio Tatoo	A
039	Permanentný make up	A
040	Nastreľovanie náušnic	A
041	Piercing, expander	C

Kapitola III : Služby alternatívnej medicíny /ľudového liečiteľstva orientované na starostlivosť o ľudské telo

Č.	Názov	Kategória
042	Ichtyoterapia („Kangalská ryba“)	C
043	Hirudoterapia	C
044	Rei-ki	D
045	Relaxácia pod pyramídou	D

Informatívna príloha: Zdravotné výkony orientované aj na starostlivosť o ľudské telo

Č.	Názov
P01	Črevná sprcha (colonhydroterapia)
P02	Kozmetické použitie intenzívneho pulzného svetla (IPL) (fotoomladenie, fotorejuvenizácia) + rádiových frekvencií (RF) energie; napr. prístroj AURORA
P03	Kozmetická aplikácia botulotoxínu
P04	Kozmetická aplikácia vstrebateľných kožných implantátov
P05	Aplikácia zubných šperkov
P06	Kozmetická mikrodermoabrázia
P07	Kozmetický laser, aplikácia laserového žiarenia nosovým aplikátorom

	prístrojom Bioquant
P08	Hĺbkové teplo – diatermický princíp
P09	Aplikácia zubných šperkov
P10	ZÁBALY: rašelinové, bahenné v kombinácii s parafínom (parafango)
P11	Masáž reflexná (synonymum masáž neuromuskulárna), masáž akupresúrna
P12	Masáž vákuová (bankovanie = prikladanie baniek), masáž BA GUAN
P13	Masáž lymfodrenážna ("lymfatická masáž"), pneumatická lymfomasáž (tiež "vákuová lymfomasáž")
P14	Hydromasáž (podvodná masáž), vírivky
P15	Kryokomora
P16	Suchý uhličitý kúpeľ (napr. Biotherik)
P17	Aplikácia elektromagnetického poľa a svetla (napr. prístroj Bemer 3000)
P18	Aplikácia statického elektromagnetického poľa
P19	Aplikácia pulzného elektromagnetického poľa (napr. prístroje Magnethoterapy a Scenar)
P20	Elektroakupunktúra podľa VOLLA (diagnostika toxickéj záťaže organizmu metódou EAV)
P21	Akupunktúra
P22	Myostimulácia panvového dna prístrojom Bioharmónia

Popis kategórií:

- Kategória A** – služba starostlivosti o ľudské telo so znakmi epidemiologicky závažných činností
- Kategória B** – služba starostlivosti o ľudské telo so znakmi epidemiologicky závažných činností v kombinácii s niektorými modernými i tradičnými (najmä reflexologickými) poznatkami ľudového liečiteľstva až alternatívnej medicíny
- Kategória C** – služba starostlivosti o ľudské telo (so znakmi epidemiologicky závažných činností) na rozhraní so zdravotníckymi službami, s ktorými sa môže prekrývať
- Kategória D** – tradičné ľudové liečiteľstvo až alternatívna medicína (môže niesť znaky epidemiologicky závažnej činnosti)

Upozornenie

Kontraindikácie uvedené v katalógu služieb majú informatívny charakter; zákazník po oboznámení s nimi má možnosť zvážiť, či procedúru absolvuje alebo nie.

Vysvetlivky skratiek

IPL	intenzívne pulzné svetlo
RF	vysokofrekvenčný elektrický prúd
RTG	röntgen
UV-A žiarenie	ultrafialové žiarenie - dlhovlnné (315 až 380 nm)
UV-B žiarenie	ultrafialové žiarenie - strednovlnné (280 až 315 nm)
ICHS	ischemická choroba srdca
IČ	infračervené (žiarenie)
NaCl	chlorid sodný (kuchynská soľ)
VZT	vzduchotechnika
TBC	tuberkulóza
AIDS	syndróm získanej imunitnej nedostatočnosti
Elmg. pole	elektromagnetické pole

Vysvetlivky k terminológii pre potreby odborného usmernenia:

