

CZECH FOR FOREIGNERS II/Fyzio

Fyzioterapie I

Otázky fyzioterapeuta a odpovědi pacienta

U fyzioterapeutky: Bolesti v bederní oblasti (*Dialog 1*)

U fyzioterapeuta: Bolesti krční páteře (*Dialog 2*)

[Na kontrole u fyzioterapeutky \(*Poslech*\)](#)

Kazuistika

Test

Otázky fyzioterapeuta a odpovědi pacienta

[Audio 27_01-0](#)

S čím přicházíte? Jaký máte problém?

Bolí mě záda. Bolí mě za krkem. Bolí mě předloktí. Bolí mě obě kolena. Brní mě prsty.

[Audio 27_01_1](#)

Můžete mi ukázat, kde vás to bolí?

Tady a tady.

[27_01_2](#)

Víte, proč vás to bolí? Máte nějaké podezření, proč vás to bolí?

Nevím.

Stěhoval jsem skříň a pak mě to začalo bolet.

[27_01_3](#)

Dělala jste nějakou namáhavou činnost?

Ano, malovala jsem sama celý byt.

Dělal jste něco nezvyklého, co běžně neděláte?

V sobotu jsem se švagrem přenášel bojler.

[27_01_4](#)

Můžete mi ukázat, jak jste se při té činnosti pohyboval?

Ano, dělal jsem tenhle pohyb.

[27_01_5](#)

Od kdy vás to bolí?

Od víkendu.

Jak dlouho vás to bolí?

Pět dní.

27_01_6

Jaký je charakter té bolesti? Pálivá, řezavá, tupá, pulzující, vyzařující do nějaké oblasti?

Je to taková pulzující bolest.

27_01_7

Šíří se ta bolest někam?

Ano, do paže. Do zápěstí. Do stran.

27_01_8

Při jaké činnosti vás to bolí?

Když zvedám tašky s nákupem.

Při čem vás to bolí?

Bolí mě to, když dělám tenhle pohyb.

27_01_9

Při jakém pohybu vás to bolí?

Když otočím hlavu do strany.

Ruka mě bolí, když si mám obléknout kabát.

27_01_10

Je intenzita bolesti stále stejná, nebo během dne kolísá?

Ráno, když se vzbudím, je to horší, pak to trochu rozchodím.

Přes den mě to nebolí, ale v noci mě to obtěžuje a budí.

27_01_11

Máte nějakou polohu, kdy vás to vůbec nebolí?

Ano, v předklonu, když se ohnu, je to lepší.

27_01_12

Bolí vás to v noci? Ruší vás to ve spaní?

Ano, budím se bolestí. Musím si vzít prášek proti bolesti, abych se vyspal.

Ano, bolest mě budí, i když si večer vezmu lék.

27_01_13

Cítíte ty bolesti i v klidu?

Ano, i když sedím nebo ležím.

27_01_14

Bolí vás to tady?

Ano, tady mě to bolí hodně.

Ne, tam to nebolí.

27_01_15

Byla jste někdy operovaná?

Ano, byla jsem na operaci se žlučníkem a taky na endoprotéze kolenního kloubu.

27_01_16

Měl jste nějakou operaci?

Ano, byl jsem na operaci břišní kýly.

27_01_17

Měl jste někdy nějaký úraz?

Ano, měl jsem autonehodu a mnohačetná zranění.

27_01_18

Měla jste někdy nějakou frakturu?

Ano, před třemi lety jsem upadla a zlomila jsem si zápěstí.

27_01_19

Neměl jste nedávno nějaké infekční onemocnění?

Ano, měl jsem zápal plic.

27_01_20

Dodržujete všechna režimová opatření?

Ano, snažím se je dodržovat.

27_01_21

Měl jste už někdy dříve podobné potíže?

Ne, nikdy./Ano, asi před pěti lety jsem chodil na rehabilitace.

Instrukce fyzioterapeuta

27_2_1 Svlékněte se do spodního prádla, také ponožky.

27_2_2 Položte se na záda tady na lehátko.

27_2_3 Pokuste se nadechnout. **Nadechněte se** pod moje ruce. Nadechněte se pod moje prsty.

27_2_4 Zvedněte nataženou nohu v koleni a přitáhněte špičku.

27_2_5 Přetočte se na břicho.

27_2_6 Nezaklánějte hlavu. Snažte se udržet bradu v pravém úhlu s krční páteří. **Napřimte** krční páteř.

