

КИЇВСЬКА АКАДЕМІЯ ПРИКЛАДНИХ МИСТЕЦТВ

МЕТОДИЧНИЙ КОМПЛЕКС  
З ДИСЦИПЛІНИ  
“Санітарія та гігієна”  
для студентів спеціальності 022 «Дизайн»  
Напрям: 02 «Мистецтво»

Київ-2024

Укладач \_\_\_\_ Чорна-Степанова Тетяна \_\_\_\_\_

Методичний комплекс з дисципліни розглянуто та затверджено на засіданні педагогічної ради Київської Академії прикладних мистецтв.

Протокол № \_\_\_\_\_ від " \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 20\_\_ р..

# КИЇВСЬКА АКАДЕМІЯ ПРИКЛАДНИХ МИСТЕЦТВ

Робоча навчальна програма  
З ДИСЦИПЛІНИ  
“Санітарія та гігієна”

Спеціальність: 022 “Дизайн”  
Напрямок: 02 Мистецтво

Київ-2024

## ЗМІСТ

|                                                 |  |
|-------------------------------------------------|--|
| 1. Пояснювальна записка.....                    |  |
| 2. Тематичний план (денна форма навчання).....  |  |
| 3. Тематичний план (заочна форма навчання)..... |  |
| 4. Зміст дисципліни.....                        |  |
| 5. Список використаних джерел.....              |  |
| 6. Питання до іспиту.....                       |  |
| 7. Модульна контрольна робота.....              |  |
| 8. Конспект лекцій.....                         |  |
| 9. Додатки.....                                 |  |

## ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Курс ставить за **мету** - Розв'язання соціально-економічних та санітарно-гігієнічних проблем на виробництві та у сфері побутового обслуговування населення конче потрібне для зниження професійної захворюваності в усіх галузях діяльності людини з урахуванням специфіки сучасності.

Головними **завданнями** курсу є: вивчення взаємозв'язку між виробничими чинниками та здоров'ям людини.

До програми даної дисципліни включена тема "Гігієна праці у галузі побутового обслуговування населення", знання якої є необхідною умовою працювання майбутніх фахівців у галузі перукарського мистецтва у салонах-перукарнях. Крім того до програми увійшла прикладна тема з особистої гігієни, необхідність викладання якої обумовлена тим, що сім'я не завжди справляється з наданням знань з особистої гігієни, важливість дотримання якої є обов'язком кожного члена суспільства, а особливо фахівця сфери краси.

Вивчення дисципліни «(Назва)» забезпечує також і реалізацію загальноосвітніх компетентностей:

- загальнонаукова,
- загальнокультурна,
- громадянська.

«Загальнонаукова» компетенція проявляється в тому, щоб створити оптимальні умов праці для робітників усіх галузей сфери краси

«Загальнокультурна» компетенція полягає у тому щоб підвищити якість роботи перукарень, студій та салонів краси, органів місцевого самоврядування та неурядових організацій, що пропагують санітарію та гігієну.

«Громадянська» компетенція полягає в тому щоб поширити норми поведінки, що сприяють підтриманню чистоти, гігієні харчуванню, регулярне миття рук, збереження чистоти в громадських місцях.

### **Міжпредметні зв'язки**

Під час вивчення курсу «Санітарія та гігієна» застосовано принцип системності, тобто (продовжено викладання шкільного курсу/формується база для формування професійних компетенцій/поглиблюються та розширюються знання зі спеціальності). Викладач застосовує міжпредметні зв'язки з іншими навчальними дисциплінами, спираючись на знання, здобуті студентами під час вивчення предмету. «Санітарія та гігієна» вивчається паралельно з дисциплінами «Охорона праці», «Матеріалознавство», має передувати іншим обов'язковим, нормативним, гуманітарним дисциплінам, таким як «Здоров'я волосся», «Фізичні методи діагностики волосся».

За результатами вивчення навчальної дисципліни студент повинен

### **Знати:**

- Вимоги до особистої гігієни майстра;
- Гігієнічні вимоги до робочого місця, інструментів та обладнання;

- Принципи стерилізації та дезінфекції інструментів і робочих поверхонь;
- Правила утримання чистоти в салоні;
- Вимоги до вентиляції, освітлення та температурного режиму в робочому приміщенні;
- Організація санітарних зон (туалети, умивальники, зони для обробки інструментів);
- Методи профілактики інфекцій, що можуть передаватися через інструменти та контакт з клієнтом;
- Вміння розпізнавати симптоми інфекційних захворювань шкіри, волосся, нігтів;
- Вимоги до особистих засобів захисту (рукавички, маски);
- Види дезінфекційних засобів та методи їх використання;
- Правила обробки різних типів інструментів (металеві, пластикові, електричні);
- Принципи зберігання стерильних інструментів;
- Правила підготовки клієнта до процедур (миття волосся, очищення шкіри тощо);
- Гігієнічні вимоги до нанесення косметичних засобів;
- Знання основних санітарних норм та правил, що регулюють роботу салонів краси та перукарень;
- Вміння працювати відповідно до стандартів та регламентів.

#### **Уміти:**

- Дотримуватися особистої гігієни (чистота рук, одягу, волосся);
- Використовувати засоби індивідуального захисту (рукавички, маски) під час процедур;
- Правильно проводити дезінфекцію та стерилізацію інструментів перед і після використання;
- Вибирати відповідні засоби для дезінфекції різних матеріалів (метал, пластик тощо);
- Використовувати автоклави, ультразвукові стерилізатори та інші методи обробки;
- Підтримувати чистоту робочих поверхонь, інструментів та обладнання;
- Регулярно проводити прибирання робочого місця, включаючи дезінфекцію всіх поверхонь, які контактують з клієнтом;
- Проводити підготовчі гігієнічні процедури для клієнтів, такі як миття волосся та очищення шкіри;
- Використовувати одноразові рушники, пелюшки та інші засоби для забезпечення гігієни клієнтів;
- Вміти розпізнавати симптоми інфекційних захворювань шкіри, волосся та нігтів;
- Використовувати антисептичні засоби для обробки рук та робочих поверхонь;

- Дотримуватися процедур ізоляції інструментів та засобів, що могли контактувати з інфікованими ділянками;
- Правильно зберігати та використовувати дезінфекційні засоби, дотримуючись інструкцій виробника;
- Вести облік використання дезінфекційних засобів та оновлювати їх запаси;
- Підтримувати належні умови в приміщенні (вентиляція, освітлення, температурний режим);
- Забезпечувати наявність санітарних зон (умивальники, санвузли) для персоналу та клієнтів;
- Пояснювати клієнтам необхідність дотримання гігієнічних процедур;
- Розповідати клієнтам про заходи, які вживаються для забезпечення їхньої безпеки.

## Шкала оцінювання навчальних досягнень: національна та ECTS

| Сума балів за всі види навчальної діяльності | Оцінка ECTS | Оцінка за національною шкалою                               |               |
|----------------------------------------------|-------------|-------------------------------------------------------------|---------------|
|                                              |             | для екзамену, курсового проекту (роботи), практики          | для заліку    |
| 100-90                                       | A           | відмінно                                                    | зараховано    |
| 89-82                                        | B           | дуже добре                                                  |               |
| 82-75                                        | C           | добре                                                       |               |
| 74-65                                        | D           | задовільно                                                  |               |
| 64-50                                        | E           | достатньо                                                   |               |
| 49-35                                        | FX          | незадовільно з можливістю повторного складання              | не зараховано |
| 35-0                                         | X           | не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни |               |



“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Ректор ВНЗ КАПМ

“ \_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

**Тематичний план з дисципліни**  
**«Санітарія та гігієна»**  
**(денна форма навчання)**

| №<br>з/п | Назва теми                                                                                   | Кількість годин |                    |                     |                  |                   |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|--------------------|---------------------|------------------|-------------------|
|          |                                                                                              | Всього          | Теорет.<br>заняття | Семінар.<br>заняття | Самос.<br>роботи | Форма<br>контролю |
|          | <b>1 семестр</b>                                                                             |                 |                    |                     |                  | <b>Залік</b>      |
| 1.       | Історія розвитку гігієни та санітарії в Україні. Основи санітарії та гігієни.                | 6               | 4                  |                     | 2                | Опитування        |
| 2.       | Правила особистої гігієни перукаря. Профілактика захворювань                                 | 6               | 4                  |                     | 2                | Опитування        |
| 3.       | Санітарні вимоги до майстра. Вимоги гігієни до облаштування та обладнання перукарень.        | 6               | 4                  |                     | 2                | Опитування        |
| 4.       | Правила та види дезінфекції у салонах краси, дезінфікуючі засоби та санітарні вимоги до них. | 9               | 6                  |                     | 3                | Опитування        |
| 5.       | Хвороби шкіри та волосся, їх профілактика. Професійна захворювання.                          | 9               | 6                  |                     | 3                | Опитування        |
| 6.       | Перша домедична допомога в салонах краси.                                                    | 7               | 4                  |                     | 3                | Опитування        |
|          | Модульний контроль                                                                           | 2               |                    | 2                   |                  | Контрольна робота |
|          | Всього                                                                                       | 45              | 28                 | 2                   | 15               |                   |

## ЗМІСТ ДИСЦИПЛІНИ

### **Тема 1: Історія розвитку гігієни та санітарії в Україні. Основи санітарії та гігієни.**

Визначення гігієни праці. Основні поняття у гігієнічній класифікації.

Умови праці як сукупність чинників виробничого середовища та трудового процесу, які впливають на здоров'я і працездатність людини у процесі її професійної діяльності. Безпечні та небезпечні умови праці. Чотири класи умов праці : оптимальні, допустимі, шкідливі, екстремальні.

Несприятливі чинники виробничого середовища. Психофізіологічні чинники. Фізичні чинники. Хімічні чинники. Біологічні чинники. Небезпека виробничих травм. Розвиток гігієни праці в Україні.

Завдання для самостійної роботи: Складіть хронологію розвитку гігієни праці в Україні у вигляді таблиці, в якій позначається дата та відповідна їй подія.

Питання до семінару:

1. Хто соював у витоків виникнення та розвитку гігієни праці?
2. Як відбувався розвиток гігієни праці в Україні?
3. Дати розгорнуту відповідь на питання (та навести приклад) : Як змінилися базові правила особистої гігієни та догляду за речами з початком пандемії коронавірусу ?
4. Які основні поняття у гігієнічній класифікації?
5. Що таке безпечні та небезпечні умови праці?
6. Назвіть несприятливі чинники виробничого середовища.

### **Тема 2: Правила особистої гігієни перукаря. Профілактика захворювань**

Тіло та догляд за ним. Водні процедури.

Догляд за шкірою обличчя. Догляд за проблемною шкірою.

Очі догляд за очима. Профілактика захворювань очей.

Рот. Дихання. Ротова порожнина. Зуби. Догляд за зубами, техніка чищення зубів.

Вуха. Гігієнічний догляд за вухами.

Ніс. Профілактика захворювань носа.

Волосся. Особливості догляду за волоссям. Волоссяний покрив на тілі. Шия та руки. Плечі та спина. Постава та здоров'я.

Ноги. Профілактика професійних захворювань ніг. Гігієнічні проблеми ніг та методи їх вирішення. Гігієна харчування.

Заняття фізичною культурою та здоровий спосіб життя.

Завдання для самостійної роботи:

Особиста гігієна : Оберіть собі пару. Протягом тижня проаналізуйте звички один одного та зауважте на помилках в особистій гігієні.

