

Helios

č. 20
05 / 2024

Časopis pro pacienty
s poruchami vyprazdňování
močového měchýře

Stvořen pro
diskrétnost
SpeediCath® Compact

str. 4 - 5

Jak si při cévkování udržet
močové cesty zdravé

str. 7

Sociální práce rovná se
odborná podpora - CZEPA

str. 12



Coloplast



Radíme a informujeme

Vážení čtenáři,

jsem ráda, že vás mohu po delší době opět pozdravit na stránkách našeho časopisu Helios, a to zrovna na jaře, mém oblíbeném ročním období. Všechno kvete a pučí a dává nám novou naději, kterou po zimě potřebujeme.

I v tomto vydání se vám budeme snažit poradit ohledně potíží v oblasti vyprazdňování močového měchýře, tak abyste byli v problematice lépe orientovaní a tušili, na koho se můžete s různými záležitostmi obracet.

Prostor v časopise věnujeme katéttru SpeediCath Compact pro ženy. Svoji velikostí připomíná řasenku a manipulace s ním je stejně tak jednoduchá. Pokud jste, milé dámy, tuto novinku ještě nevyzkoušely, rádi vám zašleme vzorek zdarma! Stačí si jej vyžádat na naší bezplatné infolince 800 100 416.

Vedle jiných přináší zajímavé příspěvky také organizace CZEPA – Česká asociace paraplegiků a Centrum Paraple, s nimiž naše společnost Coloplast hrdě spolupracuje. CZEPA se věnuje tématu sociální práce. Víte, jakým způsobem lze odborné sociální poradenství a konkrétně asociaci CZEPA využít? Paraple pak navazuje na článek z minulého čísla, kde vedoucí úseku ošetrovatelské péče, paní Kučerová, představovala třítydenní sociálně-rehabilitační pobyt v jejich zařízení.

Přeji vám užitečné čtení a krásné jaro i nadcházející léto!

Srdečně,

Jitka Rybková,
Coloplast Czech s.r.o.

Pokud máte připomínky, pochvalu nebo dobré nápady pro časopis, kontaktujte nás:



800 100 416



coloplast.cz



info@coloplast.cz



facebook.com/coloplastCZ

Časopis pro pacienty
s poruchami vyprazdňování
močového měchýře

Helios

č. 20
květen 2024

Redakční rada:

prof. MUDr. Tomáš Hanuš, DrSc.
prof. MUDr. Jan Krhut, Ph.D.
Mgr. Karla Sládková
Jitka Rybková

Redaktor: Renata Lichtenegerová
Design a realizace: Clip, s.r.o.
Fotografie: ilustrační foto - Depositphoto,
archiv autorů
Jazyková korektura: Clip, s.r.o.

Vydavatel:



Coloplast Czech s.r.o.
Radlická 740/113 c
158 00 Praha 5
IČ 09628959
Tel.: 244 470 212
e-mail: info@coloplast.cz
www.coloplast.cz

Evidenční číslo: MK ČR E 21034
ISSN: 2571-1857

PM-31723

Coloplast, Conveen, EasiCath,
SpeediCath a SpeediCath Navi jsou
ochranné známky.

Publikování článků, obrázků
nebo jejich částí je možné jedině
se souhlasem vydavatele.

NEPRODEJNÉ

obsah

str. 4



str. 8



Informujeme:

- 4 Stvořen pro diskrétnost SpeediCath® Compact
- 6 Zeptali jsme se žen, které už katétr SpeediCath Compact vyzkoušely

Víte, že:

- 8 Plně hrazený noční sáček Conveen Basic opět v ČR
- 9 Jak si i při cévkování udržet močové cesty zdravé

U lékaře

- 10 Pomocné prostředky v léčení močové infekce u pacientů po poranění nervového systému močových cest

CZEPA

- 12 Sociální práce rovná se odborná podpora

Z Centra Paraple

- 14 Zdravotní edukace klientů v Centru Paraple - 2. část

str. 10

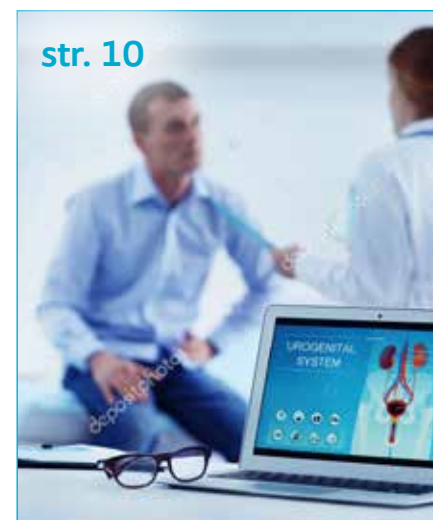


Foto: fotobanka Depositphoto

str. 12



Foto: CZEPA

Bezplatná informační linka
Coloplast - péče o klienty
je pro vás k dispozici v pracovní dny
od 8.00-16.00 hod.



