**1 HYGIENA A HYGIENICKÁ PÉČE**

Lidský život je nejvyšší formou časově vymezené existence pro kterou je důležitá kvalita, úroveň a určitá míra naplnění. Zmíněná kvalita života je individuálním pojmem, kterým se ve svém holistickém modelu zabývá Centrum pro podporu zdraví při univerzitě v Torontu. Tento model zohledňuje tři domény: být, náležet a realizovat se. Právě do domény bytí je zařazena hygiena, kterou se budeme v této kapitole zabývat.

Hygiena je nejzákladnější, biologickou potřebou, kterou si člověk osvojuje již od útlého dětství v závislosti na sociálním a kulturním prostředí (Šamánková, 2011). Tento pojem pocházející z Řecka původně představoval krásu, čistotu a dokonalost a to nejen fyzickou, ale i tu duchovní. Symbolem této čistoty a krásy byla bohyně Hygiey, dcera boha Asklepiona, kterou v mytologii představuje mladá žena krmící z číše hada (Mullerová, 2014).

Starověké Řecko bylo svým přístupem k hygieně a čistotě pokrokové. Dle Hippokrata bylo třeba udržovat rovnováhu tělesných tekutin k udržení zdraví. K této rovnováze měly přispívat hlavně koupele, jelikož voda blahodárně působila na tělo v ní ponořené a očišťovala duši. Koupelna tak byla v této době považována za součást náboženských rituálů a přisuzovány jí byly vedle hygienických i léčebné vlastnosti. Po vzoru Řecka přistupoval k hygieně i Řím, místo koupelen vznikaly veřejné lázně a hygienická péče se tak stala částečně společenskou událostí. Součástí římských měst byly veřejné kašny, vznikaly dokonalé kanalizační sítě a toalety ve veřejných budovách, a to vše z důvodu ochrany zdraví (Moreno – Martinéz, 2016).

Odlišně byl vnímán rozdíl mezi čistotou a špínou ve středověku, hygiena byla nedostatečná a svou roli zcela nepochybně sehrála i materiální stránka života. Vzhledem k nadvládě křesťanství byla nezbytností očista ducha, špína byla považována za důkaz pravé zbožnosti a tělesná čistota za světský hřích. Toto přesvědčení nezměnil ani fakt, že nedostatečná hygiena byla spojována se vznikem infekcí. Špína totiž měla způsobovat hnilobu vzduchu a nepříznivé změny prostředí vedoucí právě ke vzniku chorob. Pokud došlo k omývání tak zejména těch částí, které měly vliv na vzhled, tedy obličej a ruce. Středověkou osobní hygienu, i když jen v plzeňských domácnostech popisuje článek autorů Dudkové a Orna. Ten poukazuje na okruh artefaktů základních životních potřeb, hygieny rukou a posléze i vyšší hygieny. Používání těchto prostředků dokládají archeologické nálezy a jejich výpovědní hodnota je zásadní pro poznání každodenního života na konci středověku. Do prvního okruhu jsou zařazeny fekální jímky, latrínová prkna a nočníky.

Hygienu rukou pak dokládají nálezy akvamálií a medenic, předchůdců dnešních umyvadel. V článku jsou posléze popisovány i prostředky vyšší hygieny do kterých byly zařazeny hřebeny a zrcadla (Dudková, Orna, 2013).

V 16 a 17. století vznikají teorie o škodlivosti zejména horké vody jenž měla oslabovat vnitřní orgány, otevírat póry a napomáhat tak škodlivému vzduchu v přístupu do těla. Šíření těchto informací vedlo k tomu, že veřejné toalety a lázně byly uzavírány a následně rušeny. Úklid byl jen zdvořilostním gestem a měl spíše estetický charakter až do 18. století, kdy vznikla snaha udělat z čistoty veřejný zájem.