Гігієна харчування: Протягом тижня занотуйте що ви їсте, яку кількість калорій вживаєте та в які години проходить прийом їжі, яку кількість чистої води ви випиваєте. Проаналізуйте свою харчову поведінку.

Питання до семінару:

1. Що входить до основних понять особистої гігієни?
2. Як правильно доглядати за тілом та обличчям?
3. Які основні гігієнічні помилки ви найчастіше робите?
4. Які основні правила здорового раціону харчування?

**Тема 3: Санітарні вимоги до майстра. Вимоги гігієни до облаштування та обладнання перукарень.**

Професійний одяг та вимоги до нього. Фізичні чинники в умовах виробництва та їхній вплив на організм. Мікроклімат виробничих приміщень. Вплив випромінювання на організм. Атмосферний тиск. Шум, ультразвук, інфразвук та вібрація в умовах виробництва. Пил в умовах виробництва і профілактика пилової паталогії. Хімічні чинники виробничого середовища. Виробничі отрути та професійні отруєння. Біологічні чинники в умовах виробництва. Виробничий травматизм і як йому запобігти. Виробнича вентиляція та освітлення.

Завдання для самостійної роботи: Підготуйте реферат за темою "Основи фізіології праці" .

Питання до семінару:

1. Які можуть бути шкідливі фізичні чинники в умовах виробництва та який їхній вплив на організм?
2. Який має бути мікроклімат виробничих приміщень?
3. Які існують шкідливі хімічні чинники виробничого середовища?
4. Які існують шкідливі біологічні чинники в умовах виробництва?

**Тема 4: Правила та види дезінфекції у салонах краси, дезінфікуючі засоби та санітарні вимоги до них.**

Дезінфекція інструментів:

- Обов'язкова дезінфекція після кожного використання.
- Використання сертифікованих дезінфекційних засобів, що підходять для різних матеріалів.
- Стерилізація інструментів, що контактують зі шкірою та кров'ю, в автоклаві або ультразвуковому стерилізаторі.

Гігієна рук та засобів захисту:

- Регулярне миття рук з милом та використання антисептика.
- Використання одноразових рукавичок та масок під час процедур.

Чистота робочого місця:

- Регулярне прибирання та дезінфекція робочих поверхонь і меблів.

- Використання одноразових або стерильних рушників та накидок для кожного клієнта.

Обробка приміщення:

- Провітрювання приміщення та підтримання оптимальної температури.  
- Дезінфекція підлоги, дверних ручок, умивальників та інших часто використовуваних поверхонь.

Зберігання інструментів:

- Зберігання чистих та стерилізованих інструментів у закритих стерильних контейнерах.  
- Розділення чистих та використаних інструментів.

Особиста гігієна персоналу:

- Дотримання правил особистої гігієни всіма працівниками.  
- Носіння чистого професійного одягу.

Завдання для самостійної роботи: Виберіть один із видів послуг, що надаються в салонах краси (наприклад, стрижка, манікюр, макіяж). Підготуйте детальний план санітарно-гігієнічних процедур, які потрібно виконати перед, під час та після цієї процедури для забезпечення безпеки клієнта та персоналу салону. Ваш план повинен включати:

1. Кроки підготовки перед процедурою (гігієнічні процедури для клієнта та персоналу).
2. Процедури безпеки під час проведення послуги (використання засобів індивідуального захисту, дезінфекція інструментів).
3. Кроки по завершенню процедури (дезінфекція робочого місця, видалення одноразових матеріалів тощо).

Після підготовки плану, обговоріть його зі своїм викладачем або колегами, обґрунтуйте свої рішення щодо вибору конкретних процедур та засобів, і надайте рекомендації щодо покращення санітарно-гігієнічних практик у салонах краси.

Питання до семінару:

1. Які методи стерилізації інструментів є найбільш ефективними в салонах краси?
2. Які дезінфекційні засоби рекомендується використовувати для обробки робочих поверхонь у салоні краси?
3. Які гігієнічні процедури повинні дотримуватися персонал та клієнти перед процедурами в салоні краси?
4. Як часто потрібно проводити дезінфекцію інструментів та робочих поверхонь в салоні краси?
5. Які кроки слід вживати для забезпечення безпеки та гігієни в салоні краси під час епідемій чи пандемій?

## **Тема 5: Хвороби шкіри та волосся, їх профілактика. Професійна захворювання**

Хвороби шкіри голови: себореїний дерматит, псоріаз, атопічний дерматит, інфекції шкіри та інші. Профілактичні заходи.

Завдання для самостійної роботи: Дослідіть різні хвороби шкіри голови, такі як себорейний дерматит, псоріаз, atopічний дерматит та інші. Підготуйте короткі описи кожної хвороби, включаючи їх симптоми, причини виникнення та методи лікування.

Питання до семінару:

1. Які основні симптоми себорейного дерматиту і як його можна відрізнити від інших хвороб шкіри голови?
2. Які фактори сприяють розвитку псоріазу на шкірі голови та як він лікується?
3. Які можуть бути наслідки неправильного догляду за шкірою голови та використання агресивних шампунів?
4. Як стрес впливає на стан шкіри голови та як його можна попередити?
5. Як визначити, чи має особа алергічний дерматит шкіри голови і які можливі способи лікування?
6. Які популярні міфи про догляд за шкірою голови та хвороби, які їх можуть супроводжувати?
7. Які впливають на здоров'я шкіри голови та які харчові продукти можуть сприяти її здоров'ю?
8. Які косметичні засоби можуть викликати подразнення чи алергічні реакції на шкірі голови?
9. Які професійні рекомендації можна надати людям, які стикаються з хронічними хворобами шкіри голови?
10. Як можна покращити загальний стан шкіри голови через домашні засоби та режими догляду?

## **Тема 6: Перша домедична допомога в салонах краси**

Надання допомоги в разі порізів, опіків від хімічних речовин, алергічних реакцій на косметичні засоби, а також непередбачуваних станів, таких як обмороки

Завдання для самостійної роботи: Розгляньте сценарії надзвичайних ситуацій, які можуть виникнути в салоні краси, такі як порізи, опіки, алергічні реакції та обмороки. Створіть список необхідних кроків для надання першої допомоги в кожному з цих випадків.

Питання до семінару:

1. Які основні надзвичайні ситуації можуть виникнути в салонах краси, які потребують надання першої допомоги?
2. Які кроки першої допомоги слід вжити в разі порізів або інших травм шкіри, щоб уникнути інфекцій та швидкого заживлення?
3. Як розпізнати та надати допомогу в разі алергічних реакцій на косметичні засоби, які використовуються в салоні краси?
4. Як реагувати на опіки від хімічних речовин або гарячих інструментів в салонах краси та як надати допомогу у разі таких випадків?
5. Які можуть бути причини обмороків у клієнтів або персоналу салону краси та як правильно реагувати в таких ситуаціях?
6. Які засоби першої допомоги повинні бути завжди доступними в салоні краси для швидкого реагування на надзвичайні ситуації?

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ

1. Про забезпечення санітарного та епідеміологічного благополуччя населення : Закон України від 24.02.1994 р. № 4004-XII. : URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/4004-12>
2. Про якість та безпеку харчових продуктів і продовольчої сировини : Закон України від 06.09.2005 р. № 2809-IV. : URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/191-15?lang=ru>
3. Про захист прав споживачів : Закон України від 12.05.1991 р. № 1023- XII. Відомості Верховної Ради України, 1991 р., № 30. : URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1023-12>
4. Правила роботи закладів (підприємств) громадського харчування : наказ Міністерства економіки та з питань європейської інтеграції України № 219 від 24.07. 2002 р. : URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0680-02>
5. Санітарні правила для підприємств громадського харчування, включаючи кондитерські цехи і підприємства, що виробляють м'яке морозиво : СанПін 42-123-5777-91. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/n0001400-91>
6. Санітарні правила утримання територій населених місць : СанПіН 42- 128-4690-88. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/v4690400-88>
7. Будинки і споруди. Готелі : ДБН В.2.2-20:2008. – Міністерство регіонального розвитку та будівництва України. – Київ, 2009. – 54 с.
8. Будинки і споруди. Підприємства харчування (заклади ресторанного господарства) : ДБН В.2.2-25:2009 / Мінрегіонбуд України. – Київ, 2010. – 83 с.
9. Санітарні норми мікроклімату виробничих приміщень : ДСН 3.3.6.042-99 : URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/va042282-99>

10. Мікробіологічні нормативи та методи контролю продукції громадського харчування : ДСП 4.4.5.078-2001 : URL:

<https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/ru/v0139488-01>

11. Конвенція про умови праці в готелях, ресторанах та аналогічних закладах № 172 : URL: [https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/993\\_035](https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/993_035)

12. Іванова О. В. Санітарія та гігієна закладів ресторанного господарства: підруч. для студ. вищ. навч. закл. / О. В. Іванова, Т. В. Капліна. – Суми : Університетська книга, 2010. – 398 с.

13. Нелепа А. Є. Гігієна і санітарія підприємств ресторанного господарства: навч. посіб. для вищ. навч. закл. / А. Є. Нелепа, В. Д. Ванханен, С. Б. Литко ; Донец. держ. ун-т економіки і торгівлі ім. М. І. Туган-Барановського, каф. технології харчування. – Донецьк : ДонНУЕТ, 2009. – 211 с.

# КИЇВСЬКА АКАДЕМІЯ ПРИКЛАДНИХ МИСТЕЦТВ

Питання до іспиту (заліку)  
з ДИСЦИПЛІНИ  
(«Назва»)

Спеціальність: 022 “Дизайн”  
Напрямок: 02 Мистецтво

Київ – 2024



## ПИТАННЯ ДО ІСПИТУ (ЗАЛІКУ)

1. Що таке санітарія та гігієна в контексті перукарського та візажного мистецтва?
2. Які основні принципи гігієни повинні дотримуватися в перукарському салоні?
3. Які інфекції можуть передаватися через інструменти для перукарів та візажистів?
4. Як правильно мити руки перед початком роботи з клієнтом?
5. Чому важливо використовувати одноразові рукавички під час роботи?
6. У чому різниця між дезінфекцією та стерилізацією?
7. Які методи стерилізації інструментів використовуються в салонах краси?
8. Як правильно дезінфікувати інструменти для стрижки?
9. Які дезінфікуючі засоби найефективніші для перукарських інструментів?
10. Як часто необхідно проводити дезінфекцію інструментів?
11. Які вимоги до особистої гігієни повинен дотримуватися перукар чи візажист?
12. Як правильно доглядати за руками та нігтями?
13. Які засоби особистої гігієни рекомендуються для використання під час роботи?
14. Як часто слід змінювати робочий одяг?
15. Які засоби для миття рук рекомендується використовувати в салонах краси?
16. Як правильно організувати робоче місце перукаря чи візажиста?
17. Чому важливо тримати робоче місце в чистоті?
18. Як часто необхідно проводити генеральне прибирання салону?
19. Які правила зберігання косметичних засобів та інструментів?
20. Як утилізувати відходи та сміття у салоні краси?
21. Як правильно підготувати клієнта до процедури?
22. Які заходи безпеки слід дотримуватися під час роботи з клієнтами?

