

Úvod do rehabilitačního ošetřovatelství

Rehabilitace

- RE – předpona ve smyslu znovuoobnovení, návrat, opakování děje
- HABILIS – schopný, způsobilý
- Komplexní činnost vedoucí k co nejrychlejší a maximální možné úpravě poškozených nebo ztracených funkcí a k dosažení co nejlepší kvality života pacienta (maximální soběstačnost)
- Cílem je **AKTIVNÍ** život postiženého

Rehabilitace - historie

- Využití pohybu a přírodních zdrojů k léčbě již v dávné historii
- Čína – 3 tis. let př.n.l. – akupunktura, cvičení – tai – chi, kung – fu
- Indie – 3 tis. let př.n.l. – jóga, ajurvéda, klimatoterapie
- Řecko – kalokaghathia – harmonie těla i ducha
- Řím – cvičení jako příprava na válku

Rehabilitace - historie

- Pojem rehabilitace - v USA během 1. světové války – pomoc zraněným vojákům s návratem do života
- V ČSR – prof. Jedlička během 1. světové války ústavy – poliomyelitida – vzdělávání českých sester v rehabilitaci sestrami z USA (metoda sestry Kenny)

Rehabilitace - historie

- 50. léta vznikala fyziatrická oddělení
- 60. léta rehabilitační oddělení
- 1962 založení České rehabilitační společnosti
- 1973 – koncepce Fyziatrie, Balneologie a Léčebné rehabilitace

Rehabilitace - podmínky úspěchu

- Mezioborová spolupráce – lékař, zdravotní sestra, fyzioterapeut, ergoterapeut, logoped, sociální pracovník, psycholog, ošetřovatel, rodina, PACIENT
- Fungující komunikace
- Společný cíl
- Jednotný přístup

Rehabilitace

- Pracovní
 - Pedagogická
 - Sociální
 - Léčebná
-
- Uplatňuje se ve všech medicínských oborech, v posledních desetiletích velký rozmach (civilizační choroby, stárnutí populace, urychlení pooperační péče.....)

Léčebná rehabilitace

- U většiny nemocných je hlavní složkou rehabilitace
- Vytváří optimální podmínky pro rehabilitaci pracovní a sociální

Léčebná rehabilitace

- Fyzioterapie – diagnostika, metody fyzioterapie, spec. metodiky, manuální techniky
- Ergoterapie – léčba prací, zaměstnáváním
- Fyzikální terapie – využití přírodních zdrojů

- Cílem – obnova, zlepšení nebo náhrada ztracených nebo poškozených funkcí, udržení funkce nebo zpomalení progresu, prevence vzniku sekundárních komplikací, odstranění nebo zmírnění symptomů nemoci

Fyzioterapie diagnostika

- Anamnéza
- Subjektivní obtíže pacienta
- Objektivní vyšetření
 1. Stav vědomí, orientace, spolupráce, samostatnost, soběstačnost, kognitivní funkce
 2. Kineziologický rozbor – kompletní vyšetření pohybového aparátu

Fyzioterapie diagnostika

- Stanovení hlavního problému
- Krátkodobý rehabilitační plán
- Dlouhodobý rehabilitační plán

- Využití různých standardizovaných testů
- Vyšetření na začátku, v průběhu, na konci pobytu

Metodiky fyzioterapie

- Analytické – cvičení dle svalového testu - Janda
- Syntetické – metodiky na neurofyziologickém podkladě – využití plasticity mozku, čítí, vnímání, reflexní principy
- Individuálně, skupinově, ve vodě

Fyzioterapie – analytické cvičení

- Aktivní cvičení
- Aktivní cvičení s dopomocí
- Pasivní cvičení
- Kondiční cvičení
- Dechová cvičení
- Cévní gymnastika
- Reeducace pohybu – rozsah pohybu, svalová síla, využití facilitačních technik

Fyzioterapie – syntetické metody

- Reeducace statických a lokomočních funkcí
- Koordinace, pohybové stereotypy
- Speciální metodiky (metodiky na neurofyziologickém podkladě) – Vojtova metoda reflexní lokomoce, Bobath koncept, DNS, PNF,.....
- Využití facilitačních technik

Metodiky na neurofyziologickém podkladě

- Kurzy pro fyzioterapeuty a ergoterapeuty
- Výběr vhodné metodiky podle typu postižení, v jaké fázi onemocnění se pacient nachází, jaký mám terapeutický cíl
- Vojtova metoda, Bobath koncept, Měkké a mobilizační techniky, Spirální dynamika a další
- Pro pacienta poměrně velká zátěž

Manuální techniky

- Měkké techniky – práce s měkkými tkáněmi – kůže, podkoží, fascie, svaly
- Mobilizace kloubů – odstranění kloubních blokád
- Trakce

