

*Higiena :
podręcznik dla studentów wydziałów kosmetologii
Eugenia Murawska-Ciałowicz, Marcin Zawadzki*

SPIS TREŚCI

Wstęp IX
1. Zdrowie i promocja zdrowia 1
Zdrowie – ewolucja pojęcia 1
Promocja zdrowia 3
ŚRODOWISKO NATURALNE CZŁOWIEKA 5
2. Stan środowiska naturalnego 7
Podsumowanie 8
3. Higiena powietrza 9
Zanieczyszczenia pyłowe 9
Zanieczyszczenia gazowe 11
Smog 11
Skutki zdrowotne zanieczyszczenia powietrza 13
Globalne skutki zanieczyszczenia powietrza 13
Efekt cieplarniany 13
Kwaśne deszcze 14
Dziura ozonowa 15
Podsumowanie 16
4. Higiena wody 17
Charakterystyka wód występujących w przyrodzie 17
Klasyfikacja czystości wód powierzchniowych 19
Nadzór nad jakością wody 19
Charakterystyka fizycznych wskaźników jakości wody 20
Charakterystyka chemicznych wskaźników jakości wody 21
Charakterystyka biologicznych wskaźników czystości wody 23
Źródła zanieczyszczeń wód i ich rodzaje 24
Metody oczyszczania wody 24
Zanieczyszczenia wtórne wody 26
Podsumowanie 28
5. Higiena gleby 29
Właściwości fizyczne gleby 29
Właściwości chemiczne gleby 29
Właściwości biologiczne gleby 30
Samooczyszczanie gleby 30
Podsumowanie 31
ŚRODOWISKO PRACY W GABINECIE KOSMETYCZNYM 33
6. Ksenobiotyki 35
Wchłanianie 35
Wchłanianie drogą pokarmową 36
Wchłanianie drogą wziewną 36
Wchłanianie przez skórę 37
Dystrybucja 38
Biotransformacja 39
Wydalanie 40
Podsumowanie 41
7. Czynniki chemiczne 43
Związki nieorganiczne 43
Pierwiastki 43

Związki chemiczne (nieorganiczne)	45
Związki organiczne	52
Węglowodory	53
Alkohole	54
Fenole	56
Aldehydy i ketony	56
Aminy	57
Kwasy karboksylowe	57
Hydrokwasy karboksylowe	58
Substancje toksyczne w środowisku pracy	58
Substancje drażniące w środowisku pracy	59
Działanie na narząd wzroku	60
Działanie na skórę	60
Działanie na układ oddechowy	60
Substancje uczulające w środowisku pracy	61
NDS, NDSCh, NDSP	62
Ustawa o substancjach chemicznych	64
Podsumowanie	64
8. Czynniki fizyczne	67
Promieniowanie elektromagnetyczne	67
Pole elektromagnetyczne	69
Promieniowanie o niskiej częstotliwości	69
Promieniowanie radiowe i mikrofalowe	71
Promieniowanie podczerwone	73
Promieniowanie widzialne	75
Podsumowanie	77
Promieniowanie jonizujące	78
Skutki biologiczne promieniowania jonizującego na organizm	79
Podsumowanie	81
Promieniowanie ultrafioletowe	81
Charakterystyka promieniowania UV	81
Biologiczne konsekwencje oddziaływania UV na organizm	83
Skutki negatywne działania promieniowania UV na organizm	87
Podsumowanie	93
Promieniowanie laserowe i lasery	94
Definicje	94
Rodzaje laserów	94
Zastosowanie laserów w medycynie	95
Zastosowanie laserów w kosmetologii	95
Efekty działania lasera	96
Bezpieczeństwo i higiena pracy z laserami	97
Podsumowanie	99
Hałas słyszalny	100
Anatomia narządu słuchu	100
Charakterystyka hałasu	100
Podsumowanie	104
Infradźwięki	105
Źródła infradźwięków	105
Wpływ infradźwięków na organizm ludzki	105
Higiena pracy z infradźwiękami	106
Podsumowanie	106
Ultradźwięki	106
Źródła ultradźwięków	106
Wpływ ultradźwięków na organizm ludzki	107
Higiena pracy z ultradźwiękami	107