27_2_7 Zlehka zatlačte proti mé ruce. **Nadechněte se** a **zadržte** dech, **vydechněte** a **uvolněte se**.

27_2_8 Máte stupnici od 1 do 10, kde jedna představuje nulovou bolest a deset největší bolest. **Zkuste** vyjádřit číslem, jakou bolest nyní pociťujete.

Cvičení I

Dokončete otázky. Použijte jedno nebo více slov.

S čím _____ ?

Můžete mi ukázat, _____ ?

Dělal jste nějakou _____ ?

Můžete mi ukázat, jak jste se při té činnosti _____ ?

Jaký je charakter _____ ?

Šíří se ta bolest _____ ?

Je intenzita bolesti stále _____ ?

Ruší vás to _____ ?

Doplňte otázky fyzioterapeuta.

Dialog 1:

_____ ?

Bolí mě za krkem.

_____ ?

Nevím.

_____ ?

Ano, maloval jsem celý byt.

_____ ?

Když chci něco zvednout.

Dialog 2

_____ ?

Ano, když se předkloním.

_____ ?

Ano, budím se bolestí.

_____ ?

Dělal jsem tenhle pohyb.

Cvičení II

1. Dokončete instrukce. Začněte daným písmenem.

P _____ se na lůžko.

N _____ se pod moje ruce.

S _____ se do spodního prádla.

N _____ krční páteř.

Z _____ dech.

P _____ špičku.

2. Vyberte ze seznamu instrukci podle kontextu a doplňte do věty.

snažte se, přetočte se, zkuste, nezaklánějte, pokuste se, zatlačte, svlékněte se, přetočte se, položte se, zvedněte

_____ nadechnout.

_____ na břicho.

_____ do spodního prádla, také ponožky.

_____ na záda tady na lehátko.

_____ nataženou nohu v koleni.

_____ hlavu.

_____ udržet bradu v pravém úhlu s krční páteří.

Zlehka _____ proti mé ruce.

_____ vyjádřit číslem, jakou bolest nyní pociťujete.

Dialog 1 [Audio 27_03](#)

V ordinaci fyzioterapeutky: fyzioterapeutka, pacient (pan Horáček, 37 let)

Fyzioterapeutka: Dobrý den. S čím přicházíte, pane Horáčku?

Pan Horáček: Bolí mě tady v bederní oblasti.

Fyzioterapeutka: Bolí vás to jenom v tomhle místě? Nebo tu bolest cítíte i na druhé straně?

Pan Horáček: Na obou stranách, ale na pravé víc.

Fyzioterapeutka: Jaký má charakter ta bolest?

Pan Horáček: Je to taková tupá bolest, ale při větším nádechu mě to i zapíchá.

Fyzioterapeutka: Co myslíte, že tu bolest vyvolalo? Byla to nějaká namáhavá činnost, kterou běžně neděláte?

Pan Horáček: Ano, na chalupě jsme celý den sekali dříví a uklízeli do kůlny.

Fyzioterapeutka: Začala ta bolest hned nebo až později?

Pan Horáček: Večer to bylo dobré, ale hned ráno mě to začalo hrozně bolet.

Fyzioterapeutka: Už se vám to někdy stalo?

Pan Horáček: No, jednou vloni, při stěhování bytu babičky.

Fyzioterapeutka: A změnila se ta bolest během toho týdne? Je to lepší nebo horší?

Pan Horáček: Trošku se to zlepšilo, ale pořád to bolí.

1. Přečtěte si rozhovor a následující tvrzení označte jako pravdivá (P) nebo nepravdivá (N).

Pacienta bolí záda mezi lopatkami.

Pacient cítí bolest na pravé a na levé straně.

Pacient popisuje bolest jako tupou, někdy bodavou.

Bolest vyvolala činnost, kterou pacient běžně nedělá.

Bolest se objevila okamžitě při činnosti.

Tyto potíže se u pacienta nikdy dříve neobjevily.

Bolest u pacienta stále trvá.

2. Přečtěte si dialog a doplňte do vět slovesa ze seznamu ve správném tvaru.

nadechovat, zlepšit, cítit, vyvolat, bolet, zapíchat

Pan Horáček si stěžuje, že ho _____ v oblasti beder.

Tupou bolest _____ na obou stranách, a když se někdy _____, tak ho to _____.

Bolest _____ námaha. Během týdne se bolest _____.

