

Zdravá ordinace pro praktické lékaře pro dospělé

Mgr. Tomáš Mixa

Zdravý Podnik s. r. o., Olomouc

Každá ordinace musí splňovat spoustu legislativních a hygienických nařízení. Když se toto podaří splnit, málokdy už je energie na promyšlení těch dalších drobných detailů. Avšak právě tyto drobné detaily způsobí to, zda se bude v ordinaci pracovat dobře, či špatně. Ergonomie je vědecká disciplína, která definuje pravidla k možnosti zdravé práce. Tyto principy je neméně důležité uplatňovat i v ordinaci praktického lékaře. Následující text představuje zásady zdravé ordinace.

Klíčová slova: ergonomie, židle, stůl, zdraví při práci, normy.

Healthy practitioner's office

Every office for physicians must comply with a lot of legislative and hygiene regulations. When this is accomplished, there is rarely any energy left to think through the other small details. However, it is these small details that will determine whether you will work well or poorly in the surgery. Ergonomics is a scientific discipline that defines the rules for the possibility of healthy work. It is no less important to apply these principles in the general practitioner's office. The following text introduces you to the principles of a healthy doctor's office.

Key word: ergonomics, chair, table, health at work, standards.

Pokud plánujete zařizovat novou ordinaci nebo provádět interiérovou přestavbu již stávající ordinace určitě využijete tipy na rozmístění jednotlivých komponent prezentovaných v tomto článku. Jedná se o rozmístění osvědčené v praxi a splňující ergonomické zásady k možnosti zdravé práce.

Ordinace praktického lékaře je místo, kde lze během krátké chvíle nashromáždit spoustu dokumentů a věcí, které pracoviště rychle zaplní a znemožní jakoukoli racionální systematizaci. Pořádek na pracovišti a tedy i možná systematizace je však pro zdravou ordinaci nutnou podmínkou. Nákres ideálního rozmístění je zobrazen na obrázku č. 1.

Místnost lékaře

Místnost lékaře by měla být dostatečně prostorná k volnému pohybu pacienta i lékaře. V ergonomii jsou obecně uznávané zásady volného prostoru v interiéru prezentované na obrázku č. 2.

Na pracovišti musí být pouze ty věci, které se využívají. Pro psychické zdraví také napomáhá dostatečně velké okno, které celou místnost prosvětlí. Důležitou součástí psychické pohody lékaře je nutně oddělená místnost pro práci sestry a práci lékaře. Práce sestry je od podstaty výrazně rozdílná než práce lékaře. V práci sestry se víceméně počítá s tím, že bude neustále vyrušována telefony, klepáním na dveře apod. Práce lékaře by však toto neměla tolerovat. Proto je potřeba místnost sestry a lékaře oddělit pevnou přepážkou (zděná stěna s dveřmi), která jednotlivé místnosti zvukově odizoluje.

Světlá výška místnosti je vázaná na velikost plochy, kdy např. plocha do 20 m² nemůže mít méně než 2,5 m výšku stropu (1). Výhodou větších místností je i větší zásoba čerstvého vzduchu prospěšná pro zdraví lékaře i pacienta. V takovýchto místnostech poté stačí respektovat běžnou zásadu větrání 3x za den.

Pracovní stůl lékaře

Správné umístění stolu pro lékaře – praváka je levou boční stranou k oknu, kdy lékař – pravák si poté nestíní při práci pravou rukou a zároveň nemá nadměrný kontrast jasu ve svém zorném poli při práci na PC a komunikaci s pacientem.

V praxi se objevují dva nejčastější způsoby usazení pacienta. První je po straně stolu v jeho čele. Druhý je na opačné straně stolu, kdy lékař a pacient sedí naproti sobě. Ergonomické řešení s ohledem na efektivní práci a zátěž krční páteře je situace, kdy pacient a lékař sedí naproti sobě. U pracovního stolu tak probíhá pouze úvodní anamnéza a závěrečné definování dalšího postupu. Vše ostatní probíhá ve vyšetřovací zóně.

Usazení pacienta naproti lékaři definuje určitý styl práce, na který je potřeba si zvyknout. Klinické vyšetření je potřeba dělat ideálně v jednom kuse a výsledky také v jednom



Mgr. Tomáš Mixa
Zdravý Podnik s. r. o., Olomouc
tomas.mixa@zdravypodnik.cz

Cit. zkr.: Med. Praxi. 2023;20(2):116-118
Článek přijat redakcí: 13. 4. 2023