

ERGOTERAPIE

GYMNÁZIUM JANA PALACHA

BOŘEŇOVICE: PRACOVNĚ-RELAXAČNĚ-MEETINGOVÝ POBYT

Co je to ergoterapie?

- ⊙ Ergoterapie je profese, která prostřednictvím smysluplného zaměstnávání usiluje o zachování a využívání schopností jedince potřebných pro zvládání běžných denních, pracovních, zájmových a rekreačních činností u osob jakéhokoli věku s různým typem postižení (fyzickým, smyslovým, psychickým, mentálním nebo sociálním znevýhodněním). Podporuje maximálně možnou participaci jedince v běžném životě, přičemž respektuje plně jeho osobnost a možnosti.

Ergoterapie a její cíle

- Cílem ergoterapie je umožnit osobám zachovat si maximální soběstačnost v běžných denních činnostech (z anglického originálu Activities of Daily Living, ADL) pracovních činnostech a aktivitách volného času. Nácvik činností, v kterých je osoba z důvodu onemocnění, úrazu, vývojové vadě či procesu stárnutí limitována, probíhá v reálných situacích a pokud to je možné i v jejím vlastním prostředí.

Prostředky ergoterapie

- Hlavním terapeutickým prostředkem v ergoterapii je smysluplná činnost či zaměstnávání, která pomáhá k obnově postižených funkcí. Zvolené činnosti zohledňují osobní, sociální, kulturní a ekonomické potřeby osoby, její aktuální funkční stav, věk, pohlaví a také podmínky prostředí, ve kterém se nachází. Výběr činností, které se využívají jako terapeutický prostředek, musí odrážet tyto skutečnosti a musí se vztahovat k sociálním rolím, které osoba zastává nebo se od ní očekávají

Cílem ergoterapie je:

- podporovat zdraví a duševní pohodu osoby prostřednictvím smysluplné aktivity/zaměstnávání
- pomáhat ve zlepšení schopností, které osoba potřebuje pro zvládání běžných denních činností, pracovních činností a aktivit volného času
- umožnit osobě naplňovat její sociální role
- napomáhat k plnému zapojení osoby do aktivit jejího sociálního prostředí a komunity

Komu a jak ergoterapie pomůže?

- Ergoterapie je určena lidem, kteří kvůli onemocnění (např. stav po cévní mozkové příhodě), úrazu, vývojové vadě či stárnutí mohou některé činnosti vykonávat jenom obtížně nebo je nemohou dělat vůbec.
- Dále pak rodině osoby nebo osobám pečujícím o postiženou osobu (nácvič znakové řeči, přesun z vozíku na lůžko)

Kdo je ergoterapeut?

- ◉ absolvent akreditovaného bakalářského studijního oboru pro přípravu ergoterapeutů
- ◉ absolvent tříletého studia oboru diplomovaný ergoterapeut na vyšší zdravotnické škole, pokud bylo studium prvního ročníku zahájeno nejpozději ve školním roce 2004/ 2005
- ◉ absolvent střední zdravotnické školy v oboru ergoterapeut, pokud bylo studium prvního ročníku zahájeno nejpozději ve školním roce 1998/ 1999
- ◉ absolvent pomaturitního specializačního studia léčba prací, pokud bylo studium prvního ročníku zahájeno nejpozději ve školním roce 2003/ 2004

Kde ergoterapeut pracuje?

- ⊙ ambulantní a lůžková zdravotnická zařízení
- ⊙ rehabilitační centra a ústavy; léčebny pro dlouhodobě nemocné
- ⊙ denní stacionáře, terapeutické dílny a komunitní programy pro osoby s duševním onemocněním
- ⊙ denní stacionáře a sociálně aktivizační služby pro děti, dospělé a seniory

Co ergoterapeut dělá?

- provádí ergoterapeutické vyšetření zaměřené na analýzu činností pacienta, hodnocení senzomotoriky, orientační vyšetření kognitivních funkcí ve vztahu k analýze běžných denních činností (ADL)

Co ergoterapeut dělá?

- provádí hodnocení a nácvik běžných denních činností (ADL) personálních (např. příjem jídla, osobní hygiena, koupání, oblékání, přesuny, použití WC) a instrumentálních (především příprava jídla, nakupování, běžný úklid, manipulace s penězi, používání dopravního prostředku) pomocí standardizovaných testů a hodnocení v nemocničním i domácím prostředí klienta

Co ergoterapeut dělá?

- ⊙ provádí hodnocení v oblasti pracovních a zájmových aktivit v kontextu fyzického a sociálního prostředí
- ⊙ na základě ergoterapeutického vyšetření a analýzy funkčních schopností **sestavuje krátkodobý a dlouhodobý plán terapie**
- ⊙ aplikuje ergoterapeutické postupy a metodiky v **individuální i skupinové ergoterapii**

Co ergoterapeut dělá?

- ⊙ ve spolupráci s ostatními odborníky **provádí rehabilitaci kognitivních funkcí a nácvik komunikačních a sociálních dovedností**
- ⊙ **doporučuje kompenzační a technické pomůcky** a učí pacienty, členy rodiny a ošetrovatelský personál tyto pomůcky využívat,
- ⊙ poskytuje **poradenské služby a instruktáže v otázkách prevence** vzniku komplikací a strukturálních změn u imobilních pacientů, spolupracují v tomto směru s ošetrovatelským personálem a rodinnými příslušníky klienta

Co ergoterapeut dělá?