- **epidemiologicky závažná činnosť** - je pracovná činnosť v oblasti služieb starostlivosti o ľudské telo, ktorou možno pri zanedbaní postupov správnej praxe a pri nedodržaní zásad osobnej hygieny spôsobiť vznik alebo šírenie prenosného ochorenia;
- **zdravotná spôsobilosť** – je taký zdravotný stav osoby poskytovateľa služby starostlivosti o ľudské telo (potvrdený ošetroujúcim lekárom), ktorý vylučuje riziko vzniku alebo šírenia prenosného ochorenia v dôsledku priameho alebo nepriameho kontaktu s ľudským telom klienta pri poskytovaní takejto služby; zdravotný preukaz podľa ustanovení vyhl. MZ SR č. 585/2008 Z.z. už nie je predpísaným dokladom; preukazuje sa potvrdením o zdravotnej spôsobilosti;
- **odborná spôsobilosť** – znalostná spôsobilosť na vykonávanie epidemiologicky závažnej činnosti v oblasti služieb starostlivosti o ľudské telo, ktorá sa preukazuje dokladom o absolvovaní príslušného odborného vzdelania alebo osvedčením o odbornej spôsobilosti vydaným príslušným orgánom verejného zdravotníctva;
- **odborný dohľad zdravotníckeho pracovníka¹⁾** – odborný dohľad zdravotníckeho pracovníka s príslušným kvalifikačným vzdelaním podľa osobitného predpisu (*Nariadenie vlády 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*). Jedná sa o služby, ktoré sú rizikové z hľadiska možnosti poškodenia zdravia klienta, pričom tento dohľad musí fungovať na zmluvnom základe medzi poskytovateľom danej rizikovej služby a príslušným zdravotníckym pracovníkom; môže sa uskutočňovať buď „na diaľku“ (dohodnuté odkonzultovanie klienta v ambulancii lekára) alebo formou stálej alebo občasnej fyzickej prítomnosti zdravotníckeho pracovníka priamo na pracovisku služieb starostlivosti o ľudské telo pri poskytovaní rizikovej služby;
- **odôvodnený prípad** požiadavky na predloženie lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby – prípad, keď nastane pochybnosť na strane poskytovateľa služby alebo na strane klienta o možnosti poskytnutia konkrétnej služby z hľadiska možných zdravotných kontraindikácií;
- **neinvazívna služba** – služba starostlivosti o ľudské telo pri ktorej nedochádza v dôsledku jej aplikovania k akémukoľvek porušeniu integrity povrchu tela, slizníc a prirodzeného stavu tkanivových štruktúr organizmu klienta (napr. strihanie vlasov);

- **semiinvazívna služba** – služba starostlivosti o ľudské telo pri ktorej môže dôjsť v dôsledku jej aplikovania k ľahkému (zväčša povrchovému) narušeniu prirodzeného stavu tkanivových štruktúr organizmu klienta hlavne mechanickým a optickým účinkom (napr. depilácia, kozmetický laser, pedikúra, manikúra);
- **invazívna služba** – služba starostlivosti o ľudské telo pri ktorej dochádza v dôsledku jej aplikovania k výraznejšiemu narušeniu až deštrukcii tkanivových štruktúr organizmu klienta najmä mechanickým a optickým účinkom (napr. tetovanie, piercing, intenzívne pulzné svetlo).

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
Definícia a stručná charakteristika	<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 mihalnic 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>
Zdravotné kontraindikácie	<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
<p>Definícia a stručná charakteristika</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 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 s efektom odstraňovania výraznejších cievok. (IPL - zdravotný výkon - vid' informatívna príloha).</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>
<p>Zdravotné kontraindikácie</p>	<p>Absol.: aplikácia v bezprostrednej blízkosti oka; veľká opatnosť 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 ožarení, epilepsia; oblasť štítnej žľazy, semenníkov a implantácie kardiostimulátora.</p>
<p>Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov</p>	<p>U pracovníkov zariadení starostlivosť 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>
<p>Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka</p>	<p>Nie</p>
<p>Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby</p>	<p>V odôvodnených prípadoch</p>

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 Senzolute; 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
napr. (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.; deklarovane 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. "turbo-solárium" - 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 – viď 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 zaskolení 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 / zasúšená 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> <ol style="list-style-type: none"> 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; 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><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>

	zápaly 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, vrede 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 masáž - 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 trombóz, vrede 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	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.
Zdravotné kontraindikácie	V zásade 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 poranenia 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 KÚPEL' /BAZÉN/

Zaradenie / kategória	C
Definícia a stručná charakteristika	<p>Procedúry založené na princípe účinkov striedania vplyvu studenej a teplej vody v eventuálnej 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 bylenných 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/kadľa, 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 (žľníka, 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 aerosólov 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, vrede 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 poranenia 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 uhličitéch 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 deklarovaným 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>

