

Meno a priezvisko: Šetrenie dňa

Dátum narodenia: R.č.

Bydlisko:

Spôsob posudzovania odkázanosti fyzickej osoby na pomoc inej fyzickej osoby pri jednotlivých činnostiach (**príloha č. 3 k zákonu č. 448/2008 Z.z.**)

1.Stravovanie a pitný režim

Úkony stravovania	ÁNO	NIE
- 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 (napr.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		
S P O L U body		

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

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

10 bodov = fyzická osoba je schopná vykonávať všetky úkony stravovania samostatne

Počet bodov:

2. Vyprázdňovanie močového mechúra

Úkony vyprázdňovania močového mechúra	ÁNO	NIE
- 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, resp. močovej fľaše)		
- účelná očista po vyprázdnení močového mechúra		
S P O L U body		

0 bodov = FO je pri väčšine úkonov vyprázdňovania močov. mechúra odkázaná na pomoc inej FO

5 bodov = FO je minimálne pri dvoch úkonoch vyprázdňovania močov.mechúra odkázaná na pomoc inej FO

10 bodov = FO je schopná vykonávať všetky úkony vyprázdňovania močového mechúra

Počet bodov:

3. Vyprázdňovanie hrubého čreva

Úkony vyprázdňovania hrubého čreva	ÁNO	NIE
- 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		
S P O L U body		

0 bodov = FO je pri väčšine úkonov vyprázdňov. hrubého čreva odkázaná na pomoc inej FO

5 bodov = FO je minimálne pri dvoch úkonoch vyprázdňovania hrubého čreva odkázaná na pomoc inej FO

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

Počet bodov:

4. Osobná hygiena

Úkony osobnej hygieny	ÁNO	NIE
- umytie rúk, nôh, tváre, podpasužia, 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 (napr. odsávanie sekrétov horných ciest dýchacích)		
- čistenie dolných ciest dýchacích (napr. zriedenie a vykašľanie hlienov)		
- čistenie, strihanie alebo opilovanie nechťov na rukách		
- čistenie, strihanie alebo opilovanie nechťov na nohách		
- make – up		
S P O L U body		

0 bodov = FO je pri väčš. úkonov zabezpečenia osobnej hygieny odkázaná na pomoc inej FO

5 bodov = FO je minimálne pri troch úkonoch zabezpečenia osobnej hygieny odkázaná na pomoc inej FO

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

Počet bodov:

5. Celkový kúpeľ

Úkony celkového kúpeľa	ÁNO	NIE
- 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		
S P O L U body		

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

5 bodov = FO je minimálne pri 2 úkonoch celkového kúpeľa odkázaná na pomoc inej FO

10 bodov = FO je schopná vykonávať všetky úkony celkového kúpeľa

Počet bodov:

6. Obliekanie, vyzliekanie

Úkony obliekania a vyzliekania	ÁNO	NIE
- 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		
S P O L U body		

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

5 bodov = FO je minimál. pri 2 úkonoch obliekania a vyzliekania odkázaná na pomoc inej FO

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

Počet bodov:

7. Zmena polohy, sedenie a státie

Úkony zmeny polohy, sedenia a státia	ÁNO	NIE
- zmena polohy tela z polohy v ľahu do polohy v sede alebo do polohy v stoju a opačne, prípadne s použitím pomôcky		
- zmena polohy zo sedu a do sedu (napr. 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 stoju aspoň 10 minút, prípadne s pridržovaním alebo s Pomôckou		
S P O L U body		

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

5 bodov = FO je minimálne pri 2 úkonoch zmeny polohy, sedenia a státia odkázaná na pom. inej FO

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

Počet bodov:

8. Pohyb po schodoch

Úkony pohybu po schodoch	ÁNO	NIE
- výstup a zostup zo schodov samostatne, s použitím pomôcok alebo s pomocou inej FO		
S P O L U body		

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

5 bodov = FO je pri pohybe po schodoch odkázaná na pomoc inej FO

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

Počet bodov:

9. Pohyb po rovine

Úkony pohybu po rovine	ÁNO	NIE
- 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		
S P O L U body		

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

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

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

Počet bodov:

10. Orientácia v prostredí

Úkony orientácie v prostredí	ÁNO	NIE
- 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 FO ubytovaná		
- návrat do bytu, domu alebo zariadenia, v ktorom je FO ubytovaná		
- rozlišovanie zvukov a ich smeru		
- rozpoznávanie času, orientovanie sa v čase		
- rozlišovanie jednotlivých priestorov bytu alebo domu alebo zariadenia, v ktorom je FO ubytovaná		
S P O L U body		

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

5 bodov = FO je minimálne pri dvoch úkonoch orientácie v prirodzenom prostredí odkázaná na pomoc inej FO

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

Počet bodov:

11. Dodržiavanie liečebného režimu

Úkony dodržiavania liečebného režimu	ÁNO	NIE
- dodržiavanie pokynov ošetrojúceho lekára		
- rozpoznanie správneho lieku, správnej dávky a príprava lieku		
- pravidelné užívanie liekov a aplikácia mastí		
- aplikácia podkožných injekcií (napr. inzulínu)		
- dodržiavanie diéty		
S P O L U body		

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

5 bodov = FO je minimálne pri 2 úkonoch dodržiavania liečebného režimu odkázaná na pomoc inej FO

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

Počet bodov:

12. Potreba dohľadu

Úkony dohľadu	ÁNO	NIE
- dohľad pri činnostiach uvedených v bodoch 1		
- dohľad pri činnostiach uvedených v bodoch 2		
- dohľad pri činnostiach uvedených v bodoch 3		
- dohľad pri činnostiach uvedených v bodoch 4		
- dohľad pri činnostiach uvedených v bodoch 5		
- dohľad pri činnostiach uvedených v bodoch 6		
- dohľad pri činnostiach uvedených v bodoch 7		
- dohľad pri činnostiach uvedených v bodoch 8		
- dohľad pri činnostiach uvedených v bodoch 9		
- dohľad pri činnostiach uvedených v bodoch 10		
- dohľad pri činnostiach uvedených v bodoch 11		
S P O L U body		

0 bodov = FO je odkázaná na nepretržitý dohľad pri väčšine činností alebo FO s cystickou

fibrózou je odkázaná na dohľad minimálne pri štyroch činnostiach

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

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

Počet bodov:

ZARADENIE DO STUPŇA ODKÁZANOSTI FYZICKEJ OSOBY NA POMOC INEJ FYZICKEJ OSOBY NA ZÁKLADE DOSIAHNUTÝCH BODOV A URČENIE ROZSAHU ODKÁZANOSTI

Stupeň	Počet bodov	Priemerný rozsah odkázanosti (hod./deň)	Priemerný Rozsah odkázanosti (hod./mesiac)
I.	105 – 120	0	0
II.	85 – 104	2 – 4	60 – 120
III.	65 – 84	4 – 6	120 – 180
IV.	45 – 64	6 – 8	180 – 240
V.	25 – 44	8 – 12	240 – 360
VI.	0 – 24	viac ako 12	viac ako 360

Celkový počet bodov :

Fyzická osoba je zaradená do stupňa odkázanosti na pomoc inej fyz. osoby

Priemerný rozsah odkázanosti hod./deň

..... hod./mesiac