

Príloha č. 4 k zákonu č. 448/2008 Z. z.

Opatrovaná osoba:

Opatrovateľka:

ÚKONY A DOHLAD V RÁMCI POMOCI PRI ODKÁZANOSTI FYZICKEJ OSOBY NA POMOC INEJ FYZICKEJ OSOBY

Pre mobilných občanov
Časť I

Počet hodín: hod./denne

Sebaobslužné úkony

a) Hygiena

1. hygienická starostlivosť o jednotlivé časti tela: ruky, nohy, tvár, zuby, nechty, vlasy, 30 min.
2. hygienická starostlivosť o celé telo celkovým kúpeľom. 60 min./týždenne , 12 min./denne

b) Stravovanie a dodržiavanie pitného režimu

1. porciovanie stravy a servírovanie jedla a nápojov, 15 min.
2. podávanie stravy, podľa potreby kŕmenie, podávanie nápojov a podľa potreby pomoc pri užívaní tekutín. 25 min.

c) Vyprázdňovanie močového mechúra a hrubého čreva

1. sprievod na toaletu a z toalety alebo na toaletné kreslo a z toaletného kresla, 15 min.
2. pomoc pri vyzliekaní, obliekaní, 15 min.
3. účelná očista po toalete, 15 min.
4. podanie podložnej misy alebo močovej fľaše s následným očistením podložnej misy alebo močovej fľaše, -
5. ochrana osobnej bielizne a posteľnej bielizne pred znečistením použitím ochranných pomôcok 5 min.
6. vypúšťanie moču z močového vrečka, sledovanie moču pri permanentnom katetri 5 min.

d) Obliekanie, vyzliekanie

1. výber alebo asistencia pri výbere vhodného oblečenia a jeho kombinácie,, 10 min.
2. obliekanie, obúvanie alebo pomoc pri týchto úkonoch vrátane pomoci pri používaní špeciálnych pomôcok (napríklad protéz), 30 min.
3. vyzliekanie, vyzúvanie alebo pomoc pri týchto úkonoch 30 min.

e) Mobilita, motorika

1. sprievod pri chôdzi a pri bežnom pohybe v domácom prostredí alebo vo vonkajšom prostredí, -
2. pomoc pri priestorovej orientácii a samostatnom pohybe v domácom alebo vonkajšom prostredí, -
3. pomoc pri vstávaní z lôžka, líhaní na lôžko, presune na invalidný vozík a v prípade potreby s použitím kompenzačných pomôcok na to určených, 15 min.
4. pomoc pri manipulácii, obsluhu alebo premiestňovaní predmetov dennej potreby. 10 min.

f) Dodržiavanie liečebného režimu

1. nákup liekov a zdravotníckych potrieb, 15 min.
2. podávanie liekov a aplikácia mastí, 10 min.
3. kontrola glykémie glukomerom, 5 min.
4. odmeranie krvného tlaku, pulzu a telesnej teploty, 10 min.
5. aplikácia liečiva subkutánne, 5 min.
6. polohovanie. -

Časť II

Úkony starostlivosti o svoju domácnosť

- | | |
|--|-------------------------------|
| a) nákup, donáška a uloženie potravín a iného drobného spotrebného tovaru, | 20 min. |
| b) príprava jedla, varenie (max. 60 min.), zohrievanie jedla | 15 min. |
| c) donáška jedla do domu, | 30 min./60 min. |
| d) umytie, utretie a upratovanie riadu, naloženie a vyloženie umývačky riadu a jej obsluha, | 15 min. |
| e) bežné upratovanie v domácnosti, | 60 min. |
| f) obsluha bežných domácich spotrebičov, | 15 min. |
| g) starostlivosť o bielizeň | 25 min. |
| h) starostlivosť o lôžko, | 15 min. |
| i) vynášanie drobného odpadu do zbernej smetnej nádoby, | 3 min. |
| j) donáška uhlia, donáška dreva, vynesenie popola, donáška vody, kúrenie vo vykurovacích telesách a ich čistenie, a to podľa vybavenia domácnosti, | 15 min. |
| k) iné nevyhnutné úkony spojené s vedením domácnosti, | 120 min. mesačne 6 min./denne |
| l) základná starostlivosť o psa so špeciálnym výcvikom žijúceho v domácnosti (vodiaci pes, signálny pes alebo asistenčný pes) | 15 min. |
| m) starostlivosť o bežné udržiavanie kompenzačných pomôcok a zdravotníckych potrieb v domácnosti. | 10 min. |

Časť III

Základné sociálne aktivity

- | | |
|--|---------------|
| a) sprievod (peši, sanitkou, taxíkom, verejnou dopravou) | - |
| 1. na lekárske vyšetrenie | podľa potreby |
| 2. na vybavenie úradných a osobných záležitostí, | 6 min./denne |
| 3. do školy, školského zariadenia, vysokej školy alebo zamestnania a zo školy, školského zariadenia, vysokej školy alebo zamestnania, | 60 min. |
| 4. pri záujmových činnostiach, | 60 min. |
| b) predčítanie pre fyzickú osobu, ktorá je nevidiaca alebo prakticky nevidiaca najmä pri vybavovaní úradných záležitostí, alebo úradnej a osobnej korešpondencie a pri nakupovaní, | |
| c) sprostredkovanie komunikácie pre fyzickú osobu, ktorá nie je schopná komunikovať verbálne, je nepočujúca, má ťažkú obojstrannú nedoslýchavosť alebo je hluchoslepá najmä pri nakupovaní a pri záujmových činnostiach, | |
| d) pomoc pri vybavovaní nevyhnutných osobných záležitostí súvisiacich so sociálnym začlenením. | |

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.

Kežmarok, dňa

Podpis prijímateľa opatrovateľskej služby:

Podpis opatrovateľky:

.....

.....