

Príloha č. 4 – Úkony a dohľad v rámci pomoci pri odkázanosti fyzickej

Úkony a dohľad v rámci pomoci pri odkázanosti fyzickej osoby na pomoc inej fyzickej osoby

Časť I

Sebaobslužné úkony

- a) Hygiena
 - 1. 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),
 - 2. 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
 - 1. porciovanie stravy,
 - 2. obsluha (prinesenie stravy a nápoja na dosah klienta),
 - 3. kŕmenie a pomoc pri pití,
- c) Vyprázdňovanie močového mechúra a hrubého čreva
 - 1. sprievod na toaletu,
 - 2. pomoc pri vyzliekaní, obliekaní,
 - 3. účelná očista po toalete,
 - 4. sprievod z toalety,
 - 5. podanie podložnej misy, močovej fľaše s následným očistením podložnej misy (fľaše),
 - 6. ochrana osobnej a posteľnej bielizne pred znečistením (nasadenie a výmena plienky),
- d) Obliekanie, vyzliekanie
 - 1. výber oblečenia (rozpoznanie jeho správneho vrstvenia a farieb),
 - 2. obliekanie, obúvanie,
 - 3. vyzliekanie, vyzúvanie,
- e) Mobilita, motorika
 - 1. sprievod pri chôdzi (chôdza po rovine, po schodoch),
 - 2. pomoc pri vstávaní z lôžka, pomoc pri líhaní na lôžko,
 - 3. polohovanie,
 - 4. pomoc pri manipulácii s predmetmi (napríklad pri uchopení lyžičky, zapínaní gombíkov),
 - 5. obsluha a premiestňovanie predmetov dennej potreby.
- f) dodržiavanie liečebného režimu
 - 1. nákup liekov
 - 2. podávanie liekov a aplikácia mastí,

3. kontrola glykémie glukomerom,
4. odmeranie krvného tlaku, pulzu a telesnej teploty,
5. aplikácia liečiva subkutánne (napríklad inzulínu),
6. polohovanie.

Časť II

Úkony starostlivosti o svoju domácnosť

- a) nákup potravín a iného drobného spotrebného tovaru,
- b) príprava jedla, varenie, zohrievanie jedla,
- c) donáška jedla do domu,
- d) umytie riadu,
- e) bežné upratovanie v domácnosti,
- f) obsluha bežných domácich spotrebičov,
- g) starostlivosť o bielizeň (pranie, žehlenie),
- h) starostlivosť o lôžko,
- i) vynášanie drobného odpadu do zbernej smetnej nádoby,
- j) donáška uhlia, donáška dreva, vynesenie popola, donáška vody, kúrenie vo vykurovacích telesách a ich čistenie,
- k) ďalšie jednoduché úkony spojené s prevádzkou a udržiavaním domácnosti (administratívne úkony spojené s vedením domácnosti, napríklad zabezpečenie úhrady platieb).

Časť III

Základné sociálne aktivity

- a) sprievod
 1. na lekárske vyšetrenie,
 2. na vybavenie úradných záležitostí,
 3. do školy a školského zariadenia, zo školy a školského zariadenia, do zamestnania a zo zamestnania,
 4. pri záujmových činnostiach,
- b) predčítanie pre fyzickú osobu, ktorá je nevidiaca alebo prakticky nevidiaca najmä pri vybavovaní úradných záležitostí, pri vybavovaní úradnej a osobnej korešpondencie a pri nakupovaní,
- c) sprostredkovanie komunikácie pre fyzickú osobu, ktorá je nepočujúca, má ťažkú obojstrannú nedoslýchavosť alebo je hluchoslepá najmä pri nakupovaní a pri záujmových činnostiach.

Časť IV

Dohľad

Inštruovanie, usmerňovanie, monitorovanie a kontrola fyzickej osoby pri plánovaní, príprave a vykonávaní sebaobslužných úkonov, úkonov starostlivosti o domácnosť a základných sociálnych aktivít.