

# **Základné požiadavky na zariadenia starostlivosti o ľudské telo - SAUNA**

## **I. Charakteristika**

Prevádzka sauny je v zmysle § 23 zákona č. 355/2007 Z. z. o ochrane, podpore a rozvoji verejného zdravia a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov zaradená do kategórie zariadení starostlivosti o ľudské telo (ďalej len „ZSoLT“). Do tejto kategórie sa zaraďujú prevádzky, ktoré verejnosti poskytujú nezdravotnícku starostlivosť a služby zamerané na úpravu telesného vzhľadu a estetické aspekty, kondičnú podporu a podporovanie zdravia. Ide o služby so znakmi epidemiologicky závažných činností, t. j. takých pracovných činností, ktorými možno pri zanedbaní postupov správnej praxe a pri nedodržaní zásad osobnej hygieny spôsobiť vznik alebo šírenie prenosného ochorenia.

## **II. Stavebno-technické riešenie prevádzky**

Zariadenia starostlivosti o ľudské telo možno prevádzkovať, len ak spĺňajú požiadavky na stavebno-technické riešenie, priestorové usporiadanie, vybavenie a vnútorné členenie ustanovené vyhláškou Ministerstva zdravotníctva Slovenskej republiky č. 554/2007 Z. z. o podrobnostiach o požiadavkách na zariadenia starostlivosti o ľudské telo v znení neskorších predpisov.

ZSoLT sa musí riešiť tak, aby tvorilo uzatvorený celok, stavebne a prevádzkovo oddelený od iných priestorov, ktoré nesúvisia s prevádzkou zariadenia.

Zariadenie musí mať zabezpečené osvetlenie podľa požiadaviek vyhlášky Ministerstva zdravotníctva Slovenskej republiky č. 541/2007 Z. z. o podrobnostiach o požiadavkách na osvetlenie pri práci v znení vyhlášky č. 206/2011 Z. z., vykurovanie a vetranie. Priestory zariadenia, v ktorých sa manipuluje s látkami s intenzívnym zápachom alebo s látkami so škodlivým účinkom, sa musia riešiť tak, aby sa zabezpečilo aj účinné nútené vetranie.

Zariadenie musí mať prívod pitnej vody a teplej vody. Požiadavky na kvalitu pitnej vody definuje vyhláška Ministerstva zdravotníctva Slovenskej republiky č. 247/2017 Z. z., ktorou sa ustanovujú podrobnosti o kvalite pitnej vody, kontrole kvality pitnej vody, programe monitorovania a manažmente rizík pri zásobovaní pitnou vodou.

## **III. Všeobecné požiadavky na priestory**

Nakoľko prevádzka ZSoLT je umiestnená v budove určenej pre verejnosť, je jej prevádzkovateľ povinný zabezpečiť kvalitu vnútorného ovzdušia budovy tak, aby nepredstavovalo riziko v dôsledku prítomnosti fyzikálnych, chemických, biologických a iných zdraviu škodlivých faktorov a nebolo organolepticky zmenené.

Vnútorne prostredie budov musí spĺňať požiadavky na tepelno-vlhkostnú mikroklímu, vetranie a vykurovanie, požiadavky na osvetlenie, preslnenie a na iné druhy optického žiarenia podľa vyhlášky MZ SR č. 259/2008 Z. z. o podrobnostiach o požiadavkách na vnútorné prostredie budov a o minimálnych požiadavkách na byty nižšieho štandardu a na ubytovacie zariadenia.

Podlahy ZSoLT musia byť ľahko umývateľné, hladké, nešmykľavé a bez škár. V prevádzkových miestnostiach nesmú byť koberce. Steny v miestach, v ktorých môže dôjsť k ich znečisteniu, musia mať ľahko umývateľný a dezinfikovateľný povrch.

Jednotlivé predmety zariadenia musia byť taktiež ľahko čistiteľné a dezinfikovateľné.

Potiareň v saune musí byť vybavená prístrojom na meranie teploty a relatívnej vlhkosti vzduchu. Vnútorne obloženie a vybavenie potiarne musí byť z neimpregnovaného dreva bez nekrytých kovových častí. Podlaha potiarne musí byť nešmykľavá so spádom ku dverám. Dvere potiarne sa musia otvárať smerom von z potiarne a musí byť na nich okno. V potiarňi sa musí umožniť účinná výmena vzduchu, osvetlenie potiarne musí byť tlmené, s núdzovým osvetlením. Saunová pec vykurovaná drevom, plynom alebo olejom musí mať zabezpečený odvod spalín mimo priestoru sauny a musí byť chránená pred náhodným dotykom osôb. Vnútorná ochladzovňa sauny musí mať teplotu vody najviac 15 °C. Počas používania sauny voda v ochladzovacom bazéne musí trvale pritekať napúšťacími otvormi na dne a odtekať prepadom na úrovni hladiny. Dno ochladzovacieho bazéna musí mať spád k výpustnému otvoru. Vstup do ochladzovacieho bazéna sa musí zabezpečiť schodmi so zábradlím. Podlahy v okolí ochladzovacieho bazéna musia mať spád smerom od bazéna k podlahovej vpusti. Sprchy na ochladzovanie musia umožniť postupné ochladzovanie tela od dolných končatín až po vrchnú časť tela.

