

Předmluva .....	5
<u>Metody měření a hodnocení faktorů životního prostředí</u> .....	6
Vyšetřované prostředí .....	6
Postup při měření fyzikálních faktorů ovzduší .....	6
Měření a hodnocení znečištění ovzduší .....	15
Měření a hodnocení hluku .....	20
Opatření proti hluku .....	24
<u>Hygienu vody</u> .....	26
Rozdělení vod .....	26
Zdravotní rizika z vody .....	29
Místní vyšetřování zdroje pitné vody .....	30
Laboratorní vyšetřování vzorků pitné vody .....	32
Smyslové posouzení a fyzikální rozbor vody .....	33
Chemický rozbor vody .....	34
Bakteriologické a biologické vlastnosti .....	36
Komplexní hodnocení ukazatelů znečištění pitné vody .....	37
Desinfekce malých vodních zdrojů .....	38
<u>Vyšetřování mikroorganismů</u> .....	41
Mikroskop a jeho použití .....	41
Příprava a barvení preparátů .....	45
Růstové schopnosti a umělé pěstování mikrobů .....	47
Sterilizace živných půd .....	48
Izolace čistých kultur mikrobů .....	49
<u>Desinfekce - desinsekce - deratizace</u> .....	50
Desinfekční prostředky fyzikální .....	50
Desinfekce chemická .....	51
Desinfekce v praxi .....	52
Desinfekce pitné vody .....	53
Desinsekce .....	54
Repelenty a atraktanty .....	55
Deratizace .....	57
<u>Hygienu výživy</u> .....	59
Hygienické vyšetřování poživatin .....	59
Odběr vzorků .....	59
Základní písemná dokumentace .....	59
Vyšetřování zdravotní nezávadnosti poživatin .....	60
Hygienické hodnocení potravy .....	63
Hodnocení stravovacího režimu .....	66



<u>Praktikum z hygieny dětí a dorostu</u> .....	67
Somatometrické metody .....	67
Vyšetření somatických ukazatelů .....	67
Hodnocení somatometrických ukazatelů .....	67
Růstový graf .....	73
Sledování poměru aktivní tělesné hmoty a depotního tuku .....	75
<u>Hygiena tělovýchovných objektů</u> .....	78
Praktické hodnocení TV objektu .....	78
Vzor formuláře "Protokol o hygienické kontrole" .....	80
<u>Praktikum ze sportovní masáže</u> .....	84
Základní masérské hmaty .....	84
Postup při celkové masáži přípravné .....	87
Přehled hmatů pro masáž přípravnou a masáž odstraňující únavu .....	98
Postup při pohotovostní masáži dolní končetiny .....	102
Postup při zkrácené pohotovostní masáži dolní končetiny .....	103
Automasáž .....	103
Přehled základních hmatů automasáže .....	105
Literatura .....	170
Přílohy .....	110- 169