



**ÚRAD VEREJNÉHO ZDRAVOTNÍCTVA  
SLOVENSKEJ REPUBLIKY**

Trnavská cesta 52  
P.O.BOX 45  
826 45 Bratislava



Bratislava, 21. jún 2019

**ÚVZ SR: V bazénoch musia mať plavky i tí najmenší, deti treba mať neustále pod dohľadom**

Deti je potrebné pred vstupom do bazéna osprchovať, rovnako treba postupovať aj po ukončení kúpania – vtedy je vhodné použiť klasické mydlo, ktoré zabezpečí odstránenie bakteriálnej mikroflóry z kože a zbaví zvyškov chlóru. Dôkladné osprchovanie pred vstupom do bazéna môže znížiť riziko kontaminácie vody až desaťnásobne.

*„Do troch rokov dieťať a je potrebné mať v bazénoch plavky s priliehavou gumičkou okolo bruška a stehien. Kúpanie nahých detí nie je z hygienických dôvodov vhodné. Minuloročnú letnú kúpaciu sezónu mali práve detské bazény najčastejšie problém s kvalitou vody na kúpanie,“* vysvetlila RNDr. Zuzana Valovičová z Odboru hygieny životného prostredia Úradu verejného zdravotníctva SR.

Tých najmenších je nevyhnutné počas pobytu vo vode stále upozorňovať na používanie toalety, rodič sa ich má pýtať na fyziologické potreby, pretože v zápale hry môžu na ne zabudnúť. Rovnako dôležité je upozorňovať na zákaz pitia vody z bazéna, deťom je potrebné veku primeraným spôsobom vysvetliť, prečo to robiť nemá.

**Špeciálne treba dbať na hygienu rúk, najmä tí najmenší si ich vkladajú do úst, čím sa ľahšie šíri infekcia.** Ochorenia, ktoré môžu deti na kúpaliskách potrápiť, sú rovnaké ako u dospelých. Pre nezrelú detskú imunitu však dochádza k nakazeniu rýchlejšie a so závažnejšími prejavmi. Deti by rovnako ako dospelí nemali vstupovať do vody, ak sa necítia byť v dobrom zdravotnom stave (mohli by šíriť prenosné ochorenie) a s porušenou pokožkou (môže byť vstupnou bránou infekcie).

Vodou vo verejných bazénoch sa najčastejšie šíria pôvodcovia črevných nákaz, ktoré vyvolávajú hnačky najmä u detí, tiež vírusové ochorenia ako sú zápaly očných spojoviek, vírusový zápal pečene typu A. Možno sa nakaziť aj parazitárnymi červami (mrľa ľudská, škrkavka detská). Deti a dospelí sú na umelých kúpaliskách vystavení aj pôsobeniu mikroskopických húb, plesní a kvasiniek, ktoré vyvolávajú povrchové ochorenia kože, nechtov, vlasov a slizníc a prejavujú sa úporným svrbením. Ide najmä o rôzne typy dermatitíd, urologické aj gynekologické infekcie.

**Veľmi malé deti, respektíve deti s predispozíciami na vznik alergií sú obzvlášť citlivé na nadmernú prítomnosť chlóru.** Ide o podráždenie pokožky vo forme začervenania alebo ekzému, podráždenie slizníc dýchacieho systému vo forme dráždivého kašľa či podráždenie očných spojiviek vo forme nepríjemného štipania očí, začervenania a slzenia.

*„Platná vyhláška pre kúpaliská limituje množstvo chlóru podľa teploty bazénov a prevádzkovateľ kúpaliska musí počas dňa sledovať a dodržiavať povolené množstvá, ktoré sú považované za zdravotne vyhovujúce. Prísnejšie limity obsahu chlóru sú stanovené vzhľadom na citlivosť detského organizmu pre bazény im určené. V praxi sa orgány verejného zdravotníctva stretávajú pri výkone štátneho zdravotného dozoru s prekračovaním hodnôt chlóru. Jeho množstvo zvyšujú prevádzkovatelia najmä z preventívnych dôvodov v období najväčšej návštevnosti. Po takomto zistení je prevádzkovateľom nariadený výkon účinných opatrení na nápravu,“* uviedol Ján Mikas, hlavný hygienik SR.

### **Nespoliehajte sa iba na plavčíka**

Pri voľbe plochy na kúpanie s deťmi treba dať prednosť lokalite s pravidelnou kontrolou vody a plavčíkom. Rovnako treba myslieť na zvýšenú koncentráciu zo strany rodičov, pretože i malá nepozornosť môže mať fatálne následky.

*„Rodičia by sa však nemali spoliehať iba na pozornosť plavčíka či iných ľudí. Užitočné je aj používanie kúpacích pomôcok – kolies alebo rukávnikov, ktorých kvalitu by mal dospelý vyskúšať minimálne večer pred používaním. Ak rodič potrebuje ísť mimo dohľad detí, musí zaistiť dozor inou dospelou osobou. Pri pobyte na loďke, nafukovacom matraci či šliapacom bicykli musí mať dieťa vždy záchrannú vestu či rukávniky. Zvykať na vodu by si malo už v nízkom veku, čo najskôr ho treba učiť aj plávať, pretože aj začiatok má lepšiu šancu udržať sa nad hladinou, kým sa k nemu dostane pomoc,“* povedala RNDr. Zuzana Valovičová.

