

Učebný plán kurzu opatrovania

Názov témy:	Počet hodín – z toho:	Teoretická časť prezenčná:	Teoretická časť dištančná:	Praktická časť:	Lektor:
Úvod do opatrovania	2	1	1		
Právna úprava v oblasti sociálnych služieb	8	7	1		
Anatómia a fyziológia ľudského tela	10	8	2		
Prevenca, hygiena a epidemiológia	8	6	2		
Prvá pomoc	20	8	4	8	8 hodín teoretickej časti prezenčne 8 hodinový kurz 1.pomoci OS ZZS SR
Aktívne opatrovateľstvo, komunikácia a asertivita	20	7	3	10	
Opatrovateľské techniky	23	9	4	10	
Mobilita, motorika a pohybová aktivácia	18	6	2	10	
Základy kliniky vybraných chorôb	5	3	2	1.	
Starostlivosť o klienta vo vyššom veku a jeho charakteristika	10	8	2	1.	
Starostlivosť o klienta v terminálnom štádiu	9	5	4		
Náuka o výžive a správnej životospráve	5	3	2		

Meranie fyziologických funkcií	5	3	0	2	
Podávanie liekov a asistencia pri podávaní liekov	5	5	0		
Špecifiká opatrovania detí s vybranými chorobami	10	5	5		
Prax	80			80	Zmluvné zariadenie
Hodiny spolu:	238	84	34	120	

Teoretická časť v celkovom rozsahu 118 hodín, z toho prezenčná forma 84 hodín, dištančná 34 hodín.

Praktická časť 40 hodín, prax 80 hodín

Anna Miklósová a Monika Takácsová sú schválení ako lektori, no v súčasnosti nevykonávajú aktívnu činnosť.

Rozpis hodín vo formáte: prezenčne / dištančne / praktická časť = p / d / pč

Úvod do opatrovania – 2 hod. 1p / 1d

- História opatrovania
- Opatrovateľstvo a vzťah k iným disciplínam

Právna úprava v oblasti sociálnych služieb – 8 hod. 7p / 1d

- Zákon č. 448/2008 Z. z. Zákon o sociálnych službách a o zmene a doplnení zákona č. 455/1991 Zb. o živnostenskom podnikaní (živnostenský zákon) v znení neskorších predpisov
- Porovnanie kompetencií opatrovateľa v ZSS a v domácnosti / rozdiely
- Zákon č. 311/2001 Z. z. Zákonník práce
- Ústavný zákon č. 460/1992 Zb. Ústava Slovenskej republiky
- Európsky dohovor o ľudských právach
- Zákon č. 345/2022 Z. z. Zákon o inšpekcii v sociálnych veciach a o zmene a doplnení niektorých zákonov
- Štandardy kvality
- Zákon č. 124/2006 Z. z. Zákon o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci a o zmene a doplnení niektorých zákonov

Anatómia a fyziológia ľudského tela – 10 hod. 8p / 2d

- Somatológia
- Zmyslové orgány
- Koža
- Oporná a pohybová sústava
- Tráviaca sústava
- Dýchacia sústava
- Obehová sústava
- Vylučovacia sústava
- Nervová sústava
- Rozmnožovacia sústava

Prevenia, hygiena a epidemiológia – 8 hod. 6p / 2d

- Vírusové a bakteriálne infekcie
- Hygiena rúk ako základ prevencie
- Chrípka a Covid
- Preventívne opatrenia
- Dezinfekcia pracovného prostredia

Prvá pomoc – 20 hod. 8p / 4d / 8pč

- 8 hod. akreditovaný kurz 1.pomoci Operačné stredisko zdravotnej záchrannej služby SR
- 12 hod. najčastejšie modelové situácie v domácnosti a zariadeniach soc. služieb
- Reakcie na konkrétnu situáciu
- Privolanie pomoci
- Dokumentovanie a oznamovanie kompetentným osobám
- Opatrenia na predchádzanie úrazov

