



Evropská unie  
Evropský sociální fond  
Operační program Zaměstnanost



**ČAPS**  
Česká asociace  
pečovatelské služby

Nejste na to sami – podpůrné skupiny pečujících osob jako součást  
pečovatelských služeb  
Registrační číslo projektu: CZ.03.2.63/0.0/0.0/19\_098/0015275

Česká asociace pečovatelské služby 2020  
www.caps-os.cz, caps@caps-os.cz

## ÚPRAVA BYTU ZÁVISLÉ OSOBY, LOKOMOCE A KOMPENZAČNÍ POMŮCKY

### Informace pro neformální pečující

*Marie Dolejší, DiS., fyzioterapeutka*

#### Lokomoce

- Lokomoce je schopnost a dovednost pohybu - pohyb v rámci lůžka, sed, stoj, chůze a to jakýmkoliv způsobem

#### Plně imobilní klienti

- Nejsou schopni dopomoci při přesunech v lůžku, při pasivním posazení nejsou schopni udržet trup v rovině, neudrží aktivní sed ani 30 sekund



#### Částečně imobilní klienti

- Zvládají aktivně sedět a udržet trup ve vzpřímené rovině alespoň 1 minutu

## Úprava prostředí u imobilních klientů

Návod a video k úpravě domácího prostředí lze zhlédnout na stánkách České asociace pečovatelské služby ([caps-os.cz/edukacni – program/](https://caps-os.cz/edukacni-program/)).

Ze začátku jde o úpravu bez zvláštních kompenzačních pomůcek, později vhodné doplnit kompenzačními pomůckami.

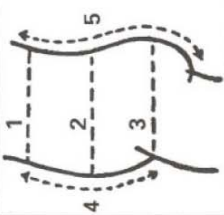
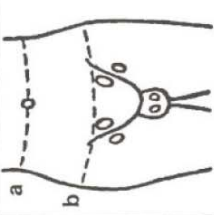
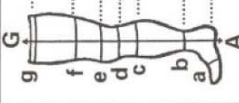
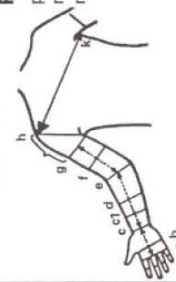
- Lůžko přístupné alespoň ze dvou stran, nejlépe však ze tří stran
- Vyklizení pokoje, dostatek prostoru pro pečujícího, odstranění volných koberečků (nebezpečí pádu, uklouznutí), dostatek prostoru pro chodítka či vozík
- Vhodná zvýšená postel, nejlépe **polohovací postel** pro dlouhodobější péči (*předepisuje praktický lékař či specialista, schvaluje revizní lékař – delší doba vyřízení*). Na přechodnou dobu lze polohovací lůžko zapůjčit
- U těžších a dlouhodobě ležících pacientů antidekubitní matrace
- Polohovací prostředky do lůžka: 2 – 3 polštáře, válce, čtverce, klíny...
- U těžších a dlouhodobě ležících pacientů zvedáky, stropní zvedací systémy
- Stolek k lůžku, WC k lůžku, lahvičky na pití
- Pleny, lavory na mytí, prostředky pro hygienu, popř. nafukovací vana
- Madla na WC, nástavec na WC (zvýšení toalety, nutné po Totálních endoprotézách kyčelních kloubů)
- Pomůcky pro lokomoci: nejlépe vybrat s ergoterapeutem či fyzioterapeutem (hole, chodítka, vozík...)

## Poukaz na léčebnou a ortopedickou pomůcku

- Předepisuje obvodní lékař či specialista na podkladě zdravotního stavu klienta, vhodné žádat okamžitě po změně zdravotního stavu s příloženou překladovou zprávou z nemocničního zařízení, či zprávou od specialisty.
- Zprostředkovatelem pro získání zdravotnických pomůcek je sociální pracovník v místě bydliště, popřípadě v nemocničním zařízení.
- Poukaz potvrzuje praktický lékař, či specialista (*ortoped, neurolog, rehabilitační lékař, na základě změny zdravotního stavu, dle diagnózy*).
- Některé zdravotnické pomůcky schvaluje revizní lékař (*delší doba vyřízení*).
- U krátkodobější péče o nemocného je možnost zapůjčení zdravotnických pomůcek v místě bydliště v centrech sociální péče.
- Lze sehnat i repasovanou zdravotnickou pomůcku u jednotlivých firem se zdravotními pomůckami (*Meyra ČR., Zsz.cz, Sivac.cz, Thuasne.cz, DMA.cz*), popřípadě u firmy – [www.zdravotika.cz](http://www.zdravotika.cz).

