




Názov a kód projektu	Moderné vzdelávanie pre prax 2 / 312011ACM2	Názov pedagogického klubu
Pracovný list	Nácvik, sedu, stoja a chôdze.	Klub jazykových zručností
Charakteristika	Nácvik sedu, stoja a chôdze je dôležitou súčasťou ošetrovateľskej starostlivosti. Je zameraný na obnovu, zlepšenie alebo udržanie mobility pacienta a prevenciu komplikácií z imobility.	

 Kľúčové slová	Key words
<ul style="list-style-type: none"> - imobilita - spustené nohy - cítim sa sviežo - postihnutá strana tela - cez okraj postele - držať sa - točí sa mi hlava - dýchajte zhlboka - zabezpečiť oporu pacienta - chytiť sa - zvládnuť - pomôcť - postaviť sa - chodítka - pozeráť rovno pred seba - pokrčiť nohy - chvíľu počkať - zdvihnúť panvu - vysunúť sa vyššie - rebríček - podpera 	

 Pracovný postup - Workflow
<ul style="list-style-type: none"> - Informovať pacienta a požiadať ho o spoluprácu <p><i>Nácvik sedu na posteli s vystretými DK</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - pacient sám alebo s pomocou zdravotníka - použiť pomôcky doplnujúce posteľ – rebríček, hrazdička, debnička, podpera <p><i>Nácvik sedu na posteli so spustenými DK</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - pacienta pretočiť na bok - pokrčené DK preložiť cez okraj postele - pomôcť pacientovi posadiť sa - zabezpečiť oporu pacienta, chodidlá podložiť stolčekom, pozor na závrat a pád <p><i>Nácvik stoja</i></p>

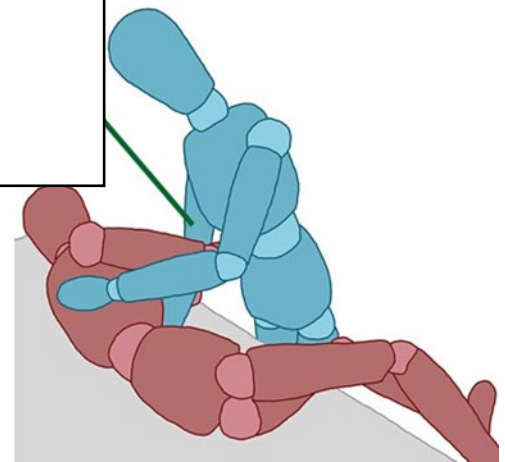
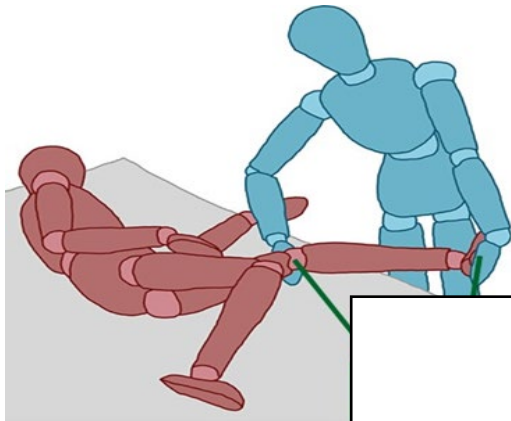
<ul style="list-style-type: none"> - po ca.15 min. začať s nacvičovaním stoja pri posteli - obuť pohodlnú obuv s nekĺzavou podrážkou - držať pacienta okolo pásu a za ruku, postaviť sa - pomôcť pacientovi znovu sa pomaly usadiť, po pauze výkon opakovať <p><i>Nácvik chôdze</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - postaviť pacienta - istiť pacienta na postihnutej/ slabšej strane tela, poskytovať pacientovi oporu - p. p. použiť chodítko - robiť pomalé kroky na krátku vzdialenosť 	
 Charakteristika – Characteristics (PS – praktická sestra/Practical nurse, P – pacient/Patient)	
Rozhovor	Conversation
PS: Dobré ráno pán Novák.	PN:
P: Dobré ráno, sestrička.	P:
PS: Ako ste sa vyspali pán Novák?	PN:
P: Ďakujem dobre, cítim sa sviežo.	P:
PS: Výborne, tak sa skúsime posadiť.	PN:
P: A pomôžete mi?	P :
PS: Samozrejme. Otočte sa pomaly na bok a preložte si nohy cez okraj postele.	PN :
P: Robím to dobre?	P:
PS: Výborne a teraz vám pomôžem posadiť sa.	PN:
P: Ďakujem vám za pomoc, sám to nezvládam.	P:
Rozhovor	Conversation
PS: Pán Novák a ako sa cítite teraz?	PN:
P: Trochu sa mi točí hlava?	P:
PS: V poriadku, chvíľku počkáme, zhlboka dýchajte a pozerajte rovno pred seba.	PN:
P: Áno, už mi je lepšie.	P:
PS: Výborne. Chyťte sa teraz tohto chodítka a postavte sa.	PN:

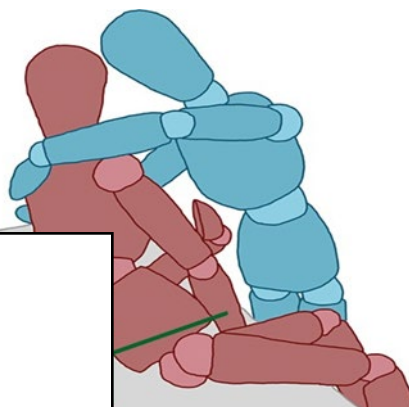
P: Aha, už stojím. Teším sa.	P:
PS: Áno, ste veľmi šikovný. Na teraz to však stačí. Znova si sadnite a pomôžem vám vrátiť sa do postele.	
P: Ďakujem vám veľmi pekne, aj som sa unavil. Som rád späť v posteli.	

Pracovné úlohy - Tasks

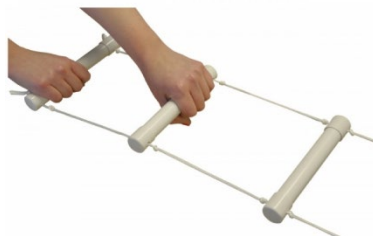


1. Popíš obrázky – nácvik sedu so spustenými DK:





2. Pomenujte obrázky:



3. Správne priradíte a farebne označíte rozhovor medzi sestrou a pánom Novákom:

Sestra: A - E

Pán Novák: 1- 5

A: Rukami sa chyťte hrazdičky a pokrčte nohy v kolenách.

5: Takto? Robím to dobre?

1: V poriadku pokúsím sa.

C: Pán Novák, pokúsite sa posunúť vyššie na posteli a potom posadiť.

3: Som dostatočne vysunutý?

D: Dobrý deň, pán Novák.

B: Áno, výborne. Teraz si zdvihnete panvu a posuňte sa vyššie.

4: Dobrý deň, sestrička.

2: Ďakujem. Cítim sa výborne, keď sedím.

E: Áno. Ešte vám zdvihnem podperu a už pekne sedíte.

Výsledok rozhovoru:

.....
.....
.....
.....
.....

