

UČEBNÝ PLÁN

Názov predmetu:	Hygiena		
Študijný program:	Všeobecné lekárstvo	Obdobie štúdia:	7. semester
Hodnotenie predmetu:	S	Závaznosť predmetu:	povinný
Rozsah výučby:	1 h. prednášky a 2 h. cvičenia / týždeň		spolu 42 hodín

Týždeň	Prednášky
	Trieda SNP 1, P2 14,00 – 15,30 hod.
2. 24.9. 2026	Hygiena detí a mládeže, telesný a neuropsychický vývin detí v závislosti od sociálnych a životných podmienok. Hodnotenie somatického vývinu detskej populácie v hygienickej praxi a pediatickej prevencii. Fyziologické a somatické zvláštnosti detskej populácie. Hodnotenie obezity v detskom veku. prof. Mgr. MUDr. E. Dorko, PhD., MPH, MBA
4. 8.10. 2026	Vplyv kvality vody na zdravie. Infekčné a chemické riziká pochádzajúce z vody a potravinového reťazca. Nákazy prenášané vodou a potravinami, WHO kategorizácia nákaz prenášaných vodou. prof. Mgr. MUDr. E. Dorko, PhD., MPH, MBA
6. 22.10. 2026	Životné prostredie a zdravie, základné ekologické vplyvy na zdravie. Hygiena životného prostredia – ovzdušie, voda, pôda. Zdravotne významné faktory prostredia – fyzikálne, chemické, mikrobiologické. prof. MUDr. K. Rimárová, CSc.
8. 5.11. 2026	Hygiena výživy. Zloženie potravín – bielkoviny, tuky, cukry, vitamíny, minerálne látky. Odporúčané denné dávky potravín. Zdravotné riziká spojené s výživou. Základy racionálnej výživy – alternatívne trendy. prof. MUDr. T. Kimáková, PhD.
10. 19.11. 2026	Vplyv pracovného procesu a pracovných podmienok na zdravie. Hygiena práce a pracovného prostredia, režim práce a odpočinku. Ergonómia. Fyzická a psychická práca, únava a záťaž. Škodliviny a rizikové faktory v pracovnom prostredí. NPEL. Biologické expozičné markery. Choroby z povolania. prof. MUDr. K. Rimárová, CSc.
12. 3.12. 2026	Pracovné prostredie. Ionizujúce žiarenie účinky a ochrana. Riziko, dávka, koncentrácie, ich hodnotenie. Manažment rizika. Účinky stochastické a nestochastické. prof. MUDr. K. Rimárová, CSc.
14. 17.12. 2026	Základné rizikové faktory chronických neinfekčných civilizačných ochorení, možnosti primárnej a sekundárnej prevencie. prof. MUDr. K. Rimárová, CSc.
2. 24.9. 2026	Hygiena detí a mládeže, telesný a neuropsychický vývin detí v závislosti od sociálnych a životných podmienok. Hodnotenie somatického vývinu detskej populácie v hygienickej praxi a pediatickej prevencii. Fyziologické a somatické zvláštnosti detskej populácie. Hodnotenie obezity v detskom veku. prof. Mgr. MUDr. E. Dorko, PhD., MPH, MBA

