Meno, priezvisko, dátum narodenia, bydlisko:

V zmysle zákona č. 448/2008 Z. z. v znení neskorších predpisov príloha č. 3

**POSÚDENIE ODKÁZANOSTI FYZICKEJ OSOBY NA POMOC INEJ FYZICKEJ**

**OSOBY** **PRI JEDNOTLIVÝCH ČINNOSTIACH**

(Označené krížikom)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Jednotlivé činnosti | Potrebuje  pomoc inej FO | Je schopná vykonať samostatne | Poznámka |
| **Stravovanie a pitný režim** | | | |
| Úkony stravovania | | | |
| umiestnenie jedla na tanier, |  |  |  |
| naliatie tekutiny do pohára, šálky a schopnosť ich prenesenia, |  |  |
| bezpečné prenesenie jedla a tekutín z jedného miesta na druhé, |  |  |
| úprava jedla a tekutín pred konzumáciou (napríklad odstránenie a otváranie obalu, ošúpanie ovocia a zeleniny, otvorenie fľaše), |  |  |
| rozdelenie (nakrájanie) potravy na menšie kúsky, |  |  |
| prenesenie jedla a nápoja k ústam, |  |  |
| konzumácia jedla a nápojov obvyklým spôsobom, |  |  |
| rozpoznanie teploty jedla a nápojov, |  |  |
| zistenie obsahu obalu s potravinami a nápojmi, |  |  |
| zistenie záručnej doby z obalov potravín a nápojov, |  |  |
| dávkovanie a užívanie enzýmov na trávenie podľa  množstva a zloženia prijímanej potravy, |  |  |
| dodržiavanie pitného režimu. |  |  |
| **Vyprázdňovanie močového mechúra** | | | |
| Úkony vyprázdňovania močového mechúra | | | |
| presun na toaletu a z toalety, |  |  |  |
| permanentná kontrola a pomoc pri vyprázdňovaní močového mechúra, |  |  |
| manipulácia s odevom pred a po vyprázdnení a zabránenie jeho znečisteniu, |  |  |
| zaujatie vhodnej polohy pri vyprázdňovaní močového mechúra (pri použití WC alebo podložnej misy, respektíve močovej fľaše), |  |  |
| účelná očista po vyprázdnení močového mechúra. |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | (Označené krížikom) | |  |
| Jednotlivé činnosti | Potrebuje  pomoc inej FO | Je schopná vykonať  samostatne | Poznámka |
| **Vyprázdňovanie hrubého čreva**  Úkony vyprázdňovania hrubého čreva | | | |
| presun na toaletu a z toalety, |  |  |  |
| permanentná kontrola a pomoc vrátane masáže pri vyprázdňovaní hrubého čreva, |  |  |  |
| manipulácia s odevom pred a po vyprázdnení a zabránenie jeho znečisteniu, |  |  |  |
| zaujatie vhodnej polohy pri vyprázdňovaní hrubého čreva (pri použití WC alebo podložnej misy), |  |  |  |
| účelná očista po vyprázdnení hrubého čreva. |  |  |  |
| **Osobná hygiena**  Úkony osobnej hygieny | | | |
| umytie rúk, nôh, tváre, podpazušia, vonkajších pohlavných orgánov, |  |  |  |
| výmena hygienických vložiek a plienok, |  |  |  |
| vyčistenie zubov alebo zubnej protézy, |  |  |  |
| príprava pomôcok na holenie a oholenie sa, |  |  |  |
| česanie vlasov, umývanie a úprava vlasov, |  |  |  |
| čistenie uší, nosa a prínosných dutín (napríklad odsávanie sekrétov horných ciest dýchacích), |  |  |  |
| čistenie dolných ciest dýchacích (napríklad zriedenie a vykašlanie hlienov), |  |  |  |
| čistenie, strihanie alebo opilovanie nechtov na rukách, |  |  |  |
| čistenie, strihanie alebo opilovanie nechtov na nohách, |  |  |  |
| make-up. |  |  |  |
| **Celkový kúpeľ**  Úkony celkového kúpeľa | | | |
| vykonanie celkového kúpeľa vrátane umytia vlasov, |  |  |  |
| rozpoznanie teploty vody, |  |  |  |
| použitie pomôcok na vykonanie celkového kúpeľa (špongia, šampón, sprchový gél, pemza a pod.), |  |  |  |
| utieranie sa a krémovanie. |  |  |  |
| **Obliekanie, vyzliekanie**  Úkony obliekania a vyzliekania | | | |