Péče o klienty
800 100 416
bezplatná informační linka

SpeediCath® Compact Stvořen pro diskrétnost

SpeediCath® Compact - kompaktní katétr pro **snadnou katetrizaci** kdykoliv a kdekoliv. Umožňuje přesnou a citlivou manipulaci.

Pevná rukojeť katétru umožňuje **dobrý úchop, přesné a bezdotykové zavedení katétru.**

Unikátní hydrofilní vrstva jednotně nanesená po celém povrchu katétru **minimalizuje tření** o sliznici uretry a pomáhá **předcházet jejímu poranění.**

Kompaktní design a diskrétní vzhled umožňují sladit použití katétru s pracovním či společenským životem pacientky.

Proto SpeediCath® Compact **prokazatelně zvyšuje kvalitu života žen**, které se cévkují.¹

Katétry SpeediCath® Compact Female Plus jsou zdravotnické prostředky. Před použitím se poraďte s odborníkem, čtěte pečlivě návod k použití a informace o bezpečném používání.

Potřebujete občas katétr pro zvláštní příležitosti? Rovnou do kabelky?



Brenda, uživatelka kompaktních katétrů

Věděli jste že:

na začátku je hodně věcí, na které si je třeba zvyknout ...

53 % žen považuje při nácviku cévkování za největší problém najít ústí močové trubice.³

96% 

žen, které se účastnily klinické studie, potvrdilo, že SpeediCath® Compact je **snadno použitelný.**²

SpeediCath® Compact umožňuje **dokonalé vyprázdnění močového měchýře.**² 

délka katétru 9 cm

UPOZORNĚNÍ:

Doplatek na jeden katétr je **7,40 Kč**. Lze kombinovat s plně hrazenými standardními katétry.*

SpeediCath® Compact je bezpečná a diskrétní volba pro ženy, které se musí cévkovat.

Je vytvořen tak, aby vyhovoval krátké močové trubici žen. Katétr je uzavřen ve svém obalu a není větší než rtěnka. Proto je diskrétní a snadno se používá i mimo domov.

Nabízí ženám bezpečnou, účinnou a hygienickou katetrizaci.

SÚKL kód	Výrobek	Velikost CH	Ks/bal.	Cena Kč/bal.	Úhrada pojišťoven	Doplatek
5015961	SpeediCath Compact Plus, teleskopický hydrofilní	10	30	1 667,80	1 444,80 *	223,-
5015962	SpeediCath Compact Plus, teleskopický hydrofilní	12	30	1 667,80	1 444,80 *	223,-
5015960	SpeediCath Compact Plus, teleskopický hydrofilní	14	30	1 667,80	1 444,80 *	223,-

*** POZOR! DOPLATEK 223,- Kč:** Doplatek vybere od pacientky výdejna zdravotnických pomůcek nebo zásilková služba distributora společnosti Malkol CZO. Katétry lze kombinovat v rámci 3 měsíčního předpisu spolu se standardními katétry SpeediCath nebo i jinými, které jsou plně hrazené. Maximální počet katétrů (i v kombinaci), které lze předepsat, je 210 kusů na měsíc. Pokud tříměsíční preskripce kombinuje katétry, je třeba každý jednotlivý kód výrobku napsat na zvláštní poukaz.

Chcete nové kompaktní cévky **ZDARMA VYZKOUŠET?**

Pro více informací navštivte www.coloplast.cz nebo volejte:



Péče o klienty
800 100 416
bezplatná informační linka



Pro videonávod k použití naskenujte QR kód

Odkazy:
1. Chartier-Kastler E. et al J. Urol. 2013 Sep;190(3):942-7
2. Biering-Sorensen F, Hansen HV, Nielsen PN, Looms D.Scand J Urol Nephrol 2007;41(4):341-345.
3. Coloplast, Market study, IC user research, 2016, Data-on-file (PM-06287)

PM-31608

Zeptali jsme se žen, které už katétr **SpeediCath® Compact** vyzkoušely, na jejich názory. Tady jsou některé z nich.

- Katétr SpeediCath® Compact mi vyhovuje svojí velikostí, protože je diskretní. Zkrácená délka mi ale sedí také proto, že se mi pak katétr lépe zavádí.
- Jsem nadšená, protože se mi SpeediCath® Compact vejde do malé kabelky, používá se snadněji než běžně dlouhý katétr, a když někam jedu, tak mi v kufru zabere mnohem méně místa.
- SpeediCath® Compact mi vyhovuje svojí velikostí, velké cévky jsou neskladné. Je úplně úžasný!
- Na katétu SpeediCath® Compact se mi líbí hlavně jeho velikost. Několik kusů mohu mít v každé kabelce a nemusím tak myslet na to, že si musím přendávat věci a katetry mám tak kdykoliv po ruce.
- SpeediCath® Compact je tak malý, že se mi vejde do dlaně, když jdu na WC, a je tak maximálně diskretní!

