

# STRUČNÝ POPIS NĚKTERÝCH POSTUPŮ KVALITNÍ PÉČE O PACIENTY

Cíl: znovu získat kondici a vitalitu

## PO OPERACI PLOTÉNKY - BEDERNÍ PÁTEŘ

V době hospitalizace:

- Návčik stoje od 2. dne operace a krátké procházky po oddělení a později areálu nemocnice.
- Kondiční cvičení na lůžku na zádech, bocích, břiše, v podporu klečmo až do 7. dne od operace.
- Od 7. - 14. dne cvičení ve všech polohách na žíněnce v tělocvičně, včetně návčiku správných pohybových stereotypů a rotačních pohybů.
- 14. den návčik sedu na židli, na balónu a propuštění do ambulantní péče.

Ambulantní péče:

- Od 14. dne autoterapie v domácím prostředí včetně dodržování zásad správného pohybového režimu.
- Od 21. dne fyzioterapie ambulantní s cílem obnovit rozsah pohybů všemi směry a pozvolné zvyšování úrovně zátěže podle individuálního stavu jedince až do 2 - 3 měsíců od operace, s cílem plně obnovit kondici.
- Doporučení vhodných sportů, správného ergonomického prostředí na pracovišti i doma.
- Eventuální lázeňská péče nejdříve po 3 - 6 měsících od operace.

HLAVNÍ KONTRAINDIKACE BĚHEM LÉČBY: NADMĚRNÁ ZÁTĚŽ PŘEDKLONU

## PO OPERACI PLOTÉNKY - KRČNÍ PÁTEŘ

V době hospitalizace:

- Pacient nosí límec dle indikace lékaře.
- Návčik stoje 2. den po operaci a krátké procházky po oddělení nebo areálu nemocnice.
- Kondiční cvičení na lůžku na zádech, bocích, vsedě, vstoje obvykle do 7. dne operace, či kratší době hospitalizace.
- Návčik správného sedu se provádí z hlediska prevence. Sed není okamžitě po operaci kontraindikací.

Ambulantní péče:

- Od propuštění z nemocnice pacient provádí doporučená cvičení samostatně včetně např. jízdy na ortopedu se vzpřímeným držení těla cca 5 minut a pozvolna zvyšuje dávky dle kondice.
- Od 8. dne dochází na ambulantní fyzioterapii, kde se provádí buď speciální cvičení na úpravu paréz či se zvyšuje kondice po operaci.
- Po sundání límce se provádí speciální fyzioterapie na uvolnění krční páteře a obnovení rozsahu pohybu všemi směry, léčba trvá od operace přibližně 3 měsíce.
- Doporučení vhodných sportů včetně ergonomie a správných pohybových stereotypů, korekce sedu, stoje.
- Eventuální lázeňská péče nejdříve po 6 měsících od operace.

HLAVNÍ KONTRAINDIKACE BĚHEM LÉČBY: NADMĚRNÁ ZÁTĚŽ PŘEDKLONU

# STRUČNÝ POPIS NĚKTERÝCH POSTUPŮ KVALITNÍ PÉČE O PACIENTY

Cíl: znovu získat kondici a vitalitu

## PO CÉVNÍ MOZKOVÉ PŘÍHODĚ NEBO-LI MOZKOVÉ MRTVICI

V době hospitalizace na neurologickém oddělení:

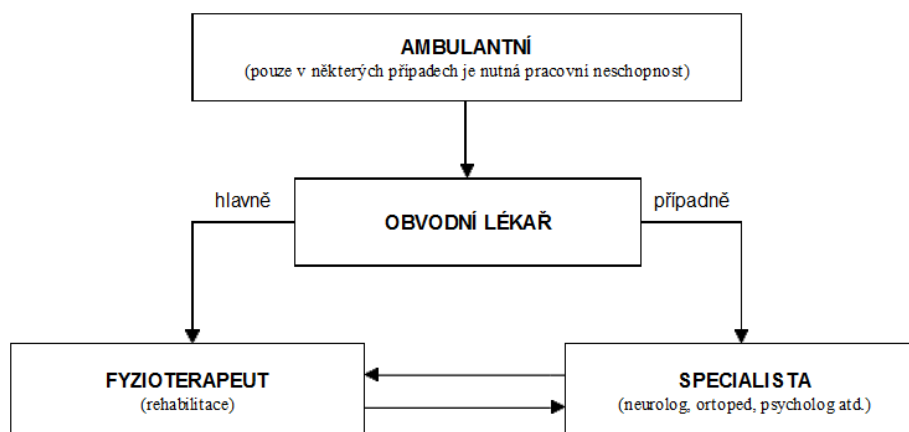
- Od prvního dne je třeba udržovat pasivním cvičením kloubní rozsahy končetin, je-li pacient v bezvědomí nebo za jeho aktivní spolupráce provádět cvičení s dopomocí na lůžku vleže na zádech včetně dechové gymnastiky a polohováním těla zabránit vzniku proleženin.
- Podle stavu pacienta a indikace lékaře provádět brzkou vertikalizaci do sedu a pak do stoje.
- Využitím speciálních technik obnovit svalovou sílu obličeje, krku, trupu, končetin a naučit pacienta soběstačnosti např. posadit se, stoupnout si a chodit.

Následná hospitalizace na rehabilitačním / specializačním oddělení:

- Vyžaduje-li to stav pacienta, pokračuje péče na rehabilitačním oddělení a využívají se všechny dostupné metody (Kabat, Bobat, atd.) k obnovení svalové síly, rozsahu pohybu a celkové kondici a soběstačnosti pacienta.
- Pacient je cvičen ve všech polohách tj. na zádech, bocích, břiše, podporu klečmo, kleku, stoje, sedu, chůze v chodítku, u zrcadla.
- Dosáhlo-li se určité soběstačnosti pacienta tj. pacient je schopen např. přesunout se z lůžka na vozík, nebo chůze s pomůckou – je propuštěn do ambulantní péče.
- V ambulantní péči je sledován, případně je mu doporučena asistenční péče fyzioterapeuta do domovského ošetření či ambulantní fyzioterapie včetně doporučení možných ortopedických / ortoprotetických pomůcek ke kvalitnímu způsobu života.
- Eventuální lázeňská péče 6 měsíců od náhlé cévní příhody.

## PŘI BOLESTI ZAD

PRIMÁRNÍ PÉČE:



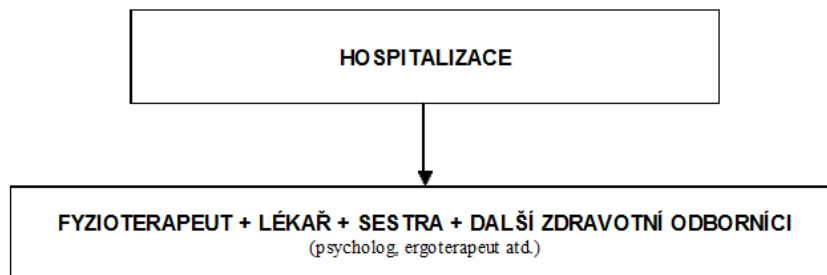
Každý pacient by měl vědět, že bolesti zad se zbaví hlavně pohybovou léčbou nikoliv pouze medikamentózní léčbou, nejde-li o extrémní bolest. Délka trvání péče u fyzioterapeuta je 2 - 4 týdny.

# STRUČNÝ POPIS NĚKTERÝCH POSTUPŮ KVALITNÍ PÉČE O PACIENTY

Cíl: znovu získat kondici a vitalitu

---

SEKUNDÁRNÍ PÉČE:



Pohotovost vyhledáme zcela výjimečně.