KAPITOLA II

INVAZÍVNE SLUŽBY STAROSTLIVOSTI O ĽUDSKÉ TELO

038 - TETOVANIE: KLASICKÉ TETOVANIE, BIO TATOO

Zaradenie / kategória	A
Definícia a stručná charakteristika	Prístrojová procedúra - aplikácia tetovacích farbív / pigmentov metódou mnohopočetných vpichov (tetovacími strojčekmi) do kože a podkožia za účelom vytvárania trvalých "dekoratívnych" obrazcov, ornamentov (motívov) príp. nápisov na koži; modifikácia <u>Bio Tattoo</u> - (technika menej hlbokého vpichu) trvanlivosť 3-5 rokov, úplne vymizne za 7-10 rokov.
Zdravotné kontraindikácie	Alergia na nikel a chemické látky, výskyt materského znamienka v mieste úkonu, znížená imunita a hojivosť, izomorfný fenomén (psoriáza, ekzém, lichen ruber planus), akokoľvek chorobne zmenené miesta kože, infekčná hepatitída, AIDS a iné ochorenia prenášané krvou a telesnými tekutinami; neodporúča sa u osôb vo veku do 18 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	Nie

039 - PERMANENTNÝ MAKE – UP

Zaradenie / kategória	A
Definícia a stručná charakteristika	Prístrojová procedúra - aplikácia tetovacích farbív/pigmentov strojčekmi (perom opatreným príslušnou ihlou alebo špičkou) do hĺbky cca 0,5 mm do epidermis hlavne tváre za účelom dočasného (cca 3-5 rokov) zdôraznenia kontúr pier, obočia a očných liniek.
Zdravotné kontraindikácie	Ako u tetovania (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	Nie

040 - NASTREĽOVANIE NÁUŠNÍC

Zaradenie / kategória	A
Definícia a stručná charakteristika	Prístrojová procedúra - aplikácia kovových náušníc do ušného lalôčika pomocou špeciálnej nastreľovacej pištole.
Zdravotné kontraindikácie	Alergia na nikel, výskyt materského znamienka alebo akokoľvek chorobne zmenená koža v mieste úkonu, znížená imunita a hojivosť, izomorfný fenomén (psoriáza, ekzém, lichen ruber planus), infekčná hepatitída, AIDS a iné ochorenia prenášané krvou a telesnými tekutinami; vek do 18 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	Nie

041 - PIERCING, EXPANDER

Zaradenie / kategória	C
Definícia a stručná charakteristika	Aplikácia kovových šperkov (hlavne z titánu) prepichovaním kože a slizníc, rozťahovače ucha (expander) - najčastejšie do ušnic, obočia, nosa, brady, pery, pupka, prsných bradaviek, jazyka a vonkajších genitálií; iné materiály šperkov: chirurgická oceľ, striebro, silikón, ušľachtilé drevo, keramika.
Zdravotné kontraindikácie	Alergia na nikel, výskyt materského znamienka alebo akokoľvek chorobne zmenená koža v mieste úkonu, znížená imunita a hojivosť, izomorfný fenomén (psoriáza, ekzém, lichen ruber planus), infekčná hepatitída, AIDS a inými patogénnymi mikroorganizmami, ktoré sú prenosné krvou alebo tkanivovými tekutinami, precitlivosť na nikel a chemické látky; <u>ústna dutina</u> : poruchy tvorby tvrdých zubných tkanív, zvýšená kazivosť chrupu, fajčenie, zjavne nedostatočná ústna hygiena, neodporúča sa u osôb vo veku do 18 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

KAPITOLA III

SLUŽBY ALTERNATÍVNEJ MEDICÍNY / ĽUDOVÉHO LIEČITEĽSTVA ORIENTOvané NA STAROSTLIVOSŤ O ĽUDSKÉ TELO

042 - ICTHYOTERAPIA ("KANGALSKÁ RYBA")

Zaradenie / kategória	C
Definícia a stručná charakteristika	<p>Kúpeľ časti alebo celého tela v bazéniku / vodoliečebnej vani / plastovej kadi s tureckými kaprovitými rybkami Garra rufa, ktoré zmiernujú svrbivé prejavy kožných ochorení (najmä psoriázy) jemným ošetrovaním a odstraňovaním chorobne zmenenej kože (kožných šupín) ; v zásade ide o biopeeling.</p> <p>Metóda je do istej miery analogická s hirudoterapiou (liečba pijavicou lekárskou) alebo červoterapiou (použitie sterilných mušíc lariev na čistenie chronických rán).</p> <p>Často sa kombinuje s následným prirodzeným solárnym kúpeľom alebo krátkodobým umelým ožiarovaním zdrojom UV-A žiarenia (lehátková terapia). Aplikačná kaďa / bazénik sa z dôvodov epidemiologickej bezpečnosti musia používať prísne individuálne; po každom klientovi sa musia dôkladne na mokro mechanicky vyčistiť a spoľahlivo dezinfikovať. Sada rybiek sa musí aplikovať prísne individuálne (každý klient má svoju sadu rybiek, chovanú v osobitnom akváriu).</p>
Zdravotné kontraindikácie	Fóbie, inak nie sú.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Zdravotná a odborná spôsobilosť podľa § 22 vyhl. MZ SR 585/2008 Z.z. Služba sa smie poskytovať len pod sústavným dohľadom lekára!
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Odporúča sa
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	Nie

