

# OBSAH

Úvod

<b>1 Rehabilitácia -Základné pojmy (W.Mikuláková)</b> .....	<b>6</b>
1.1 Rehabilitačné ošetrovatel'stvo .....	7
1.2 Interdisciplinárna spolupráca .....	8
1.3 Test ošetrovatel'skej záťaže .....	10
<b>2. Imobilita (W.Mikuláková)</b> .....	<b>12</b>
2.1 Negatívne zmeny na podklade imobility.....	12
<b>3 Polohovanie (W.Mikuláková)</b> .....	<b>18</b>
3.1 Ciele polohovania.....	18
3.2 Všeobecné zásady polohovania.....	18
3.3 Druhy polohovania.....	19
3.4 Preventívne polohovanie .....	21
3.5 Otáčanie chorého .....	24
<b>4 Pasívne cvičenia (W.Mikuláková)</b> .....	<b>25</b>
4.1 Ciele pasívnych cvičení.....	25
4.2 Všeobecné zásady pasívnych cvičení.....	26
4.3 Indikácie a kontraindikácie pasívnych cvičení.....	26
<b>5 Kondičné cvičenia (W.Mikuláková)</b> .....	<b>27</b>
5.1 Všeobecné zásady kondičných cvičení .....	27
5.2 Stavba cvičebnej jednotky.....	27
<b>6 Aktívne cvičenia (W.Mikuláková)</b> .....	<b>28</b>
6.1 Ciele aktívnych cvičení .....	28
6.2 Základné zásady aktívnych cvičení.....	28
6.3 Rozdelenie cvičení .....	28
<b>7 Starostlivosť o priechodnosť dýchacích ciest (W.Mikuláková)</b> .....	<b>30</b>
7.1 Indikácie dýchacej gymnastiky .....	30
7.2 Ciele dýchacej gymnastiky .....	30
7.3 Všeobecne zásady dýchacej gymnastiky .....	30
7.4 Rozdelenie dýchacej gymnastiky .....	31
7.5 Cvičenia zamerané na reedukáciu dýchania.....	32
7.6 Polohy pre dýchaciu gymnastiku .....	32
7.7 Inhalácie .....	34
7.8 Nácvič efektívneho kašľa.....	34
7.9 Manuálna pomoc pri vykašliavaní .....	34
<b>8 Relaxačné cvičenia (W.Mikuláková)</b> .....	<b>35</b>
8.1 Všeobecne zásady relaxačných cvičení.....	35
8.2 Indikácie relaxačných cvičení .....	35
8.3 Príklady relaxačných metodík .....	36
<b>9 Vertikalizácia (W.Mikuláková)</b> .....	<b>37</b>
9.1 Cieľ vertikalizácie .....	37
9.2 Spôsob vertikalizácie.....	37
9.3 Sed na vozíku .....	39
<b>10 Chôdza (W.Mikuláková)</b> .....	<b>41</b>
10.1 Postoj s barlami .....	41
10.2 Základné typy chôdze.....	41
10.3 Chôdza po schodoch.....	42
10.4 Asistencia pri chôdzi .....	42

10.5 Pomôcky na presun .....	43
<b>11 Prevencia tromboembolickej choroby (W.Mikuláková).....</b>	<b>44</b>
11.1 Rizikové faktory tromboembolickej choroby .....	44
11.2 Cievna gymnastika .....	45
11.3 Cievny tréning .....	47
11.4 Trombóza hĺbkového žilového systému.....	48
Zoznam použitej literatúry .....	49
<b>12 Liečebná výchova k sebestačnosti – LVS (K. Kociová) .....</b>	<b>51</b>
12.1 Jednoduché sebaobslužné činnosti .....	53
12.2 Komunikačné a vzdelávacie činnosti .....	56
12.3 Spoločensko-sociálne činnosti .....	57
Zoznam použitej literatúry .....	62
<b>13 Rehabilitačné ošetrovatel'stvo v geriatrici (K. Kociová) .....</b>	<b>63</b>
13.1 Demografický vývoj spoločnosti .....	63
13.2 Fyziologické zmeny a prejavy starnutia.....	64
13.3 Úlohy ošetrovatel'stva v geriatrici.....	65
13.4 Pohybová aktivita.....	72
13.5 Ergoterapia .....	73
Zoznam použitej literatúry .....	75
<b>14 Rehabilitačné ošetrovatel'stvo u pacienta s cievnu mozgovu príhodou</b> <b>(W.Mikuláková).....</b>	<b>76</b>
14.1 Ciele komplexnej rehabilitácii .....	76
14.2 Úlohy sestry v oblasti rehabilitačného ošetrovatel'stva u pacienta s CMP .....	76
14.3 Intervencie sestry v oblasti rehabilitačného ošetrovatel'stva u pacienta s CMP .....	79
Zoznam použitej literatúry .....	86
<b>15 Rehabilitačné ošetrovatel'stvo v kardiologii (M. Onděčková) .....</b>	<b>87</b>
15.1 Ischemická choroba srdca .....	88
15.1.1 Klinické triedenie koronárnych ochorení .....	88
15.2 Infarkt myokardu.....	89
15.2.1 Reinfarkt.....	89
15.3 Liečba .....	90
15.3.1 Ciele a stratégia liečby akútneho infarktu myokardu.....	90
15.4 Rehabilitácia a rehabilitačné ošetrovatel'stvo.....	91
15.4.1 Vyšetrenie kardiaka.....	92
15.4.1.1 Vyšetrenie objektívnych príznakov .....	92
15.4.1.2 Vyšetrenie subjektívnych príznakov .....	94
15.4.2 Rozdelenie pacientov s akútnym infarktom myokardu podľa Inštitútu klinickej a experimentálnej medicíny v Prahe .....	94
15.4.3 Včasná mobilizácia po Infarkte myokardu.....	95
15.4.4 Kontraindikácie rehabilitácie .....	97
15.4.5 Rozdelenie kardiakov do funkčných skupín .....	98
15.4.6 Psychosociálne aspekty v komplexnej starostlivosti o kardiaka.....	99
15.4.7 Psychoterapia .....	101
15.4.8 Edukácia pacienta.....	102
15.4.9 Edukácia kardiaka v komplexnej starostlivosti .....	102
Zoznam použitej literatúry .....	105