

Služby osobní asistence

Příklady služeb osobní asistence pro klienta s postižením	
Osobní záležitosti	
Osobní hygiena	<ul style="list-style-type: none"> - klient by měl vědět, co bude potřebovat: - ráno - toaleta, mytí, sprchování (používat pomůcky), čištění zubů, oblékání, snídaně, cvičení - v poledne, přes den - je-li po většinu dne na lůžku a má-li velmi omezenou hybnost, zajistit časté polohování (v průměru po 2 hodinách, dle zdravotního stavu), oblékání, vycházky, jiná činnost (rehabilitace, zábava, hry) - večer - večeře, hygiena, sledování televize, zábava, hry, příprava na spánek, uložení ke spánku, zajištění možnosti přivolání pomoci v nočních hodinách - v noci - polohování - viz část dekubity - u oblečení - neupravený klient je špatnou vizitkou asistenta, pozor na záhyby a varhánky u oblečení - nebezpečí vzniku otlaků a dekubitů
Rehabilitace	<ul style="list-style-type: none"> - klient může též využít služeb asistentů - měl by si vytipovat asistenta, který je schopen vyškolení a jemuž cvičení neuškodí, asistenta vyškolí rehabilitační pracovník, který s klientem běžně cvičí - cvičení s postiženými končetinami, pasivně, aktivně, dle možností - nácvik chůze s chodítkem, nácvik přesunu na vozík, nácvik jiných činností pro zvýšení samostatnosti, apod. - masáže - záda, končetiny
Ošetřování	<ul style="list-style-type: none"> - asistent provádí pouze ty ošetřovatelské úkony, které by si klient dělal sám, kdyby mohl - první pomoc, přivolání RZS, policie, zajištění kvalifikované lékařské péče, měření teploty, přiložení obkladu, doplnění léků, aplikace insulinu, péče o stomii, katetr, kanylu, jednoduché převazy, prevence proleženin
Zdraví	<ul style="list-style-type: none"> - doprovod k lékaři na vyšetření, s vozíkem nebo sanitou, na rehabilitaci, do nemocnice, do lázní apod.
Hájení práv klienta	<ul style="list-style-type: none"> - pomoc klientovi, aby mohl obhajovat svá lidská a jiná práva - pomoc klientovi při účasti na důležitých schůzkách, aby byl včas a dobře informován, aby zainteresované strany dobře rozuměly klientovým názorům, postojům, vůli, apod. - lidská práva osob s postižením (hlavně vozíčkářů) v ČR nejsou dodržována a to zejména tím, že díky architektonickým bariérám jim není umožněn přístup do veřejných prostor (úřady, kina, kadeřník, částečně MHD a metro, apod.)
Pochůzky	<ul style="list-style-type: none"> - návštěva úřadů - klient by měl vyřídit záležitost co nejvíce sám telefonicky, domluvit se s úředníky (je-li to možné) a teprve poté vyslat na úřad asistenta (optimální je, aby asistent měl od klienta písemnou plnou moc k zastupování své osoby v určité konkrétní věci), zajistit zpětný kontakt asistent-klient v případě nutnosti řešení problému na úřadě - doprovody asistenta při jednáních - asistent by neměl mluvit, nechat iniciativu na klientovi (do hovoru se vložit pouze tehdy, pokud druhá strana klientovi nerozumí)

