

# SCHOPNOST SEBEOBSLUHY - POSOUZENÍ PÉČE O VLASTNÍ OSOBU A SOBĚSTAČNOST

**Příjmení a jméno:** .....

**Datum narození:** .....

**Datum vyplnění:** .....

\* OZNAČTE ODPOVÍDAJÍCÍ VARIANTU

	Zvládne sám *	Zvládne s pomocí *	Nezvládne*
<b>Příprava stravy</b> (rozeřlení jednotlivých druhů potravin a nápojů, vybalení potravin, otevírání nápojů)			
<b>Podávání, porcování stravy</b> (schopnost dát stravu na talíř a jejich přenesení, rozdělení stravy na menší kousky, míchání, lití tekutin, uchopení nádoby s nápoje, přenesení nápoje)			
<b>Přijímání stravy, dodržování pitného režimu</b> (přenesení stravy k ústům alespoň lžící, přenesení nápoje k ústům, konzumace stravy a nápojů)			
<b>Mytí těla</b> (umytí rukou, obličeje, utírání se)			
<b>Koupání nebo sprchování</b> (provedení celkové hygieny, včetně vlasů, péče o pokožku)			
<b>Péče o ústa, vlasy, nehty, holení</b> (čištění zubů, česání vlasů, stříhání nehtů, holení)			
<b>Výkon fyziologické potřeby včetně hygieny</b> (regulace vyprazdňování, manipulace s oděvem před a po vyprázdnění, očista po provedení fyziologické potřeby, vyhledání WC)			
<b>Pohyblivost v lůžku</b> (změna polohy z lehu do sedu, ze sedu do lehu, z boku na bok)			
<b>Sezení, schopnost vydržet v poloze v sedě</b> (vydržet v sedě alespoň 30 minut)			
<b>Stání, schopnost vydržet stát</b> (setrvání ve stoji, popř. s přidržením nebo s oporou alespoň 10 minut)			
<b>Přemísťování předmětů denní potřeby</b> (vykonávání koordinovaných činností při manipulaci s předměty, rozeřlení předmětů, uchopení předmětu rukou – oběma, zdvihnutí předmětu ze stolu, ze země, přenášení předmětů)			
<b>Chůze po rovině</b> (chůze v bytě, v bezprostředním okolí bydliště, chůze okolo překážek)			
<b>Chůze po schodech nahoru a dolů</b> (popř. s použitím opory nebo kompenzační pomůcky)			
<b>Výběr oblečení, rozpoznání jeho správného vrstvení</b> (výběr oblečení odpovídajícího situaci, prostředí, klimatickým podmínkám, rozeznání jednotlivých částí oblečení, vrstvení ve správném pořadí)			
<b>Oblékání, svlékání, obouvání, zouvání</b> (oblékání spodního a vrchního oděvu, obutí vhodné obuvi, svlékání z horní a dolní části těla, zouvání)			
<b>Orientace v přirozeném prostředí</b> (orientace v prostoru bytu, okolí domu, poznávání blízkých osob, návrat do bytu)			
<b>Provedení si jednoduchého ošetření</b> (ošetření kůže, dodržování diety, měření teploty, vyhledání a přivolání pomoci)			

<b>Dodržování léčebného režimu</b> (dodržování pokynů lékaře, příprava léků, pravidelné užívání léků, měření glykemie, provádění převazů, rehabilitace)			
<b>Komunikace slovní, písemná, neverbální</b> (slovní komunikace např. s použitím naslouchadel, písemná komunikace např. s použitím brýlí, pochopení významu, komunikace prostřednictvím gest a zvuků)			
<b>Orientace vůči jiným fyzickým osobám, v čase a mimo přirozené prostředí</b> (rozlišování známých a cizích osob, znalost hodin, rozlišení denní doby, orientování se v místě bydliště, dosažení cíle své cesty)			
<b>Nakládání s penězi nebo jinými cennostmi</b> (znalost hodnoty peněz, rozpoznání jednotlivých bankovek a mincí, rozlišení hodnoty věcí)			
<b>Obstarávání osobních záležitostí</b> (jednání se zdravotnickými zařízeními, poštou, obstarání si služeb, rozlišení a vyplnění dokumentů a tiskopisů)			
<b>Uspořádání času, plánování života</b> (dodržování denního a nočního režimu, plánování a uspořádání osobních aktivit během dne, týdne, rozdělení času – pracovní, volný)			
<b>Zapojení do sociálních aktivit odpovídajících věku</b> (získávání nových dovedností, aktivity podle zájmů, udržování vztahů s jinými osobami podle potřeb a zájmů)			
<b>Obstarávání si potravin a běžných předmětů</b> (nákupy) (plánování nákupu, vyhledání obchodu, výběr zboží, zaplacení nákupu, přinesení a uložení nákupu)			
<b>Vaření, ohřívání jednoduchého jídla</b> (očištění a nakrájení potřebných surovin, vlastní příprava jednoduchého teplého jídla za použití spotřebiče, ohřívání jednoduchého jídla)			
<b>Mytí nádobí</b> (umytí, osušení a uložení nádobí)			
<b>Běžný úklid v domácnosti</b> (očista povrchů, nábytku, podlahy v bytě)			
<b>Péče o prádlo</b> (třídění prádla na čisté a špinavé, skládání a ukládání prádla na vyhrazené místo)			
<b>Přepírání drobného prádla</b> (rozlišení jednotlivých druhů prádla, praní v ruce, sušení prádla)			
<b>Péče o lůžko</b> (ustlání, rozestlání lůžka, výměna lůžkovin)			
<b>Obsluha běžných domácích spotřebičů</b> (zapnutí, vypnutí běžných domácích spotřebičů např. rozhlasu, televize, ledničky, varné konvice, telefonování)			
<b>Manipulace s kohouty a vypínači</b> (ovládání manipulace s kohouty a vypínači, rozlišení kohoutů a vypínačů, ruční ovládání vodovodních kohoutů, pákových baterií, elektrických vypínačů)			
<b>Manipulace se zámkem, otevírání, zavírání oken a dveří</b> (zamykání a odemykání dveří, ovládání klik, otevírání, zavírání oken)			
<b>Udržování pořádku v domácnosti, nakládání s odpady</b> (udržování domácnosti v čistotě, třídění odpadů, vynášení odpadů na vyhrazené místo)			
<b>Další úkony spojené s chodem a údržbou domácnosti</b> (obsluha topení, praní a žehlení prádla)			

**Počet úkonů, které klient zvládne s pomocí nebo nezvládne celkem:**