Zdroj: Coloplast data on file



SpeediCath® Compact

kompaktní • diskretní • snadno
použitelný katétr pro dámy

Doplatek na jedno balení katétrů
SpeediCath Compact, které obsahuje
30 kusů katétrů, činí **223 Kč**.

Za jeden katétr tak zaplatíte jen **7,40 Kč!**



Jsme na Facebooku!

www.facebook.com/ColoplastCZ

- Aktuální informace
- Inspirativní příběhy
- Novinky
- Interaktivní návody
- Webináře a mnohem více



Katetry SpeediCath® Compact Female Plus jsou zdravotnické prostředky.
Před použitím se poraďte s odborníkem, čtěte pečlivě návod k použití a informace o bezpečném používání.



Vitamínový program

Vitamínový program je součástí služeb Coloplast Care, v rámci něhož pravidelně dostáváte vitamíny a jiné doplňky stravy uvedené na obrázcích níže.

Žádejte nyní vitamíny
na roční období jaro/léto



Péče o klienty
800 100 416
bezplatná informační linka



Doplňek stravy



Doplňek stravy



Doplňek stravy



Doplňek stravy

Kondomy a sáčky Conveen® Řešení mužské inkontinence

- spolehlivý, jednoduchý a pohodlný systém
- přizpůsobí se potřebám každého pacienta
- vysoká úroveň komfortu a bezpečnosti
- maximální diskretnost a hygiena

Pro více informací a zaslání vzorků zdarma volejte
bezplatnou infolinku **800 100 416** nebo pište na info@coloplast.cz

Kondomy a sáčky Conveen® jsou zdravotnické prostředky.
Před použitím se poraďte s odborníkem, čtěte pečlivě návod k použití a informace o bezpečném používání.



Conveen®

**SpeediCath®
OD NÁS
Nejrychleji**

**YVĚJNÍ MÍSTO
e-shop**

**ZÁSILKOVÁ
SLUŽBA**

malkol.cz
zdravotní potřeby

info linka:
+420 371 781 137
www.malkol.cz

Prodejny:

Bušovice 4, 338 24 **Břasy 1**
Petržilkova 2706/30, 158 00 **Praha 13**
Cejl 58, 602 00 **Brno**
Komenského 20, 770 00 **Olomouc**

Plně hrazený noční sáček Conveen Basic opět v ČR!

SÚKL kód:
5012584

Hadička 100 cm

Objem 2 000 ml



Výhody nočního urinálního sběrného sáčku Conveen® Basic:

MOŽNOST NAPOJENÍ
NA URINÁLNÍ KONDOMY,
KATÉTRY I UROSTOMICKÉ SÁČKY

MOŽNOST NAPOJENÍ
NA LÝTKOVÉ SÁČKY PRO
ZVÝŠENÍ KAPACITY

NOVÝ UPRAVENÝ KONEKTOR
PRO LEPŠÍ, TĚSNĚJŠÍ
A JEDNODUŠŠÍ NAPOJENÍ

PLNĚ HRAZENÝ SÁČEK
V MNOŽSTVÍ 15 KUSŮ
NA MĚSÍC

Pokud jste již tento sáček v minulosti používali a museli jste v době výpadku začít používat jiný noční sběrný sáček, můžete opět požádat svého urologa, aby vám předepsal noční sáček **Conveen® Basic**, na který jste byli zvyklí.

Pokud noční sáček Conveen Basic ještě neznáte a chcete ho vyzkoušet, zavolejte si o vzorky zdarma na naši bezplatnou linku **Péče o klienty**.



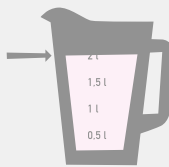
Péče o klienty
800 100 416
bezplatná informační linka

Pomůcky řady Conveen® jsou zdravotnické prostředky určené pro pacienty trpící močovou inkontinencí. Sběrné sáčky jsou určeny k pasivnímu shromažďování moči. Před použitím se poraďte s odborníkem, čtěte pečlivě návod k použití a informace o bezpečném používání.

Jak si i při cévkování udržet močové cesty zdravé?

Pro zachování zdraví vašich močových cest je vhodné osvojit si pár pravidel a vytvořit si z nich rutinu. Následující doporučení vycházejí z rozsáhlých odborných studií kombinovaných s dlouholetými praktickými zkušenostmi. Jedná se o všeobecné informace, které jsou vhodné pro každého, kdo k vyprazdňování moči používá metodu čisté intermitentní katetrizace (ČIK). Individuální potřeby je nutné probrat s vaším ošetřujícím urologem.

1.