UČEBNÝ PLÁN

Týždeň	Cvičenia Ústav verejného zdravotníctva a hygieny, Šrobárova 2, ŠP4, ŠP3		
Pondelok	8,00 - 9,30 sk. 1ab, ŠP4	9.45 - 11,15 sk. 12ab, ŠP4	12,00 - 13,30 sk. 2ab, ŠP4
Utorok	8,00 - 9,30 sk. 3ab, ŠP4	10,00 - 11,30 sk. 6ab, ŠP4	11,45 - 13,15 sk. 15ab, ŠP4
Streda	8,00 - 9,30 sk. 11ab, ŠP4	10,00 - 11,30 sk. 10ab, ŠP4	11,45 - 13,15 sk. 7ab, ŠP4
Streda			12,00 - 13,30 sk. 4ab ŠP3
Štvrtok	8,00 - 9,30 sk. 8ab, ŠP4	10,00 - 11,30 sk. 9ab, ŠP4	11,45 - 13,15 sk. 5ab, ŠP4
Štvrtok	8,00 – 9,30 sk. 13ab, ŠP3	10,15 – 11,45 sk. 14ab, ŠP3	
1. 16.9.- 18.9. 2026	prof. Mgr. MUDr. E. Dorko, PhD., MPH, MBA - sk. 11,10,7,8,9,5 ab prof. MUDr. K. Rimárová, CSc. - sk. 4,13,14 ab Úvod do výučby predmetu: učebné plány, priebeh výučby, podmienky pre udelenie zápočtov, požiadavky na skúšky, študijná literatúra, poučenie OBP. Úvodná inštrukcia. Podmienky na absolvovanie predmetu. Príprava na semináre (inštrukcia). Náplň „Hygieny“ ako vedného odboru, preventívny a bežný hygienický dozor. Rozdelenie hygieny, jej význam v prevencii a praxi, význam jednotlivých odborov v hygiene. Internetové zdroje a literárna rešerš vo verejnom zdravotníctve. Pojmy primárna, sekundárna, terciárna prevencia. Opatrenia v primárnej, sekundárnej a terciárnej prevencii.		
2. 21.9.- 25.9. 2026	MVDr. Z. Sulínová, PhD. - sk. 1,12,2,3,6,15,11,10,7,8,9,5 ab Mgr. J. Diabelková, PhD. - sk. 4,13,14 ab Vplyv ovzdušia a jeho kontaminantov na zdravie. Ovzdušie – fyzikálne, chemické a biologické ukazovatele kvality ovzdušia v ŽP a PP. Emisie, imisie, exhaláty. Častice PM, plynné kontaminanty ovzdušia. Prítomnosť ťažkých kovov v ovzduší. Problematika a riziká globálneho otepľovania a klimatických zmien. Tepelná mikroklima a metódy určovania tepelného komfortu. Iónová mikroklima. Požiadavky na vlhkosť a prúdenie vzduchu – vetranie. Osvetlenie. Hodnotenie osvetlenia.		
3. 28.9.- 2.10. 2026	MVDr. A. Houžvičková, PhD. - sk. 1,12,2,3,6,15,11,10,7,13,14 ab MVDr. Z. Sulínová, PhD. - sk. 4,8,9,5 ab Vplyv kvality vody na zdravie. Dusičnanová methemoglobinémiu u dojčiat. Pitná voda, definícia, hygienické normy, chemické, fyzikálne a mikrobiologické ukazovatele kvality pitnej vody, odber vzorky na laboratórne vyšetrenie. Rozdiely v limitoch pre pitnú vodu u individuálneho a hromadného zásobovania. Voda – zásobovanie obyvateľstva, spôsob dezinfekcie. Modelové situácie riešenia kvality vody.		