#### **IV. Všeobecné požiadavky na dispozičné riešenie ZSoLT**

V prevádzkach ZSoLT sa musia vytvárať podmienky na:

- a) oddelené skladovanie čistej bielizne a použitej bielizne,
- b) oddelené uloženie pomôcok na upratovanie,
- c) oddelené uloženie civilného odevu a pracovného odevu zamestnancov,
- d) odloženie odevov zákazníkov,
- e) čakanie na obsluhu.

Zariadenie musí mať k dispozícii záchod s umývadlom s výtokom pitnej vody a teplej vody, ktorý je umiestnený buď priamo v priestoroch ZSoLT alebo je prístupný z tej chodby v budove, z ktorej sa do tohto zariadenia vstupuje.

Zariadenie musí zodpovedať svojou veľkosťou vykonávaným úkonom. Na jedno pracovné kreslo musí pripadnúť najmenej 3 m<sup>2</sup> podlahovej plochy, na jedno ležadlo 6 m<sup>2</sup> podlahovej plochy a na vaničku na nohy 4 m<sup>2</sup> podlahovej plochy. Vzdialenosť pracovného miesta od miesta na čakanie na obsluhu musí byť najmenej 2 m.

Sauna určená pre verejnosť sa musí členiť na samostatnú šatňu, umýváreň, potiareň, ochladzovňu, odpočívareň, záchody a pomocné priestory. V prípade, ak je sauna určená pre určenú skupinu osôb, musí sa členiť najmenej na potiareň, umýváreň, odpočívareň, šatňu a záchod. Ak sa umýváreň využíva aj ako ochladzovňa, musí byť vybavená sprchou s prívodom teplej vody a sprchou s prívodom studenej vody.

Každý zákazník musí mať k dispozícii najmenej 2 m<sup>3</sup> priestoru potiarne. Potiareň sa musí vybaviť najmenej dvoma stupňami potných plošín s výškou 0,4 m, pričom najvyšší stupeň musí byť umiestnený najmenej 1,2 m od stropu. Výška potiarne musí byť najmenej 2,1 m. Ochladzovňa sauny sa musí riešiť ako vnútorná ochladzovňa alebo vonkajšia ochladzovňa, alebo obe ochladzovne súčasne.

Vnútorná ochladzovňa musí mať ochladzovací bazén s plochou najmenej 4 m<sup>2</sup>, hĺbkou 1,3 m. Vonkajšia ochladzovňa sa musí riešiť ako čiastočne krytý priestor na ochladzovanie tela vodou, snehom alebo vzduchom.

V odpočívárni musí pripadnúť najmenej 2 m<sup>2</sup> na jedno miesto v potiarne. Odpočívareň sa musí vybaviť ležadlami alebo kreslami v počte, ktorý zodpovedá počtu miest v potiarne. V saune musia byť najmenej dve záchodové kabíny, pričom jedna musí byť prístupná vo vstupnej časti sauny a jedna počas saunovania. Pri záchodovej kabíne musí byť umývadlo s výtokom pitnej vody a teplej vody.

## **V. Ďalšie požiadavky súvisiace s prevádzkovaním ZSoLT**

Prevádzkovateľ ZSoLT je ďalej v prevádzke povinný:

- používať také pracovné postupy, prístroje, pracovné nástroje, pomôcky a prípravky, aby pri poskytovaní služby nedošlo k ohrozeniu zdravia alebo k poškodeniu zdravia,
- mať k dispozícii lekárničku prvej pomoci,
- poučiť osobu, ktorej poskytujú služby, o rizikách spojených s poskytovanou službou.

Prevádzkovateľ sauny je ďalej povinný zabezpečiť:

- kvalitu vody v ochladzovacom bazéne tak, aby spĺňala požiadavky na kvalitu vody v umelom kúpalisku v zmysle požiadaviek vyhlášky Ministerstva zdravotníctva Slovenskej republiky č. 308/2012 Z. z. o požiadavkách na kvalitu vody, kontrolu kvality vody a o požiadavkách na prevádzku, vybavenie prevádzkových plôch, priestorov a zariadení na prírodnom kúpalisku a na umelom kúpalisku,
- pravidelnú výmenu vody v ochladzovacom bazéne a jeho pravidelné čistenie,
- kontrolu kvality vody v ochladzovacom bazéne.