Wykorzystanie ultradźwięków w kosmetologii 108
Podsumowanie 108
Wibracje, choroba wibracyjna i kinetozy 108
Definicja 108
Oddziaływanie drgań na człowieka 109
Wibracje ogólne 109
Wibracje miejscowe 110
Kinetoza 111
Podsumowanie 111
9. Czynniki biologiczne 113
Definicja 113
Podziały czynników biologicznych 113
Omówienie poszczególnych grup czynników biologicznych 114
Priony 114
Wirusy 114
Bakterie 115
Grzyby 117
Pasożyty 118
Zwierzęta i rośliny 118
Substancje i struktury wytwarzane przez organizmy żywe 118
Podsumowanie 120
10. Choroby zakaźne skóry 121
Ochrona skóry przed czynnikami biologicznymi 121
Zakażenia gronkowcowe 121
Zapalenie mieszków włosowych 122
Figówka 122
Czyrak 122
Zakażenia paciorkowcowe 123
Róża 123
Grzybice 123
Grzybica stóp 123
Grzybica paznokci 123
Choroby wirusowe 124
Opryszczka zwykła 124
Półpasiec 124
Choroby pasożytnicze skóry 125
Wszawica głowy 125
Wszawica łonowa 125
Świerzb 125
Uwagi praktyczne 126
Podsumowanie 127
11. Choroby przenoszone drogą płciową 129
Kiła 129
Przenoszenie krętków 129
Przebieg zakażenia kiłą 129
Kiła wczesna 130
Kiła późna 131
Rzeżączka 132
Epidemiologia i szerzenie się rzeżączki 132
Rzeżączka u kobiet 132
Rzeżączka u mężczyzn 133
Inne postaci zakażenia *N. gonorrhoeae* 133
Zakażenia wirusem CMV 133
Zakażenia wirusami grupy HPV 133
Brodawki zwykłe 134

Brodawki stóp 134
Brodawki płaskie 134
Brodawki płciowe 134
Zakażenia wirusem HIV 134
Zakażenia wirusami zapalenia wątroby 135
Zakażenie wirusem HBV 135
Postępowanie poekspozycyjne 135
Zakażenie wirusem HCV 136
Podsumowanie 137
12. HIV i AIDS 139
Epidemiologia zakażeń HIV 139
Wirus HIV 140
Mechanizm zakażenia 140
Drogi zakażenia 140
Droga płciowa 140
Droga krwiopochodna 140
Zakażenie w czasie ciąży 141
Przebieg zakażenia 141
Profile zakażenia 141
Kategorie zakażenia 142
Objawy zakażenia 142
Postępowanie poekspozycyjne 143
Podsumowanie 145
13. Body piercing – przekłuwanie ciała 147
Definicja 147
Wyposażenie gabinetu do body piercingu 147
Miejsca przekłucia ciała 149
Zasady przekłuwania ciała 149
Higiena zakolczykowanego miejsca 150
Przeciwwskazania do body piercingu 151
Powikłania po body piercingu 152
Podsumowanie 154
14. Higiena pomieszczeń 157
Zespół złego budownictwa 157
Tworzywa sztuczne 158
Formaldehyd 159
Azbest 161
Dym tytoniowy 163
Radon 166
Schorzenia zależne od budownictwa 166
Podsumowanie 167
15. Dezynfekcja i sterylizacja 169
Zasady wyjaławiania (sterylizacji) 169
Sterylizacja ciepłem wilgotnym 170
Sterylizacja suchym, gorącym powietrzem 170
Sterylizacja gazowa 171
Sterylizacja radiacyjna 172
Sterylizacja chemiczna 172
Kontrola procesu sterylizacji 172
Czynniki wpływające na przebieg sterylizacji 174
Dezynfekcja 174
Fizyczne metody dezynfekcji 174
Metody chemiczno-termiczne 175
Metody chemiczne 175
Podsumowanie 178

16. Zasady sanitarne w gabinecie kosmetycznym	181
Podstawowe zasady higieny personelu w gabinecie kosmetycznym	182
Zasady dotyczące pracy z preparatami służącymi do dezynfekcji i sterylizacji	182
Jak przygotować roztwór roboczy	183
Wymagania dotyczące pomieszczenia	184
Wymagania sanitarne w stosunku do solarium	185
Odpady po zabiegach	185
17. Zagadnienia prawne pracy w gabinecie kosmetycznym	187
Rozporządzenie o zasadach higieny w gabinetach kosmetycznych	187
Rozporządzenie o higienie w zakładach posiadających substancje chemiczne	187
Rozporządzenie o substancjach chemicznych	187
Wykaz prac zabronionych kobietom	188
Ustawa o kosmetykach i jej zmiany	189
Rozporządzenie o dozwolonych i zabronionych składnikach kosmetyków	190
Rozporządzenie dotyczące procedur pobierania próbek kosmetyków	191
Rozporządzenie dotyczące zgłaszania nowych kosmetyków oraz informowania o zachorowaniach po użyciu kosmetyków	191
Rozporządzenie o kategoriach produktów kosmetycznych	192
Ustawa o substancjach i preparatach chemicznych	192
Ustawy dotyczące zasad dezynfekcji i sterylizacji	192
Piśmiennictwo	193