23. Що робити, якщо у клієнта є видимі шкірні захворювання?
24. Які питання про здоров'я слід задавати клієнтам перед початком роботи?
25. Як інформувати клієнтів про важливість санітарії та гігієни?
26. Як правильно дезінфікувати косметичні інструменти (кисті, спонжі)?
27. Як часто слід замінювати губки та інші одноразові інструменти?
28. Як зберігати косметичні засоби, щоб уникнути їх забруднення?
29. Які правила гігієни слід дотримуватися під час нанесення макіяжу?
30. Як запобігти перенесенню інфекцій під час нанесення макіяжу?
31. Як дотримуватися гігієни при використанні електричних інструментів (фени, плойки)?
32. Як уникнути алергічних реакцій у клієнтів під час використання косметичних засобів?
33. Які правила санітарії повинні дотримуватися в зоні очікування клієнтів?
34. Як правильно доглядати за робочим інструментом (ножиці, машинки для стрижки)?
35. Як зменшити ризик передачі грибкових інфекцій?
36. Які вимоги до вентиляції приміщення в салоні краси?
37. Як часто слід перевіряти стан дезінфікуючих засобів?
38. Як забезпечити безпеку клієнтів під час пандемій та епідемій?
39. Які дії слід вжити при випадкових порізах чи травмах під час роботи?
40. Які основні вимоги санітарних норм для перукарських та косметичних салонів?
41. Які фактори зовнішнього середовища впливають на життєдіяльність мікроорганізмів?
42. Дайте визначення дезінфекції. Які види дезінфекції ви знаєте?
43. Які запобіжні заходи повинні дотримуватися при роботі з дезінфікуючими засобами?
44. Які сучасні засоби дезінфекції використовуються в перукарні? Охарактеризуйте їх.
45. Дайте визначення стерилізації. Чим вона відрізняється від дезінфекції?

46. Які інструменти й матеріали в перукарні повинні піддаватися стерилізації?
47. Перерахуйте методи стерилізації.
48. У чому полягає повітряний метод стерилізації?
49. Про що необхідно пам'ятати при використанні ультрафіолетового стерилізатора?
50. Які розчини використовують при хімічній стерилізації?
51. Як здійснюють газову стерилізацію?
52. Дайте визначення поняття "громадське здоров'я".
53. Які можна проводити дезінфекційні заходи?
54. Охарактеризуйте державні медико-санітарні нормативи.
55. Яких державні медико-санітарних правил потрібно дотримуватись?
56. Поясніть поняття "епідеміологічний нагляд", "епідемія".
57. Дайте визначення поняттям "інфекційна хвороба", "інфекційний контроль", "карантин".
58. Які хвороби є неінфекційними?
59. Які ви знаєте міжнародні медико-санітарні правила?
60. Які фактори передачі збудників інфекційних хвороб?

# КИЇВСЬКА АКАДЕМІЯ ПРИКЛАДНИХ МИСТЕЦТВ

Модульна контрольна робота  
з ДИСЦИПЛІНИ  
(«Назва»)

Спеціальність: 022 “Дизайн”  
Напрямок: 0202 Мистецтво

Київ - 2023

| ПІБ                          |    | № групи |    | Варіант |
|------------------------------|----|---------|----|---------|
| № питання/варіанти відповіді |    |         |    |         |
| 1                            | 6  | 11      | 16 |         |
| 2                            | 7  | 12      | 17 |         |
| 3                            | 8  | 13      | 18 |         |
| 4                            | 9  | 14      | 19 |         |
| 5                            | 10 | 15      | 20 |         |

| ПІБ                          |    | № групи |    | Варіант |
|------------------------------|----|---------|----|---------|
| № питання/варіанти відповіді |    |         |    |         |
| 1                            | 6  | 11      | 16 |         |
| 2                            | 7  | 12      | 17 |         |
| 3                            | 8  | 13      | 18 |         |
| 4                            | 9  | 14      | 19 |         |
| 5                            | 10 | 15      | 20 |         |

| ПІБ                          |    | № групи |    | Варіант |
|------------------------------|----|---------|----|---------|
| № питання/варіанти відповіді |    |         |    |         |
| 1                            | 6  | 11      | 16 |         |
| 2                            | 7  | 12      | 17 |         |
| 3                            | 8  | 13      | 18 |         |
| 4                            | 9  | 14      | 19 |         |
| 5                            | 10 | 15      | 20 |         |

| ПІБ                          |    | № групи |    | Варіант |
|------------------------------|----|---------|----|---------|
| № питання/варіанти відповіді |    |         |    |         |
| 1                            | 6  | 11      | 16 |         |
| 2                            | 7  | 12      | 17 |         |
| 3                            | 8  | 13      | 18 |         |
| 4                            | 9  | 14      | 19 |         |
| 5                            | 10 | 15      | 20 |         |

| ПІБ                          |    | № групи |    | Варіант |
|------------------------------|----|---------|----|---------|
| № питання/варіанти відповіді |    |         |    |         |
| 1                            | 6  | 11      | 16 |         |
| 2                            | 7  | 12      | 17 |         |
| 3                            | 8  | 13      | 18 |         |
| 4                            | 9  | 14      | 19 |         |
| 5                            | 10 | 15      | 20 |         |

## ВАРІАНТ 1

1. Що таке санітарія в контексті перукарського салону?
  - а) Прибирання приміщень
  - б) Зберігання інструментів
  - с) Утримання чистоти і попередження захворювань
  - д) Використання косметичних засобів
2. Який метод стерилізації є найефективнішим для металевих інструментів?
  - а) Ультрафіолетове випромінювання
  - б) Випалювання спиртом
  - с) Кип'ятіння
  - д) Автоклавування
3. Як часто слід дезінфікувати інструменти для стрижки?
  - а) Один раз на день
  - б) Після кожного клієнта
  - с) Раз на тиждень
  - д) Раз на місяць
4. Які інфекції можуть передаватися через нестерильні інструменти?
  - а) Вірусні інфекції
  - б) Бактеріальні інфекції
  - с) Грибкові інфекції
  - д) Усі вищезазначені
5. Що слід робити перед початком роботи з клієнтом?
  - а) Прибирати робоче місце
  - б) Підготувати інструменти
  - с) Мити руки з милом
  - д) Вибирати зачіску

6. Як правильно дезінфікувати косметичні кисті?

- а) Замочити у воді
- б) Обробити спиртом
- с) Промити милом і водою
- д) Замочити в дезінфікуючому розчині

7. Як довго слід мити руки перед початком роботи з клієнтом?

- а) 5 секунд
- б) 10 секунд
- с) 20 секунд
- д) 1 хвилину

8. Які засоби найкраще підходять для миття рук у салоні краси?

- а) Антибактеріальне мило
- б) Звичайне мило
- с) Лосьйон для рук
- д) Вода

9. Що робити, якщо у клієнта є видимі шкірні захворювання?

- а) Продовжити роботу
- б) Відмовити у послугі
- с) Використати додаткові рукавички
- д) Проконсультуватися з лікарем

10. Які вимоги до зберігання косметичних засобів?

- а) В прохолодному і темному місці
- б) На відкритих полицях
- с) Поруч з вікном
- д) У холодильнику

11. Як часто слід змінювати робочий одяг?

- а) Раз на тиждень
- б) Щодня
- с) Кожні два дні
- д) Раз на місяць

12. Що робити при випадкових порізах під час роботи?
- а) Продовжити роботу
  - б) Обробити рану та зупинити кровотечу
  - с) Викликати швидку допомогу
  - d) Відпочити
13. Як уникнути перенесення інфекцій під час нанесення макіяжу?
- а) Використовувати одноразові інструменти
  - б) Мити руки перед роботою
  - с) Дезінфікувати кисті
  - d) Усі вищезазначені
14. Як правильно організувати робоче місце перукаря?
- а) Тримати інструменти на столі
  - б) Зберігати інструменти у закритих контейнерах
  - с) Прибирати інструменти після завершення роботи
  - d) Мати всі інструменти під рукою
15. Які засоби слід використовувати для дезінфекції інструментів?
- а) Звичайна вода
  - б) Спирт
  - с) Спеціальні дезінфікуючі розчини
  - d) Оцет
16. Як зменшити ризик передачі грибкових інфекцій?
- а) Мити інструменти водою
  - б) Використовувати одноразові інструменти
  - с) Протирати інструменти рушником
  - d) Використовувати стерилізатор
17. Які правила зберігання ножиць та інших гострих інструментів?
- а) Зберігати у відкритих ящиках
  - б) Зберігати в закритих контейнерах
  - с) Зберігати на робочому столі



- d) Зберігати у воді

18. Які дії слід вжити при виявленні пошкодженого інструмента?

- a) Використовувати його до кінця дня
- b) негайно замінити або відремонтувати
- c) Відкласти на інший раз
- d) Залишити на робочому місці

19. Як часто слід перевіряти стан дезінфікуючих засобів?

- a) Раз на місяць
- b) Раз на тиждень
- c) Щодня
- d) Раз на рік

20. Які вимоги до вентиляції приміщення в салоні краси?

- a) Вентиляція не потрібна
- b) Відкривати вікна раз на день
- c) Підтримувати постійний притік свіжого повітря
- d) Використовувати ароматичні свічки

## ВАРІАНТ 2

1. Що слід робити перед нанесенням макіяжу?
  - а) Протерти обличчя сухою серветкою
  - б) Нанести зволожуючий крем
  - с) Очистити обличчя тоніком
  - d) Обробити руки дезінфікуючим засобом
2. Як часто слід проводити генеральне прибирання в салоні краси?
  - а) Щомісяця
  - б) Щотижня
  - с) Щодня
  - d) Щорічно
3. Який дезінфікуючий засіб найкраще підходить для обробки робочих поверхонь?
  - а) Вода
  - б) Мило
  - с) Спиртовий розчин
  - d) Масло
4. Як уникнути перехресного зараження інструментів?
  - а) Використовувати один набір інструментів для всіх клієнтів
  - б) Дезінфікувати інструменти після кожного клієнта
  - с) Зберігати інструменти в одній коробці
  - d) Мити інструменти в кінці дня
5. Які заходи слід вжити при випадковому контакті з кров'ю клієнта?
  - а) Продовжити роботу
  - б) Промити контактне місце водою
  - с) Обробити рану та продезінфікувати поверхні
  - d) Змінити рукавички

6. Який засіб є найбільш ефективним для миття рук?
- а) Звичайна вода
  - б) Антибактеріальне мило
  - с) Лосьйон для рук
  - d) Масло для рук
7. Які заходи безпеки слід дотримуватися під час використання хімічних засобів для волосся?
- а) Використовувати одноразові рукавички
  - б) Провітрювати приміщення
  - с) Уникати контакту з шкірою
  - d) Усі вищезазначені
8. Як правильно дезінфікувати машинку для стрижки?
- а) Протерти сухою серветкою
  - б) Замочити у воді
  - с) Використовувати дезінфікуючий спрей
  - d) Промити милом і водою
9. Які правила слід дотримуватися при зберіганні косметичних засобів?
- а) Тримати їх на відкритому повітрі
  - б) Зберігати в закритих контейнерах
  - с) Тримати поруч з вікном
  - d) Зберігати в холодильнику
10. Що слід робити з використаними одноразовими інструментами?
- а) Використовувати повторно після промивання
  - б) Викидати в звичайний смітник
  - с) Зберігати до кінця дня
  - d) Відразу утилізувати в спеціальний контейнер
11. Які інструменти необхідно обробляти після кожного використання?
- а) Гребінці та щітки
  - б) Рушники
  - с) Фени

- d) Усі вищезазначені

12. Які вимоги до використання рушників у салоні краси?

