

**Regulamin korzystania
Z LAMPY DO FOTOTERAPII FOTOVITA FV 10L
w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej nr 19**

I. Przeznaczenie lampy Fotovita FV 10L

Lampa Fotovita FV 10L jest urządzeniem terapeutycznym. Jej działanie opiera się na stymulacji światłem, co może:

- łagodzić stany lękowe i poprawiać nastrój,
- wspierać koncentrację oraz wyciszenie emocji,
- redukować stres i wspomagać relaksację.

Urządzenie jest dostępne dla dzieci objętych terapią oraz dla rodziców, którzy chcą skorzystać z niego podczas pobytu w poradni.

II. Zasady korzystania z fototerapii

- lampa jest dostępna do użytku przez dzieci wyłącznie pod kontrolą terapeuty,
- korzystanie z lampy przez dziecko wymaga pisemnej zgody rodziców lub opiekunów prawnych dziecka,
- rodzice mogą korzystać z naświetlań na własną odpowiedzialność, po uprzednim zapoznaniu się z regulaminem,
- sesje z użyciem lampy odbywają się w wyznaczonych godzinach pracy poradni, zgodnie z harmonogramem dostępnym w rejestracji poradni.

III. Przeciwwskazania do używania lampy FOTOVITA 10L

- **nadwrażliwość na światło (fotofobia),**
- **zaburzenia wzroku, które mogą ulec pogorszeniu wskutek ekspozycji na światło,**
- **epilepsja lub inne schorzenia neurologiczne mogące wywoływać nadwrażliwość na światło pulsujące,**
- **choroby skóry, które mogą być zaostrzone przez działanie światła,**

Użycie lampy jest niewskazane dla osób, które przyjmują leki mogące wywołać nadwrażliwość na światło.

Do takich leków należą:

- niektóre leki przeciwhistaminowe,
- antybiotyki (zwłaszcza tetracykliny i fluorochinolony),
- leki przeciwdepresyjne, np. niektóre inhibitory wychwytu zwrotnego serotoniny (SSRI),
- leki przeciwgrzybicze i retinoidy.

- konkretne leki: metotreksat, chlorochinina, chloropromazyna, barbiturany, preparaty litu, fuoksetyna, imipramina, amiodaron, thiorydazyna, hydrochlorotiazyd, pranoprofonol

Rodzice są zobowiązani do poinformowania o wszelkich przeciwwskazaniach, w tym przyjmowanych przez dziecko lub przez nich samych lekach, które mogą wpływać na bezpieczeństwo stosowania lampy.

IV. Sposób używania lampy

1. Zalecane dawkowanie i zastosowanie terapeutyczne:

- **Depresja zimowa:** Jedna sesja codziennie rano, w godzinach 6:00–9:00.
- **Opóźniona faza zasypiania:** Jedna sesja zaraz po obudzeniu, codziennie przez 2 tygodnie.
- **Przyspieszona faza zasypiania:** Jedna sesja wieczorem, codziennie przez 2 tygodnie.
- **Zaburzenia snu z powodu pracy zmianowej:** Jedna sesja wieczorem przed rozpoczęciem pracy w nocy lub podczas pracy w nocy, jeśli występują objawy obniżonej koncentracji lub senności.
- **Syndrom jet lag:** Jedna sesja dziennie przez 1–4 dni.

2. Naświetlanie oczu powinno odbywać się w odległości:

- **50 cm od ekranu lampy** przez maksymalnie 30 minut,
- **75 cm od ekranu lampy** przez maksymalnie 60 minut.

UWAGA

Nie należy przekraczać zaleconego czasu naświetlenia

3. Lampa uruchamiana jest i wyłączana przez upoważnionego pracownika poradni.
4. W czasie sesji należy zachować ustaloną pozycję i unikać przemieszczania się. Nie wolno dotykać urządzenia, gdy jest włączone.
5. W przypadku wystąpienia wszelkich niepokojących objawów np. ból głowy, zmęczenie oczu lub jakiegokolwiek dyskomfort należy przerwać naświetlanie.

V. Postanowienia końcowe

1. Użytkownicy lampy ponoszą pełną odpowiedzialność za przestrzeganie regulaminu oraz za bezpieczeństwo związane z użyciem lampy.
2. Personel poradni jest odpowiedzialny za nadzór nad korzystaniem z lampy, ale nie ponosi odpowiedzialności za skutki uboczne wynikające z niestosowania się do zasad regulaminu.
3. Rodzice oraz opiekunowie dzieci korzystających z fototerapii zobowiązani są do informowania o wszelkich zmianach w stanie zdrowia lub przyjmowanych lekach, które mogą wpływać na bezpieczeństwo korzystania z urządzenia.
4. Wszystkie pytania oraz wątpliwości dotyczące stosowania lampy należy zgłaszać do pracownika poradni.

Podpisanie regulaminu oznacza akceptację jego warunków oraz zobowiązanie do przestrzegania zasad dotyczących korzystania z lampy Fotovita FV 10L.