Pitný režim • denně vypijte přibližně 2 až 3 litry tekutin

ideální volbou je čistá voda; naopak slazené (ať už cukrem či umělými sladidly) nebo šumivé nápoje a káva nebo čaj nejsou ve větším množství vhodné, protože mohou dráždit močový měchýř
PROČ? voda ředí moč nahromaděnou v močovém měchýři, častější močení tak pomáhá odplavovat bakterie

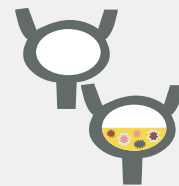
2.



Močení • každé 3-4 hodiny

PROČ? pokud moč v močovém měchýři zůstává příliš dlouho, stává se živnou půdou pro bakterie, jejichž přemnožení může vyvolat infekci močových cest

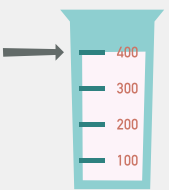
3.



Důkladné vyprázdnění

necévkujte se ve spěchu, katétr vytahujte pomalu, až ve chvíli, když tok moči úplně ustane
PROČ? zabráníte tím, aby v močovém měchýři zůstala tzv. zbytková moč, která by také mohla přispět k přemnožení bakterií

4.



Maximálně 400 až 500 ml moči na jedno cévkování

občas si pomocí kalibrovaného sběrného sáčku změřte množství vycévkované moči
PROČ? pokud by byl močový měchýř pravidelně přepĺňován, mohlo by dojít k jeho zvětšení a snížení jeho pružnosti, mohla by se tak narušit jeho schopnost stáhnout se po vyprázdnění a svaly močového měchýře by mohly ochabnout

5.



Dobrá hygiena rukou i genitálií

PROČ? aby nedošlo k zavlečení infekce do močového traktu k očištění genitálií je vhodná buď pouze čistá voda nebo voda v kombinaci s mýdlem určeným k mytí intimních partií, přičemž vedle večerního je možné ještě jedno denní mytí, častější hygiena nebo použití běžného mýdla by vedlo k narušení přirozeného bakteriálního prostředí, které se projevuje svěděním, pálením a zarudnutím; před každým cévkováním je pak nutné důkladně si omýt ruce mýdlem, dezinfekce genitálií ani rukou není v domácím prostředí nutná

6.



Péče o pravidelné vyprazdňování stolice

věnujte pozornost pravidelné vyvážené stravě, zejména dostatečnému množství vlákniny
PROČ? přepĺněné střevo může ztížit vyprázdnění močového měchýře

Pomocné prostředky v léčení močové infekce u pacientů po poranění nervového systému močových cest

Na otázku odpovídá

MUDr. Martin Sutorý, CSc.,

emeritní primář urologického oddělení úrazové nemocnice v Brně.

Pane doktore,

velmi děkuji za vaši odpověď v minulém čísle časopisu Helios, kde jste vysvětlil důležitost sledování tlakových poměrů v močovém měchýři a jejich vztah ke vzniku močové infekce. Snažím se dělat vše, jak doporučujete, přesto stále cítím, že to není ono. Proto bych léčbu rád podpořil nějakými podpůrnými prostředky, tak aby se infekce neopakovala, zejména při rizikových činnostech, například na delší cestě na dovolenou, při sportu apod. Můžete mi poradit, na co více se soustředit a co ještě je možno zakoupit k podpoře obranyschopnosti močového měchýře proti infekci?

Karel

Milý Karle,

při každé močové infekci, zvláště opakované, je narušena vnitřní hlenovitá vrstva močového měchýře, která brání uchycení bakterií a tím vzniku močové infekce. Obnovení této vrstvy trvá i několik týdnů. Pokud je hlenová vrstva narušena, tak i samotná moč, zvláště koncentrovaná, více dráždí nervová zakončení ve stěně měchýře. To vede ke zvýšení tlaku s poklesem kapacity a následky, které jsem popsal v minulém příspěvku. Veškeré další snažení proto spočívá v podpoře obnovení této vnitřní ochranné vrstvy močového měchýře. Současně, do doby, než je vytvořena, je třeba minimalizovat množství vitálních bakterií, tak aby jejich uchycením na nedo-

konale vytvořené vnitřní vrstvě nedošlo ke vzniku nové infekce, která ještě nedokonalou hlenovou výstelku znovu poškodí.

Už v minulé odpovědi jsme rozebrali důležitost snížení tlaku v močovém měchýři. Každá infekce v době vzplanutí infektu vede k podráždění močového měchýře a nárůstu tlaku v něm. Proto je nutné současně s nasazením řádné antibiotické terapie (preparát by měl pronikat do tkání) ihned zvýšit dávku již nasazeného spasmolytika, či přidat spasmolytikum jiné, a toto navýšení ponechat po několik týdnů. Neméně důležité je po čtrnáctidenním podávání klasické antibiotické terapie pokračovat ještě několik týdnů močovým chemoterapeutikem, tj. lékem,



který se vylučuje převážně do moči a není u něho nebezpečí, že vyvolá dysmikrobii, tedy zničení přirozené bakteriální flory. S tím pak pokračujeme dlouhodobě podáváním jedné dávky na noc. Cílem tohoto postupu je ochránit močový měchýř před bakteriemi do doby, než je vytvořena dostatečná vnitřní hlenová vrstva.