	<ul style="list-style-type: none"> - pozor - zdraví lidé (úředníci, mnohdy i lékaři) se většinou obracejí s otázkou "co si přejete?", apod., na asistenta, proto je nutné, aby asistent naznačil, že k jednání přišel klient a ne asistent - na jakékoli jednání je třeba se důkladně připravit (klient, a také asistent)
Jízda s vozíkem	<ul style="list-style-type: none"> - jízda s vozíkem je fyzicky velmi náročná, zejména v terénu, - před jízdou zkontrolovat, zda je vozík v perfektním stavu - při jízdě s vozíkem dávat vždy pozor na cestu, kudy se jede, při najetí do hlubší nerovnosti na cestě hrozí nebezpečí "vyklopení" klienta z vozíku a ohrožení jeho zdraví - jízda do schodů - nejlépe 2 pomocníci, vozík najíždí na schody pozadu, 1 pomocník před vozíkem, druhý za ním - jízda se schodů - nejlépe 2 pomocníci, vozík najíždí na schody popředu, 1 pomocník za vozíkem, druhý pomáhá před vozíkem - u klienta vždy dávat pozor na hlavu - při zastavení vozíku i na rovině, vozík zabrzdit ruční brzdou - jízda z chodníku na silnici přes obrubník - je možná jak po předu, tak po zadu (pozadu fyzicky lehčí, ale je nutné dávat pozor na projíždějící auta) - jízda ze silnice na chodník - optimální popředu, dojet až k obrubníku, našlápnout na zadní šlapky, tím se nadzvednou přední kolečka a dále protlačit vozík na chodník a následně zvednout i zadní část vozíku s velkými koly
Domácnost	
Úklid	<ul style="list-style-type: none"> - klient by měl vědět, co chce uklízet, zhodnotit pracnost, fyzickou, psychickou a časovou náročnost úkolů, schopnosti a zkušenosti asistenta - vědět kdy - s ohledem na časové možnosti asistenta, vědět, co je k tomu potřeba (nástroje, nářadí, prostředky) - vědět jak - zda má asistent s konkrétní prací zkušenosti - údržba - namazat dveře, těsnění u vodovodní baterie, přišroubování poličky apod.
Prádlo	<ul style="list-style-type: none"> - praní - rozřídění prádla, mít vhodnou pračku, určit místo na sušení, kdy a kde se bude suché prádlo žehlit, co je potřeba spravit - zvážit schopnosti asistenta (zda umí tu či onu činnost vykonávat)
Nákupy	<ul style="list-style-type: none"> - rozdělení výdajů z hlediska dispozice s financemi (pravidelné - inkaso, telefon, peč.služba apod., ostatní - např. každodenní nákupy, drogerie, oblečení, pomůcky apod.), optimální je, pokud si může klient nakoupit sám dle svých potřeb v rámci vycházky mimo domov
Vaření	<ul style="list-style-type: none"> - vytvořit si jídelníček a podle toho i seznam potravin, které je třeba nakoupit, dále seznámit asistenta s prostorem k vaření a kde jsou jaké pomůcky (hrnce, talíře, lžíce, skleničky apod.) - podávání stravy - dle postižení klienta - nakrájet kousky masa, brambory, knedlíky a pod., příp.kašovitá strava, je-li to nutné - mytí nádobí
Pomoc s dětmi	<ul style="list-style-type: none"> - asistent nebude a nesmí děti vychovávat, je pouze vykonavatelem, nikoli autoritou, při výchově dětí je nutné mít vytvořen určitý řád, výchovu zajišťují vždy rodiče - pomoc s hygienou, oblékáním, krmením (malé děti), rodiče si hrají s dětmi, ne asistent - vytvořit si určitý plán a zapojit děti do péče o rodiče (aspoň částečně dle jejich schopností a možností), požadovat pouze péči adekvátní věku dětí (fyzického a psychického věku)

Volný čas, škola, zaměstnání	
Volný čas	<ul style="list-style-type: none"> - divadla, kina, výstavy apod. - asistent zajistí lístky, zjistí přístup na kulturní akci (bariéry pro vozíčkáře) - procházky - vytvořit si plán, střídat návrhy klienta a asistenta - oblečení - vhodné oblečení na procházky s důrazem na to, že se klient nepohybuje a sedí v jedné poloze na vozíku, kalhoty s gumou, delší nohavice, větší velikosti, pozor na hladké látky (klouže na vozíku)
Studium	<ul style="list-style-type: none"> - optimální - pokud má klient asistenta - spolužáka ve škole - pobyt ve škole - zajistit si zápisy od spolužáků přes kopírák, nebo učivo nechat zkopírovat - biologické potřeby (asistenti = spolužáci, střídat spolužáky)
Zaměstnání	<ul style="list-style-type: none"> - zvolit zaměstnání, kde je možné uplatnit své schopnosti v maximální možné míře, pracoviště maximálně vybavit technikou pro ulehčení práce - vlastní zaměstnání - snažit se co možná nejvíce vykonávat práci sami (asistent se zapojuje do práce co nejméně, pomáhá klientovi práci vykonávat, ale nedělá ji za něj)
Ostatní, různé	
Kurzy a pobyty, lázně	<ul style="list-style-type: none"> - asistence se týká většinou pouze osobní hygieny a dopomoci při samotném průběhu kurzu, je důležité, aby předmět kurzu asistenta zajímal nebo alespoň neobtěžoval - osobní hygiena na kurzech - promyslet postup provedení hygieny, obstarat si jednorázové pleny - je na ně nárok - jídlo - ubrousek pod krk nebo na klín, přesuny na vozík, na lůžku zajistit časté polohování
Jiné prostředí	<ul style="list-style-type: none"> - pobyt v nemocnici - pomoc asistentů - donesení věcí z domova, doma zajistit všechny potřebné služby, pomoc pouze zdarma (kolize zdravotnických úkonů s úkony asistenta) - činnost asistenta v nemocnici - doplnění hygieny, procházky, popovídání
Krizové situace	<ul style="list-style-type: none"> - např. zhoršení zdravotního stavu, živelní pohroma, ztráta blízké osoby apod. - nepropadat panice, zavolat pomocníky, obrátit se na přátele a kolegy v postižení a požádat o pomoc, radu, spojit se s organizacemi a agenturami, sestavit si alternativní plány, které by mohly řešit současný stav a jeden z nich zvolit a začít jej realizovat - probrat vzniklý problém otevřeně s asistentem
Kompenzační pomůcky	<ul style="list-style-type: none"> - kontrola, údržba stávajících kompenzačních pomůcek - zajištění nových kompenzačních pomůcek

Literatura:

Ing. Jana Hrdá - *Osobní asistence (příručka postupů a rad pro klienty)*, POV 1997

Ing. Jana Hrdá - *Osobní asistence (příručka postupů a rad pro osobní asistenty)*, POV

Kurz "Asistent pro osobní službu handicapovaných osob", DS Akord 2003, 2004