**Posudzovanie odkázanosti na pomoc inej osoby podľa prílohy č. 3 zákona č. 448/2008 Z.z. o sociálnych službách**

**1. Stravovanie a pitný režim**

* umiestnenie jedla na tanier,
* naliatie tekutiny do pohára, šálky a schopnosť ich prenesenia,
* bezpečné prenesenie jedla a tekutín z jedného miesta na druhé,
* úprava jedla a tekutín pred konzumáciou (napríklad odstránenie a otváranie obalu, ošúpanie ovocia a zeleniny, otvorenie fľaše),
* rozdelenie (nakrájanie) potravy na menšie kúsky,
* prenesenie jedla a nápoja k ústam,
* konzumácia jedla a nápojov obvyklým spôsobom,
* rozpoznanie teploty jedla a nápojov,
* zistenie obsahu obalu s potravinami a nápojmi,
* zistenie záručnej doby z obalov potravín a nápojov,
* dávkovanie a užívanie enzýmov na trávenie podľa množstva a zloženia prijímanej potravy,
* dodržiavanie pitného režimu.

0 bodov = osoba je pri väčšine úkonov stravovania odkázaná na pomoc inej osoby

5 bodov = osoba je minimálne pri dvoch úkonoch stravovania odkázaná na pomoc inej osoby

10 bodov = osoba je schopná vykonávať všetky úkony stravovania samostatne

**2. Vyprázdňovanie močového mechúra**

* presun na toaletu a z toalety,
* permanentná kontrola a pomoc pri vyprázdňovaní močového mechúra,
* manipulácia s odevom pred a po vyprázdnení a zabránenie jeho znečisteniu,
* zaujatie vhodnej polohy pri vyprázdňovaní močového mechúra (pri použití WC alebo podložnej misy, respektíve močovej fľaše),
* účelná očista po vyprázdnení močového mechúra.

0 bodov = osoba je pri väčšine úkonov vyprázdňovania močového mechúra odkázaná na pomoc inej osoby

5 bodov = osoba je minimálne pri dvoch úkonoch odkázaná na pomoc inej osoby

10 bodov = osoba je schopná vykonávať všetky úkony vyprázdňovania močového mechúra samostatne

**3. Vyprázdňovanie hrubého čreva**

* presun na toaletu a z toalety,
* permanentná kontrola a pomoc vrátane masáže pri vyprázdňovaní hrubého čreva,
* manipulácia s odevom pred a po vyprázdnení a zabránenie jeho znečisteniu,
* zaujatie vhodnej polohy pri vyprázdňovaní hrubého čreva (pri použití WC alebo podložnej misy),
* účelná očista po vyprázdnení hrubého čreva.

0 bodov = osoba je pri väčšine úkonov vyprázdňovania hrubého čreva odkázaná na pomoc inej osoby

5 bodov = osoba je minimálne pri **dvoch** úkonoch odkázaná na pomoc inej osoby

10 bodov = osoba je schopná vykonávať všetky úkony vyprázdňovania hrubého čreva

**4. Osobná hygiena**

* umytie rúk, nôh, tváre, podpazušia, vonkajších pohlavných orgánov,
* výmena hygienických vložiek a plienok,
* vyčistenie zubov alebo zubnej protézy,
* príprava pomôcok na holenie a oholenie sa,
* česanie vlasov, umývanie a úprava vlasov,
* čistenie uší, nosa a prínosných dutín (napríklad odsávanie sekrétov horných ciest dýchacích),
* čistenie dolných ciest dýchacích (napríklad zriedenie a vykašlanie hlienov),
* čistenie, strihanie alebo opilovanie nechtov na rukách,
* čistenie, strihanie alebo opilovanie nechtov na nohách,
* make-up.

0 bodov = osoba je pri väčšine úkonov zabezpečenia osobnej hygieny odkázaná na pomoc inej osoby

5 bodov = osoba je minimálne pri **troch** úkonoch zabezpečenia osobnej hygieny odkázaná na pomoc inej osoby

10 bodov = osoba je schopná vykonávať všetky úkony zabezpečenia osobnej hygieny

**5. Celkový kúpeľ**

* vykonanie celkového kúpeľa vrátane umytia vlasov,
* rozpoznanie teploty vody,
* použitie pomôcok na vykonanie celkového kúpeľa (špongia, šampón, sprchový gél, pemza a pod.),
* utieranie sa a krémovanie.

0 bodov = osoba je pri väčšine úkonov celkového kúpeľa odkázaná na pomoc inej osoby

5 bodov = osoba je minimálne pri **dvoch** úkonoch celkového kúpeľa odkázaná na pomoc inej osoby

10 bodov = osoba je schopná vykonávať všetky úkony celkového kúpeľa

**6. Obliekanie, vyzliekanie**

* výber oblečenia zodpovedajúceho situácii, prostrediu a klimatickým podmienkam,
* rozpoznanie jednotlivých častí oblečenia a ich správne vrstvenie,
* samostatné obliekanie a vyzliekanie odevu,
* obutie a vyzutie obuvi (vrátane zaviazania a rozviazania šnúrok na obuvi),
* nasadenie a zloženie spevňovacích pomôcok,
* farebné zladenie oblečenia,
* rozpoznanie čistoty odevov a obuvi.