UČEBNÝ PLÁN

4. 5.10.- 9.10. 2026	MVDr. M. Hrubovčák Tejová, PhD. - sk. 1,12,2,3,6,15,11,10,7,5,13,14 ab Mgr. S. Miškárová - sk. 4,8,9 ab Hodnotenie kardiovaskulárneho rizika, seba-hodnotiace metódy a dotazníky na rizikový životný štýl VŠ študentov. Prevencia kardiovaskulárneho rizika, hodnotenie antropometrických a funkčných parametrov, hodnotenie biochemických parametrov. Výpočet rizikového skóre. V prípade online vzdelávania online dotazník na životný štýl.
5. 12.10.- 16.10. 2026	Mgr. A. Houžvičková, PhD. - sk. 1,12,2,11,10,7,5,13,14 ab MVDr. Z. Sulínová, PhD. - sk. 3,16,15,4,8,9 ab Vplyv žiarenia na zdravie. Neionizujúce a ionizujúce žiarenie. Slniečne žiarenie a jeho zložky. Elektromagneticky neionizujúce žiarenie, mobily, vysielачky. Ionizujúce žiarenie, rozdelenie, najvyššie prípustné dávky žiarenia. Stochastický a nestochastický účinok ionizujúceho žiarenia. Akútna a chronická choroba z ožiarenia. Hygienická problematika bývania. Bývanie a zdravie, faktory ovplyvňujúce kvalitu vnútorného prostredia, syndróm chorých budov. Byť zdravotne závadný a zdravotne nevhodný. Hygiena zdravotníckych zariadení, rizikové faktory v zdravotníckych zariadeniach.
6. 19.10.- 23.10. 2026	Mgr. J. Diabelková, PhD. - sk. 1,12,2,4,8,9,5 ab prof. MVDr. T. Kimáková, PhD. - sk. 3,6,15,11,10,7,13,14 ab Seminár - Vplyv faktorov životného prostredia na zdravie.
7. 26.10.- 30.10. 2026	Mgr. J. Diabelková, PhD. - sk. 1,12,2,3,6,15,4,5,13,14 ab MVDr. Z. Sulínová, PhD. - sk. 11,10,7,8,9 ab Hygiena detí a dorastu. Metódy hodnotenia rastu a vývoja detí, antropometria, kategorizácia detského veku, biologický a kalendárny vek, faktory ovplyvňujúce rast a vývoj detského organizmu. Hygienické požiadavky na detské a školské zariadenia, hygiena pedagogického procesu. Intervenčný preventívny program CINDI, zameraný na určovanie rizika kardiovaskulárnych ochorení. Antropometrické ukazovatele: BMI, WHR, výška, hmotnosť, ATH, percento tuku a TK.
8. 2.11.- 6.11. 2026	Mgr. A. Houžvičková, PhD. - sk. 3,6,15,11,10,7,8,9,5 ab Mgr. J. Diabelková, PhD. - sk. 4,13,14 ab Psychické faktory v práci. Profesionálny stres. Belbinove testy. Testy štýlu učenia. Praktické testy. Vyhodnotenie testov.
9. 9.11.- 13.11. 2026	MVDr. Z. Sulínová, PhD. - sk. 1,12,2,3,6,15,11,10,7,8,9,5 ab Mgr. A. Houžvičková, PhD. - sk. 4,13,14 ab Hygiena výživy. Základné ukazovatele kvality potravín – senzorické, fyzikálno-chemické, mikrobiologické a špeciálne. Potravinový kódex. Cudzorodé látky v potravinách. Spoločné stravovanie. Diferencované výživové potreby populačných skupín. Racionálna výživa, kontrola kvality potravín, normy. Metódy hodnotenia výživového stavu obyvateľstva. Metódy hodnotenia spotreby potravín. Problematika spoločného stravovania. Pestrosť stravy. Energetická a biologická hodnota stravy a metódy jej určovania. Potravinová pyramída.