**Deti pri pobyte vonku robia hluk, preto by mal rodič okamžite skontrolovať situáciu v prípade, že nastalo ticho. Topiaci sa človek nevolá o pomoc.** Až na výnimky nie je v takejto situácii fyziologicky schopný volať o ňu, ústa topiaceho sa striedavo noria pod hladinou a znova sa objavujú nad hladinou. Topiaci nemôže mávať rukami, inštinktívna reakcia ho totiž núti rozpažiť a rukami tlačiť proti vodnej hladine. Človek zápasiaci o život nemôže „zastaviť“ topenie sa a vykonávať spontánne činnosti ako je kývanie rukami o pomoc či plávanie smerom k záchrancovi.

### **Ako rozpoznať, že sa niekto topí?**

- hlava je nízko vo vode, ústa sú otvorené na úrovni vodnej hladiny
- oči sú sklenené, prázdne a neschopné zaostriť, prípadne sú zavreté
- dýchanie je rýchle, topiaci lapá po dychu
- človek má snahu otočiť sa na chrbát a plávať určitým smerom ale bez úspechu

## **Prvá pomoc dieťaťu**

- ak dieťa nedýcha, okamžite začnite s oživovaním, priemerný človek vydrží bez kyslíka len dve až tri minúty
- činnosť srdca obnovíte stláčaním hrudníka v jeho strede rýchlosťou viac ako 100-krát za minútu, a to jednou alebo dvomi dlaňami u detí do hĺbky 1/3 hrudníka, u dospelých do hĺbky štyri až päť centimetrov
- kompresie hrudníka a dýchanie striedajte v pomere 30:2, kým nezačne dýchať (počas vdychu mu stlačte nosové otvory)

## **Základné zásady zdravotne bezpečného kúpania sa**

*„Najbezpečnejšie je kúpať sa na oficiálne prevádzkovaných kúpaliskách a na vodných plochách, ktorých kvalitu monitorujú orgány verejného zdravotníctva. Kúpanie vo vodných plochách s neorganizovanou rekreáciou je na vlastné riziko. Pred návštevou kúpalísk s povolenou prevádzkou sa informujte o ich aktuálnom stave,“* uviedla RNDr. Zuzana Valovičová.

**Výsledky kontrol budeme uverejňovať počas letnej kúpacej sezóny pravidelne v týždňových intervaloch (vždy v piatok) na webe Úradu verejného zdravotníctva a na internetových stránkach 36 regionálnych úradov verejného zdravotníctva.**

## **Kvalitu vody na kúpanie si dokáže voľným okom zhodnotiť aj samotný návštevník.**

Neodporúčame návštevu bazénov, v ktorých voda páchne po moči alebo výrazne po chlóre, alebo ak sú na stenách bazéna slizovité povlaky a jeho dno alebo obklady sú poškodené. Veľký podiel na zlej kvalite vody v bazénoch majú aj samotní návštevníci, ktorí často nerešpektujú hygienické pravidlá. Na kúpaliskách je nutné používať WC a dodržiavať zásady osobnej hygieny. Pred každým vstupom do bazéna je potrebné osprchovať sa a prejsť brodiskom.

Ani na prírodných plochách do vody netreba vstúpiť, ak na základe farby či zápachu pôsobí odporivo. Takisto je dôležité všimnúť si okolie lokality. Nevstupujte do zelenej prírodnej vodnej plochy s premnoženými sinicami a nahromadeným odpadom, nekúpte sa ani vo vodách, kde ústia odpadové vody, zhromažďuje sa vodné vtáčstvo a v okolí ktorých sú uhynuté vtáky a zvieratá.

## **Pomôcka: Spravte si jednoduchý test na prítomnosť siníc**

K premnoženiu siníc môže dôjsť iba na prírodných vodných plochách najmä po dlhotrvajúcom slnečnom a teplom počasí. Ide o mikroorganizmy, ktoré sú prirodzenou zložkou životného prostredia a v určitých množstvách aj súčasťou fytoplanktónu všetkých nádrží a jazier. Toxické sinice dokážu u detí vyvolať dýchacie problémy, kožné výrazky či zápaly očných spojiviek. Po prehltnutí väčšieho množstva môžu vyvolať aj črevné problémy, kŕče a nevoľnosť.

**Či voda obsahuje sinice, sa dá otestovať jednoduchým spôsobom: do priesvitnej nádoby treba nabráť vodu a nechať ju na svetle postáť 15 až 20 minút. Ak sa na vode vytvorí**

**prstenec farebnej hmoty pripomínajúci posekané ihličie alebo zelenú krupicu a voda pritom zostane číra, ide pravdepodobne o sinice. Ak zostanú mikroorganizmy rozptýlene vo vodnom stĺpci, ide o zdravotne nevýznamné riasy.**

Premnožené a nahromadené toxické sinice tvoria vločky alebo z hľuky kolónií, ktoré sú rozptýlené vo vodnom stĺpci alebo nahromadené na vodnej hladine môže byť vo forme pokrytia alebo viditeľnej kaše, takzvaného „vodného kvetu“, ktorý býva najčastejšie zelenej a modrozelenej farby. Ten sa môže podľa smeru vetra pohybovať po nádrži a zachytávať na brehoch, kde dochádza k jeho vysušovaniu a rozprašovaniu.