- a) Використовувати багаторазові рушники без обробки
- b) Використовувати одноразові рушники
- c) Використовувати будь-які рушники
- d) Зберігати рушники в відкритому контейнері

13. Що робити з косметичними засобами після закінчення терміну придатності?

- a) Використовувати до кінця
- b) Викидати
- c) Зберігати для запасу
- d) Дарувати клієнтам

14. Як забезпечити безпеку клієнтів під час пандемій та епідемій?

- a) Використовувати захисні маски та рукавички
- b) Дотримуватися соціальної дистанції
- c) Часто дезінфікувати руки та інструменти
- d) Усі вищезазначені

15. Які правила слід дотримуватися при використанні багаторазових інструментів?

- a) Мити водою
- b) Протирати сухою серветкою
- c) Дезінфікувати після кожного використання
- d) Зберігати в ящику

16. Який тип рукавичок найкраще підходить для використання під час хімічних процедур?

- a) Латексні
- b) Бавовняні
- c) Поліетиленові
- d) Нітрилові

17. Які заходи слід вжити для зменшення ризику алергічних реакцій у клієнтів?

- а) Використовувати тільки перевірені косметичні засоби
- б) Проводити алергічні тести перед процедурою
- с) Інформувати клієнтів про можливі ризики
- d) Усі вищезазначені

18. Як забезпечити чистоту та порядок у зоні очікування клієнтів?

- а) Прибирати після кожного клієнта
- б) Дезінфікувати поверхні щогодини
- с) Використовувати одноразові чохли на меблі
- d) Усі вищезазначені

19. Як часто слід змінювати фільтри у вентиляційній системі салону?

- а) Раз на рік
- б) Раз на місяць
- с) Кожні шість місяців
- d) Щокварталу

20. Що слід робити, якщо клієнт скаржиться на дискомфорт під час процедури?

- а) Продовжити процедуру
- б) Перервати процедуру та з'ясувати причину
- с) Запропонувати воду
- d) Використовувати інші інструменти

КИЇВСЬКА АКАДЕМІЯ ПРИКЛАДНИХ МИСТЕЦТВ

Конспект лекцій  
з ДИСЦИПЛІНИ  
(«Назва»)

Спеціальність: 022 “Дизайн”  
Напрям: 0202 Мистецтво

Київ - 2024

# **Тема 1: Історія розвитку гігієни та санітарії в Україні. Основи санітрії та гігієни.**

## **Історія розвитку гігієни та санітарії в Україні**

Українська багатовікова історія гігієни та санітарії нерозривно пов'язана із соціальними, науково-технічними, культурними, побутовими та іншими особливостями різних соціально-економічних формацій. Зародки її проглядаються ще у Трипільській культурі, що датується VI століттям до нашої ери.

Гігієнічна культура Київської Русі була досить високо розвиненою. У містах організовувалося водопостачання та каналізаційні мережі, заощувалися дороги. Найпершим збереженим пам'ятником давньослов'янської медичної літератури вважається стаття у "Ізборнику" Святослава. Гігієнічні настанови знаходимо і в "Слові про помірність", "Монастирські ужитки", "Книгу святих таємниць Єнохової" та інших. Зокрема, в науково-медичному трактаті "Аліма" вперше в медичній літературі того часу висвітлені питання гігієни вагітних та догляду за дитиною, наведені основи загальної гігієни, гігієни харчування тощо.

Зародження санітарно-епідеміологічного нагляду своїм корінням сягає годин перших законодавчих актів, які вже мали чітку санітарно-гігієнічну спрямованість. В 1742 році починає діяти перший санітарний "регламент" для умов праці на суконних фабриках. Наказом встановлюється обов'язковий огляд лікарем "заразних" хворих, організація карантинів. Одна з перших карантинних установ розташовувалася біля Київщини – у Василькові.

Починаючи з другої половини XIX століття, організовується земська та міська медицина, одним із елементів якої стають громадські санітарні організації.

Найпершою в Україні була санітарна організація Херсонського земства, заснована М. Уваровим. Ця організація стала ініціатором багатьох санітарних починів - досліджень умов праці та побуту сільськогосподарських

робітників, організації лікувально-продовольчих пунктів, вивчення захворюваності та сільськогосподарського травматизму.

Незабаром міські санітарні організації створюються також у Житомирі (1881 р.), Одесі (1892 р.), Полтаві (1883 р.), Катеринославі (1884 р.), Миколаєві (1885 р.), Ялті. (1886 р.), Чернігові (1886 р.) та Сімферополі (1890 р.).

Після жовтневих подій 1917 року та під час громадянської війни питання санітарно-гігієнічного забезпечення та підготовки відповідних медичних кадрів набули неабиякої гостроти.

З проголошенням самостійної Української Народної Республіки 7 листопада 1917 року санітарно-гігієнічна безпека молодій державі розглядається як пріоритетне напрямом медичної галузі. При Генеральному Секретаріаті України формується Медико-Санітарна Рада та 29 грудня 1917 року проголошується її зібрання на 20-22 січня в Києві. На цьому засіданні гостро стояло питання організації вищої медико-санітарної інституції.

Незважаючи на зміну влади в Україні, питання санітарної безпеки держави було постійно пріоритетним. Незалежно від форми та назви керівного органу охорони здоров'я в його структурі постійно існував підрозділ, вивчав та координував гігієнічний напрямом практичної медицини. За години Центральної Ради - це Медико-Санітарна Рада, перший орган управління санітарною справою автономної України. Гетьманство та Директорія організовувало міністерство Народного Здоров'я та Опікування. Першим керівником санітарного департаменту був видатний гігієніст О. Корчак-Чепурківський.

Датою свого народження Державна санітарно-епідеміологічна служба вважає 1 червня 1923 року, коли Рада Народних Комісарів УРСР підписала постанову "Про санітарні органи республіки". Цим документом були узаконені права та обов'язки санітарних органів, на державному рівні визначено організаційні засади проведення санітарних та протиепідемічних заходів. Саме на підставі постанови "Про санітарні органи республіки" було



затверджено структуру та штати санітарних органів республіки: від центру до периферії. Розвиток санітарної служби України набував все більш динамічного характеру. Так, 1924 року "Тимчасовими будівельними правилами" затверджено положення про обов'язковий попередній санітарний нагляд за будівництвом під час його підготовки та завершення. А 1925 року у структурі санітарно-епідеміологічного відділу Наркомздоров'я УРСР утворюється нова інспекція - санітарно-харчова.

1925 року вступає в дію також перший закон про санітарний нагляд за виготовленням, зберіганням та реалізацією харчових продуктів в УРСР.

Починаючи з 1926 року під контролем санітарно-епідеміологічної служби планово розвивається мережа водогонів України.

Фахівці з питань гігієни праці санітарно-промислової інспекції почали детально вивчати умови праці та забруднення промисловими відходами безпосередньо на виробництві. Практично всі потужні виробництва України перебували під постійним наглядом промислово-санітарних лікарів.

Основою подальшого зміцнення санітарно-епідеміологічної служби стало прийняття 1963 року постанови "Про державний санітарний нагляд у СРСР" та створення центрального апарату МОЗ України Головного санітарно-епідеміологічного управління. Водночас було запроваджено посади головних санітарних лікарів усіх рівнів. Таким чином, відбулося формування структури санітарно-епідеміологічної служби у тому вигляді, в якому вона діє і нині.

З року в рік Служба все більше володіла санітарно-епідемічною ситуацією та всіляко розвивала свою діяльність, її представники продовжували впроваджувати принципово державницьку позицію. Так, у 1976 - 1980 роках не було допущено до будівництва понад 3000 об'єктів та майже 20 % будівель припинено внаслідок виявлених порушень умов праці.

Кардинальні політичні, економічні та соціальні перетворення, що відбулися в країні наприкінці 80-х і на початку 90-х років, насамперед, здобуття Україною своєї незалежності, активізували зусилля керівників, спеціалістів держсанепідслужби щодо удосконалення її організаційної

структури, визначення та закріплення ролі Служби у загальній системі вітчизняного охорони здоров'я. Так, 24 лютого 1994 року Верховною Радою України ухвалено Закон України "Про забезпечення санітарного епідемічного благополуччя населення". Цим документом і регламентується діяльність державної санітарно-епідеміологічної служби України.

29 березня 2017 року урядом було прийнято рішення про ліквідацію Держсанепідемслужби, тепер її функції виконують МОЗ, Державна служба з питань праці та Державна служба України з питань безпечності харчових продуктів та захисту споживачів (Держпродспоживслужба).

## **Основи Санітарії та Гігієни**

Основні поняття щодо мікроорганізмів та інфекційних захворювань.

Мікробіологія - розділ біології, що займається вивченням мікроорганізмів, головним чином, вірусів, бактерій, грибків, одноклітинних водоростей та найпростіших.

Мікроби, як і всі живі істоти, ростуть, розмножуються та помирають.

Харчування мікробів проходить шляхом дифузії, тобто харчові речовини проникають через оболонку, що покриває тіло мікроба, таким же шляхом продукти обміну виходять ззовні.

Дихання мікробів проходить двома шляхами: одні поглинають кисень – аеробні, а інші від нього гинуть – анаеробні.

Розмножуються мікроби простим поділом навпіл кожні 20-30 хвилин. Але під дією факторів зовнішньої середовища багато з них гине.

Мікроби дуже різноманітні за формою та місцем розташування у природі. Розрізняють такі основні групи мікробів: бактерії, грибки, спірохети, прості, рикетсії, віруси.

Бактерії – одноклітинні організми рослинного походження, які розмножуються простим поділом.

За зовнішнім виглядом бактерії поділяються на:

1. Коки, які мають форму кулі – це стафілококи та стрептококи, що є збудниками гнійничкової інфекції шкіри, які становлять небезпеку при контакті з клієнтами у перукарнях та салонах.

2. Палички (наприклад, паличка туберкульозу), що знаходяться в приміщеннях перукарень та гинуть від ультрафіолетових променів сонця, дезінфікуючих засобів.

3. Вібріони, представником яких є холерний вібріон, що є збудником важкого інфекційного захворювання – холери.

4. Спіраль – представник - бліда спірохета, збудник сифілісу.

Мікроорганізми або мікроби - мікроскопічні організми, тобто занадто маленькі, щоб бути видимими неозброєним оком. Вивченням мікроорганізмів займається мікробіологія.

Мікроорганізми живуть майже всюди на Землі, де є рідка вода, зокрема у вологому ґрунті, гарячих джерелах, верхніх кулях океанської води і глибоко всередині скель у межах земної кори. Мікроорганізми критично важливі для харчового ланцюга в природі, особливо переробки поживних речовин у всіх екосистемах. Оскільки деякі мікроорганізми можуть також фіксувати азот, вони є важливою частиною азотного циклу. Проте патогенні мікроби можуть проникати до інших організмів та викликати хвороби.

Інфекційні захворювання – це хвороби, які викликані попаданням в організм хвороботворних (патогенних) мікробів. Потрапляючи в організм людини, такі мікроби роблять токсичний вплив на організм, тим самим викликаючи ту чи іншу інфекцію.

Одні з них вивільняють токсини (ендотоксини), в процесі саморуйнування, інші виділяють токсини (екзотоксини) в процесі своєї життєдіяльності.