- ◎ **zabývá se poradenstvím** v oblasti adaptace a kompenzace poruch a onemocnění i **v otázkách adaptace a úprav domácího prostředí** (v rámci individuálních domácích návštěv indikovaných lékařem)
- ◎ **podílí se na ergodiagnostickém vyšetření** (analýza pracovních činností a pracovního potenciálu) a **předpracovní rehabilitaci** (tréninku tolerance zátěže, vytrvalosti, nácviku pracovních dovedností apod.) a ve spolupráci s ostatními odborníky doporučuje vhodné pracovní a studijní začlenění osob se zdravotním postižením

Příprava na ergoterapii

- Přístup ergoterapeuta musí být velice individuální. Klienti s různým typem a rozsahem postižení mají samozřejmě rozdílné problémy v soběstačnosti. Navíc je třeba respektovat, že osoba s postižením má své specifické zvyky (např. někdo se jen sprchuje, jiný preferuje koupel ve vaně), specifické domácí prostředí a prostředí komunity, ve které žije (např. možnosti dopravy na vesnici jsou zcela jiné než ve velkoměstě).

Položky soběstačnosti

- Mezi položky soběstačnosti se počítá: příjem jídla, osobní hygiena, koupání, oblékání, nácvik přesunů (otáčení se na lůžku, přesuny z vozíku např. na WC, chůze do/ze schodů...), použití WC, manipulace s předměty denní potřeby, především příprava jídla, nakupování, běžný úklid, manipulace s penězi, obstarávání osobních záležitostí atd.

Opakovaný nácvik dovedností

- ◎ Soběstačnosti v některých případech se dá docílit **opakovaným nácvikem dovedností**
- ◎ Správný nácvik je velmi důležitý pro samostatné vstávání z lůžka a oblékání. Kromě jiného zde dochází k zapojení postižené strany. Včasné zapojování postižené strany má velký vliv na zlepšení postižené části (čím déle od vzniku postižení, tím menší šance na obnovení poškozených funkcí).

- Na následujícím obrázku můžeme vidět **nácvik otáčení osoby s ochrnutou jednou stranou těla (hemiparéza)**.



- Na tomto obrázku můžeme vidět **nácvik přesunu z lůžka na mechanický vozík.**



Kompenzační pomůcky

- Ergoterapeut sám nemůže předepsat žádnou kompenzační pomůcku, ale velkou měrou se podílí na jejím výběru pro konkrétního klienta. Výběr správné pomůcky by se rozhodně neměl podcenit, protože špatně vyhovující pomůcku klient nebude využívat a tím pádem nepřispěje ke zlepšení jeho soběstačnosti a zvýšení kvality života.



- ◎ Pomůcky se mohou rozdělit do třech kategorií: **pomůcky hrazené pojišťovnou, částečně hrazené pojišťovnou a nehrazené**

Odstranění bariér

- Kromě výběru a zácvičku zacházení s kompenzační pomůckou provádí ergoterapeut poradenství v oblasti odstraňování bariér v domácím prostředí a blízkém okolí.
- Je také třeba změnit způsoby provádění některých činností. Někdy stačí jiné uspořádání nábytku či pomůcek v kuchyni tak, aby se zde osoba s postižením mohla snáze pohybovat či aby vše zvládla z jednoho místa. Jindy lze činnost usnadnit (např. změna oblečení – sportovní podprsenku lze snáze obléknout než podprsenku na zapínání).

Užitečné odkazy

- ◎ Liga vozíčkářů: <http://ligavozick.skynet.cz/ip/index.php> (zde najdete informace o pomůckách, příspěvkách a důchodech, pracovních možnostech, službách, úpravy bariér, organizace pro lidi s postižením, volnočasové aktivity)
- ◎ Informace o pomůckách: <http://www.dmapraha.cz/static/jak-ziskat-pomucku>
- ◎ Informace o zdravotně postižených: <http://www.dobromysl.cz/citarna/zakladni-info.htm> (práce, škola, bydlení, volný čas, pomůcky atd.)
- ◎ Montáž, demontáž, výrobu a vývoj komponentů do vozidel pro osoby s tělesným postižením: <http://www.invacar.com/>

zdroje

- Jelínková, Jana (ergoterapeut), Krivošíková, Mária, Sajtarová, Ludmila. **Ergoterapie**. Jana Jelínková, Mária Krivošíková, Ludmila Sajtarová. Vyd. 1. Praha : Portál, 2009. 270 s. : , il. ; . ISBN 978-80-7367-583-7 (brož.) :.
- Ergoterapie
(online)<http://www.ergoterapie.org/Page.aspx?PageID=1>
- <http://obchod.portal.cz/produkt/ergoterapie/>
- <http://www.ordinace.cz/clanek/ergoterapie-pomuze-fyzicky-postizenym-k-sobestacnosti/>
- <http://www.dmapraha.cz/katalog/pomucky-do-koupelny/>