

**MANUÁL**  
**OŠETROVATEĽSKEJ A OPATROVATEĽSKEJ**  
**STAROSTLIVOSTI**  
**V ZARIADENÍ SOCIÁLNYCH SLUŽIEB**

**Schválila: PhDr. Ingrid Schlosserová, PhD.**  
**riadiateľka zariadenia**

**Účinnosť od : 03.04. 2023**

## OŠETROVATEĽSTVO § OPATROVATEĽSTVO

Naše „ja“ má dôležitý vplyv na komunikáciu a na pochopenie druhých.

Sebapoznanie je ťažká úloha, lebo nie vždy je jednoduché rozlíšiť medzi tým, za čo sa považujeme, za čo nás považujú iní a akí v skutočnosti sme.

Väčšina z nás nikdy nedospeje k úplnému sebapoznaniu, ale s pomocou iných sa môžeme spoznať lepšie, prijať svoje nedostatky a cítiť sa vyrovnanejšie v každodennom živote.

Tento manuál je určený pre všetkých odborných zamestnancov Zariadenia pre seniorov v Križovanoch nad Dudváhom, ako pracovná pomôcka pri veľmi náročnej a vyčerpávajúcej práci s klientmi v takýchto zariadeniach. Veríme, že tým, ktorým je tento manuál určený, bude slúžiť, ako stručný sprievodca a menšia pracovná pomôcka pri ich náročnej práci.

***Všetkým, ktorí sa snažia pomáhať iným, ktorí sú na pomoc inej osoby odkázaní, patrí naše veľké poďakovanie.***

## Ošetrovateľská starostlivosť v zariadeniach sociálnych služieb

### vykonávajú ju hlavne:

- \* Zamestnanci v zariadeniach sociálnych služieb (ZpS, DSS, ŠZ, ZOS)
- \* Licencované sestry
- \* ADOS
- \* Sestry do ošetrovateľskej starostlivosti vstupujú kvalitne teoreticky pripravené, ale nie každá dokáže nadobudnuté teoretické vedomosti efektívne využívať.

### Ošetrovateľská starostlivosť

- \* je komplexná starostlivosť o klienta, ktorá zohľadňuje jeho potreby v súvislosti s chorobami, so špecifickými syndrómami a komplikáciami chorôb.
- \* Vyznačuje sa diferencovaným, komplexným, kontinuálnym, aktívnym a plánovaným prístupom ako aj zameraním na prevenciu.

### Ošetrovateľské časovo náročné aktivity

1. Práca s liekmi – ukladanie, príprava, podávanie.
2. Písomné a ústne odovzdávanie služby.
3. Sledovanie a meranie fyziologických funkcií.
4. Vedenie dokumentácie, ošetrovateľských záznamov.
5. Vykonávanie lokálnej terapie, prevázov, ošetrovania dekubitov.

### Ošetrovateľský proces

#### Metóda poskytovania zdravotnej starostlivosti

Sestra spolu s inými zdravotníckymi pracovníkmi registrovanými v príslušných komorách v rámci komunity, vedie ošetrovateľskú dokumentáciu (podľa OU MZ SR z 24.09.2010, prílohy č. 14, 15, 16 a dekurz. Riadi sa vyhláškou MZ SR č. 109/2009 Z.z. (244/2011) + zdravotné výkony).

## Opatrovateľská starostlivosť v zariadeniach sociálnych služieb

- Predstavuje pomoc chorým, zdravotne postihnutým a starým občanom.
- Jej cieľom je podporovať činnosti, ktoré zachovávajú zdravie, vedú k uzdraveniu prípadne k pokojnej smrti

### Opatrovateľka

- **Opatrovateľky** do praxe vstupujú buď so skúsenosťami opatrovateľskej starostlivosti doma, alebo ich k tomu prinútili iné okolnosti života.
- **Kvalifikačný predpoklad vzdelanie opatrovateľky:**
  - úplne stredné vzdelanie s príslušným zameraním alebo
  - absolvovanie akreditovaného kurzu v rozsahu najmenej 220 hodín.
- **Opatrovateľka** sa aktívne zúčastňuje na ošetrovaní klientov, ale aj za sťažených podmienok v mimoriadnych situáciách. Je to náročná práca a kladie vysoké požiadavky na človeka i jeho odborné kvality.
- **Veľmi dôležité sú tieto charakterové vlastnosti:**
  - **Duševná vyrovnanosť a sebaovládanie.** Opatrovateľka má na klienta pôsobiť svojim pokojom, nesmie stratiť rozvahu ani v náročných situáciách, ani pri nepríjemnom správaní pacienta. Je vždy láskavá a trpezlivá. Vie sa ovládať.
  - **Čestné konanie a pravdovravnosť.** Musí včas oznámiť chybu, ktorú urobila. Je úprimná a priama.
  - **Zmysel pre čistotu a poriadok.** Práca v zdravotníctve a v sociálnych službách vyžaduje dodržiavanie čistoty a poriadku. Pracovné prostredie a okolie klienta najmä ak je chorý musí byť vždy čisté.
  - **Taktné konanie.** Klient sa často zverí so svojimi súkromnými ťažkosťami. Je potrebné dodržiavať povinnosť mlčanlivosti. Pri výkonoch zasahujúcich do intimity klienta pracuje veľmi citlivo a šetrne, aby správaním a postupom znížila nepríjemnosť situácie pre klienta, najmä ak je chorý a to na najmenšiu mieru.