Do doby úplného vytvoření vnitřní vrstvy je třeba dbát na zvýšený přívod tekutin – moč musí být stále světlá jako voda, nikoli žlutá. Tento režim je nutné, v závislosti na četnosti

předchozích infekcí, dodržovat i několik týdnů. V poslední době je k dispozici i instilace roztoku kyseliny hyaluronové do močového měchýře, která ač poměrně nákladná, je nyní hrazena i zdravotními pojišťovnami. Její užití výrazně urychluje restituci vnitřní výstelky, zejména po rychle po sobě se opakujících močových infektech. Aplikuje se roztok 100 až 150 ml do prázdného močového měchýře katétre a je v měchýři ponechán co nejdéle. Základní dávkovací schéma je 4x po týdnu, dále 2x po čtrnácti dnech a v závěru 2x po měsíci. Dle klinického efektu je možno terapii případně prodloužit. Vzhledem k tomu, že terapie výrazně finančně zatěžuje rozpočet ambulance, je nutno s její indikací postupovat uvážlivě a poskytnout ji pravděpodobně pouze pracoviště, která mají s metodou zkušenosti a postupným navyšováním počtu ošetřených pacientů si vytvořila dostatečný finanční „polštář“ pro pacienty další.

Z volně prodejných tzv. doplňků stravy jsou obecně uznávaným (a dokonce studiem ověřeným) pomocným prostředkem pro urychlení obnovy vnitřní hlenové vrstvy měchýře preparáty s obsahem D-Manózy. Účinnost ostatních přípravků prokázána nebyla.

Zvýšit obranyschopnost organismu proti recidivujícím močovým infekcím pomůže

i podávání vakcín proti nejčastějším patogenům, které infekci vyvolávají, což jsou ve většině případů bakterie, které označujeme jako Gram negativní (G-). Hromadně vyráběným lékem v této skupině je Uro-waxon. Lék se užívá dlouhodobě po jedné tobolce denně po dobu 3 měsíců, následuje 3měsíční pauza. Poté se další 3 měsíce užívá pouze v prvních 10 dnech každého měsíce.

Kromě toho dokáže většina větších mikrobiálních laboratoří zhotovit vakcínu na míru přímo z kmene bakterie, který je opakovaně příčinou močového infektu – tzv. autovakcínu. Podmínkou je zachycení mikroba v živém stavu, tj. ještě před nasazením antibiotika.

Zmiňujete rizikové činnosti jako je cesta na dovolenou, sport apod. Při těchto činnostech hrozí zejména snížený přívod tekutin

střeva do močového měchýře. K tomuto jevu dochází zejména při poruše vyprázdnění stolice z konečných úseků tlustého střeva. Tím, že stolice setrvává ve střevě déle, než je zdrávo. Tímto problémem jsou postiženi prakticky všichni pacienti s poškozením nervového zásobení močových cest, zvláště pak ti, kteří musí užívat nejčastěji užívaná močová spasmolytika tzv. anticholinergního typu. Z pomocných prostředků sice existuje lékový doplněk Utipro plus, který by měl stabilizovat střevní stěnu vytvářením pro bakterie méně propustného filmu a současně vytvářet v močovém měchýři nepříznivé prostředí pro růst bakterií. Avšak základem k řešení stavu je zahájení pravidelného, minimálně ob den prováděného vyprazdňování stolice z celého levého tračníku. Toho nelze dosáhnout jinak než aplikací vysokých rektálních klysmat.

Problematika pravidelného vyprazdňování stolice je zásadní hned z několika důvodů:

1.

Z hlediska prevence infekce jak výše uvedeno.

2.

Z hlediska užití močových spasmolytik, která vedou u většiny pacientů k prohloubení vyprazdňovacích těžkostí, avšak bez jejich podání se při stabilizaci močového měchýře jen stěží obejdeme.

3.

Z hlediska prevence záživacích potíží pacienta v dalším období života, které sice přicházejí plíživě, avšak když už nastanou, jsou už jen obtížně řešitelné.



Foto: fotobanka Depositphotos

a současně přeplnění močového měchýře. Více než jakékoli medikamentózní preventivní opatření je zde vhodné zavést opatření režimová. Nezanedbávat pitný režim a případnou nemožnost pravidelného cévkování řešit krátkodobým zavedením permanentního močového katétru s jeho trvalým svedením do sáčku po rizikovou dobu (cesty automobilem k moři, po dobu cyklistického závodu, po dobu pobytu na sjezdovce při lyžování či při hraní karet v pátek v hospodě apod.).