043 - HIRUDOTERAPIA

Zaradenie / kategória	C
Definícia a stručná charakteristika	Liečebná metóda alternatívnej medicíny / ľudového liečiteľstva so znakmi epidemiologicky závažnej činnosti, spočívajúca v aplikácii (prikladaní) pijavice lekárskej (<i>Hirudo medicinalis</i>) na povrch tela človeka; efekty: antitrombotický, trombolytický, antihypertenzný, protizápalový, imunomodulačný, antiedematózny, analgetický, antiischemický, antiseptický; akupunktúrno – neuroreflektorický; nevyhnutné požiadavky: aspetické postupy, čisté chovné kmene; rešpektovanie zdravotných kontraindikácií; aplikácia hyrudoterapie by mala patriť výlučne do rúk zdravotníckych pracovníkov znalých vzniku, mechanizmu a liečby ľudských chorobných stavov.
Zdravotné kontraindikácie	Poruchy zrážanlivosti krvi, alergie na histamín, hirudín, uštipnutie hmyzom, imunodeficit, anémia, hypotenzia, poruchy hojenia (diabetes), užívanie liekov s antitrombotickým a antiagregačným účinkom, priama aplikácia na vrede, gangrény, onkologické choroby, fóbie, gravidita, novorodenci a malé deti.
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Poskytovanie týchto služieb patrí výlučne do rúk osôb so zdravotníckym vzdelaním (!)
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Odporúča sa
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	Áno, ak procedúru vykonáva pracovník so stredným zdravotníckym vzdelaním.

044 - REI-KI

Zaradenie / kategória	D
Definícia a stručná charakteristika	Alternatívny liečiteľský smer - diagnostika a liečba prikladaním rúk na telo klienta; deklarováný princíp: ovplyvňovanie bioenergetických pomerov organizmu, tonizácia a harmonizácia pomerov v organizme, pôsobenie proti stresu, únave a bolestiam, využíva východoázijské tradičné náuky a liečiteľské metodiky.
Zdravotné kontraindikácie	Psychózy, manio-depresívne syndrómy
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Nevyžaduje sa
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	Konzultácia so psychiatrom

045 - RELAXÁCIA POD PYRAMÍDOU

Zaradenie / kategória	D
Definícia a stručná charakteristika	Relaxácia na lôžku pod pyramídou z ľubovoľného materiálu, imitujúcou geometrickú konfiguráciu Egyptských pyramíd, ktorých tvaru sa pripisujú biopozitívne vplyvy (tzv. „magnetické“, „bioenergetické“ a pod.).
Zdravotné kontraindikácie	Klaustrofóbia
Požiadavky na spôsobilosť pracovníkov	Nevyžaduje sa
Potreba dohľadu zdravotníckeho pracovníka	Nie
Potreba lekárskeho potvrdenia pred poskytnutím služby	Nie

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

Názov	Definícia a stručná charakteristika
<p>P01 - ČREVNÁ SPRCHA (COLONHYDROTHERAPIA)</p>	<p>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.</p>
<p>P02 - KOZMETICKÉ POUŽITIE INTENZÍVNEHO PULZNÉHO SVETLA (IPL), FOTOOMLADENIE, FOTOREJUVENIZÁCIA + RÁDIOFREKVENČNEJ, (RF) ENERGIE; (napr. prístroj Aurora)</p>	<p>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. rádiový frekvenčnou energiou (RF-energia = vysokofrekvenčný elektrický prúd) s efektom lokálneho prehrievania hlbších vrstiev pokožky; prístroj AURORA - súbežná kombinácia IPL a RF.</p>
<p>P03 - KOZMETICKÁ APLIKÁCIA BOTULOTOXÍNU</p>	<p>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.</p>
<p>P04 - KOZMETICKÁ APLIKÁCIA VSTREBATEĽNÝCH KOŽNÝCH IMPLANTÁTOV</p>	<p>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.</p>

