






### Zkouškové otázky

- Otázky ke státní zkoušce z hygieny a epidemiologie (1. LF UK, Všeobecné lékařství) 
- Otázky ke zkoušce z hygieny a epidemiologie (1. LF UK, Zubní lékařství) 
- Otázky ke zkoušce z hygieny a epidemiologie (1. LF UK, Nutriční terapeut) 
- Otázky ke státní zkoušce z preventivního lékařství (3. LF UK, VL)
- Otázky ke státní zkoušce z hygieny a sociálního lékařství (LFHK)

### Tipy ke zkoušce

- Tipy ke zkoušce od prof. Bencka (1. LF UK)

### Nemocniční hygiena

- Antisepse • Asepsa • Dezinfekce (hygiena) • Sterilizace (hygiena)

### Zdraví a prostředí

- Alergeny • Polutant • Prostředí

#### Vnější prostředí

- Biologické expoziční testy • Biologický monitoring životního prostředí • Dětské pískoviště • Dezinsekce • Emise • Hygienická problematika tuhých odpadů • Imise • Koupaliště a bazény • Prostředí a zdraví • Smogové havarijní situace • Nejvyšší přípustné koncentrace • Zdravotní rizika z půdy • Znečištění ovzduší

#### Vnitřní prostředí budov

- Azbest • Důsledky pobytu v budovách • Fyzikální faktory ve vnitřním prostředí budov • Hygiena zdravotnických zařízení • Chemické látky v budovách (Anorganické látky v budovách • Organické látky v budovách) • Biologická rizika budov • Tepelně-vlhkostní mikroklima • Zdravotní problematika radonu

#### Světlo

- Denní osvětlení • Umělé osvětlení • Sdružené osvětlení a oslnění

#### Hluk

- Hluk • Hluková zátěž • Účinky hluku

#### UV záření

- Ultrafialové záření (biofyzika) • Ultrafialové záření (hygiena) • Biologické účinky UV záření

#### Ionizující a neionizující záření

- Ionizující záření • Laser (hygiena) • Neionizující záření • Nemoc z ozáření

#### Voda

- Balená voda • Hlavní znečišťující faktory vody • Hromadné zásobování vodou • Individuální zdroj pitné vody • Požadavky na kvalitu pitné vody • Problematika pitné vody v ČR • Sloučeniny dusíku v pitné vodě • Úprava vody v polních podmínkách • Vodárenská úprava pitné vody • Zdravotní a hygienická problematika bazénů • Zdravotní rizika z vody

## Hygiena práce

- Ergonomie • Hygienické limity • Hygiena pracovního prostředí • Lokální fyzická zátěž • Nejčastější nemoci z povolání v Česku • Podpora zdraví v podnicích • Pracovní zátěž a muskuloskeletální onemocnění • Pracovní zátěž • Profesionální vazoneuróza • Prohlídky pracovišť • Rizika při práci • Syndrom horní hrudní apertury • Typy práce • Vibrace a lidský organismus
- Bezpečnostní listy chemických látek • Genotoxické látky • Intoxikace methemoglobinizujícími látkami • Intoxikace olovem a jeho sloučeninami • Intoxikace rtutí a jejími sloučeninami • Organická rozpouštědla • Toxické kovy
- Hodnocení expozice v pracovním prostředí • Ochrana zdraví • Poradenská a konzultační činnost pracovního lékaře • Pracovně lékařská péče v podnicích • Pracovnělékařské prohlídky osob • Profesionální rizika práce ve zdravotnictví • Práce specifických skupin osob • Zdravotní problematika práce v zemědělství • Zdravotní způsobilost

## Životní styl

- Zdravý životní styl

### Kouření

- Epidemiologie závislosti na tabáku • Formy užívání tabáku • Léčba závislosti na tabáku • Prevence závislosti na tabáku • Zplodiny kouření

### Výživa

- Bílkoviny • Cizorodé látky v potravinách • Druhy potravin • Epidemiologie potravinových alergií • Itai itai • Mikroorganismy • Minerály • Sacharidy • Stopové prvky v potravě • Tuky • Vitamíny
- Alternativní výživa • Biochemické hodnocení výživy • Hodnocení výživového stavu • Stravování pracujících • Význam kojení • Výživa dětí • Výživová doporučení
- Onemocnění z nadbytku živin • Onemocnění z nedostatku živin (Beri beri • Deficit jódu • Jodurie •Kurděje • Pellagra) • Keshanská choroba
- Hygienické požadavky na společné stravování
- Hygienický dozor nad nezávadností potravin • Legislativa – výroba a distribuce potravin

### Návykové látky

- Abúzus návykových látek

### Mentální hygiena

- Duševní hygiena • Stres


## Pracoviště

- Ústav hygieny a epidemiologie 1.LF UK (<https://hyg.lf1.cuni.cz/>)

## Doporučená literatura

- BENCKO, Vladimír. *Hygiena a epidemiologie : učební texty k seminářům a praktickým cvičením pro studijní obor Zubní lékařství*. 1. vydání. Praha : Karolinum, 2006. ISBN 80-246-1129-5.
- TUČEK, Milan. *Hygiena a epidemiologie*. 1. vydání. Praha : Karolinum, 2012. ISBN 978-802-4620-251.
- TUČEK, Milan a Miroslav CIKRT. *Pracovní lékařství pro praxi : Příručka s doporučením a standardy*. 1. vydání. Praha : Grada, 2005. ISBN 80-247-0927-9.
- KUDLOVÁ, Eva, et al. *Hygiena výživy a nutriční epidemiologie*. 1. vydání. Praha : Karolinum, 2009. 287 s. ISBN 978-80-246-1735-0.

## Odkazy

 MEFANET portál Epidemiologie, preventivní lékařství, hygieny (<http://portal.mefanet.cz/disciplina-36-epidemiologie-preventivni-lekarstvi-hygiena.html>)