

# **Práce v poradně**

# 1.

- Poradna
- Nutriční terapeut

???

- Jak vypadá 1.návštěva poradny?
- Co všechno je její součástí?
- Jak dlouho by měla trvat?

# Vstupní dokumentace

OA: prodělaná onemocnění (hlavně GIT), alergie, TK, cholesterol a TAG, glykémie, štítná žláza, ...nesnášenlivost některých potravin....

RA: hypertenze, KVO, nádorové onemocnění, obezita, diabetes mellitus, hypercholesterolemie,...

FA

Kuřák – nekuřák

# Vstupní dokumentace

- Pohybová aktivita:
  - Zaměstnání
  - Volný čas

# Antropometrie

- Tělesná výška
- Tělesná hmotnost
- BMI
- Tělesné obvody
- ...

# Vstupní dokumentace

- Vývoj tělesné hmotnosti
- Vyzkoušené diety

# Vstupní dokumentace

- Současný jídelní režim
- Současný pitný režim



Kolik  
nám  
ještě  
zbylo

času???

Na edukaci...

# klient

- Malé dítě
  - Dospívající
  - Dospělý
  - Těhotná
  - Žena X Muž
  - Senior
  - ...
- 
- s či bez doporučení lékaře

# Výživové doporučení

**INDIVIDUÁLNÍ**  
**obsah i forma**

# 5 hlavních kritérií

## výživového doporučení

- Srozumitelnost
- Zapamatovatelnost
- Schopnost vzbudit zájem
- Schopnost vzbudit ochotu k účasti
- Schopnost vyvolat skutečné změny chování

## Působení na pacienty/**klienty** a jejich výchova

- 1. KROK - VYSVĚTLIT PROBLÉMY SOUVISEJÍCÍ S PACIENTOVÝM ZDRAVOTNÍM STAVEM  
Vysvětlete pacientovi diagnózu a možný způsob léčby. Zodpovězte jeho dotazy. Poskytněte mu co nejvíce informací. Povzbuzujte pacientův zájem o jeho zdravotní stav.
- 2. KROK - ZJISTIT, JAKÉ POCITY VZBUDILO V PACIENTOVI SDĚLENÍ DIAGNÓZY  
Sledujte, jak pacient citově reaguje, zda se se zjištěnou chorobou vyrovnává věcně, klidně, či nikoli. Zjistěte, jaké problémy mu diagnostikování nemoci vznikají a hledejte společně optimální způsob jejich řešení.
- 3. KROK - VYSVĚTLIT POSTUP LÉČEBNÉHO REŽIMU  
Vysvětlete pacientovi, co je třeba podniknout k jeho uzdravení. Jednejte věcně, klidně a vstřícně. Zodpovězte pacientovy dotazy a důležité informace zopakujte.
- 4. KROK - OVĚŘIT SI, ZDA PACIENT LÉKAŘE POCHOPIL  
Zeptejte se pacienta, jak porozuměl diagnóze a jak pochopil léčebný plán, abyste měl jistotu, že jste mu vše správně vysvětlili

# Možnosti dosažení změn chování a jejich podpora

- **1. KROK - POPSAT PROBLÉM (STANOVENÍ DIAGNÓZY)**  
Řekněte pacientovi, o jaké onemocnění se podle vašeho názoru jedná. Sdělte mu, jaké zdravotní návyky jsou u takového onemocnění žádoucí, jaké je třeba naopak potlačit či vyloučit.
- **2. KROK - PŘÍPRAVA ZMĚNY CHOVÁNÍ**  
Zeptejte se pacienta, zda pochopil váš záměr a snažte se v něm vyvolat a posílit odhodlání dosáhnout změny chování.
- **3. KROK - ZAZNAMENAT PŘÍPADNÉ PACIENTOVY DŘÍVĚJŠÍ POKUSY O ZMĚNU CHOVÁNÍ**  
Zjistěte, jaké metody se pacientovi osvědčily, případně jaké selhaly v event. dřívějších postupech.
- **4. KROK - STANOVIT CÍL**  
Dohodněte se s pacientem na cíli, jehož chcete dosáhnout. Tento cíl pak zapište do chorobopisu a motivujte pacienta, aby sám co nejvíce usiloval o jeho dosažení.
- **5. KROK - KONKRETIZACE ZMĚNY CHOVÁNÍ**  
Určete přesně, co se má na pacientově chování změnit. Zapište to do chorobopisu.
- **6. KROK - SESTAVENÍ PLÁNU**  
Na základě podrobných údajů, které vám o svém chování pacient sdělil, navrhňte příslušná doporučení a vyzvěte pacienta, aby podle nich sestavil plán, který bude dodržovat.
- **7. KROK - PRŮBĚŽNÉ SLEDOVÁNÍ PLÁNU**  
Stanovte datum příští návštěvy a sdělte pacientovi, co se na ní bude projednávat. Zodpovězte pacientovy dotazy a povzbuďte jej k závaznému uskutečnění dohodnutých změn chování.

## Pacientova ochota ke spolupráci a možnosti jejího zvýšení

- 1. KROK - ZJISTIT, ZDA PACIENT JIŽ NĚKDY DŘÍVE SPOLUPRACOVAL S OŠETŘUJÍCÍM LÉKAŘEM  
"Byl jste již někdy nucen řídit se kvůli nějakému onemocnění léčebným plánem? Dokázal jste jej dodržet a v případě potřeby změnit své chování?"
- 2. KROK - FORMULACE A ZPŘÍSTUPNĚNÍ LÉČEBNÉHO PLÁNU  
Zkuste zvýšit pacientovu ochotu ke spolupráci tím, že celý režim učiníte co nejjednodušším a nejkratším.
- 3. KROK - OBJASNIT SPECIFIČNOST LÉČEBNÉHO PLÁNU  
Vysvětlete podrobně charakter onemocnění a detaily týkající se léčby.
- 4. KROK - OVĚŘUJTE SI OCHOTU PACIENTA KE SPOLUPRÁCI PŘI KAŽDÉ NÁVŠTĚVĚ  
Stanovte datum příští návštěvy a vysvětlete její účel. Řekněte pacientovi, jaké podklady svědčící o dodržování svého léčebného plánu má s sebou přinést.

???

- Jak vypadá 2.návštěva?
- Po jak dlouhé době?
- Co se na ní řeší???



??

- Jak dlouho trvá celková terapie?
- Jak začínat s pohybovou aktivitou?

...

- Co všechno se má probírat v poradně...
- Co všechno se týká výživy...

Hezký den