<p>P05 - APLIKÁCIA ZUBNÝCH ŠPERKOV</p>	<p>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.</p>
<p>P06 - KOZMETICKÁ MIKRODERMABRÁZIA</p>	<p>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; súčasne sa aplikuje podtlakové odsávanie abrazívnych častíc a obrúsených nečistôt so súbežným využitím pozitívneho efektu podtlakom spôsobeného lokálneho prekrvenia ošetrovanej pokožky (napr. prístroj Brusher BR04); procedúra sa často kombinuje s následným fotoomladzovaním pokožky (IPL, kozmetický laser).</p>
<p>P07 - KOZMETICKÝ LASER</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</p>

	prístrojová procedúra - aplikácia laserového žiarenia na „ožarovanie krvi“ nosovým aplikátorom zavedeným do nosovej dutiny prístrojom Bioquant.
P08 - HĽBKOVÉ TEPLO - diatermický princíp	Prístrojová procedúra so zameraním na povrchové a hlavne hĺbkové prehrievanie tkanív ošetrovanej časti tela; aplikácia: 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 ošetrovanom tkanive (krátkovlnná diatermia).
P09 - ZÁBALY: rašelinové, bahenné v kombinácii s parafínom (parafango)	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 / zasúšená ingrediencia s fóliou (stuhnutý parafín) strhnú; zábalové ingrediencie sa aplikujú zahriate (horúce) alebo s aplikáciou tepla na príslušnú 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 arómamasaže.
P12 - MASÁŽ VÁKUOVÁ (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 LYMFODRENÁŽ-NA ("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 cieleňá na odtok lymfy. <ol style="list-style-type: none"> 1. Prístrojom <u>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 odbúraniu tukového tkaniva a odstraňovaniu celulitídy; 2. Prístrojom <u>SPM digital</u> s pulzným podtlakom až vákuom ("vákuová lymfomasáž") s 2 menšími prikladacími bankami (okrem uvedených efektov sa proklamuje úspešné ošetrenie 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 <u>Slyde Styler, Body Styler, Lymfoven, PULSTAR PX1</u>, a pod. - s aplikáciou kladného tlaku = kompresná masáž pracujúca s tlakovou ("peristaltickou") vlnou vznikajúcou postupným napĺňaním jednotlivých za sebou nasledujúcich komôr špeciálneho nohavicového obleku vzduchom ("pneumatická masáž"); klient leží na lôžku, tlaková vlna sa

	<p>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;</p> <p>4. <u>Vákuovo-kompresná masáž</u> – 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);</p> <p>5. <u>napr. prístrojom Vacustyle</u>r ("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;</p> <p>6. <u>Manuálna lymfodrenáž</u> - neprístrojová; Okrem vyššie uvedených efektov sa u lymfodrenážnych masáží zdôrazňuje odstraňovanie opuchov, spriechodnenie lymfatických ciest a celková relaxácia a detoxikácie; prevencia celulitídy a vzniku varixov.</p>
<p>P14 - HYDROMASÁŽ (podvodná masáž), VÍRIVKY</p>	<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. Jakuzi) / bazéna (napr. Hydroxeur).</p>
<p>P15 - KRYOKOMORA</p>	<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</p>

	<p>celotelovú procedúru v ochrannom odevu. Po opustení polára 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>
<p>P16 - SUCHÝ UHLIČITÝ KÚPEL (napr. biotherik)</p>	<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; časť súčasť programov na znižovanie telesnej hmotnosti, údajne stimuluje tvorbu pohlavných hormónov.</p>
<p>P17 - APLIKÁCIA ELEKTRO-MAGNETICKÉHO POĽA A SVETLA - (napr. prístroj Bemer 3000)</p>	<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 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);</p>

	<p>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.. 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 prsten-covitú časť (solenoid), do ktorej sa zasunie (v 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</p>

	<p>pripisuje lokálne aj celkovo biopozitívny účinok na rôzne ochorenia z oblasti kardiovaskulárneho, nervového, dýchacieho i tráviaceho traktu, pohybového aparátu i napr. neplodnosti a porúch spánku; ďalej priaznivý dermatokozmetický efekt atď. – všetko na báze harmonizácie rozladených funkcií organizmu pôsobením riadených elektromagnetických impulzov.</p>
<p>P20 - ELEKTROAKUPUNKTÚRA PODEA 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; údaje 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 ihlíc do akupunktúrnych bodov podľa tradičných východoázijských postupov a filozofií v kombinácii s modernými neurofyziologickými (reflexologickými) poznatkami západnej medicíny.</p>
<p>P22 - MYOSTIMULÁCIA PANVOVÉHO DNA prístrojom Bioharmónia</p>	<p>Myostimulácia panvového dna prístrojom Bioharmónia vaginálnymi sondami (elektrodami) na liečbu močovej inkontinencie.</p>

