

## **POSUDZOVANIE ODKÁZANOSTI NA POMOC INEJ OSOBY - prílohy č. 3 zákona o sociálnych službách**

### **1. Stravovanie a pitný režim**

- 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.

0 bodov = osoba je pri väčšine úkonov stravovania odkázaná na pomoc inej osoby

5 bodov = osoba je minimálne pri dvoch úkonoch stravovania odkázaná na pomoc inej osoby

10 bodov = osoba je schopná vykonávať všetky úkony stravovania samostatne

### **2. Vyprázdňovanie 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.

0 bodov = osoba je pri väčšine úkonov vyprázdňovania močového mechúra odkázaná na pomoc inej osoby

5 bodov = osoba je minimálne pri dvoch úkonoch odkázaná na pomoc inej osoby

10 bodov = osoba je schopná vykonávať všetky úkony vyprázdňovania močového mechúra samostatne

### 3. Vyprázdňovanie 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.

0 bodov = osoba je pri väčšine úkonov vyprázdňovania hrubého čreva odkázaná na pomoc inej osoby

5 bodov = osoba je minimálne pri **dvoch** úkonoch odkázaná na pomoc inej osoby

10 bodov = osoba je schopná vykonávať všetky úkony vyprázdňovania hrubého čreva

### 4. Osobná hygiena

- 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.

0 bodov = osoba je pri väčšine úkonov zabezpečenia osobnej hygieny odkázaná na pomoc inej osoby

5 bodov = osoba je minimálne pri **troch** úkonoch zabezpečenia osobnej hygieny odkázaná na pomoc inej osoby

10 bodov = osoba je schopná vykonávať všetky úkony zabezpečenia osobnej hygieny

## 5. Celkový kúpeľ

- 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.

0 bodov = osoba je pri väčšine úkonov celkového kúpeľa odkázaná na pomoc inej osoby

5 bodov = osoba je minimálne pri **dvoch** úkonoch celkového kúpeľa odkázaná na pomoc inej osoby

10 bodov = osoba je schopná vykonávať všetky úkony celkového kúpeľa

## 6. Obliekanie, vyzliekanie

- 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.

0 bodov = osoba je pri väčšine úkonov obliekania a vyzliekania odkázaná na pomoc inej osoby

5 bodov = osoba je minimálne pri dvoch úkonoch obliekania a vyzliekania odkázaná na pomoc inej osoby

10 bodov = osoba je schopná vykonávať všetky úkony obliekania a vyzliekania

## 7. Zmena polohy, sedenie a státie

- zmena polohy tela z polohy v ľahu do polohy v sede alebo do polohy v stoj 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 pridržovaním alebo s pomôckou.

0 bodov = osoba je pri väčšine úkonov zmeny polohy, sedenia a státia odkázaná na pomoc inej osoby

5 bodov = osoba je minimálne pri **dvoch** úkonoch zmeny polohy, sedenia a státia odkázaná na pomoc inej osoby

10 bodov = osoba je schopná vykonávať všetky úkony zmeny polohy, sedenia a státia

## 8. Pohyb po schodoch

- výstup a zostup zo schodov samostatne, s použitím pomôcok alebo s pomocou inej osoby.

0 bodov = osoba nie je schopná pohybu po schodoch ani s použitím pomôcok alebo s pomocou inej osoby,

5 bodov = osoba je pri pohybe po schodoch odkázaná na pomoc inej fyzickej osoby

10 bodov = osoba je schopná samostatného pohybu po schodoch s použitím alebo bez použitia pomôcok

## 9. Pohyb 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.

0 bodov = osoba je pri väčšine úkonov pohybu po rovine odkázaná na pomoc inej osoby

5 bodov = osoba je minimálne pri jednom úkone pohybu po rovine odkázaná na pomoc inej osoby

10 bodov = osoba je schopná vykonávať všetky úkony pohybu po rovine

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

0 bodov = osoba je pri väčšine úkonov orientácie v prirodzenom prostredí odkázaná na pomoc inej osoby

5 bodov = osoba je minimálne pri **dvoch** úkonoch odkázaná na pomoc inej osoby

10 bodov = osoba je schopná vykonávať všetky úkony orientácie v prirodzenom prostredí

#### 11. Dodržiavanie liečebného režimu

- dodržiavanie pokynov ošetrojúceho lekára,
- rozpoznanie správneho lieku, správnej dávky a príprava lieku,
- pravidelné užívanie liekov a aplikácia mastí,
- aplikácia podkožných injekcií (napríklad inzulínu),
- dodržiavanie diéty.

0 bodov = osoba je pri väčšine úkonov dodržiavania liečebného režimu odkázaná na pomoc inej osoby

5 bodov = osoba je minimálne pri **dvoch** úkonoch odkázaná na pomoc inej fyzickej osoby

10 bodov = osoba je schopná vykonávať všetky úkony dodržiavania liečebného režimu

#### 12. Potreba dohľadu

- dohľad pri činnostiach uvedených v bodoch 1 až 11.

0 bodov = osoba je odkázaná na nepretržitý dohľad pri väčšine činností

5 bodov = osoba je odkázaná na dohľad počas dňa minimálne pri troch činnostiach

10 bodov = osoba nie je odkázaná na dohľad pri žiadnej z činností

