



# Centrum služeb pro zdravotně postižené Žatec z.s.

## Standardizované postupy

Pracovníci se řídí při poskytování služby těmito obecně platnými postupy. Tyto postupy pak upravují na základě individuálních potřeb a přání uživatelů.

### a) Pomoc při zvládnání běžných úkonů péče o vlastní osobu:

#### **Pomoc a podpora při podávání jídla a pití pokud to klient nezvládne sám**

Pomůcky:

- ochranný ubrousek pod bradu
- ubrousky na utírání a žínka
- příbor, talíř, sklenice na pití, slámka, stříkačka, speciálně upravená láhev
- jídlo a nápoj

Postup:

- připravíme klienta na to, že mu budeme podávat jídlo, zeptáme se ho, co si přeje sníst
- umyjeme si důkladně ruce
- upravíme prostředí, pomůžeme posadit se u stolu
- nachystáme si všechny pomůcky, jídlo a pití
- ohřejeme jídlo a upravíme ho pokud možno tak, aby vypadalo lákavě a zároveň ho klient mohl bez problému sníst (vhodná velikost soust, mixovaná strava), vše probereme předem s uživatelem, popřípadě s příbuznými
- posadíme se vedle klienta, dáme mu pod bradu ubrousek a podáváme mu jednotlivá sousta jídla tak, abychom respektovali jeho tempo, pokud je klient schopen aspoň lehce udržet lžici nebo sklenici, podporujeme ho v této samostatnosti
- pokud si to uživatel přeje, dáváme mu průběžně napít
- dojde-li k potřísnění obličeje jídlem či pitím, ihned uživatele utřeme
- uživatele se během jídla na nic neptáme, pokud však potřebujeme něco důležitého zjistit, počkáme, až klient polkne sousto
- dojí-li klient nachystané jídlo, zeptáme se ho, zda by chtěl ještě něco sníst či vypít a vyhovíme jeho přání
- navlhčenou žínkou utřeme ústa, odklidíme jídlo a pomůcky, umyjeme nádobí a sklídíme ho
- uvedeme klienta do pohodlné polohy a necháme ho v klidu
- umyjeme si ruce



## **Centrum služeb pro zdravotně postižené Žatec z.s.**

### **Pomoc při oblékání a svlékání včetně speciálních pomůcek**

Pomůcky:

- vhodné oblečení dle příležitosti a volby klienta

Postup:

- připravíme klienta na to, že mu pomůžeme s oblékáním a celou dobu ho povzbuzujeme k co největší samostatnosti při realizaci tohoto úkonu
- chráníme soukromí a stud klienta (zavřeme okna a dveře)
- zajistíme stabilitu poskytnutím židle, madla, necháme je opřít se o nás či o stěnu
- nejdříve pomáhá svrchní oděv, u inkontinentních uživatelů zkontrolujeme stav pleny a dle potřeby uživatele je vyměníme.
- boty obouváme v sedě
- vždy začínáme oblékat nejdříve postiženou ruku či nohu uživatele a jako první svlékáme zdravou ruku či nohu uživatele
- nakonec svlečené prádlo uklidíme na místo
- 

### **Pomoc při prostorové orientaci, samostatném pohybu ve vnitřním i vnějším prostoru**

Pomůcky:

- berle
- chodítka
- hůl
- vozík

Postup:

- domluvíme se s klientem na tom, jakým způsobem bude chtít při pohybu pomoci, jaké pomůcky k tomu potřebuje a kam bude chtít doprovodit
- nachystáme klientovi kompenzační pomůcky
- pomůžeme mu vstát či přesunout se na vozík
- nabídneme uživateli vlastní rámě nebo mu podáme pomůcku a pomůžeme mu, aby se do ní dobře zafixoval a mohl ji bezpečně použít
- celou dobu chůze poskytujeme klientovi nutnou oporu, ptáme se ho, zda se mu jde dobře, chodíme vedle klienta a jistíme ho rukou ze předu, aby nespadl
- při lehké nestabilitě klientovi se s ním držíme raději u stěny, aby se o ni mohl eventuálně opřít