Fyzikální terapie

- Elektroterapie
- Hydroterapie
- Fototerapie – laser, solux
- Mechanoterapie – ultrazvuk
- Magnetoterapie
- termoterapie

Fyzikální terapie – účinky

- Analgetický
- Myorelaxační
- Stimulační (svaly, nervy)
- Celkově relaxační
- Antiedematózní
- Biostimulační

Fyzikální terapie – kontraindikace

- Celkově závažné stavy
- Horečnaté stavy
- Onkologická onemocnění
- Poruchy integrity kůže
- Kardiostimulátor
- Kovy
- Absolutní x relativní
- Specifické ke konkrétním procedurám

Ergoterapie

- Léčba prací, pracovní terapie
- Navazuje na fyzioterapii, kdy obnovené nebo zlepšené fce zařazuje do běžných denních činností

Ergoterapie diagnostika

- Hodnotí psychický a fyzický potenciál klienta
- Odhaduje rezervy a limity v dosažení maximální nezávislosti
- Hodnotí sociální situaci klienta
- Hodnotí míru samostatnosti a soběstačnosti
- Testy

Ergoterapie

- Individuálně, na základě podrobného vyšetření
- Stanovena ve spolupráci s klientem-MOTIVACE!
- Individuální
- Skupinová

Ergoterapie

- Zaměřená na postiženou oblast
- Zaměřená na trénink základní sebeobsluhy a soběstačnosti
- Před pracovním začleněním
- K účelnému vyplnění volného času a udržení či zlepšení psychické a fyzické kondice

Ergoterapie zaměřená na postiženou oblast

- Činnosti směřující k obnově poškozené funkce
- Zlepšení koordinace, svalové síly, rozsahů pohybů, přesnosti pohybu, nácvik správných event. kompenzačních pohybových stereotypů.
- Polohování – funkční, zaměřené na kvalitu úchopu

Úvod do rehabilitačního ošetřovatelství



Úvod do rehabilitačního ošetřovatelství



Úvod do rehabilitačního ošetřovatelství



Úvod do rehabilitačního ošetřovatelství





Úvod do rehabilitačního ošetřovatelství



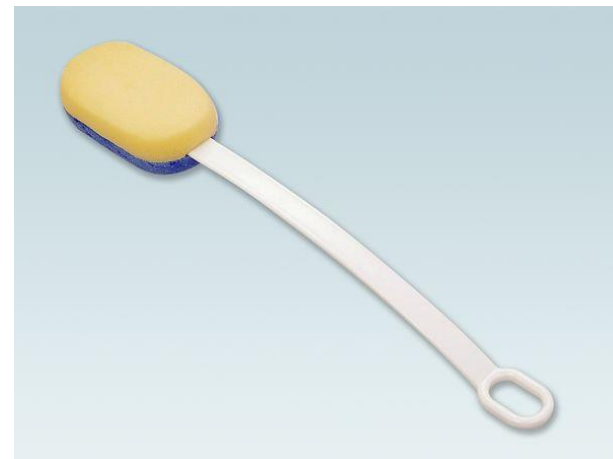
Trénink základní sebeobsluhy a soběstačnosti

- Trénink běžných denních činností (ADL)-hygiena, jídlo, oblékání, nakupování, vaření, praní...
- Trénink přesunů – zaškolení rodiny
- Výběr vhodných kompenzačních a podpůrných pomůcek – hygiena, jídlo, oblékání
- Uzpůsobení domácího prostředí

Pomůcky do koupelny

- sedačka na vanu
- sedačka do vany
- sedačka do sprchy
- nástavec na WC
- protiskluzová podložka
- toaletní křeslo
- madlo

Úvod do rehabilitačního ošetřovatelství



Pomůcky do kuchyně

- kráječ chleba
- prkénko na přidržení potravin
- držáky
- škrabky na ovoce a zeleninu
- otvírač láhví
- různé typy pohárků a příborů

Úvod do rehabilitačního ošetřovatelství



Pomůcky k oblékání

- pomůcka na zapínání knoflíků
- navlékač ponožek
- lžice k obouvání



Ergoterapie před pracovním začleněním

- Hodnocení a trénink pracovních dovedností.

Ergoterapie k účelnému vyplnění volného času a udržení či zlepšení psychické a fyzické kondice

- Kondiční ergoterapie.
- Většinou skupinová.
- Trénink pohotovosti, myšlení, řešení různých situací, rozhodování, spolupráce, plánování pracovních postupů...