Захворювання, викликані інфекцією, займають 20-40% від загального числа відомих науці хвороб людини. На сьогоднішній день науці відомо більше 1200 інфекційних хвороб та їх число регулярно збільшується.

Вивченням, профілактикою, діагностикою та лікуванням таких хвороб займаються як лікарі – інфекціоністи, так і – урологи, венерологи, епідеміологи, гінекологи, фтизіатри, імунологи, отоларингологи, вірусологи та ін.

#### Класифікація інфекційних хвороб

Всі інфекційні захворювання можна поділити на певні групи:

- кишкові: сальмонельоз, холера, дизентерія, паратифи А і В, харчові токсикоінфекції, ешеріхіоз, черевний тиф;
- інфекції дихальних шляхів: вітряна віспа, ГРВІ, кір, грип, мікоплазмова респіраторна інфекція;
- трансмісов, або кров'яні інфекції: малярія, чума, поворотний і висипний тиф, ВІЛ- інфекція;
- інфекційні захворювання зовнішніх покривів: правець, сибірська виразка;
- інфекції з множинними шляхами передачі: інфекційний мононуклеоз, ентеровірусні інфекції.

Класифікація інфекційних хвороб за природою збудників:

- вірусні: кір, грип, парагрип, ВІЛ- інфекція, вірусні гепатити, менінгіт, цитомегаловірусна інфекція;
- пріонні: фатальна сімейна безсоння, куру, хвороба Крейтцфельда -Якоба;
- протозойні: крітоспорідіоз, амебіаз, ізоспоріаз, бабезиоз, токсоплазмоз, бластоцистоз, малярія, балантидіаз;
- бактеріальні: холера, чума, дизентерія, стафілококова і стрептококова інфекції, сальмонельоз, менінгіт;
- мікози (грибкові інфекції): епідермофітія, аспергільоз, кандидоз, мукомікоз, криптококоз, хромомікоз.

Інфекційні хвороби діляться також на зоонозні і антропонозні:

- До перших відносять хвороби тварин: сказ, сибірська виразка, туляремія, ящур, бруцельоз, лептоспіроз, лістеріоз.

- До других – хвороби , які передаються від людини людині (кір, тиф, холера, дизентерія, натуральна віспа, черевний тиф, дифтерія).
- Іновазонні або паразитарні захворювання викликають паразити (комахи, найпростіші, кліщі).

Карантинні захворювання – ряд найбільш небезпечних інфекцій, які дуже швидко поширюються і мають високий ступінь заразності, а також важкий епідемічний перебіг і великий ризик швидкого летального результату (чума, лихоманки, холера, сибірська виразка, туляремія, малярія).

## **Тема 2: Правила особистої гігієни перукаря. Профілактика захворювань**

### **Правила особистої гігієни перукаря. Профілактика захворювань. Догляд за шкірою і волоссям та його значення**

Головними складовими гігієни є в першу чергу догляд за шкірою, догляд за волоссям, догляд за зубами, а також гігієна особистого взуття та одягу. Дотримання правил особистої гігієни включає в себе і спосіб життя. існує так звана “гігієна сну”, “психологічна гігієна” і тд.

#### **Гігієна тіла**

Сальні залози будь-якої нормальної людини здатні виділяти до 200грам шкірного сала протягом тижня. А потові залози за той же проміжок часу виробляють п'ять — сім літрів поту.

Виходячи з цього, необхідно регулярно і своєчасно мити шкіру тіла.

В іншому випадку можливі порушення захисних властивостей шкіри і тоді будуть створені ідеальні умови для життя і розмноження паразитичних грибків і сторонніх мікробів.

Правила особистої гігієни передбачають умивання обличчя вранці і ввечері, а руки слід мити кожного разу, після зіткнення з брудною поверхнею. Природою закладено унікальну властивість нашої шкіри, вона наділена бактерицидним ефектом і може самотійно вбивати мікроорганізми, але все це відноситься тільки до чистої шкіри, сальна і забруднена шкіра моментально втрачає всі свої лікарські властивості.

Мити руки перед та після кожного відвідування туалету, поїздки в громадському транспорті, контакту з тваринами.

Рекомендується щодня приймати душ із застосуванням мила або інших очищувальних засобів, які слід вибирати залежно від типу шкіри. Приймати ванну або відвідувати баню необхідно не рідше одного разу на десять днів. Кожен повинен мати в особистому користуванні недоторканні для інших

предмети (бритву, зубну щітку, рушник, мочалку і звичайно ж нижня білизна(труси, шкарпетки, майки ітд.)

Обов'язково потрібно утримувати в чистоті , теплі і сухості – ноги. Це охоронить від простудних і грибкових захворювань. Не можна користуватися чужим взуттям. В громадських душових наприклад на пляжі – потрібно використовувати особисті гумові шльопанці. Основний відсоток захворювань грибок-походить від ігнорування цього простого правила.

#### Догляд за волоссям

Незважаючи на довжину, волосся, як коротке, так і довге необхідно мити не за розкладом, а за потребою. Зазвичай три чи чотири рази на тиждень. Важливим для поліпшення і стимуляції росту волосся є масаж голови. Його можна робити як руками, так і масажною щіткою.

#### Догляд за порожниною рота

Як відомо, деякі захворювання внутрішніх органів, починають свій розвиток в антигігієнічній порожнині рота. Зуби потрібно чистити щоранку і щовечора після прийому їжі зубною пастою, а міжзубні проміжки зубною ниткою або зубочисткою. Після будь-якого прийому їжі — бажано ретельно полоскати рот. Якщо з'явився неприємний запах з рота, негайно звернутися до стоматолога. Щоб своєчасно виявити карієс, зняти зубний камінь або пролікувати ясна, відвідувати лікаря два рази на рік. Уникати жирної їжі, що утворює кислоту, яка руйнує зубну емаль.

#### Статева гігієна.

Рекомендується стежити за чистотою статевих органів. Двічі на день обмивати статеві органи теплою водою і щодня міняти білизну.

Не сидати в громадських туалетах на сидінні, не користуватися чужими рушниками та спідньою білизною. Бути розбірливим у статевих зв'язках і остерігатися зараження венеричними захворюваннями.

#### Дотримання чистоти взуття та натільної білизни

Гігієнічні вимоги до одягу і взуття передбачають періодичне прання речей, прасування парою, щоденну зміну білизни. Необхідно якісне миття

взуття. Одяг повинен повністю відповідати фізіолого-гігієнічним нормам (забезпечувати оптимальний мікроклімат, мати невелику масу, гарну міцність і якісний хімічний склад тканини). Дуже важливо після миття (душ, ванна, лазня і так далі) змінити натільну білизну, щоб знов не забруднити шкіру частинками поту, сала і бруду. Нижню білизну, яка безпосередньо стосується шкіри тіла (майка, шкарпетки, труси, колготки, панчохи), потрібно міняти щодня. Взуття також вимагає до себе уваги, її слід мити і зовні, і всередині. Як можна частіше міняти в закритих туфлях, черевиках і чоботах устілки.

#### Гігієна харчування.

Здорове і раціональне харчування передбачає:

- раціональне вживання їжі за потребою
- вміст білків, жирів, вуглеводів, вітамінів, мікроелементів, овочів та фруктів, що забезпечують поповнення витрати енергії протягом дня
- раціональний пропорційний розподіл об'єму їжі протягом дня.

Санітарія та обробка продуктів перед їх споживанням – головне правило здорового харчування. Вживання великої кількості води протягом дня. Вода повинна бути без домішок.

Основні санітарні вимоги до продуктів харчування:

- користь (відшкодування витрат енергії і корисних речовин в організмі);
- дотримання термінів споживання, вказаних на упаковці;
- мінімальна обробка, очищення від бруду перед вживанням.

Всі фрукти та овочі повинні добре митися під проточною водою. М'ясопродукти пройти повну теплову обробку. Не слід вживати в їжу несвіжі з минулим терміном придатності продукти, щоб уникнути харчових отруєнь.

Їжа повинна готуватися в чистоті і чисто вимитими руками. Не рекомендується зловживання гострою і жирною їжею. Це не тільки не корисно для фігури, але і сприяє розвитку захворювань внутрішніх органів.

#### Гігієна побуту



Для попередження появи в побуті рознощиків інфекцій, дрібних комах, зайвої шкідливого пилу слід проводити ряд профілактичних заходів:

- видалення пилу з поверхонь меблів;
- щоденну дезінфекцію ванної кімнати (унітази, раковини, ванни);
- прання одягу;
- регулярні провітрювання або очищення повітря за допомогою клімат-систем;
- глибоку чистку килимів (ворсисті покриття збирають в собі багато пилу і мікробів);
- якісне повсякденне очищення кухонних поверхонь і приладдя.

Раціональний режим дня.

Бажано відрегулювати час сну і прийому їжі, щоб це відбувалося по можливості в один і той же час. Це допоможе організму позбавитися від стресу, і уникнути розвитку порушень серцево - судинної системи і багатьох інших проблем.

Гігієна сну.

Належний відпочинок є фундаментом здорового стану тіла. Правильний сон можливий при дотриманні наступних принципів:

1. Дотримання правил особистої гігієни сну.
2. Належне обладнання спального місця.
3. Припинення прийому їжі заздалегідь за 2 години до сну.
4. Усунення зайвих джерел шуму під час сну.
5. Санітарія одягу для сну.

Постіль для сну повинна бути зручною і чистою. Не дуже м'якою і не надто жорсткою.

Перед сном корисно зробити прогулянку на повітрі і спати з відкритим вікном або кватиркою.

Сон повинен бути достатнім. Для дорослої людини - не менше 7-8 годин. Не рекомендується за дві години до сну вживати важку і жирну їжу.

У міру можливості уникати зайвих стресів. Або хоча б змінити своє ставлення до стресових ситуацій. У навколишньому нас житті-уникнути стресів повністю – важко. Однак внутрішній настрій і ставлення до дратівливих чинників – грають дуже велику роль. Допомагають уникнути стресів і змінити свій погляд на них – заняття спортом або улюбленою справою (читання, малювання).

Способи гігієни включають здоровий спосіб життя як один з найбільш дієвих факторів здоров'я. Рекомендовані відмова від тютюнопаління, заборона на вживання складних харчових жирів і алкоголю, контроль за масою тіла, спорт.

### **Тема 3: Санітарні вимоги до майстра. Вимоги гігієни до облаштування та обладнання перукарень.**

#### **Санітарні вимоги до роботи майстра.**

1. Перед процедурами з кожним новим відвідувачем майстер повинен вимити руки з милом, нігті повинні бути чистими.
2. Персонал повинен мати необхідну кількість комплектів інструментів для почергового їхнього знезаражування, але не менше 2-х.
3. Всі приміщення перукарні до початку або після закінчення роботи підлягають щоденному ретельному вологому прибиранню з застосуванням дезінфектантів. Протягом робочого дня проводиться дезінфекція і поточне прибирання поверхонь, до яких дотикаються відвідувачі (ручки дверей, ручки крісел, раковини для миття волосся, полиці робочих місць і т.ін.). Раз в місяць перукарня закривається на одну зміну для проведення дезінфекції і загального прибирання всіх приміщень.
4. Зістрижене волосся збирається совками та складається в паперові (або з полімерних матеріалів) пакети місткістю не менше 5 літрів. Після закінчення зміни необхідно їх герметично закрити. Утилізація проводиться згідно існуючої схеми санітарної очистки даного населеного пункту.
5. Інструменти після кожного використання підлягають обов'язковому знезаражуванню дезінфектантами, що мають позитивний висновок державної санітарно-гігієнічної експертизи, і наступній стерилізації.
6. Інструменти повинні зберігатися в спеціально відведеному місці для інструментарію біля робочого місця або в особистій шафі майстра, що розташовується у побутовій кімнаті.
7. Перукарня повинна мати запас білизни в кількості, достатній для забезпечення безперервної роботи та індивідуального використання з урахуванням узгодженої з територіальною СЕС проектної потужності перукарні та потоку клієнтів.