| výber oblečenia zodpovedajúceho situácii, prostrediu a klimatickým podmienkam, |  |  |  |
| rozpoznanie jednotlivých častí oblečenia a ich správne vrstvenie, |  |  |  |
| samostatné obliekanie a vyzliekanie odevu, |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| obutie a vyzutie obuvi (vrátane zaviazania a rozviazania šnúrok na obuvi), |  |  |  |
| nasadenie a zloženie spevňovacích pomôcok, |  |  |  |
| farebné zladenie oblečenia, |  |  |  |
| rozpoznanie čistoty odevov a obuvi. |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | (Označené krížikom) | |  |
| Jednotlivé činnosti | Potrebuje  pomoc inej FO | Je schopná vykonať samostatne | Poznámka |
| **Zmena polohy, sedenie a státie**  Úkony zmeny polohy, sedenia a státia | | | |
| zmena polohy tela z polohy v ľahu do polohy v sede alebo do polohy v stoji a opačne, prípadne s použitím pomôcky, |  |  |  |
| zmena polohy zo sedu a do sedu (napríklad z vozíka do auta, z vozíka na posteľ, z vozíka na toaletu), |  |  |
| zmena polohy z boku na bok, na chrbát a na brucho, |  |  |
| udržanie polohy v sede aspoň 30 minút, |  |  |
| státie a vydržanie v stoji aspoň 10 minút, prípadne s přidržováním alebo s pomôckou. |  |  |
| **Pohyb po schodoch**  Úkony pohybu po schodoch | | | |
| výstup a zostup zo schodov samostatne, s použitím pomôcok alebo s pomocou inej fyzickej osoby. |  |  |  |
| **Pohyb po rovine** | | | |
| Úkony pohybu po rovine | | | |
| chôdza aspoň 50 krokov bez pomoci s možnosťou použitia pomôcok - barla, palica, chodítko, G-aparát, alebo pohyb s vozíkom minimálne 50 metrov bez pomoci, |  |  |  |
| udržanie požadovaného smeru chôdze alebo pohybu s vozíkom, |  |  |
| chôdza alebo pohyb s vozíkom okolo prekážok alebo cez prekážky. |  |  |
| **Orientácia v prostredí**  Úkony orientácie v prostredí | | | |
| orientovanie sa v priestore bytu alebo domu, |  |  |  |
| orientovanie sa v blízkom okolí bytu, domu, školy, miesta výkonu zamestnania, |  |  |
| orientovanie sa v neznámom prostredí, |  |  |
| orientovanie sa v cestnej premávke, |  |  |
| poznávanie blízkych osôb, |  |  |
| opustenie bytu, domu alebo zariadenia, v ktorom je fyzická osoba ubytovaná, |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| návrat do bytu, domu alebo zariadenia, v ktorom je fyzická osoba ubytovaná, |  |  |  |
| rozlišovanie zvukov a ich smeru, |  |  |  |
| rozpoznávanie času, orientovanie sa v čase, |  |  |  |
| rozlišovanie jednotlivých priestorov bytu alebo domu alebo zariadenia, v ktorom je fyzická osoba ubytovaná. |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | (Označené krížikom) | | |  |
| Jednotlivé činnosti | Potrebuje  pomoc inej FO | | Je schopná vykonať  samostatne | Poznámka |
| **Dodržiavanie liečebného režimu** | | | | |
| Úkony dodržiavania liečebného režimu | | | | |
| dodržiavanie pokynov ošetrujúceho lekára, |  | |  |  |
| rozpoznanie správneho lieku, správnej dávky a príprava lieku, |  | |  |
| pravidelné užívanie liekov a aplikácia mastí, |  |  |  |
| aplikácia podkožných injekcií (napríklad inzulínu), |  |  |  |
| dodržiavanie diéty. |  |  |  |
| **Potreba dohľadu** | | | | |
| 1. Stravovanie a pitný režim |  | |  |  |
| 2. Vyprázdňovanie močového mechúra |  | |  |
| 3. Vyprázdňovanie hrubého čreva |  | |  |
| 4. Osobná hygiena |  | |  |
| 5. Celkový kúpeľ |  |  |  |
| 6. Obliekanie, vyzliekanie |  |  |  |
| 7. Zmena polohy, sedenie a státie |  |  |  |
| 8. Pohyb po schodoch |  | |  |
| 9. Pohyb po rovine |  | |  |
| 10. Orientácia v prostredí |  | |  |
| 11. Dodržiavanie liečebného režimu |  | |  |

