

Soběstačnost

Soběstačnost v běžných denních činnostech patří k vysoce ceněným hodnotám, je přirozenou potřebou člověka. Zásadním úkolem a rolí sestry je proto pomoci nemocnému udržet si nebo znovu získat nezávislost/samostatnost v provádění běžných denních činností.

Soběstačnost tedy patří k základním činnostem nutným k udržení maximálně možné kvality života pacienta. Využívá všech plně i částečně zachovaných funkcí, které umožňují sebeobslužné úkony v denních činnostech, především v oblasti výživy, hygieny, oblékání, mobility a lokomoce.

Cílem aktivit je obnova základních denních stereotypů, zlepšení kvality života (resocializace), prevence sociální závislosti i dosažení pocitu pohody.

Hodnocení úrovně soběstačnosti by mělo být základní součástí vyšetření každého pacienta, chceme-li dobře definovat problémy při uspokojování lidských potřeb a plánovat potřebné intervence. Znalost různých škál, strukturovaných dotazníků či pozorovacích formulářů může pomoci sestrám a dalším zdravotnickým pracovníkům zorientovat se v problematice běžných denních aktivit (ADL – Activities of Daily Living) a instrumentálních aktivit denního života (IADL – Instrumental Activities of Daily Living) a alespoň zpočátku poskytnout vodítko k hodnocení pacienta. Zkušená a vnímavá sestra však dokáže zhodnotit soběstačnost pacienta i bez těchto nástrojů – při vstupu do pokoje si všímá rozmístění nábytku (někdy si lidé staví židle a jiné kusy nábytku tak, aby se jich mohli při chůzi přidržit), přítomnosti kompenzačních pomůcek (podpažní berle, francouzské hole, chodítka, kolečkové křeslo), polohy pacienta.

K soběstačnosti vedeme pacienta ve všech úkonech sebeobsluhy i za cenu, že mu budou činnosti trvat mnohem déle, než při pomoci druhé osoby. Je tedy úkolem veškerého ošetrovatelského personálu pomoci každému pacientovi, aby si zachoval svoji samostatnost. Pro zachování soběstačnosti je vhodné pochválit každý i malý úspěch, proto je třeba nemít příliš vysoké požadavky, ale ani zbytečně malé nároky na prováděné činnosti. Je důležité podnítit jakoukoliv aktivitu, která podpoří pacientovu nezávislost, a ukázat opravdový zájem o pacienta, věřit v jeho schopnosti a zapojit i jeho rodinu. Působit příznivě na psychiku pacienta zvláště tam, kde je pobyt dlouhodobý.

Zdroj: <https://ose.zshk.cz/vyuka/terapie.aspx?tid=114>