8. Дозволяється використання одноразових, вафельних, махрових та інших видів рушників для індивідуального застосування.

9. Під час обслуговування клієнт повинен бути укритий чистим пеньюаром. Місце стикання пеньюара з тілом клієнта (шия) закривається одноразовим комірцем чи серветкою. Допускається використання одноразових пеньюарів.

10. Працівники перукарні повинні мати змінний або одноразовий одяг для роботи (фартухи, халати та ін.). У зимовий період необхідно мати змінне взуття з щільного матеріалу, що легко миється.

11. Всі препарати, що використовуються в перукарні (для забарвлення волосся та ін.), повинні мати сертифікат відповідності та позитивний висновок державної санітарно-гігієнічної експертизи.

12. Перед проведенням хімічної завивки і забарвленням волосся майстер зобов'язаний з'ясувати у клієнта наявність алергічних реакцій на хімічні препарати. У тому випадку, якщо вони у нього відмічалися раніше, а також, якщо клієнту виконують такі процедури вперше, майстер зобов'язаний зробити клієнту біологічну пробу на чутливість, змастивши невелику ділянку шкіри за вухом або на ліктьовому згині хімічним розчином. Виникнення почервоніння за 5-10 хвилин вказує на те, що проводити завивку або забарвлення волосся цією речовиною даному клієнту неможливо.

13. Весь інструментарій, що використовується при проведенні хімічної завивки та забарвлення, повинен зберігатися в чистому сухому виді у спеціально відведеному місці чи у підсобному приміщенні.

14. Вилучення відстриженого волосся з шиї та обличчя клієнта виконується одноразовими ватними тампонами, щіткою або пензлем. Пензлі, щітки необхідно дезінфікувати, очищати механічно та стерилізувати, використовуючи при цьому устаткування, деззасоби і методи, що мають позитивний висновок державної санітарно-гігієнічної експертизи.

15. При підозрі на інфекційні шкіряні захворювання у відвідувачів із зміною шкіряного покриву (висипання, плями, злущування та ін.), нігтів,

волосся майстер має право обслуговувати клієнта після подання документа з відповідної лікувальної медичної установи щодо незаразності захворювання.

16. Курити у робочих залах перукарні категорично забороняється.

17. У перукарні повинно бути забезпечене окреме зберігання чистої та використаної білизни.

18. Комори для зберігання чистої та забрудненої білизни обладнуються стелажми.

19. Прання використаної білизни проводиться у пральнях або у перукарні за наявності спеціально відведених місць у підсобних приміщеннях з підведенням холодної води та наявністю зливу для води за узгодженням з територіальною СЕС.

20. Допускається використання програмованих пральних машин автоматичного типу з наявністю режиму прання при температурі 90 град.С в комплексі з сушильними машинами та обладнанням для прасування білизни. Обов'язково слід додавати дезінфектанти після закінчення циклу кип'ятіння (згідно інструкції). Прання білизни вдома забороняється.

21. Працівники перукарні повинні ретельно виконувати правила особистої гігієни.

22. Майстер зобов'язаний слідкувати за своїм зовнішнім виглядом. Не допускається носіння на роботі одягу, що важко піддається очищенню від волосся.

23. Наявність у перукарні комах та гризунів не допускається.

24. Вхід у перукарню з тваринами забороняється.

25. При проведенні хімічної завивки, забарвлення та знебарвлення волосся перукар повинен користуватися гумовими чи поліетиленовими рукавичками.

26. З метою захисту шкіри від впливу хімічних речовин працівникам перукарні рекомендується користуватися захисними мазями та кремами типу силіконового крему для рук і т.ін. Після роботи руки рекомендується

змащувати кремами і мазями на жировій основі, що мають позитивний висновок державної санітарно-гігієнічної експертизи.

27. Для працівників перукарень, чия робота пов'язана з несприятливими умовами праці, обов'язковими є попередні перед прийняттям на роботу та періодичні медичні огляди. Дані результатів медоглядів заносяться в особові медичні книжки, що зберігаються у адміністрації перукарні. Обсяги та терміни медоглядів передбачаються діючими директивними документами Міністерства охорони здоров'я України.

28. Вагітні жінки з дня встановлення вагітності звільняються від робіт по проведенню хімічної завивки, забарвлення, знебарвлення волосся. Вагітних працівників перукарень не слід залучати до робіт, пов'язаних зі статичною напругою м'язів ніг чи черевного пресу, роботи в положенні стоячи обмежуються 50% часу робочої зміни.

Всі працівники перукарень повинні оволодіти мінімумом санітарних знань згідно з програмою, узгодженою з територіальною установою державної санітарно-епідеміологічної служби. Допущення до робіт без проходження навчання по санмінімуму забороняється. Результати навчання заносяться в особові медичні книжки персоналу.

### **Вимоги гігієни до облаштування та обладнання перукарень.**

1. Усі види перукарського обслуговування дозволяється проводити тільки в спеціально обладнаних приміщеннях - перукарнях.

2. Перукарні розташовуються в окремих будівлях або в будинках громадських і торговельних центрів, побутових послуг, вокзалах, лазнях; перших та цокольних поверхах житлових будинків із обладнанням входу, окремого від входів до квартир, за умови забезпечення нормативних рівнів фізичних, хімічних і біологічних факторів в приміщеннях суміжних квартир.

3. Перукарні розташовуються в окремих будівлях або в будинках громадських і торговельних центрів, побутових послуг, вокзалах, лазнях;

перших та цокольних поверхах житлових будинків із обладнанням входу, окремого від входів до квартир, за умови забезпечення нормативних рівнів фізичних, хімічних і біологічних факторів в приміщеннях суміжних квартир.

4. Перукарні обладнуються меблями, що мають вологостійке покриття та дозволяють вологе прибирання й дезінфекцію поверхонь.

5. Підсобні приміщення перукарні обладнуються:

а) раковиною для миття інструментарію з підводкою холодної та гарячої води;

б) шафами для зберігання інструментарію;

в) баком для збору сухого сміття, ємностями для збирання відстриженого волосся (мішок з крафт-паперу, поліетиленовий пакет та ін.);

г) шафами для особистого й робочого одягу;

д) стелажми і т.п.;

е) інвентарем для прибирання.

6. Матеріали для внутрішнього оздоблення приміщень повинні бути лише з числа дозволених МОЗ України для застосування у будівництві громадських будинків.

7. Стіни та стелі всіх приміщень повинні мати рівну гладку поверхню, бути доступними для санітарної обробки і дезінфекції. Допускається влаштування підвісних стель.

8. Підлоги в залах очікування, робочих залах, підсобних приміщеннях повинні бути гладкими, рівними, що дозволяє проведення вологого прибирання і дезінфекції.

9. Робочі зали обладнуються робочими місцями, що складаються з стінного дзеркала з полицею, тумбочки (візка) для інструментарію, перукарського крісла з регульованою висотою і підставкою для ніг.

10. В перукарні дозволяється використання пересувних сушарок для волосся. Рекомендується встановлювати їх з розрахунку: одна сушарка не більш ніж на три крісла в жіночому залі та одна сушарка на п'ять крісел в чоловічому залі.

11. Для дітей повинні бути передбачені спеціальні крісла або накладні сидіння, що можна встановлювати на крісла.

12. При розташуванні робочих місць паралельними рядами відстань між ними приймається не менше трьох метрів.

13. Відстань між кріслами (по осі) не менше 1,8 м, від крайнього крісла до стіни не менше 0,7 м.

14. Перукарні обладнуються всіма видами інженерного устаткування: водопроводом, каналізацією, опаленням, вентиляцією, електропостачанням.

15. Вентиляційні системи перукарень, вбудованих у житлові будинки, влаштовуються окремо від вентиляції цих будинків. Попадання газоподібних речовин, що утворюються при забарвленні, завивці та інших видах перукарського обслуговування, в житлові приміщення не допускається. Повітропроводи не повинні проходити крізь приміщення житлових квартир, що розташовані на наступних поверхах житлового будинку.

16. В перукарнях, що стоять окремо, при кількості робочих місць до 3-х, допускається природна вентиляція через кватирки і фрамуги.

17. За відсутністю централізованого гарячого водопостачання обов'язковим є установлення електричних проточних обігрівачів або інших нагрівально-опалювальних систем. Забороняється нагрівання води в відкритих місткостях.

18. В усіх приміщеннях перукарень рекомендується з максимальною ефективністю використовувати природне освітлення.

19. При виконанні окремих видів робіт, які вимагають високого розрізнення кольорів (забарвлення волосся, використання декоративної косметики і т.ін.), рекомендується використовувати люмінесцентні освітлювачі. Для запобігання засліпленню та зоровому дискомфорту слід застосовувати світильники закритого типу з суцільними розсіювачами.



#### **Тема 4: Правила та види дезінфекції у салонах краси, дезінфікуючі засоби та санітарні вимоги до них.**

##### **Правила та види дезінфекції у салонах краси, дезінфікуючі засоби та санітарні вимоги до них.**

Методи боротьби з інфекцією:

Розрізняють фізичні (висока температура, ультрафіолетове і іонізуюче випромінювання, ультразвук), хімічні (хімічні препарати) і біологічні (антибіотики, бактеріофаги і ін.) методи.

Під дезінфекцією розуміють знищення патогенних і усіх умовно-патогенних мікроорганізмів у приміщеннях: на підлозі, стінах, дверних ручках, вимикачах, підвіконнях, на жорсткій поверхні меблів, поверхнях апаратів і приладів, в повітрі приміщень, на посуді, білизні, виробих перукарського призначення, санітарно-технічному обладнанні і т.д. Стерилізація передбачає знищення всіх видів мікроорганізмів, в тому числі їх спор, на інструментах і в виробих перукарського призначення. При проведенні дезінфекційних і стерилізаційних заходів необхідно керуватися чинними інструктивно методичними документами: наказами Міністерства охорони здоров'я про проведення дезінфекційних заходів, методичними вказівками щодо застосування конкретних засобів і методів дезінфекції, перед стерилізаційного очищення і стерилізації, технології обробки окремих об'єктів і ін.

Знищення комах –дезінсекція, знищення гризунів - дератизація

Розрізняють два види дезінфекції:

1. Профілактична дезінфекція. Проводиться постійно незалежно від наявності або відсутності інфекції, має на меті попередження її виникнення.

2. Вогнищева (осередкова) дезінфекція. Проводиться в тих випадках, коли стає відомо про появу інфекції. Її мета – попередити поширення інфекції й знищити збудники, що залишилися у вогнищі.

Методи й засоби дезінфекції.

Методи дезінфекції діляться на механічні, фізичні, хімічні, комбіновані.

Механічні методи дезінфекції засновані на видаленні патогенних мікробів шляхом вологого прибирання приміщень і устаткування, обробки приміщень пилосмоком (з пилом видаляється до 98% мікробів), вентиляції, провітрювання, прання білизни, миття рук і тіла.