Aktívne opatrovatel'stvo, komunikácia a asertivita – 20 hod 7p / 3d / 10 pč

- Opatrovateľský proces
- Ošetrovateľský proces – porovnanie s opatrovateľským procesom
- Osobná asistencia – porovnanie s opatrovaním.
- Komunikácia s klientom
- Komunikácia s rodinou
- Komunikácia v tíme
- Verbálna a neverbálna komunikácia
- Techniky a praktické nácviky
- Asertivita, zrelosť osobnosti
- Úvod do problematiky Validácie – komunikácie s klientom trpiacim Alzheimerovou chorobou a starobnou demenciou Alzheimerového typu

Opatrovateľské techniky – 23 hod. 9p /4d / 10pč

- Ergonómia a kinestetika
- Úvod do Bazálnej stimulácie
- Polohovanie antidekubitové, bazálne, VATI (na podporu dýchania)
- Posadzovanie a vertikalizácia klienta
- Hygienická starostlivosť – čiastočná, úplná, sprcha, kúpeľ - štandard
- Bandáž dolných končatín
- Vylučovanie moču a stolice – pomoc
- Starostlivosť o stómiu
- Starostlivosť o katéter a močové vrečko
- Používanie pomôcok – polohovateľná posteľ, zdviháky, atď...
- Nastavenie pomôcok
- Obliekanie
- Manipulácia s klientom po mozgovej príhode
- Manipulácia s klientom DMO (detská mozgová obrna)
- Manipulácia s paraplegikom
- Manipulácia s tatraplegikom

- Podávanie podkožnej injekcie (Inzulín, Fraxiparine)

Mobilita, motorika a pohybová aktivácia – 18 hod. 6p / 2d / 10pč

- Imobilizačný syndróm
- Aktivácia telesných sústav podľa imobilizačného syndrómu
- Rehabilitácia a cvičenie s klientom – preventívna a podľa pokynov fyzioterapeuta
- Cviky na podporu sily a rovnováhy
- Cviky na podporu jemnej motoriky
- Cviky pre klienta s Parkinsonovou chorobou
- Oboznámenie s testami na posúdenie sily, rovnováhy a ohybnosti

Základy kliniky vybraných chorôb – 5 hod. 3p / 2d

- Cukrovka
- Alzheimerova choroba a starobná demencia
- Choroby srdca a ciev
- Parkinsonova choroba a parkinsonské syndrómy
- Osteoporóza
- Artritída
- Inkontinencia
- Dekubity
- Obstipácia

Starostlivosť o klienta vo vyššom veku a jeho charakteristika – 10 hod. 8p / 2d

- Stárnutie - proces
- Riziko pádov a prevencia
- Poruchy zmyslových orgánov
- Sociálne prostredie
- Vplyv vybraných chorôb na klienta a potreby opatrovania

Starostlivosť o klienta v terminálnom štádiu – 9 hod. 5p / 4d

- Smrť a umieranie
- Základné princípy starostlivosti – multidisciplinárny tím
- Paliatívna starostlivosť
- Uspokojovanie biologických, psychologických a spirituálnych potrieb klienta
- Postup pri nájdení klienta bez známok života

Náuka o výžive a správnej životospráve – 5 hod. 3p / 2d

- Zdravá strava a estetika podávanej stravy
- BMI
- Pitný režim

- Stravovací režim – riziká
- Podávanie stravy na lôžku
- Podávanie stravy ústami – riziká aspirácie
- Výživové sondy – druhy podľa zavedenia
- Podávanie stravy a tekutín sondou

Špecifická opatrovania detí s vybranými chorobami – 10 hod. 5p / 5d

- Porovnanie Kurzu opatrovania a Kurzu opatrovania detí
- Potreby detí s vybranými chorobami
- Cukrovka I. typu
- Astma
- Alergie
- Epilepsia
- Downov syndróm
- Poruchy autistického spektra
- Ťažké mentálne postihnutie