Posledním faktorem v prevenci vzniku močové infekce u pacientů s porušeným nervovým zásobením je přestup bakterií z tlustého

Problematice pravidelného vyprazdňování stolice tzv. „Bowel managementu“ se proto budeme věnovat i v příštích číslech časopisu.



Foto: fotobanka Depositphotos

Sociální práce rovná se odborná podpora.

Využít ji můžete i vy



Dne 19. března 2024 jsme oslavili světový den Sociální práce. Má však běžná populace povědomí o tom, co vlastně sociální práce obnáší? Česká asociace paraplegiků – CZEPA poskytuje jako jednu ze svých služeb právě i Odborné sociální poradenství. Pojďme tedy nakouknout pod pokličku naší práce.

Poradenství poskytují odborně vzdělané pracovnice s mnohaletými zkušenostmi ve složení Zdeňka Faltýnková (specialistka na spinální problematiku) a sociální pracovnice Hana Sixtová a Monika Kupková.



Zdeňka Faltýnková
pracovnice v sociálních službách
e-mail: faltynkova@czepa.cz
tel. 607 453 501



Bc. Hana Sixtová
sociální pracovnice
e-mail: sixtova@czepa.cz
tel. 608 043 331



A co vám tedy odborné poradenství CZEPA může nabídnout?

- **Informace a orientaci v řešené sociální problematice** (kde se – co – jak řeší, možnosti podpory)
- **Podporu při sepsování žádostí, námitek, odvolání, správních žalob, stížností, formulářů, podpůrných stanovisek**
- **Pomoc při vyhledávání potřebných služeb, organizací, institucí** (např. dohledávání poskytovatelů sociálních služeb v místě bydliště klienta)
- **Pomoc při řešení zdravotních komplikací** (dekubity a jiné), výběru vhodných pomůcek (např. invalidní vozík, podsedáky)
- **Pomoc s řešením bezbariérových úprav**
- **Pomoc v oblasti vzdělávání, zaměstnávání, volnočasových aktivit**
- **Komplexní podporu rodiny s členem se zdravotním postižením** (provádění systémem zdravotní a sociální péče, edukace v potřebném zajištění sociálními dávkami, finanční situace rodiny, oslovení a nastavení podpůrných služeb, udržitelnost zdravého klima rodiny)
- **Podporu člověka v krizi, psychosociální podporu**
- **Edukaci** (vysíláme webináře, natáčíme videa a vydáváme informační letáky a publikace)
- **Obhajobu práv našich klientů** (připomínkování legislativy)



Monika Kupková, DiS
sociální pracovnice
e-mail: kupkova@czepa.cz
tel. 775 980 952

V poradenství každý den řešíme krize druhých... Těch, kteří se ocitli v obtížné situaci a nevědí, jak dál. Každému klientovi se snažíme věnovat individuálně, vyslechneme ho, hledáme s ním nejvhodnější řešení jeho situace. Obrací se na nás jak klienti, kteří jsou krátce po změně zdravotního stavu, tak klienti, kteří jsou po změně zdravotního stavu déle. Oslovují nás však i pečující osoby, rodinní příslušníci a někdy i naši kolegové a odborníci (např. lékaři a terapeuti spinálních pacientů). Problematika osob se zdravotním postižením je specifická svým propojením sociálních i zdravotních témat, které jsou jak spojené nádoby.

Další oblasti naší péče

Naše práce však není jen o poskytování informací a pomoci, ale také o naslouchání a podpoře po stránce emocionální (někdy stačí, aby ten druhý prostě jen poslouchal).

Starosti, zkušenosti, podněty, nedokonalosti systému ..., které s klienty dennodenně řešíme, se snažíme pozitivně posouvat na poli legislativním.

Aby sociální pracovník mohl poskytovat aktuální informace, je třeba neustálého sebevzdělávání, sledování změn zákonů a rozšiřování portfolia svých znalostí. Z pohledu orientace v problematice se do služby hodí stabilní pracovníci s dlouholetými zkušenostmi. Jejich pomoc je nejen odborná, ale i časově efektivní. Pro klienta je výhodou, když se opakovaně ozve do služby, kde jen „naváže“ na předchozí konzultace.