Фізичні методи дезінфекції засновані на впливі фізичних факторів:

- Кип'ятіння

- Спалювання

- Пастеризація (прогрівання рідини при температурі 70...80 ° протягом 30 хв.)

- Вплив гарячого повітря або сухого жару (Прасування білизни, одягу)

- Вплив водяної пари

- Вплив сонячного світла, ультрафіолетових променів

Хімічні методи:

- протирання дезінфікуючим розчином;

- повне занурення в дезінфікуючий розчин;

- зрошення дезінфікуючим розчином (обприскування);

- розпилення дезінфікуючих порошків.

У перукарнях можна застосовувати тільки ті дезінфікуючі засоби, які мають позитивний висновок державної санітарно-гігієнічної експертизи, виключно відповідно до методичних вказівок по їхньому застосуванню. Процентне співвідношення і час експозиції встановлюються у відповідності з інструкцією щодо застосування даного препарату.

Всі використовувані дезінфікуючі засоби повинні відповідати наступним основним вимогам:

1. Мати виборчу дію - у малих концентраціях і в найбільш короткий термін убивати мікроби, будучи в той же час нешкідливими для людини.

2. Швидко й повністю розчинятися у воді або добре змішуватися з нею, утворюючи стійкі суміші - емульсії.

3. Не втрачати згодом свої бактерицидні властивості, тобто бути досить стійкими при зберіганні.

4. Мати невисоку токсичність і не руйнувати об'єкти, що знезаражуються.

Для дезінфекції використовується кілька груп хімічних сполук: галоїди, киснемісткі, феноломісткі, альдегіди, спирти, (поверхнево-активні речовини).

#### Правила користування дезінфікуючими засобами

1. Правильно вимірювати кількість дезінфікуючого засобу.
2. При готуванні розчину чітко дотримуватись пропорцій.
3. Для розчинів використовувати чисту й суху ємність.
4. Не допускати використання разом двох дезінфікуючих засобів, якщо один з них не спирт.

#### Правила зберігання дезінфікуючих засобів

1. Порошкоподібні дезінфікуючі засоби зберігають у сухому, темному, прохолодному й добре провітрюваному приміщенні на стелажах, у щільно закритій тарі, тому що при неправильному зберіганні вони розкладаються із втратою активного хлору. Неприпустиме зберігання хлоровмісних препаратів у металевій, не захищеній від корозії тарі.

2. Всі дезінфікуючі засоби повинні мати паспорт (бірку) із вказівкою назви препарату й строку придатності. На бирці з назвою розчину вказуються його концентрація й дата приготування.

Запобіжні заходи при роботі з дезінфікуючими засобами.

Використовувані для знезаражування, а також для передстерилізаційного очищення й стерилізації хімічні препарати володіють токсичною дією. Безпека їхнього застосування для клієнтів і персоналу гарантується дотриманням наступних запобіжних заходів.

1. Персонал проходить попередній і періодичні медогляди. Особи з підвищеною чутливістю до застосовуваних хімічних засобів від роботи відсторонюються.

3. Роботи з дезінфікуючими засобами проводяться в приміщеннях, обладнаних проточно-витяжною вентиляцією, або у добре провітрюваному приміщенні.

4. Вся робота з дезінфікуючими речовинами проводиться в засобах індивідуального захисту.

5. По закінченні роботи руки миють і змазують зм'якшуючим кремом.

### Стерилізація

Після дезінфекції вироби не можна використовувати в роботі, вони підлягають подальшому передстерилізаційному очищенню й стерилізації.

Особливо важливо стерилізувати інструменти, які викликають порушення цілісності шкірних покривів або дотичні с кров'ю, а також вироби, що стикаються в процесі експлуатації зі слизовими оболонками й ризиком їхнього ушкодження.

Якщо виріб забруднений, спочатку його занурюють у дезінфікуючий розчин, потім промивають у ємності з водою.

Таким чином, виділяють наступні етапи обробки перукарського інструменту і приладдя:

етап 1 - дезінфекція;

етап 2 - передстерилізаційне очищення;

етап 3 - стерилізація.

Після дезінфекції всі вироби промиваються під проточною водою до повного зникнення запаху дезінфекційного засобу.

Передстерилізаційне очищення передбачає видалення з виробів білкових, жирових і інших речовин. Воно здійснюється ручним або механічним способом з використанням миючих засобів.

Також для його проведення використовуються засоби Біолот або Біолот-1, миючі розчини, що містять перекис водню з СМР (Астра, Лотос, Прогрес і

ін.) мийні засоби Зіфа, Промінь, засоби, що володіють миючими властивостями, Велтолен, Пероксимед, Аламінол, розчин гідрокарбонату натрію (харчова сода).

Вироби в розібраному вигляді повністю занурюють в один з миючих комплексів на 15 хв, потім їх миють у розчині за допомогою щітки. Механічне очищення кожного виробу проводиться протягом 30 сек, потім вони ополіскуються під проточною водою.

При використанні на етапі замочування дезінфікуючих засобів, що володіють миючими властивостями, у концентрації, яка забезпечує загибель бактерій, вірусів, грибів, тимчасово відбувається дезінфекція й передстерилізаційне очищення.

Такий же ефект досягається кип'ятінням у розчинах дозволених мийних засобів або розчині натрію двовуглекислого.

Стерилізація — повне звільнення інструментів від мікроорганізмів, включаючи спорові форми, шляхом впливу на їх фізичними (паровий, повітряний, ультрафіолетове опромінення) і хімічними факторами. Стерилізація є основою асептики.

Методи стерилізацій.

Вибір того або іншого методу стерилізації залежить від особливостей виробу, що стерилізується, існують наступні методи :

- Паровий метод стерилізації.
- Повітряний метод стерилізації.
- Ультрафіолетове опромінення.
- Хімічна стерилізація.
- Газовий метод стерилізації.

Правильне виконання дезінфекційних і стерилізаційних заходів сприяє ефективній боротьбі з інфекцією.

Поетапна обробка інструментів

Майстер перукар, в обов'язковому порядку, повинен проводити дезінфікуючу обробку інструментів після кожного відвідувача салону.

Категорично заборонено використовувати інструменти повторно, адже ви ризикуєте здоров'ям клієнта і, відповідно, своєю репутацією. Кожен інструмент, після використання, повинен проходити 4 етапи обробки:

1. Замочування інструментів в спеціальних розчинах, з дотриманням часових рамок.
2. Ополіскування під проточною водою і ретельне висушування.
3. Стерилізація інструментів в сухожарі або автоклаві.
4. Зберігання інструментів в ультрафіолетовій лампі, щоб уникнути розмноження мікроорганізмів.

Характеристика сучасних дезінфікуючих засобів.

Дезактин – це сухий білий кристалоподібний порошок без запаху, який розчиняють у теплій воді: 1 г сухої речовини на 0,999 л води. Застосовують 1% розчин.

Інструмент, очищений від залишків волосся та бруду, розкладають на серветці і зрошують з обох боків розчином протягом 5 хвилин.

Бацилол - прозора рідина з легким спиртовим запахом, готова до використання. Ефективно знищує стрепто-, стафілококи, золотистий стафілом, дезактивує паличку туберкульозу, віруси гепатиту С, віруси СНІДу.

Очищення від забруднення інструмент зрошують з обох боків протягом 5 хвилин.

АХД-2000, хоспісепт мають аналогічну характеристику.

Після обробки хімічними речовинами інструменти слід промивати під проточною водою.

Професія перукаря набула надзвичайно важливого значення у нашому сьогоденні. Вона пов'язана зі сферою обслуговування населення, де тісний контакт та спілкування з клієнтами мають велике значення. Дуже важливо, в яких умовах працює та обслуговує клієнтів майстер, у якому стануть інструменти, як доглядає він за ними. Для ефективної праці в перукарнях та салонах повинні бути створені певні умови, які б позитивно впливали на настрій майстра та клієнтів та не шкодили їхньому здоров'ю.

Сучасний перукар повинен розпізнавати заразні небезпечні захворювання, відрізняти їх від алергічних проявів, вміти пояснювати це клієнту, давати поради щодо догляду за волоссям, шкірою та нігтями.

Здоровий вигляд має бути тісно пов'язаний із здоровим способом життя.

Тому майстер зобов'язаний розповісти клієнтам про негативні наслідки впливу шкідливих речовин на здоров'я та рекомендувати шляхи, які допоможуть їх позбутися.

## **Тема 5: Хвороби шкіри та волосся, їх профілактика. Професійна захворювання**

### **Хвороби шкіри, волосся та їх профілактика**

Паразитарні захворювання шкіри.

Короста – заразне захворювання шкіри, що викликає певний вид кліща, дуже малого за розміром.

Запліднена самка, потрапивши на шкіру людини, прокушує її і відкладає в епідермісі яйця, попередньо проривши собі ходи завдовжки 3-5 мм

Через 2 тижні з яєць вилуплюються молоді кліщі, деякі з них самки. На поверхні шкіри вони запліднюються та відкладають яйця.

Основними ознаками захворювання є свербіння, яке посилюється вночі, розчеси, піодерміті.

Захворювання передається від зараженої людини. Найулюбленіші місця ураження – між пальцями рук, під пахвами, на ногах. Дотримання порядку та чистоти в приміщеннях перукарень, використання чистого білизни, дотримання норм особистої гігієни, дезінфекція інструментів – ці заходи попереджають захворювання на коросту.

Педикульоз (вшивість). Розрізняють три види вошей, які паразитують на людині: головні, платтяні, лобкові.

У перукаря найбільше епідеміологічне значення мають головні воші, що вражають волосисту частину голови.

Запліднена самка відкладає яйця (гниди), прикріплюючи їх до волосся. Самка воші живе 1 місяць, але за цю годину відкладає до 150 яєць. Укуси вошей викликають сильне свербіння. На волосистій частині голови з'являються ранки, що нагноюються.

У перукарнях зараження вошами від одного відвідувача до іншого передається через гребінці, сітки для волосся, електромашинки для стрижки.



Тому необхідно дезінфікувати всі поверхні робочого обладнання та інструменти. В наш час існує дуже багато ефективних засобів для лікування педикульозу. Необхідно нанести лікувальний засіб на 2-3 години з утеплюючим колпаком. Потім ретельно промити волосся.

Хвороби шкіри та волосистої частини голови

Причини хвороб шкіри

Шкіра відтворює стан внутрішніх органів людського організму. Причини, що викликають захворювання шкіри, можуть бути як внутрішніми, так і зовнішніми.

До внутрішніх належать захворювання внутрішніх органів – шлунку, нірок та печінки, нервової системи, порушення обміну речовин, авітаміноз.

Порушення жирового обміну викликає вугрову висипку, недостатність вітамінів А і В веде до схильності шкіри до сухості, ламкості нігтів.

До зовнішніх причин захворювання шкіри відносять механічні фактори – травми, тренування; хімічні фактори – дія кислот та лугів; фізичні фактори – спека, холод, дія атмосферних явищ (наприклад, ультрафіолету)

До зовнішніх факторів також належать і різноманітні збудники заразних хвороб шкіри та волосся: бактерії, віруси, кліщі та воші.

У виникненні та розповсюдженні цих захворювань велике значення мають соціальні умови: санітарно-гігієнічні умови праці та санітарно-протиепідемічний режим перукарень та салонів.