Meranie fyziologických funkcií – 5 hod. 3p / 2pč

- Rozdiel v kompetenciách opatrovateľa v domácnosti a ZSS
- Hodnoty vitálnych funkcií
- Glykémia – meranie / rozdiel v mieste merania a type prístroja
- Krvný tlak – meranie / rozdiel v mieste merania a type prístroja
- Pulz - meranie / rozdiel v mieste merania a type prístroja
- Teplota - meranie / rozdiel v mieste merania a type prístroja
- Saturácia
- Dych
- Diuréza
- Príprava klienta a opatrovateľky
- Starostlivosť o pomôcky
- Dokumentácia

Pomoc pri podávaní liekov – 5 hod. 5p

- Rozdiel v kompetenciách opatrovateľa v domácnosti a ZSS
- Rozdiel medzi podávaním liekov a pomoci pri podávaní liekov
- Základy farmakológie
- Kontraindikácie liekov a potravín
- Aplikácia mastí, kvapiek a s.c. injekcii
- Dokumentácia spojená s farmakológiou
- Likvidácia liekov po expirácii a nepotrebných liekov

Prax – 80 hod. Vybrané úkony podľa typu zmluvného zariadenia sociálnych služieb

Výkon činností počas praxe:

V oblasti výživy:

- príprava jedla a nápojov
- servírovanie stravy, pomoc pri jedení

V oblasti telesnej starostlivosti:

- pomoc pri telesnej hygiene: sprcha, kúpeľ, intímna hygiena, ústna hygiena, starostlivosť o vlasy, výmena inkontinenčného materiálu
- celkové a čiastkové umývanie tela klienta v posteli
- starostlivosť o okuliare, načúvací aparát, o hygienu pomôcok
- pomoc pri obliekaní sa, vyzliekaní sa, prezliekaní sa
- pomoc pri používaní izbového WC, jeho hygiena a dezinfekcia
- aktívne a pasívne polohovanie, jednoduchá aktivizácia v posteli: polohovanie postele, vysádzanie klienta do polohovacieho kresla

V oblasti podpory pohybu:

- pomoc pri vstávaní, sadaní, ľahu, chôdzi a prevoze
- využívanie pomôcok pri pohybe: rôzne chodítka, invalidný vozík, výtah, zdvihák, atď.

V zdravotnej oblasti:

- obstarávanie receptov od lekára, výber liekov v lekárni, pripomínanie včasného užitia liekov
- sprievod klienta na lekárske vyšetrenie
- podávanie hlásenia zodpovednej osobe (príbuznému/kurátorovi), lekárovi

V oblasti sociálnej:

- viesť rozhovory s klientom, spoločné aktivity (vyplňanie voľného času)
- podpora komunikácie v sociálnom prostredí
- motivácia k samostatnosti a svojpomoci
- sprievod klienta a pomoc pri úradných vybavovaniach
- udržiavanie kontaktu a výmena informácií s príbuznými, sociálnym pracovníkom, diplomovaným personálom a lekárom

V oblasti starostlivosti o domácnosť:

- udržiavanie poriadku v bezprostrednom okolí: v kúpeľni/WC, v kuchyni (umývanie riadu, starostlivosť o spotrebiče, utierať prach, zametať, umývať a vysávať podlahy, vynášanie odpadu, atď.), zabezpečiť vhodné vetranie priestorov
- udržiavanie postele a ostatných zdravotných pomôcok v čistote, prezliekanie a pranie posteľnej bielizne, pranie a žehlenie bielizne.
- nákupy pre osobnú potrebu klienta
- udržiavať poriadok v osobných veciach

V oblasti vedenia dokumentácie:

- vedenie záznamu merania fyziologických funkcií, záznamu udalostí a zmien u klienta
- vedenie domácej knihy
- vedenie dokumentácie poskytovaných služieb
- zoznam aktuálne užívaných medikamentov