0 bodov = osoba je pri väčšine úkonov obliekania a vyzliekania odkázaná na pomoc inej osoby

5 bodov = osoba je minimálne pri dvoch úkonoch obliekania a vyzliekania odkázaná na pomoc inej osoby

10 bodov = osoba je schopná vykonávať všetky úkony obliekania a vyzliekania

**7. Zmena polohy, sedenie a státie**

* zmena polohy tela z polohy v ľahu do polohy v sede alebo do polohy v stoji a opačne, prípadne s použitím pomôcky,
* zmena polohy zo sedu a do sedu (napríklad z vozíka do auta, z vozíka na posteľ, z vozíka na toaletu),
* zmena polohy z boku na bok, na chrbát a na brucho,
* udržanie polohy v sede aspoň 30 minút,
* státie a vydržanie v stoji aspoň 10 minút, prípadne s pridržovaním alebo s pomôckou.

0 bodov = osoba je pri väčšine úkonov zmeny polohy, sedenia a státia odkázaná na pomoc inej  osoby

5 bodov = osoba je minimálne pri **dvoch** úkonoch zmeny polohy, sedenia a státia odkázaná na pomoc inej osoby

10 bodov = osoba je schopná vykonávať všetky úkony zmeny polohy, sedenia a státia

**8. Pohyb po schodoch**

* výstup a zostup zo schodov samostatne, s použitím pomôcok alebo s pomocou inej osoby.

0 bodov = osoba nie je schopná pohybu po schodoch ani s použitím pomôcok alebo s pomocou inej osoby,

5 bodov = osoba je pri pohybe po schodoch odkázaná na pomoc inej fyzickej osoby

10 bodov = osoba je schopná samostatného pohybu po schodoch s použitím alebo bez použitia pomôcok

**9. Pohyb po rovine**

* chôdza aspoň 50 krokov bez pomoci s možnosťou použitia pomôcok – barla, palica, chodítko, G-aparát, alebo pohyb s vozíkom minimálne 50 metrov bez pomoci,
* udržanie požadovaného smeru chôdze alebo pohybu s vozíkom,
* chôdza alebo pohyb s vozíkom okolo prekážok alebo cez prekážky.

0 bodov = osoba je pri väčšine úkonov pohybu po rovine odkázaná na pomoc inej osoby

5 bodov = osoba je minimálne pri jednom úkone pohybu po rovine odkázaná na pomoc inej osoby

10 bodov = osoba je schopná vykonávať všetky úkony pohybu po rovine

**10. Orientácia v prostredí**

* orientovanie sa v priestore bytu alebo domu,
* orientovanie sa v blízkom okolí bytu, domu, školy, miesta výkonu zamestnania,
* orientovanie sa v neznámom prostredí,
* orientovanie sa v cestnej premávke,
* poznávanie blízkych osôb,
* opustenie bytu, domu alebo zariadenia, v ktorom je osoba ubytovaná,
* návrat do bytu, domu alebo zariadenia, v ktorom je osoba ubytovaná,
* rozlišovanie zvukov a ich smeru,
* rozpoznávanie času, orientovanie sa v čase,
* rozlišovanie jednotlivých priestorov bytu alebo domu alebo zariadenia, v ktorom je osoba ubytovaná.

0 bodov = osoba je pri väčšine úkonov orientácie v prirodzenom prostredí odkázaná na pomoc inej osoby

5 bodov = osoba je minimálne pri **dvoch** úkonoch odkázaná na pomoc inej  osoby

10 bodov = osoba je schopná vykonávať všetky úkony orientácie v prirodzenom prostredí

**11. Dodržiavanie liečebného režimu**

* dodržiavanie pokynov ošetrujúceho lekára,
* rozpoznanie správneho lieku, správnej dávky a príprava lieku,
* pravidelné užívanie liekov a aplikácia mastí,
* aplikácia podkožných injekcií (napríklad inzulínu),
* dodržiavanie diéty.

0 bodov = osoba je pri väčšine úkonov dodržiavania liečebného režimu odkázaná na pomoc inej osoby

5 bodov = osoba je minimálne pri **dvoch** úkonoch odkázaná na pomoc inej fyzickej osoby

10 bodov = osoba je schopná vykonávať všetky úkony dodržiavania liečebného režimu

**12. Potreba dohľadu**

* dohľad pri činnostiach uvedených v bodoch 1 až 11.

0 bodov = osoba je odkázaná na nepretržitý dohľad pri väčšine činností

5 bodov = osoba je odkázaná na dohľad počas dňa minimálne pri troch činnostiach

10 bodov = osoba nie je odkázaná na dohľad pri žiadnej z činností

**Podľa počtu bodov je človek zaradený do určitého stupňa odkázanosti:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Stupeň** | **Počet bodov** | **Priemerný rozsah odkázanosti (hod./deň)** | **Priemerný rozsah odkázanosti  (hod./mesiac)** |
| I. | 105 – 120 | 0 | 0 |
| II. | 85 – 104 | 2 – 4 | 60 – 120 |
| III. | 65 – 84 | 4 – 6 | 120 – 180 |
| IV. | 45 – 64 | 6 – 8 | 180 – 240 |
| V. | 25 – 44 | 8 – 12 | 240 – 360 |
| VI. | 0 – 24 | viac ako 12 | viac ako 360 |

**Opatrovateľskú službu** obec poskytuje pri odkázanosti stupňa II. a vyššom. Na umiestnenie do **domova sociálnych služieb** je potrebný stupeň V. a VI., na umiestnenie do **zariadenia pre seniorov** aspoň stupeň IV.  **Opatrovateľský príspevok** je možné poberať pri stupni V. a VI.