# Podoba poukazu – přední a zadní strana

Kód pojišťovny <b>000</b>	<b>POUKAZ NA LÉČEBNOU A ORTOPEDICKOU POMŮCKU</b>		poř. č.
Příjmení a jméno <b>Jméno Příjmení</b>	DRUH A OZNAČENÍ POMŮCKY <del>oprava</del> <b>úprava pomůcky</b>	Ev. č.	
Číslo pojistěnce <b>555550005</b> f.	Pomůcka nová / <del>reparovaná</del> <small>*) nehodící se škrtněte!</small>		
Bydliště (adresa) <b>Pražská 1, 11000 Praha</b>	Sk	Kód	Počet
<input type="checkbox"/> hradí pojišťovna	<b>101010101</b>		<b>100</b>
<input checked="" type="checkbox"/> spoluúčast pacienta	<b>Druh a označení pomůcky</b>		
<input type="checkbox"/> hradí pacient	Cena pomůcky	<b>doplatek</b>	<b>000</b>
Dne: <b>01.01.2013</b>	Místo pro záznamy zdravotní pojišťovny	Datum:	
<b>RAZÍTKO</b>	<b>RAZÍTKO</b>		
<b>MUDr. předepisující</b>	<b>MUDr. revizní</b>		
razítko zdrav. zařízení, jmenovka a podpis lékaře		razítko výdejce	

<p><b>Břišní pás</b></p> <p>pro ženu objem 1 ..... cm pro muže objem 2 ..... cm pro dítě objem 3 ..... cm výška vpředu 4 ..... cm výška vzadu 5 ..... cm</p> <p>Míry se měří na nahém těle vstojel!</p> 	<p><b>Kýlní pás</b></p> <p>pravostranný — levostranný oboustranný — pro kýlu:</p> <p>1. tříselní 2. šourkovou 3. stehenní 4. pupeční Objemy: Velikost kýly:</p> <p>a) .....cm .....cm b) .....cm .....cm</p> 	<p><b>Gumové punčochy (kusů .....)</b></p> <p>Délky punčoch:</p> <p>od A do G cm ..... od ..... do ..... cm ..... od ..... do ..... cm ..... od ..... do ..... cm .....</p> <p>Míry měřte vždy ráno před otokem nohy!</p> 	<p><b>Pažní návlek</b></p> <p>palec ..... ručaviče a ..... a-b b ..... a-c c ..... a-c1 c1 ..... a-d d ..... a-e e ..... e-f f ..... e-g g ..... e-g h ..... i ..... h-k-h .....</p> <p>(měřeno přes rameno) Obvod z ramene přes axilu zpět k rameni</p> 	<p><b>Prohlašuji, že (nehodící se škrtněte!)</b></p> <p>a) pomůcku dostávám poprvé b) naposledy jsem dostal pomůcku stejného typu v roce ..... c) naposledy jsem dostal pomůcku typu ..... v roce .....</p> <p>Pomůcku převzal dne: _____ _____ podpis _____ podpis</p> <p>VZP-13/2013</p>
---	--	---	---	--



© CARELINE.DE





## Jednoduché orientační schéma pro výběr pomůcky k lokomoci

Po operačních stavech určuje lokomoční pomůcku vždy operatér s fyzioterapeutem, také určuje stupeň zatížení operované dolní končetiny.

### **Lehké postižení**

- Nestabilita, nejistota = vycházková hůl, 1 francouzská hůl, trekkingové hole (neodlehčí dolní končetinu, není vhodné u bolavých zad)

### **Střední postižení**

- 1 dolní končetina, stabilní = francouzské hole, podpažní hole – kyčelní kloub
- 1 dolní končetina, nestabilní = chodítka trojkolová, čtyřkolová, nejlépe se sedákem
- Vysoká chodítka – kyčelní kloub
- U vysoké nestability nutná stabilní chodítka bez koleček

### **Těžké postižení**

- Mechanický vozík, elektrický vozík, tříkolky aj...

## Nastavení výšky kompenzačních pomůcek

- Výška hole – po zápěstí natažené horní končetiny
- Berle – výška ruční opěrky po zápěstí, podpažní opěrky 5 cm pod podpažní jamkou
- Chodítka, opěrka po zápěstí natažené horní končetiny

## Chůze o berlích

- **Chůze po rovině:** berle - nemocná noha - zdravá noha
- **Chůze do schodů:** zdravá noha - berle - nemocná noha
- **Chůze ze schodů:** berle - nemocná noha - zdravá noha