## **Centrum služeb pro zdravotně postižené Žatec z.s.**

- upozorňujeme klienta na překážky v cestě a pomáháme je bezpečně překonat
- při špatné prostorové orientaci navádíme klienta svým hlasem nebo ho směřujeme svým tělem
- nakonec pomůžeme klientovi s posazením a odložením pomůcek

### **Pomoc při přesunu**

-pomocné osoby

Postup:

- domluvíme se s klientem, jakým způsobem bude přesun probíhat
- při úkonu dbáme na naši i uživatelovu bezpečnost, s uživatelem zacházíme opatrně a povzbuzujeme ho k co největší spolupráci
- dle pohyblivosti a hmotnosti uživatele zvážíme své síly a popřípadě si pozveme na pomoc další 1 až 2 osoby.
- pokud se uživatel dokáže dostatečně opřít o nohy a přidršet se nás za ramena nebo kolem pasu, dáme si jeho nohy mezi svoje, přidržíme je koleny, obejmeme klienta kolem trupu pod jeho pažemi, otočíme se s ním kolem své osy a přesuneme ho opatrně na vozík – židli, postel.

### **b) Pomoc při osobní hygieně:**

#### **Pomoc při úkonech osobní hygieny:**

Pomůcky:

- žínky
- inkontinenční pomůcky
- klientovi hygienické potřeby (mýdlo, deodorant, pudr, krém)

Postupy:

- připravíme klienta na to, že ho budeme umývat a vysvětlíme mu, jak to budeme dělat
- zajistíme soukromí klienta, zavřeme okna a dveře, zástěnu.
- zajistíme optimální teplotu v pokoji, dáme pozor na to, aby nebyl průvan, uživatele zbytečně dlouho nenecháváme odkrytého, odhalujeme jen tu část těla, kterou zrovna umýváme a umytou část co nejdříve zakrýváme (oblečením nebo přikrývkou)
- na příslušný odkládací stoleček postavíme umyvadlo s vodou a všechny další pomůcky, necháme posoudit teplotu vody klienta.
- z lůžka dle možností odstraníme vše krom prostěradla, polohu zajistíme pomocí polštářů
- nejdříve omyjeme lehce vyždímanou žínkou obličej (zjistíme předem, jestli klient dobře snáší mýdlo, vodu či čistící pleťovou vodu), oči myjeme rohy žínky od vnitřních koutků k vnějším
- dále pokračujeme na krk, hrudník, podpaží a paže, genitál (u inkontinentních uživatelů vyměníme vložku nebo plenu), záda, dolní končetiny, chodidla



## Centrum služeb pro zdravotně postižené Žatec z.s.

- tělo myjeme systematicky, nejdřív použijeme mýdlo, pak namydlenou část opláchneme a nakonec osušíme, postupujeme od krku k nohám, vždy se omyje jedna část a teprve pak se přistupuje k další části tak, aby nedošlo k prochladnutí
- vodu měníme dle potřeby, ale vždy po umytí genitálu a vždy před přechodem na dolní polovinu těla (na genitál používáme nejlépe zvláštní žínku)
- toaletní potřeby jako pudr, krém atd. používáme podle přání klienta
- nakonec vše odklidíme a uvedeme uživatele do příjemné polohy

### Sprchování

Pomůcky:

- mýdlo
- houba nebo žínka
- šampón, hřeben, kartáč
- malý a velký ručník
- čisté vhodné oblečení
- kompenzační pomůcky (protiskluzová podložka)

Postup:

- připravíme klienta na koupání, domluvíme se s ním, jak budeme úkon provádět
- připravíme koupelnu tak, aby tam bylo teplo, čistá sprcha a zajistíme dle možnosti všechny kompenzační pomůcky
- připravíme si po ruce všechny pomůcky pro hygienickou péči
- pomůžeme klientovi na WC
- doprovodíme klienta do koupelny, zajistíme jeho soukromí zavřením dveří, zatáhnutím závěsu sprchy
- pomůžeme klientovi se svlečením oděvu
- necháme zkontrolovat teplotu vody uživatelem
- pomůžeme klientovi do sprchy, použijeme při tom vhodné kompenzační pomůcky
- pomůžeme klientovi s mytím, povzbuzujeme ho, aby se myl podle možností co nejvíce sám
- pomůžeme klientovi s mytím vlasů, nabídneme žínku k ochraně očí
- malý ručník použijeme k otření obličeje a vysušení vlasů, pomůžeme klientovi vystoupit z vany nebo ze sprchy
- zakryjeme klienta velkou osuškou, abychom zabránili prochladnutí a chránili jeho stud
- pomůžeme klientovi s utřením, použitím jeho oblíbených toaletních potřeb a oblečením
- pomůžeme klientovi s vyčištěním zubů a úpravou vlasů
- doprovodíme klienta zpět na lůžko nebo křeslo a pomůžeme mu zaujmout pohodlnou polohu
- uklidíme hygienické pomůcky, umyjeme sprchu



## **Česání**

Pomůcky:

- hřeben
- ručník
- vlasová kosmetika
- ozdoby do vlasů

Postup:

- připravíme klienta na česání, zeptáme se ho, jak je zvyklý se česat
- dáme si k ruce všechny pomůcky
- přes ramena položíme ručník
- dlouhé vlasy nejprve šetrně rozčešeme řidším hřebenem od konečků a potom je učešeme hustším hřebenem
- vytvoříme klientovi účes dle jeho přání (spleteme cop)
- ručník s vyčesanými vlasy vytřepáme do koše na odpadky
- odklidíme pomůcky
- umyjeme si ruce

## **Pomoc při použití WC**

Pomůcky:

- toaletní papír
- toaletní utěrky nebo mýdlo, voda a ručník
- rukavice

Postup:

- vysvětlíme klientovi, co budeme dělat
- zajistíme soukromí klienta, zavřeme dveře
- doprovodíme uživatele na záchod
- pomůžeme klientovi s přesunem
- pomůžeme klientovi sundat prádlo a posadit se
- domluvíme se s klientem, za jak dlouho máme přijít nebo si smluvíme signál
- oblečeme si rukavice a pomůžeme klientovi s utřením
- pomůžeme s oblečením a přesunem na vozík či postavením
- pomůžeme klientovi si umýt si ruce a doprovodíme ho zpět.



## **Pomoc s použitím močové lahve**

Pomůcky:

- močová láhev

Postup:

- připravíme klienta na úkon
- zajistíme soukromí klienta, zavřeme dveře
- připravíme močovou láhev
- jestliže klient potřebuje pomoc s použitím močové lahve, nasadíme si rukavice, rozepneme kalhoty, odhalíme penis, požádáme uživatele, aby uložil penis do močové lahve, umístíme močovou láhev spodní částí dolů, aby moč nevytékala
- po vymočení vyjmeme penis, mírně jím zatřese, aby odkapaly všechny kapky moči a uzavřeme močovou láhev
- zapneme kalhoty a upravíme oblečení, popřípadě vyměníme ink. pomůcku.
- doprovodíme klienta k umyvadlu, aby si mohl provést umytí rukou pak ho doprovodíme zpět do společenské místnosti.
- Následně močovou láhev vyprázdníme a vymyjeme
- Odložíme rukavice a umyjeme si důkladně ruce

## **Pomoc při obnovení nebo upevnění kontaktu s rodinou a pomoc a podpora při dalších aktivitách podporující sociální začlenění osob**

Postup:

- aktivně se zajímáme o potřebu kontaktu klienta s rodinou či jeho sociálním prostředím
- hledáme s klientem cesty k obnovení či upevnění kontaktu s rodinou či jeho přáteli
- radíme se s klientem o systému péče o něho a v případě potřeby nabídneme klientovi rozšíření služby tak, aby si pečující rodina více odpočala od náročné péče a mohla se tak více věnovat sobě navzájem



## **Centrum služeb pro zdravotně postižené Žatec z.s.**

### **Pomoc s nácvikem a upevňováním motorických, psychických a sociálních schopností a dovedností**

Nácvik a upevňování motorických dovedností - při nácviku hrubé motoriky procvičujeme např. péči o vlastní osobu, sed, stoj, chůzi, jízdu na vozíku atd., při nácviku jemné motoriky procvičujeme např. psaní, kreslení, psaní na klávesnici, podpis, odemykání, zamykání, mimické svaly, jazyk – řeč atd.

Pomůcky:

- chodítko, berle, vozík
- rehabilitační míče a míčky různých velikostí
- další rehabilitační pomůcky

Postup:

- zjistíme, jaké cvičení uživatel požaduje, snažíme se mu v tomto dle pokynů klient pomoci
- pokud klient není schopen cvičení popsat, zkusíme se přes uživatele kontaktovat na jeho fyzioterapeuta či lékaře a ve cvičení postupovat dle jejich pokynů
- při cvičení vedeme klienta k co největší samostatnosti, tj. pomáháme mu jen v tom, co sám nezvládá, povzbuzujeme ho během cvičení slovem, pohledem či dotykem
- snažíme se najít společně s uživatelem systém, který by mu pomohl k co nejefektivnějšímu nácviku motorických dovedností
- napomáháme uživateli při hledání dalších cvičebních postupů či pomůcek
- při nácviku hrubé motoriky procvičujeme např. péči o vlastní osobu, péči o domácnost, sed, stoj, chůzi, jízdu na vozíku atd.
- při nácviku jemné motoriky procvičujeme např. psaní, kreslení, psaní na klávesnici, podpis, odemykání, zamykání, mimické svaly, jazyk – řeč atd.

### **Nácvik a upevňování psychických dovedností**

Postup:

- klienta podporujeme k co největší psychické samostatnosti
- chválíme ho
- pomáháme mu v hledání kladných stránek života
- během služby s ním udržujeme čilou a pozitivní komunikaci
- v případě, že si to uživatel přeje, pomáháme mu vyhledat odbornou pomoc (psycholog) či vhodný kurz (kurz asertivity, sebepoznávací kurz)

### **g) Pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí:**



## **Centrum služeb pro zdravotně postižené Žatec z.s.**

### **Pomoc při komunikaci vedoucí k uplatnění práv a oprávněných zájmů**

Postup:

- pomáháme klientovi s nácvikem řeči či komunikačních dovedností tak, aby mohl co nejlépe uplatňovat svá práva a hájit své zájmy
- pokud nás o to klient požádá, doprovázíme ho na úřady, kde mu pomáháme uplatňovat jeho práva a zájmy
- vyhledáme klientovi kontakty na odborníky, kteří by mu nejlépe mohli pomoci s uplatňováním jeho práv a zájmů (právníci, lékaři)

### **Pomoc při vyřizování běžných záležitostí**

Postup:

- domluvíme se s klientem, s čím bude chtít a jakým způsobem pomoci
- při tomto úkonu dbáme především na ochranu soukromých záležitostí uživatele, zbytečně se ho na nic z obsahu listin nevyptáváme a zachováváme mlčenlivost, dbáme jeho pokynů
- pokud potřebuje klient nějakou další službu, odborníka či neodkladně řešit naléhavé umístění do pobytového zařízení, předáme kontakty na tyto osoby či zařízení poskytující péči naší cílové skupině
- radíme klientovi, jak a kde si má zažádat příspěvky, kompenzační pomůcky či sociální dávky, pomáháme mu s vyřízením těchto záležitostí

Říjen 2015