Prevádzkovateľ musí mať vypracovaný a prostredníctvom RÚVZ schválený prevádzkový poriadok zariadenia, ktorý je súčasťou prevádzkovej dokumentácie, a ktorý musí obsahovať:

- identifikačné údaje prevádzkovateľa zariadenia,
- druh a spôsob poskytovania služieb, zdravotné kontraindikácie služieb a zakázané úkony pri poskytovaní služieb,
- podmienky prevádzky a zásady bezpečnosti a ochrany zdravia zákazníkov a zásady bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci zamestnancov zariadenia,
- návod na použitie prístrojov,
- zdravotné kontraindikácie použitia prístrojov,
- postup pri mechanickej očiste, dezinfekcii a sterilizácii pracovných nástrojov a prístrojov,
- postup pri mechanickej očiste a dezinfekcii povrchových plôch miestností a ich vybavenia,
- spôsob skladovania a manipulácie s bielizňou,
- spôsob a frekvenciu upratovania zariadenia,
- spôsob nakladania s odpadom, jeho odstraňovanie, frekvenciu vyprázdňovania odpadových nádob, ich čistenia a dezinfekcie.

Prevádzkový poriadok musí byť umiestnený v zariadení na vhodnom a viditeľnom mieste.

Prevádzkovateľ ZSoLT a jeho zamestnanci nesmú:

- manipulovať s jazvami,
- manipulovať s materskými znamienkami,

- robiť výkony na očnej spojovke a rohovke.

#### Pracovné postupy v prevádzkach ZSoLT:

Plochy zariadení prichádzajúce do priameho kontaktu s telom zákazníka sa musia umývať a dezinfikovať po každom zákazníkovi.

Vlhká mechanická očista a dezinfekcia pracovných plôch, podláh a zariadení na osobnú hygienu sa musia vykonávať denne pred začatím alebo po skončení prevádzky a priebežne počas výkonu práce. Vlhká mechanická očista umývateľných povrchov stien a nábytku sa musí vykonávať raz týždenne.

Ak pri obsluhu zákazníka vzniká odpad, ten sa musí odstraňovať po každom zákazníkovi a zhromažďovať v uzatvárateľných nádobách; nádoby sa musia denne vyprázdňovať, čistiť a dezinfikovať.

Nebezpečný odpad sa musí ukladať do oddelených, uzatvárateľných, nepriepustných a mechanicky odolných, podľa možnosti spáliteľných nádob.

Základná oprava všetkých náterov zariadenia a maľovanie sa vykonávajú najmenej raz za päť rokov, pri viditeľnom znečistení alebo pri poškodení bezodkladne.

#### Pracovné prístroje, nástroje a pomôcky v prevádzkach ZSoLT:

Kontrola účinnosti sterilizátorov sa vykonáva bioindikátormi podľa požiadaviek vyhlášky Ministerstva zdravotníctva Slovenskej republiky č. 553/2007 Z. z., ktorou sa ustanovujú podrobnosti o požiadavkách na prevádzku zdravotníckych zariadení z hľadiska ochrany zdravia, a to vždy po inštalácii prístroja, po 200 sterilizačných cykloch (najmenej však raz ročne), pri pochybnostiach o sterilizačnej účinnosti a po každej oprave prístroja. Druh sterilizovaných nástrojov, parametre sterilizácie a dátum sterilizácie sa musia zaznamenávať do sterilizačného denníka.

Ak sa v zariadení používajú špeciálne prístroje alebo metódy, zákazník musí byť upozornený na možné kontraindikácie a zdravotné riziká a oboznámený so spôsobom ochrany zdravia a musia mu byť poskytnuté zodpovedajúce ochranné pomôcky.

Zamestnancom musia byť poskytnuté osobné ochranné pracovné prostriedky podľa druhu vykonávaných činností v zmysle požiadaviek vyplývajúcich z nariadenia vlády Slovenskej republiky č. 395/2006 Z. z. o minimálnych požiadavkách na poskytovanie a používanie osobných ochranných pracovných prostriedkov. Každý zamestnanec musí mať k dispozícii aj uterák a mydlo.

V zariadení musí byť na vhodnom a dostupnom mieste lekárnička prvej pomoci. Vybavenie lekárničky prvej pomoci pre zariadenia starostlivosti o ľudské telo je uvedené v prílohe č. 1 vyhlášky MZ SR č. 554/2007 Z. z.