|  |  |
| --- | --- |
|  | podpis  Podp |

Záznam vykonal:

V , dňa

Meno, priezvisko, dátum narodenia, bydlisko:

V zmysle zákona č. 448/2008 Z. z. v znení neskorších predpisov príloha č. 4

**ÚKONY SEBAOBSLUHY, ÚKONY STAROSTLIVOSTI  
O DOMÁCNOSŤ A ZÁKLADNÉ SOCIÁLNE AKTIVITY**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | (Označené krížikom) | |  |
| Jednotlivé činnosti | Potrebuje  pomoc inej FO | Je schopná vykonať  samostatne | Poznámka |
| **Časť I Sebaobslužné úkony** | | | |
| a) Hygiena | | | |
| Osobná hygiena - hygienická starostlivosť o jednotlivé časti tela: ruky, tvár, zuby, nechty (holenie, česanie, umývanie, make-up, odličovanie, strihanie nechtov na rukách a na nohách, aplikácia krémov, masti, prípadne medikamentov), |  |  |  |
| Celkový kúpeľ - hygienická starostlivosť o celé telo vo vani, prípadne v sprche s umytím vlasov (celkový kúpeľ sa vykonáva vždy vo vani alebo v sprchovacom kúte), |  |  |  |
| b) Stravovanie a dodržiavanie pitného režimu | | | |
| porciovanie stravy, |  |  |  |
| obsluha (prinesenie stravy a nápoja na dosah klienta), |  |  |  |
| kŕmenie a pomoc pri pití, |  |  |  |
| c) Vyprázdňovanie močového mechúra a hrubého čreva | | | |
| účelná očista po toalete, |  |  |  |
| sprievod z toalety, |  |  |  |
| podanie podložnej misy, močovej fľaše s následným očistením podložnej misy (fľaše), |  |  |  |
| ochrana osobnej a posteľnej bielizne pred znečistením (nasadenie a výmena plienky), |  |  |  |
| d) Obliekanie, vyzliekanie | | | |
| výber oblečenia (rozpoznanie jeho správneho vrstvenia a farieb), |  |  |  |
| obliekanie, obúvanie, |  |  |  |
| vyzliekanie, vyzúvanie, |  |  |  |
| e) Mobilita, motorika | | | |
| sprievod pri chôdzi (chôdza po rovine, po schodoch), |  |  |  |
| pomoc pri vstávaní z lôžka, pomoc pri líhaní na lôžko, |  |  |  |
| polohovanie, |  |  |  |
| pomoc pri manipulácii s predmetmi (napríklad pri uchopení lyžičky, zapínaní gombíkov), |  |  |  |
| obsluha a premiestňovanie predmetov dennej potreby. |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | (Označené krížikom) | |  |
| Jednotlivé činnosti | Potrebuje  pomoc inej  FO | Je schopná vykonať  samostatne | Poznámka |
| f) dodržiavanie liečebného režimu | | | |
| **1. v domácom prostredí** | | | |
| nákup liekov, podávanie liekov a aplikácia mastí, |  |  |  |
| kontrola glykémie glukomerom, |  |  |  |
| odmeranie krvého tlaku, pulzu a telesnej teploty, |  |  |  |
| aplikácia liečiva subkutánne (napríklad inzulínu), |  |  |  |
| polohovanie, |  |  |  |
| **2. v zariadení** | | | |
| nákup liekov, |  |  |  |
| polohovanie. |  |  |  |
| **Časť II Úkony starostlivos** | **ti o svoju domácnosť** | | |
| nákup potravín a iného drobného spotrebného tovaru, |  |  |  |
| príprava jedla, varenie, zohrievanie jedla, | - |  |  |
| donáška jedla do domu, |  |  |  |
| umytie riadu, |  |  |  |
| bežné upratovanie v domácnosti, |  |  |  |
| obsluha bežných domácich spotrebičov, |  |  |  |
| starostlivosť o bielizeň (pranie, žehlenie), |  |  |  |
| starostlivosť o lôžko, |  |  |  |
| vynášanie drobného odpadu do zbernej smetnej nádoby, |  |  |  |
| donáška uhlia, donáška dreva, vynesenie popola, donáška  vody, kúrenie vo vykurovacích telesách a ich čistenie, |  |  |  |
| ďalšie jednoduché úkony spojené s prevádzkou a udržiavaním domácnosti (administratívne úkony spojené s vedením domácnosti, napríklad zabezpečenie úhrady platieb). |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | (Označené krížikom) | | |  |
| Jednotlivé činnosti | Potrebuje  pomoc inej  FO | | Je schopná  vykonať  samostatne | Poznámka |
| **Časť III Základné sociálne aktivity** | | | | |
| **1. sprievod** | | | | |
| na lekárske vyšetrenie, |  | |  |  |
| na vybavenie úradných záležitostí, |  | |  |  |
| do školy, zo školy, do zamestnania a zo zamestnania, |  | |  |  |
| pri záujmových činnostiach, |  | |  |  |
| **2. predčítanie pre fyzickú osobu, ktorá je nevidiaca alebo prakticky nevidiaca najmä pri vybavovaní úradných záležitostí, pri vybavovaní úradnej a osobnej korešpondencie a pri nakupovaní,** |  | |  |  |
| **3. tlmočenie** |  | |  |  |
| pre fyzickú osobu, ktorá je nepočujúca alebo fyzickú osobu, ktorá má ťažkú obojstrannú nedoslýchavost’, najmä pri vybavovaní úradných záležitostí, pri návšteve lekára, pri záujmových činnostiach, |  | |  |  |
| pre fyzickú osobu, ktorá je hluchoslepá, najmä pri vybavovaní úradných záležitostí, pri vybavovaní úradnej a osobnej korešpondencie a pri nakupovaní, pri návšteve lekára, pri záujmových činnostiach. |  | |  |  |
|  |  | |  |  |
| **Časť IV**  **Dohľad pri úkonoch sebaobsluhy, úkonoch starostlivosti o svoju domácnosť a pri vykonávaní základných sociálnych aktivít (ďalej len "dohľad")** | | | | |
|  |  | | |  |
| a) potreba dohľadu v určenom čase, |  | |  |  |
| b) potreba nepretržitého dohľadu. |  | |  |  |
| Záznam vykonal  V , dňa podpis | |  |  |  |