Rehabilitační ošetřovatelství

- Součást rehabilitace, kterou provádí oš. personál (VS, ošetřovatel, sanitář, pečovatel)
- Úkony rehabilitačního ošetřovatelství si sestra indikuje sama na základě vlastního vyšetření nebo na základě doporučení fyz/ergo
- je jeho koordinátorem

Rehabilitační ošetřovatelství

- Vychází ze spolupráce fyzioterapeuta, ergoterapeuta a oš. personálu - efektivita
- Základem je komunikace a dobrá informovanost všech členů týmu
- Pokud je to možné, vyžadovat spolupráci a aktivitu pacienta – není pasivní procedurou!
- Je prevencí komplikací z inaktivity a imobility, vede pacienta k soběstačnosti

Inaktivita a imobilita

- Inaktivita – omezení pohybových a psychických schopností z důvodu poruch v oblasti psychiky
- Imobilita – vlivem nemoci nebo úrazu dochází k přechodné nebo trvalé ztrátě či omezení pohybových schopností z důvodu postižení pohybového nebo vnitřního systému

Komplikace z imobility a sekundární změny

- Tzv. imobilizační syndrom
- Respirační systém → nedostatečná ventilace plic, horší vykašlávání → hromadění sekretu → pneumonie, atelektázy
- KVS → nedostatečný žilní návrat → žilní městnání, tromboflebitidy → embolie

Komplikace z imobility a sekundární změny

- Zažívací trakt → snížená fce střev → zácpa → ileus
- Močový systém → nedokonalé vyprazdňování močového měchýře → záněty, urolithiázy → septický stav
- Kůže → dlouhodobý tlak, trofické změny → dekubity → septický stav

Komplikace z imobility a sekundární změny

- Pohybový systém → zkrácení svalů, kontraktury
→ kloubní deformity až ankylóza
→ svalová hypotrofie až atrofie → oslabení svalové fce až plegie
→ endokrinní a metabolické změny → osteoporóza

Komplikace z imobility a sekundární změny

- Psychika → nedostatek podnětů a kontaktů s okolím, strach, úzkost → změny chování → urychlení demence, poruchy osobnosti

Vyšetření pacienta pro potřeby rehabilitačního ošetřovatelství

- Stav vědomí, komunikace, orientace, spontánní aktivita, psychický stav, kognice, spolupráce, smyslové vnímání
- Poloha, pohyb
- Stav kůže
- Mobilita – sed, stoj, chůze, rovnováha
- Samostatnost, soběstačnost – úkony ADL, vyprazdňování
- Dechové funkce
- → volba vhodných přístupů rehab. oš.

Polohování

SESTRA

- Změny poloh po 2 hod, preventivní polohování při počínajících sekundárních změnách

FYZIOTERAPEUT

- Korekční polohování, zajistit speciální pomůcky, určit přesné polohy

Pasivní pohyby

SESTRA

- Pasivní pohyby plegických končetin při aktivitách ADL
- Nikdy neprotahovat násilím!!!

FYZIOTERAPEUT

- Protahování zkrácených struktur, dosažení maximálního možného rozsahu pohybu v kloubech

Vertikalizace a lokomoce

SESTRA

- Vertikalizace na lůžku, posazování k jídlu, na hygienu, zajištění bezpečnosti, pomoc při přesunech, při nejisté chůzi

FYZIOTERAPEUT

- Nácvik stability sedu, stoje, chůze, přesunů, vybavení podpůrnými pomůckami

Kondiční cvičení

SESTRA

- Kontrola zadaných úkolů, motivace pacienta

FYZIOTERAPEUT

- Aktivní cvičení pohyblivých částí těla, naučení cviků, zadání úkolů

Dechová rehabilitace

SESTRA

- Kontrola zadaných úkolů dle instrukcí fyzioterapeuta, dezinfekce pomůcek, hygiena dýchacích cest, větrání, manuální pomoc při vykašlávání, inhalace, zajištění vhodné polohy pro provádění cviků, statické dýchání

FYZIOTERAPEUT

- Nácvik dechové gymnastiky, provádění složitějších technik respirační fyzioterapie, instruktáže sester

Obnovení poškozených funkcí

SESTRA

- Využívání zachovalých a obnovených funkcí v ADL

FYZIOTERAPEUT

- Speciální metodiky, posilování oslabených svalů, cvičení rozsahu pohybu, informovat zdravotní sestru o dovednostech a schopnostech pacienta

Informace pro pacienta a rodinné příslušníky

SESTRA

- Podávání léků spolu s lékařem, strava, hygiena, péče o chronické defekty, vyprazdňování, životospráva

FYZIOTERAPEUT

- Denní pohybový režim, domácí rehabilitace, pomůcky, úprava prostředí, jak s pacientem zacházet v ADL



Děkuji za pozornost