V zariadení musí byť dostatočné množstvo bielizne, primerané predpokladanému počtu zákazníkov. Pre každého zákazníka sa musí používať čistá bielizeň. S bielizňou sa musí manipulovať tak, aby nedochádzalo k vzájomnému styku alebo zámene čistej bielizne a použitej bielizne.

Použitú bielizeň možno skladovať len v pracích alebo umývateľných a dezinfikovateľných obaloch alebo v obaloch na jednorazové použitie. Ak nie je použitá bielizeň odnášaná na pranie denne, po použití sa musí vysušiť na určenom mieste mimo prevádzkovej miestnosti, prípadne v sušiacom zariadení. Ak pranie použitej bielizne vykonáva prevádzkovateľ zariadenia, musí používať vyvárku a vypratá bielizeň sa musí vyžehliť. Vyvárku bielizne možno nahradiť praním pri nižších teplotách s použitím pracieho prostriedku s dezinfekčným účinkom.

Čistú bielizeň možno prepravovať do zariadenia, len ak je zabalená tak, aby sa zabránilo jej kontaminácii.

Voda z ochladzovacieho bazéna sauny sa musí vypúšťať denne, steny a dno bazéna sa musia mechanicky vyčistiť, vydezinfikovať a opláchnuť čistou vodou. Ak sa na ochladenie tela používa bazén s recirkuláciou, voda v bazéne sa musí vymieňať najmenej raz za mesiac. Kontrola kvality vody sa musí vykonávať raz za šesť mesiacov v rozsahu ukazovateľov pre bazény s recirkuláciou vody. V bazénoch s recirkuláciou vody sa musí denne sledovať a evidovať pH a koncentrácia voľného chlóru.

#### Prípravky používané v prevádzkach ZSoLT:

Plochy, pracovné nástroje a pomôcky, ktoré boli znečistené biologickým materiálom, sa pred čistením musia dezinfikovať prípravkom so širokým spektrom mikrobicídneho účinku.

#### Zdravotná a odborná spôsobilosť na vykonávanie epidemiologicky závažných činností:

Podmienky na výkon epidemiologicky závažných činností určuje § 22 vyhlášky MZ SR č. 585/2008 Z. z., ktorou sa ustanovujú podrobnosti o prevencii a kontrole prenosných ochorení. Epidemiologicky závažné činnosti, medzi ktoré zaraďujeme aj činnosti vykonávané v zariadeniach starostlivosti o ľudské telo, môžu vykonávať len osoby odborne a zdravotne spôsobilé.

Zdravotnú spôsobilosť preukazuje osoba potvrdením o zdravotnej spôsobilosti, ktoré jej na základe lekárskej prehliadky vydá lekár. Potvrdenie o zdravotnej spôsobilosti obsahuje meno a priezvisko osoby, dátum narodenia, trvalé bydlisko, dátum vydania a povinnosti osoby. Lekár súčasne osobu poučí o jej právach a povinnostiach a o tom, že ho pri ochorení musí vyhľadať.

Pri každom lekárskom ošetrení je osoba, ktorá vykonáva epidemiologicky závažnú činnosť, povinná upozorniť lekára na druh vykonávanej epidemiologicky závažnej činnosti. Tieto skutočnosti zaznačí lekár do jej zdravotnej dokumentácie.

Odborná spôsobilosť sa preukazuje podľa charakteru epidemiologicky závažných činností diplomom, vysvedčením vzdelávacích inštitúcií, ktoré uvádza príloha č. 6 vyhlášky MZ SR č. 585/2008 Z. z. Pre činnosti vykonávané v zariadeniach starostlivosti o ľudské telo ide o doklad o absolvovaní fakulty lekárskej, farmaceutickej, verejného zdravotníctva, ošetrovateľstva a sociálnej práce, strednej zdravotníckej školy, strednej školy alebo odborného učilišťa v odboroch starostlivosti o ľudské telo, rekvalifikačného akreditovaného kurzu v odboroch starostlivosti o ľudské telo, absolvovaného vo vzdelávacom zariadení s akreditáciou vydanou Ministerstvom školstva SR.

V prípade, že osoba ktorá bude vykonávať epidemiologicky závažnú činnosť v zariadeniach starostlivosti o ľudské telo nespĺňa uvedené kvalifikačné predpoklady, má možnosť získať odbornú spôsobilosť úspešne vykonanou skúškou na príslušnom RÚVZ a získaním osvedčenia o odbornej spôsobilosti, pričom podrobnosti tohto postupu upravuje vyhláška MZ SR č. 209/2014 Z. z.