Dialog 2 [Audio 27_04](#)

V ordinaci fyzioterapeuta: fyzioterapeut, pacientka (paní Vlachová, 32 let)

Fyzioterapeut: Dobrý den paní Vlachová, vás ke mně posílá vaše praktická lékařka. Povězte mi sama, co vás trápí?

Paní Vlachová: Pane terapeute, mívám hrozné bolesti krční páteře.

Fyzioterapeut: Aha, a vystřelují bolesti někam?

Paní Vlachová: Ano, do hlavy.

Fyzioterapeut: A při čem ty bolesti cítíte?

Paní Vlachová: Když předkloním hlavu a taky když otáčím hlavu do strany. To bolí tak silně, že se mi až dělá nevolno. Někdy mám pocit, že spadnu.

Fyzioterapeut: Měla jste už někdy dřív podobné potíže?

Paní Vlachová: Ano, ty bolesti se objevily asi před deseti lety. To jsme bydleli v Olomouci a já jsem tam chodila na rehabilitace.

Fyzioterapeut: Pomohla vám ta rehabilitace?

Paní Vlachová: Ano, bylo to určitě lepší. Nějakou dobu se bolesti vůbec nevracely, pak se objevovaly čas od času, ale nikdy to nebylo takové jako teď.

Fyzioterapeut: Dobře, paní Vlachová, já vás teď vyšetřím a potom se domluvíme, jak spolu budeme postupovat dál.

1. Přečtěte si dialog a následující tvrzení označte jako pravdivá (P) nebo nepravdivá (N).

Paní Vlachová nenavštívila praktickou lékařku. (N)

Bolesti pacientky se šíří i do jiných částí těla. (P)

Bolesti se objevují při určitém pohybu. (P)

Paní Vlachová nikdy žádné takové bolesti neměla. (N)

Stav pacientky se upravil a zlepšil po vhodně zvolené terapii. (P)

Paní Vlachová vnímá současné potíže jako horší než v minulosti. (P)

2. Přečtěte si dialog a doplňte do vět slovesa ze seznamu ve správném tvaru.

Předklonit, dělat, cítit, pomoci, otáčet, objevit se

Paní Vlachová _____ cítí bolest, když _____ předkloní hlavu, nebo když ji _____ otáčí do strany. Někdy se jí _____ dělá bolestí nevolno. Podobné potíže _____ se objevily před asi deseti lety. Tehdy paní Vlachové _____ pomohla rehabilitace.

Poslech [Audio 27_07](#)

Na kontrole u fyzioterapeutky

Fyzioterapeutka, pacientka (paní Romanová, 49 let)

Fyzioterapeutka: Dobrý den paní Romanová. Tak vy už jste absolvovala všechny terapie, mám pravdu?

Paní Romanová: Ano, paní terapeutko, dnes to byla desátá terapie a říkala jste, že po ní bude kontrola.

Fyzioterapeutka: A jak se teď cítíte, paní Romanová? Zlepšily se vaše potíže? Zbavila jste se těch bolestí zad?

Paní Romanová: Je to určitě mnohem lepší, paní terapeutko, ale někdy ta záda ještě trochu bolí.

Fyzioterapeutka: Kdy se ty bolesti nejčastěji vracejí?
Paní Romanová: Večer, někdy už odpoledne, když jsme měla náročný den.

Fyzioterapeutka: Paní Romanová, víte, že nesmíte zvedat nic těžkého. Dodržujete všechna režimová opatření, o kterých jsme spolu mluvily?

Test

1. Doplňte otázky lékaře k odpovědím pacienta.

_____?
Vracejíte se odpoledne nebo večer.

_____?
Ano, dodržuju.

_____?
Ano, do hlavy.

_____?
Když otáčím hlavu.

_____?
Ano, asi před čtyřmi roky jsem měla podobné potíže.

2. Doplňte chybějící slovo podle kontextu.

Já vás teď _____ a potom se domluvíme, jak postupovat dál.

_____ se na záda tady na lehátko.

Je _____ bolesti stále stejná, nebo během dne kolísá?

Dělal jste nějakou _____ činnost?

Nezaklánějte _____.

3. Spojte části vět.

1. Zvedněte nataženou nohu v kolenu a	A. neustoupily.	1.
2. Máte nějakou polohu,	B. přitáhněte špičku.	2.
3. Bolí mě to,	C. pod moje prsty.	3.
4. Bolesti ještě úplně	D. když předkloním hlavu.	4.
5. Nadechněte se	E. kdy vás to vůbec nebolí?	5.