Příklady z praxe

- V rámci konzultace se na nás obrací klient, který nemá dostatek financí na nákup kompenzační pomůcky (např. přídatný elektropohon), na bezbariérové úpravy, osobní asistenci, doplatek mechanického, elektrického invalidního vozíku. Klientovi zmapujeme nadace, které by ho mohly finančně podpořit; v případě potřeby sepišeme s klientem nadační žádosti.
- V rámci konzultace se na nás obrací klient, kterému byl v rámci přeposouzení snížen příspěvek na péči, invalidní důchod. Zmapujeme situaci klienta, nastudujeme dokumenty související s rozhodnutím o snížení (rozhodnutí, sociální šetření, zdravotní posudek lékařské posudkové služby, zdravotní zprávy...). Klienta informujeme o jeho možnostech, podpoříme v rámci edukace či sepsání odvolání, námítky.
- V rámci konzultace se na nás obrací klient, který se po propuštění z rehabilitačního ústavu nemá kam vrátit (nemá upravené bydlení, současné bydlení je zcela nevyhovující). Zmapujeme možnosti ve městě trvalého pobytu klienta, nabídneme další alternativy – např. startovací bydlení, chráněné bydlení, jiné pobytové sociální služby. Podpoříme klienta při podání žádosti o bezbariérové bydlení.
- V rámci konzultace se na nás obrací rodina člověka s ochrnutím. Ta se připravuje na jeho návrat z hospitalizace domů. Je třeba připravit bezbariérové prostředí, provést rekonstrukci. Tým odborných pracovníků služby pomáhá konzultovat technicky možná řešení s ohledem na konkrétní bytový prostor a individuální potřeby daného člověka s postižením. Sociální pracovnice s rodinou řeší finanční náročnost úprav, možnost státního příspěvku či nadační podpory.
- Klient se zdravotním postižením, vozíčkář, dlouhodobě řeší závažné, život ohrožující zdravotní komplikace. V rámci konzultace nás žádá o podporu a pomoc. Specialistka na spinální problematiku doporučí a zprostředkuje vhodné pracoviště zdravotní péče, současně s klientem individuálně řeší vhodné zdravotní a kompenzační pomůcky a úpravu nastavení péče, aby se předešlo zhoršování zdravotního stavu a nastavily se vhodné podmínky pro vyléčení (např. dekubity, úprava vozíku a sedáku, úprava péče v oblasti sebeobsluhy, odlehčení a vhodný léčebný postup, péče na odborném pracovišti).

Sociální pracovníci a další odborníci poskytující služby v sociální oblasti jsou neocenitelnou součástí naší společnosti a jejich práce má obrovský dopad na životy lidí, kteří se ocitli v těžké situaci. Takže pokud se ocitnete v obtížné situaci nebo jen potřebujete poradit, něco vysvětlit, neváhejte vyhledat naše Odborné sociální poradenství. Jsme tu pro vás a naším posláním je pomoci vám najít cestu, pokud je to v našich možnostech. Děkujeme za vaše milé ocenění našich služeb.

Citujeme z odpovědí dotazníku spokojenosti se službou Odborného sociálního poradenství za rok 2023:

- „Byl jsem velmi spokojen, a to i s rychlostí odpovědi. Nemohl jsem potřebné informace nikde dohledat, tak jsem se na vás opět obrátil. A opět jste neklamali. Díky vám za to.“

- „Odbornost i přístup paní Sixtové a Faltýnkové jsou naprosto skvělé.“

- „Informace byly velmi užitečné, pomohly mi vyřešit mou situaci. Jsem velmi spokojena s přístupem p. Kupkové, která se mi věnovala nejen po telefonu, ale poslala mi e-mailem informace podrobně rozepsané.“

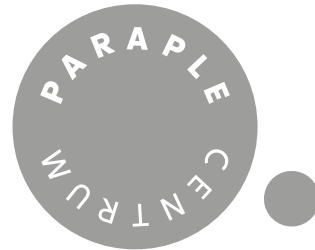
- „Všechny vaše rady byly pro mě k nezaplacení, děkuji.“

CZEPA



Zdravotní edukace klientů v Centru Paraple

2. část



Centrum Paraple pořádá pro klienty třítýdenní sociálně – rehabilitační pobyt. Jeho součástí je edukace všeobecnou sestrou o zdravotních specifikách a komplikacích spojených s míšním poraněním.

Edukace se týká oblasti vyprazdňování moče, vyprazdňování stolice, autonomní dysreflexie, dekubitů, spánku a pravidelných kontrol u lékařů specialistů. V minulém čísle Heliosu jsme se blíže podívali na první tři zmíněné oblasti. Dnes se budeme věnovat dekubitům, spánku a pravidelným kontrolám u lékaře.

Dekubity

Hlavní příčinou vzniku dekubitu je dlouhotrvající tlak vsedě na vozíku nebo vleže na lůžku bez změny polohy. Intenzita či délka působení tlaku způsobí zpomalení až zástavu krevního oběhu v měkkých tkáních a dojde k jejich odumření. Další příčinou může být tření při přesunech na lůžku, působení takzvaných střížných sil, vlhké prostředí při inkontinenci, špatné lůžko/matrace, špatný vozík/podsedák. Jakékoliv poškození kůže, nehojící se rána na kůži v oblastech pod míšním poškozením je u míšních pacientů považováno za dekubit.