Prakticky až do 19. století byla Evropa co se týká hygieny nejhorším kontinentem a poté začal její rozsáhlý vývoj za pomoci hygienického hnutí. Měnilo se vnímání čistoty, která se stala základem a přestala být světským hříchem. Znalosti o hygieně bylo třeba vštípit hlavně rodinám a školským zařízením, aby nedocházelo ke špatnému vývoji dětí právě kvůli neznalosti. V současnosti je hygiena vědním oborem, jehož hlavní náplní je zkoumat vztah člověka a životního prostředí, sledování zdravotního stavu obyvatelstva a jeho vyhodnocování s následnou tvorbou opatření k posilování zdraví (Drnková, 2019).

* 1. **Vývoj hygienické péče**

Hygienická péče je charakterizována jako soubor určitých činností, které udržují tělo v čistotě a zabraňují tak vzniku a šíření infekčních onemocnění, udržují člověka v psychické pohodě a zajišťují příjemné prostředí. Pokud se na hygienickou péči zaměříme v užším slova smyslu tak jde zejména o osobní očistu. Péči o čistotu ovlivňuje několik faktorů, zejména pak fyziologicko – biologické, psychicko – duchovní a sociálně – kulturní. V první skupině faktorů jde zejména o věk, pohlaví a tělesné funkce. U psychicko – duchovních faktorů mluvíme o emocionálním ladění a sebekoncepci. Etnografické vlivy, civilizace, hygienické návyky a výchova pak charakterizují faktory sociálně – kulturní (Pražský, 2013 ).

V ošetřovatelské praxi má hygienická péče zásadní zdravotní význam jelikož její dodržování působí preventivně proti vzniku nozokomiálních nákaz a komplikací. Hygiena je nepochybně spjata s infekcemi a jejich šířením už od dob před naším letopočtem. První infekce datujeme od vzniku zemědělství, kdy se zvyšovala zalidněnost, vznikala obydlí s nízkým hygienickým standardem a zdomácňoval se chov divokých zvířat.

Všechny tyto faktory vedly ke vzniku nových infekcí, které pravidelně postihovaly lidstvo a jejich četnost se zvyšovala.

Zmínky o zvýšené potřebě hygieny a špatných hygienických podmínkách jsou i z dob válečných tažení. V literatuře je zmiňován fakt, že na komplikace spojené s infekcemi umíralo více vojáků než na válečná zranění. Právě tíha válek a společenská situace vedla koncem 19. století k rozvoji medicíny, organizované léčebné péče a k uvědomění si významu hygieny pro zdraví. Za osobnosti, které se zasloužily o rozvoj hygienických opatření v těchto těžkých dobách lze považovat sestru Florence Nightingelovou a lékaře Nikolaje Ivanoviče Pirogova.

Pirogov se zasadil o vzdělávání dobrovolných ošetřovatelek na ruské frontě a kladl důraz zejména na dodržování hygienických zásad ve snaze předcházet epidemiím infekčních chorob. Nightingelová se společně se svými ošetřovatelkami z počátku nesetkala s uznáním lékařů, ale i přesto dokázala zlepšit hygienické podmínky vojenské nemocnice natolik, že došlo ke snížení úmrtnosti raněných. Jedno z významných a zrealizovaných opatření bylo spojeno s udržováním čistoty a úklidu, vybudováním toalety a zřízením prádelny. O záslužnou činnost se zasadila i mimo krymskou válku a to zejména v Indii kde řešila hygienické problémy. Její postřehy týkající se hygienických podmínek byly vydány knižně a staly se teoretickým rámcem pro organizační změny nemocnic v oblasti prevence (Plevová, 2018).

Vývoj vztahu lidstva k očistě je plný objevů, které přepsaly historii lidstva. Jde od olovem potažené vodovodní potrubí starověkých Římanů, přes rané náznaky mýdla, vznik prvních žump, přísné zásady mytí rukou až po vznik hygienických technologií.

Tělesná hygiena v současné společnosti je rituálem, určujícím faktorem zdraví a hodnotou dané společnosti. Doporučováno je každodenní provádění i přesto, že se v roce 1989 objevila Strachanova hypotéza, která přehnanou hygienu považovala za škodlivou. Dle tohoto vědce způsobuje přehnaná hygiena vyšší výskyt autoimunitních poruch, alergických a zánětlivých onemocnění nebo Alzheimerovu choroby.