- **Schopnosť rýchlo sa rozhodovať.** Opatrovateľka sa môže často, ako každý iný zdravotník dostať do situácie, keď sa musí hneď rozhodnúť pre určitý pracovný postup. Keďže niekedy je ohrozený život klienta, musí postupovať samostatne a veľmi rýchlo zvažovať všetky okolnosti. Táto schopnosť sa zvyšuje s rozširujúcimi sa skúsenosťami a odbornými vedomosťami. Rozhodné vystupovanie zvyšuje autoritu a rešpekt u klientov.
- **Dobrá vzťah k spolupracovníkom.** Úzko spolupracuje s ostatnými zdravotníckymi a sociálnymi pracovníkmi. Prácu musí vykonávať s hlbokým vzťahom k chorému človeku a s úprimnou snahou pomôcť mu v jeho utrpení.

### **Povinnosti opatrovateľky**

- je zodpovedná za samostatné vykonávanie opatrovateľskej starostlivosti,
- navrhuje individuálny plán opatrovateľskej starostlivosti,
- odborne vykonáva opatrovateľské aktivity,
- pomáha prekonať dočasné i trvalé nepohodlie klienta,
- dodržiava etický kódex a práva klienta,
- spolupracuje so sestrou a konzultuje s odborníkmi,
- zodpovedá za základnú starostlivosť o klienta.

### **Plán opatrovateľskej starostlivosti**

#### **vychádza:**

- zo schopností klienta,
- z úkonov, ktoré vie vykonať sám,
- pri ktorých je závislý od dočasnej, či trvalej opatrovateľskej starostlivosti

#### **obsahuje:**

- rozsah základnej starostlivosti,
- starostlivosti o denné činnosti,
- opatrovateľské aktivity.

## Opatrovateľské plánovanie zahŕňa

- stratégiu opatrovateľského plánovania,
- predpokladané rozpory s plánovaním,
- nevyhnutné opatrovateľské aktivity,
- vývoj opatrovateľského plánu,
- zhodnotenie.

## Opatrovateľské aktivity

### úkony sebaobsluhy:

- a) Hygiena – osobná hygiena, celkový kúpeľ,
- b) Stravovanie a dodržiavanie pitného režimu,
- c) Vyprázdňovanie močového mechúra a hrubého čreva,
- d) Obliekanie, vyzliekanie,
- e) Mobilita, motorika,
- f) Dodržiavanie liečebného režimu.

### Úkony starostlivosti a základné sociálne aktivity:

- a) pomoc pri zabezpečení menšieho nákupu potravín a iného drobného spotrebného tovaru,
- b) pomoc pri príprave kávy, čaju, ošúpania ovocia,
- c) pomoc pri umytí menšieho riadu (napr. šálky, pohár, lyžička ...),
- d) pomoc pri upratovaní šatstva v skrini,
- e) pomoc pri obsluhu (napr. mobilného telefónu, nastavení televíznych programov ...),
- f) starostlivosť o bielizeň,
- g) starostlivosť o lôžko,
- h) vynášanie drobného odpadu do zbernej smetnej nádoby,
- i) zastieranie, odostieranie závesov, žalúzií na oknách podľa potreby,
- j) ďalšie jednoduché úkony pomoci klientovi.

## Základné sociálne aktivity

- a) **sprievod** - 1. na lekárske vyšetrenie,  
2. na vybavenie úradných záležitostí, ak klient nemá blízku osobu,  
3. pri záujmových činnostiach,
- b) **predčítanie pre fyzickú osobu,**
- c) **tímočenie**

## Dohľad pri úkonoch sebaobsluhy, starostlivosti a pri vykonávaní základných sociálnych aktivít:

- a) potreba dohľadu v určenom čase,
- b) potreba nepretržitého dohľadu.

## Opatrovateľské časovo náročné aktivity

1. Umývanie a dezinfikovanie podložných mís, vozíkov na prevoz klientov, močových fliaš a pod.
2. Zabezpečovanie dodržiavania čistoty a poriadku na chodbách a v určených priestoroch.
3. Pomoc pri vyprázdňovaní klientov.
4. Písomné a ústne odovzdávanie služby.
5. Polohovanie klientov, prevencia preležanín.
6. Počúvanie klientov.
  
7. Vykonávanie a manipulácia so špinavou a čistou bielizňou. Kŕmenie a podávanie tekutín klientom.
8. Vykonávanie kúpania klientov.
9. Preberanie jedla z výdajne stravy, donáška jedla na oddelenie.
10. Pomoc pri stravovaní klientov v jedálni.
11. Vetrание obytných miestností.

## Ošetrovateľské časovo náročné aktivity

1. Práca s liekmi – ukladanie, príprava, podávanie.
2. Písomné a ústne odovzdávanie služby.
3. Sledovanie a meranie fyziologických funkcií.
4. Vedenie dokumentácie, ošetrovateľských záznamov.
5. Vykonávanie lokálnej terapie, prevázov, ošetrovania dekubitov.

*V našom zariadení pre seniorov sa zdravotná starostlivosť klientom zabezpečuje prostredníctvom ADOS na základe zmluvy a príslušným obvodným ošetrovateľským lekárom, tiež odbornými lekármi v zdravotníckych zariadeniach, prípadne prostredníctvom privolania RZP.*

*Zariadenie pre seniorov sa snaží plniť a dodržiavať štandardy kvality pri poskytovaní sociálnych služieb, v zmysle platnej legislatívy.*