Prevence dekubitů

Pravidelně měnit polohu jak v lůžku, tak vsedě ve vozíku, odlehčovat, pečovat o pokožku v rizikových místech a dbát na zvýšenou hygienu – promazávat krémem, udržovat v suchu a kontrolovat stav pokožky ráno a večer. Zjistit stav lůžka, hlavně antidekubitní matrace, zjistit stav vozíku, hlavně antidekubitního podsedáku, bezpečně se přesouvat a okamžitě řešit i malou oděrku – myslet a to, že i ze zarudnutí může vzniknout velký dekubit.

Součástí prevence je péče o antidekubitní podsedák a zádovou opěrku. Pravidelně kontrolovat stav antidekubitní vložky, gelovou vložku upravovat při každém přesunu, vzduchovou vložku (nafouknutí) kontrolovat 1x týdně, v zimě častěji (při střídání rozdílů teplot - venkovní s pokojovou). Pozor na popáleniny a omrzliny, nevozit v klíně žádné teplé nápoje a v zimě se dostatečně oblékat.



Stupně dekubitů

1. STUPEŇ

Zarudnutí pokožky, není poškozená kůže. Dá se ovlivnit okamžitým odlehčením a promazáváním.



2. STUPEŇ

Puchýř s částečným poškozením kůže. Nutné odlehčení, návštěva odborníka na hojení ran a vhodné krytí na rány.



3. STUPEŇ

Nekróza – odumřelá tkáň. Nutné odlehčení, návštěva odborníka na hojení ran a nastavení hojení.



4. STUPEŇ

Nekróza – vřed komplikovaný zánětem, nutná hospitalizace.



Foto: Centrum Paraple

Spánek

Spánek po poranění míchy je méně kvalitní než u běžné populace. Příčiny narušeného spánku bývají často spojené s nutností pravidelného cévkování a polohování. Častým problémem jsou noční bolesti a zvýšená spasticita.

Spánková apnoe je jedním z nejzávažnějších spánkových problémů klientů po poranění míchy. Hlavním projevem nemoci jsou zástavy dechu (apnoe) během spánku, které jsou ukončeny hlasitým dýchacím zvukem, zachrápáním. Ráno po probuzení udávají pacienti nevyspalost a neodpočatost.

Nekvalitní spánek zvyšuje riziko zdravotních komplikací, proto je ho potřeba řešit kom-

plexně. Sestra klientovi poskytuje poradenství zaměřené na zlepšení kvality spánku. V případě přítomnosti příznaků apnoe provede noční polygrafické vyšetření.

Spolupracujeme se spánkovou laboratoří, která vyhodnotí výsledek a klient má ihned možnost nastavení léčby.



Foto: fotobanka Depositphotos

Pravidelné kontroly a poradenství u spinálních odborníků:

Proč?

Protože znají spinální problematiku, specifika cílové skupiny, mají přehled a zkušenosti, a hlavně mají komplexní přístup.

Spinální jednotky:

Praha
tel: 224 439 253

Liberec
tel: 485 313 252
nabízí preventivní kontroly pro spinální klienty

Brno
tel: 532 232 226

Ostrava
tel: 597 375 407

Spinální urologie:

Praha
tel: 778 727 099

Brno
tel: 771 121 765

Česke Budějovice
tel: 387 875 244

Ústí nad Labem
tel: 477 113 542

Ostrava
tel: 597 373 051

Liberec
tel: 602 411 392

Plzeň
tel: 377 402 597
377 401 566

Olomouc
tel: 778 544 066

Tábor
tel: 381 254 386

Hradec Králové
tel: 495 832 140

Centrum Paraple, o.p.s.

Ovčáráská 471/1b
108 00 Praha 10 - Malešice
telefon: 274 771 478
e-mail: paraple@paraple.cz

Otevírací doba recepce:

pondělí - čtvrtek: 7.30-18.00 hod
pátek: 7.30-15.00 hod
sobota, neděle: zavřeno

Bc. Ivana Kučerová,
vedoucí ošetrovatelského úseku,
Centrum Paraple,
tel: 775 980 917

SpeediCath® Compact



Stvořen pro diskrétnost

Kompaktní katétr
pro **snadnou**
katetrizaci
kdykoliv
a kdekoliv

Jste žena, žijete aktivním životem a přitom se pravidelně cévkujete? Vyzkoušejte nový kompaktní ženský katétr a vyžádejte si vzorky zdarma.

Volejte bezplatnou linku společnosti Coloplast **800 100 416** v pracovní dny od 8.00 do 16.00 hodin, nebo navštivte www.coloplast.cz.

**Novinka
pro
ženy**

CH10 SÚKL 5015961

CH12 SÚKL 5015962

CH14 SÚKL 5015960

Pozor!
spoluúčast pacientky
223 Kč
na balení o 30 ks
Doplatek na jeden
katétr
je **7,40 Kč**



Sterilní močový katétr pro intermitentní použití SpeediCath® Compact je zdravotnický prostředek. Před použitím se poraďte s odborníkem, čtěte pečlivě návod k použití a informace o bezpečném používání.

PM-31623

 **Coloplast**