

MATURITNÍ OKRUHY

Podnikání v oborech wellness a lázeňství

1. Vývoj a situace v lázeňství

Vymezení pojmu lázeňství, wellness. Historie lázní. Základní pojmy ve vztahu k lázeňství a wellness. Přírodní léčivé zdroje.

- Stavba buňky

2. Lázeňská péče, léčebný program a lázeňské služby

Charakteristika lázeňské péče. Účel pobytu v lázních. Lázeňský léčebný program a jeho průběh. Formy lázeňské péče – komplexní, příspěvková, samoplátecká. Stravovací a ubytovací služby. Komerční aktivity lázní. Marketing lázeňských služeb.

- Tkáně

3. Management lázeňství

Management lázeňských služeb a manažerské principy, funkce managerů v lázeňství.

- Stavba a spojení kostí

4. Všeobecné zdravotní pojištění

Systém zdravotnictví v ČR. Zdravotní péče hrazená z veřejného pojištění. Práva a povinnosti pojištěnců. Dobrovolné pojištění. Nemocenské pojištění.

- Lebka

5. Zdravotnické organizace ve světě

Zdravotnické organizace ve světě a programy na podporu zdraví. WHO – její vznik, organizační struktura, cíle WHO, UNICEF, Červený kříž. Zdraví pro všechny v 21. stol., národní a regionální programy podpory zdraví.

- Osový skelet

6. Výživa a zdraví

Definice pojmů – výživa, živina, živinová potřeba. Základní složky zdravé výživy. Provázanost zdraví a výživy. Výživa jako součást zdravého životního stylu. Význam zdravé výživy pro aktivní život.

- Kostra končetin

7. Zdravá výživa

Sacharidy ve výživě a trávení sacharidů. Bílkoviny a biologická hodnota bílkovin. Lipidy a jejich význam ve výživě. Vlákna. Vitamíny, minerály a stopové prvky ve výživě. Zastoupení potravin v pyramidě zdravé výživy. Funkční potraviny.

- Složení krve

8. Alternativní směry ve výživě

Pojem alternativní směry ve výživě. Vegetariánství a makrobiotika. Hlavní výhody a rizika alternativního způsobu stravování.

- Srdce, krevní oběh

9. Důsledky špatné životosprávy

BMI. Poruchy příjmu potravy a jejich příčiny. Mentální bulimie. Mentální anorexie. Obezita – typy obezity. Rizika obezity. Obezita u dětí. Prevence obezity. Lázeňská léčba obezity. Cukrovka, cholesterol.

- Hlavní svalové skupiny

10. Výchova ke zdraví

Definice zdraví a nemoci, filozofie zdraví – modely zdraví. Vnitřní a vnější determinanty zdraví. Programy na podporu zdraví.

- Stavba dýchacího systému

11. Faktory posilující zdraví, pohyb jako faktor životního stylu

Zdravý životní styl. Životní styl současného života. Odpovědnost za zdraví. Oblasti zdravého způsobu života. Výživová doporučení. Pohybová aktivita. Mentální hygiena. Tělesná kondice, držení těla, hypokineze. Lázeňská léčba pohybového ústrojí.

- Stavba kůže

12. Rizikové faktory ovlivňující zdraví, závislost jako faktor ovlivňující zdraví

Kouření – rizika kouření, pasivní kouření, závislost a odvykání, prevence kouření. Alkohol – druhy alkoholu, metabolismus alkoholu, vývojová stádia závislosti na alkoholu. Pojem droga a drogová závislost. Rysy závislosti. Klasifikace drog. Protidrogová prevence. Patologické hráčství. Návykové chování ve vztahu k počítači. Workoholismus.

- Ledviny

13. Vliv civilizace na psychiku člověka

Péče o duševní zdraví. Stres – definice, rozdělení, příčiny vzniku stresu. Vliv stresu na zdraví člověka. Syndrom vyhoření. Prevence stresu.

- Žlázy s vnitřní sekrecí

14. Psychologie osobnosti

Rysy osobnosti. Typologie osobnosti. Poznávání a posuzování osobnosti (stereotypy a předsudky). Zájmy, postoje, hodnoty a cíle.

- Vnitřní pohlavní orgány ženy

15. Myšlení, řeč, paměť, učení

Myšlení a myšlenkové operace. Formy a druhy myšlení, poruchy myšlení. Řeč. Paměť. Učení – metody a techniky.

- Vnitřní pohlavní orgány muže

16. Umění komunikace a jednání s lidmi

Vymezení pojmu komunikace. Typy a formy komunikace. Činitelé a úspěšnost verbální komunikace. Asertivní dovednosti v komunikaci.

- Těhotenství

17. Hygiena a její úkoly

Hygiena jako lékařský obor. Hlavní úkoly hygieny. Obory hygieny a jejich charakteristika. Hygiena zdravotnických zařízení – úklid a nakládání s odpadem ve zdravotnických zařízeních. Hygienické zabezpečení rukou ve zdravotnické péči.

- Obecné základy činnosti nervového systému

18. Hygiena práce

Fyzikální, chemické a biologické faktory pracovního prostředí. Nemoci z povolání.

- Fyziologie chování. Učení. Paměť.

19. Epidemiologie a její úkoly

Epidemiologie jako vědní obor. Cíle epidemiologie. Proces šíření nákazy. Protiepidemická opatření před a při vzniku nákazy.

- Stavba trávícího systému

20. Životní prostředí

Pojem životní prostředí. Faktory životního prostředí. Vliv životního prostředí na zdraví člověka. Znečištění ovzduší, vody, potravin a půdy. Trvale udržitelný rozvoj jako způsob života.

- Senzorické funkce

Zpracoval: Mgr. Pavla Pyšová
Mgr. Jitka Doleželová