UČEBNÝ PLÁN

	Hodnotenie spotreby potravín, potravinové databázy. Potravinový kôš. OVD a ODP. Metodika určovania ODP a OVD. Hodnotenie jedálneho lístka a kalorického príjmu. Spôsoby redukcie obezity. Druhy epidemiologických štúdií. Štúdie ekologické, prierezové, kohortové, ich výhody a nevýhody. Hodnotenie zdravotného stavu obyvateľstva vo forme aktívnej práce s voľne šíriteľnými softvérmi. Využitie multimediálnych technológií v štúdiách zdravotného stavu populácie – program Epi – Info.
10. 16.11.- 20.11. 2026	MVDr. Z. Sulínová, PhD. – sk. 1,12,2,11,10,7,8,9,5 ab prof. MUDr. K. Rimárová, CSc. - sk. 3,6,15 ab Mgr. A. Houžvičková, PhD. – sk. 4,13,14 ab Seminár - Vplyv výživy na zdravie.
11. 23.11.- 27.11. 2026	Mgr. J. Diabelková, PhD. - sk. 1,12,2,3,6,15,11,10,7,8,9, ab Mgr. A. Houžvičková, PhD. - sk. 4,5,13,14 ab Vplyv pracovného prostredia a pracovných podmienok na zdravie. Hygiena práce. Rozdelenie faktorov v pracovnom prostredí. Chemické kontaminanty pracovného prostredia, NPEL, NPEL priemerné a nárazové (hraničné). Prašnosť, jej meranie a hodnotenie prachu. Pneumokoniózy, fibrotizujúce a nefibrotizujúce. Rizikové práce, špecifické a nešpecifické faktory. Vyhlasovanie rizikových prác.
12. 30.11.- 4.12. 2026	Mgr. J. Diabelková, PhD. - sk. 1,12,2,3,6,15,11,10,7,8,9,5 ab prof. Mgr. MUDr. E. Dorko, PhD., MPH, MBA - sk. 4,13,14 ab Seminár - Vplyv práce a pracovného prostredia na zdravie.
13. 7.12.- 11.12. 2026	Mgr. A. Houžvičková, PhD. - sk. 1,12,2,3,6,15,4,13,14 ab MVDr. Z. Sulínová, PhD. - sk. 11,10,7,8,9,5 ab Vplyv fyzikálnych faktorov životného a pracovného prostredia na zdravie. Rozdelenie fyzikálnych faktorov životného a pracovného prostredia. Hluk, jeho charakteristika, intenzita a frekvencia, účinok na organizmus, Lehmanova schéma účinkov hluku podľa intenzity hluku. Hluk v životnom a pracovnom prostredí. Metódy merania a hodnotenia hluku, prípustné normy, audiometria, profesionálne poškodenie sluchu. Vibrácie, ich účinky na zdravie, vibrácie celkové a vibrácie prenášané na ruky. Azbest, mezotelióm, azbestóza.
14. 14.12.- 18.12. 2026	prof. MUDr. K. Rimárová, CSc. - sk. 1,12,2 ab prof. Mgr. MUDr. E. Dorko, PhD., MPH, MBA - sk. 3,6 ab prof. MVDr. T. Kimáková, PhD. sk. 15 ab Mgr. J. Diabelková, PhD. - sk. 11,10,7 ab MVDr. Z. Sulínová, PhD. - sk. 4,13,14 ab Mgr. A. Houžvičková, PhD. - sk. 8,9,5 ab Náhradné praktické cvičenia, zhrnutie praktických a teoretických poznatkov.

Podmienky pre absolvovanie predmetu:

1. aktívna účasť na praktických cvičeniach, seminároch
2. príprava a prednesenie referátu na zvolenú seminárnu tému
3. maximálna neprítomnosť (max. 2 cvičenia vrátane 14. týždňa)
4. vyučujúci určí spôsob náhrady (v zodpovedajúcej forme a rozsahu)

Na predtermín sa môžu prihlásiť študenti, ktorí dodržia pravidlo 100 % účasti na praktických cvičeniach počas celého semestra a úspešne vykonajú test. Test sa bude konať po prednáške v priebehu posledných dvoch týždňov v novembri a študenti budú akceptovaní na predtermín v poradí v akom dosiahli výsledky.

Literatúra:

1. Ševčíková, L. a kol. Hygiena. Bratislava UK 2006, 328 s., ISBN 80 – 223-2103-6
2. Ághová L. a kol. Hygiena. Učebnica pre lekárske fakulty. Martin: Osveta, 1993, 268 s., ISBN 80-217-0515-9
3. Holéczyová, G., Čipáková, A., Dietzová, Z. Hygiena životného prostredia, Košice, 2011, 202 s.

Garant predmetu: prof. MUDr. Kvetoslava Rimárová, CSc.

Prednostka ÚVZaH: prof. MUDr. Kvetoslava Rimárová, CSc.