Гнійничкові захворювання шкіри

Піодерміти (від грецького: “піон” – гній та “дерма” – шкіра) викликаються гноєтворними мікробами – стафілококами та стрептококами.

Стафілококи та стрептококки знаходяться у повітрі, на меблях та обладнанні у перукарні, на брудних руках, перукарській білизні та на недезінфікованому інструменті. Вони дуже стійкі до впливу довкілля, гинуть тільки від спеціальних дезінфікуючих розчинів.

Найбільш поширені причини гнійничкових захворювань – це травми, пошкодження шкіри, потертості, хімічні та фізичні опіки.

Забруднена шкіра сприяє виникненню гнійничкових захворювань. Підвищена пітливість шкіри також є ризиком виникнення гнійничкової інфекції, оскільки волога зменшує опірність рогової кулі шкіри.

Стафілококи найчастіше вражають волосяні фолікулі, стрептококки – здебільшого епідерміс.

Фолікуліт – гнійне запалення волосяного фолікула (волосяного мішечка).

Фолікуліт буває поверхневий та глибокий.

На поверхні шкіри з'являється гнійничок розміром з просяне насіння зеленувато-жовтого кольору. З центру його торчить пушкове волосся, оточує його поясок почервоніння. Поява гнійників не супроводжується болем. Через 5-6 днів гнійничок зсихається, не залишаючи рубців.

При глибокому фолікуліті початок хвороби той самий, але загострюються ознаки запалення та розповсюдження інфекції у глибоко лежачі тканини. За сприятливих умов захворювання проходить через 5-6 днів.

Під час обслуговування клієнтів із фолікулітом необхідно обережно обробляти ділянки з гнійничками, а потім ретельно продезінфікувати інструменти та вимити руки.

Стафілококовий сікоз - хронічне гнійничкове захворювання шкіри, яке найчастіше зустрічається у чоловіків, ніж у жінок.

Загострення починається з утворення гнійничків в устині фолікула, певна кількість їх зникає, але потім знову з'являється. Гнійнички мають схильність злиття та утворення великих ділянок запалення. Постійні гнійничкові висипання роблять шкіру грубою. Уражаються сікозом ділянки росту волосся на обличчі (борода та вуса). Особливо велике значення має дотримання санітарно-гігієнічних правил під час гоління.

Фурункул (чиряк) – захворювання волосяних мішечків, сальних залоз та оточуючих тканин зі схильністю їх до омертвіння. Хвороба починається з невеликого гнійничка в основі волосяного фонікулу. Запальний процес швидко поширюється. Утворюється болючий вузол розміром з грецький горіх. Шкіра над ним темно-червоного кольору, гаряча на дотик. На верхівці фурункула утворюється щільна корочка, яка через певну годину відпадає. З фурункулу виходить густий зелено-жовтий гній – це омертвілі маси. Після видалення стрижня починається загоєння. Захворювання триває 10-14 днів. Особливо небезпечний фурункул на обличчі, шії та ділянках, що підлягають обробці під час виконання перукарських послуг.

#### Стрептококові захворювання шкіри

Поверхневий панаріцій – зустрічається виключно у дорослих.

Виникає захворювання при травмах пальців рук, задирках, тобто, коли з'являються умови зараження шкіри стрептококами; при проведенні манікюру без дотримання санітарно-гігієнічних правил та неякісної дезінфекції інструменту. Утворюються міхурі, які у вигляді підкови оточують ніготь. Потім міхурі лопаються і утворюються мокрі рани. За умови лікування захворювання проходити через 10-12 днів.

#### Профілактика гнійничкових інфекцій

Необхідно підтримувати чистоту, порядок та санітарну культуру в парикмахерських та побути. Ретельно виконувати всі види прибирання, у перукарнях проводити 1 раз на місяць санітарний день, дотримуватися правил особистої гігієни, застосовувати сучасні та ефективні дезінфікуючі засоби.

Перукар повинен мати не менше двох наборів інструментів, змінювати їх у разі потреби, старанно мити руки до і після обслуговування клієнта, використовувати тільки чисте перукарське білизну.

#### Грибкові захворювання шкіри та волосистої частини голови.

Грибок, який викликає у людини захворювання шкіри, не розвивається у зовнішній середовищі. Місцем їхньої життєвості є люди і тварини.

Зараження грибковими захворюваннями проходить при контакті з хворою людиною чи твариною; з предметами, якими користувався хворий; у разі порушення санітарно-гігієнічного режиму роботи перукарень (неякісне прибирання, використання брудного білизни). Зараження може проходити через машинку для стрижки, ножиці та білизну, на які попадає обстрижене волосся, шматочки шкіри та обрізані нігті. Епідермофітія – грибок поверхневої кулі шкіри, хворіють лише люди. Поширена серед міського населення.

Грибок уражає підшви ніг, бокові поверхні ступні, ділянки між третім і четвертим та четвертим і п'ятим пальцями .

Епідермофітія – захворювання дуже заразне. Інфекція передається через заражену грибом взуття, білизну перукарень, інструменти, при неякісному манікюрі, коли інструменти не дезінфікуються.

Мікроспорія – різновид стригучого лишая. Збудниками є два види грибків: котячий – паразитує на шкірі бродячих кишок, іржавий – тільки на людині.

При мікроспорії, яку викликав котячий грибок, на волосистій частині голови з'являється невелика кількість плям лущення розміром 3-5 см у діаметрі. Уражені ділянки округлої конфігурації з різким контуром без схильності до злиття. Шкіра на ділянках ураження вкрита білими скибочками. Усі волосся на ділянках обламані на висоті 4-8 мм .

При мікроспорії волосистої частини голови, що викликана іржавим грибом, уражені ділянки неправильної форми зі схильністю до злиття. Волосся на ділянках обламані на висоті 4-8 мм, але не всі, є поодинокі довге волосся. Захворювання має властивість переходити на гладку шкіру. Ураження має вигляд розових кілець, які розташовані по крайовій лінії росту волосся.

Трихофітія – викликається грибками трихофітонами. Зустрічається здебільшого у дітей. Захворювання вражає відкриті ділянки тіла – обличчя, шию, передпліччя. На шкірі з'являються круглі яскраво-рожеві плями, що

виділяються на попелиці здорової, центральна ділянка поглиблена і вкрита лусочками. При обстеженні у лусочках знаходять грибок.

Хворих, уражених грибковими захворюваннями, можна обслуговувати лише після надання довідки від дерматолога про стан їх здоров'я. Таким хворим заборонено відвідувати місця загального користування: лазні, сауни, басейни, перукарні до повного одужання.

З метою загальної профілактики для перукарень встановлено низку правил попередження грибкових захворювань.

### **Професійні захворювання.**

Професійними називаються хвороби, виникнення яких пов'язане з певною трудовою діяльністю і впливом на організм конкретних несприятливих умов праці перукаря, так званих шкідливих виробничих факторів. До професійних хвороб належать насамперед хвороби, що виникають внаслідок безпосередньої дії на людей виробничих шкідливих факторів, а також ті, що за певних виробничих умов розвиваються значно частіше, ніж звичайно. Найбільш поширеними професійними факторами, які впливають на організм перукаря, є:

- хімічні речовини, що широко використовують для фарбування волосся;
- вібрація та шум;
- перенапруження окремих органів і систем, що виникає у відповідь на тривале навантаження на ті самі нервово-м'язові групи;
- біологічні фактори (мікроорганізми); - збудники заразних хвороб.

У разі тривалої дії на організм високих концентрацій різних перукарських засобів можуть розвинути хвороби легенів та дихальних шляхів; під впливом високих рівнів вібрації виникає вібраційна хвороба, внаслідок дії шуму – захворювання органів слуху – неврит, хімічних речовин – отруєння.

Види професійних захворювань.

Професійний дерматит – гостре запалення шкіри. Виникає при дії подразнюючої речовини на незахищені ділянки тіла .

Алергічний бронхіт виникає під дією вдихання подразнюючих речовин (лак, спрей, хімічні розчини, складові фарб для волосся). Необхідно користуватися гіпоалергенними препаратами, які пройшли відповідне тестування та стандарт, або захисними індивідуальними засобами.

Варикозне розширення вен. Особливо актуальною є ця проблема у професії перукаря. Під час зміни майстер іноді не має можливості відпочити. Тому необхідно підбирати зручну шкіряну взуття на підборах не вище 5 см і бажано ортопедичну. Робити вправи для м'язів ніг, ванни з морською сіллю, масаж ніг (особливо гомілок).

## **Тема 6: Перша домедична допомога в салонах краси**

### **Перша домедична допомога в салонах краси та перукарнях**

Перша медична допомога при опіках.

При отриманні опіків насамперед потрібно погасити одяг, для чого на враженого слід накинути пальто, простирadlo тощо. Потім дати потерпілому випити теплої підсоленої води. Обпечену частину тіла звільняють від одягу, обрізаючи і залишаючи на місці ті його шматки, що прилипли до тіла. Не можна розрізати або роздушувати пухирі, торкатися обпаленої поверхні руками, змазувати її жиром, маззю чи іншими речовинами. На опікову поверхню накладається стерильна пов'язка.

Перша допомога при ураженні електричним струмом.

Схема надання першої допомоги при ураженні електрострумом :

- знеструмити постраждалого (не забувати про власну безпеку);
- при раптовій зупинці серця – завдати прекардіального удару по грудині і приступити до реанімації;
- при кровотечі – накласти кровоспинний жгут, стиснувши пов'язку;
- при електричних опіках та ранах – накласти стерильні пов'язки;
- при переломах кісток, кінцівок – накласти шини (можна використати будь-які підручні засоби);
- Викликати швидку допомогу.

Перша медична допомога при порізах.

Першу допомогу при порізах слід надавати відразу після отримання травми. Навіть невеликий поріз супроводжується капілярною кровотечею, яку слід зупинити.

Перш за все, огляньте пошкоджену поверхню і переконайтеся в тому, що потерпілому не загрожує сильна кровотеча. Після цього:

- промийте рану водою (потримайте рану під проточною водою, щоб видалити бруд і оцінити, наскільки глибока рана);

- промокніть місце рани чистою марлею або бинтом (якщо бинта і марлі немає під рукою, підійде чиста ганчірка);

- підніміть руку або ногу з травмою вище за рівень тіла - кров буде менше надходити до місця порізу, і кровотеча зупиниться швидше;

- обробіть рану антисептичним розчином, змастити зеленкою, але тільки по краю порізу, не заливайте рану, інакше доведеться лікувати потерпілого вже від опіку;

- якщо необхідно, накладіть стерильну салфетку та зафіксуйте її бинтом або пластиром;

- якщо кровотеча сильна, постарайтеся зупинити її, затиснувши рану. Для цього зробіть з бинта або іншого чистого матеріалу прокладку і притисніть її до рани. Через кілька хвилин (але не більше 15 хв.), коли кровотеча зупинитиметься, не знімаючи прокладку, накладіть на рану пов'язку. Якщо прокладка промокає, а кровотеча не зупиняється, не знімайте її з місця рани, а прикладіть згори наступну;

- не накручуйте пластир навколо руки чи ноги кільцем. Це може створити проблеми для нормальної циркуляції крові. Якщо забинтована кінцівка опухає чи темніє, значить пов'язка надто туга і, щоб уникнути неприємних наслідків, її потрібно послабити. Пам'ятайте, бинти краще триматимуться, якщо вони досить довгі.



