

DOM ZA PSIHIČKI BOLESNE ODRASLE OSOBE
J A L Ž A B E T, Kolodvorska 1. 42203 Jalžabet

P L A N I P R O G R A M R A D A

FIZIKALNE TERAPIJE ZA 2015. GODINU

Plan i program radnika izradila: **Ksenija Novosel**

U Jalžabetu, siječanj, 2014. godine

- FIZIKALNA TERAPIJA –

PLAN I PROGRAM RADA ZA 2015. GODINU

INDIVIDUALNI RAD S NEPOKRETNIM , TEŽE POKRETNIM I TRENUTNO TRAUMATIZIRANIM KORISNICIMA :

Radno vrijeme fizioterapeuta je od 7.00 – 15.00, utorkom od 10.00 – 18.00 sati.

Fizikalna terapija propisana je od strane fizijatra, ortopeda, i liječnika opće medicine.

Fizioterapija u domu usmjerena je prema zdravstvenom statusu korisnika kod kojih dominiraju teži stupnjevi psihofizičkog oštećenja.

Mogućnosti provođenja fizikalne terapije ograničeni su zbog složenosti patologije kod psihofizičkih oštećenja (poremećaj neuromuskularnog tonusa, mentalna retardacija, deformacije kostiju i zglobova)

Oštećenja mogu biti :

Neurološka

- sa prisutnim poremećajem svijesti i psihe
- poremećajem motoričkih funkcija, uglavnom centralnog tipa oštećenja (hiperkineza, mišićna hipertoničnost)
- lezije živaca
- Poremećaj izlučivanja (neuromuskularni)
opstipacija, inkontinencija

Ortopedska

- metabolički poremećaj kostiju i zglobova
(osteoporoza)
- degenerativne promjene zglobova
(artritis, artroza)
- luksacije i subluksacije

- kontraktura zglobova kao posljedica smanjene aktivnosti i dugotrajnog ležanja

Senzorna

- poremećaj vida
- poremećaj sluha
- taktilni poremećaj

Poremećaj vitalnih funkcija

- cirkulacija (periferna)
- disanje

Zbog navedenih oštećenja provode se sljedeći terapijski postupci, a sa ciljem sprečavanja posljedica postojećeg zdravstvenog stanja.

Aktivne vježbe

- Aktivno potpomognute vježbe
- Pasivne vježbe
- Statičke i dinamičke vježbe
- Vježbe disanja
- Provode se mjere sprečavanja dekubitusa (masaža, promjene položaja)
- Vježbe hoda s pomagalom (hodalica , štake , pomoć druge osobe)
- Limfna drenaža
- Ručna masaža
- TENS(transkutana električna živčana stimulacija)
- Krioterapija

GRUPNI RAD S KORISNICIMA

PROGRAM SAMOZBRINJAVANJA

SPORTSKO – REKREATIVNE AKTIVNOSTI

U provedbi programa samozbrinjavanja posao fizioterapeuta je pravovremeno prenošenje informacija, pisanje mjesečnog izvješća, vođenje evidencije, suradnja sa ostalim članovima stručnog tima, sudjelovanje u organizaciji sportsko- rekreativnih aktivnosti, mjesečnim sastancima evaluacije i sastancima sa korisnicima iz edukativnog djela programa samozbrinjavanja.

Aktivnosti koje se provode u sklopu programa samozbrinjavanja :

- Jutarnja tjelovježba
- Košarka
- Pikado
- Stolni tenis
- Kuglanje
- Društvene igre

Jutarnja tjelovježba održava se svakodnevno u holu doma u zimskom razdoblju, a ljeti u dvorištu doma.

U jutarnjim satima održava se tjelovježba na stacionaru kat sa pokretnim korisnicima. Ostale gore navedene aktivnosti provode se jedanput tjedno u prostoriji za sportske aktivnosti, osim kuglanja i nogometa koji će se provoditi u ljetnom periodu u dvorištu doma.

Jedanput tjedno tjelovježba se provodi sa grupom dijabetičara u prostoriji za sportske aktivnosti sa ciljem osvještavanja korisnika o važnosti tjelesne aktivnosti na njihovo zdravlje.

Vježbe se provode u stojećem položaju, sa i bez štapova i na strunjači.

Planirano je u ljetnom razdoblju tjelovježbu održavati u dvorištu doma te korisnike poticati na samoinicijativne šetnje.

U ljetnom razdoblju u šetnju je planirano izvoditi i korisnike iz stacionara kat, u suradnji sa medicinskim sestrama ili njegovateljicama.

U provođenju sportsko – rekreativnih aktivnosti planirano je odlaziti zajedno sa radnim terapeutom i korisnicima na različita sportska događanja van ustanove.

Sudjelovati na međudomskim društvenim i sportskim susretima korisnika.

EDUKACIJA KORISNIKA I STRUČNO USAVRŠAVANJE

U sklopu programa samozbrinjavanja planirano je održati edukaciju kroz obrađivanje tema vezanih uz zdravlje korisnika,

a stručno usavršavanje putem predavanja koje organizira Hrvatska komora fizioterapeuta.

STANDARDI KVALITETE

Sudjelovanje u radu tima za uvođenje standarda kvalitete pružanja socijalnih usluga sukladno Zakonu o socijalnoj skrbi

SURADNJA SA DJELATNICIMA DOMA

Sudjelovanje na sastancima stručnog tima, evaulacije programa samozbrinjavanja, stručnog vijeća , tima za standarde kvalitete.

Konzultacije sa svim stručnim radnicima u prevenciji, unapređenju i održavanju zdravlja korisnika. Sudjelovanje u timu za suzbijanje i kontrolu bolničkih infekcija.

VOĐENJE DOKUMENTACIJE I EVIDENCIJE

- Dnevnik rada
- Obrasci sportsko - rekreativnih aktivnosti
- Bilješke sa sastanaka tima za kvalitetu.

SIJEČANJ	- Individualni rad sa korisnicima - održavanje jutarnje tjelovježbe u holu, na stacionaru kat i grupom dijabetičara - provođenje sportsko rekreativnih aktivnosti u popodnevnom satima, jedanput tjedno (košarka, pikado, stolni tenis, društvene igre)
VELJAČA	- Individualni rad sa korisnicima - održavanje jutarnje tjelovježbe u holu, na stacionaru kat i grupom dijabetičara - provođenje sportsko rekreativnih aktivnosti u popodnevnom satima, jedanput tjedno (košarka, pikado, stolni tenis, društvene igre) - zdravstvena edukacija korisnika
OŽUJAK	- kontinuirano provođenje svih aktivnosti iz prethodnih mjeseci - u slučaju povoljnih vremenskih uvjeta odlazak s korisnicima iz stacionara kat u šetnju
TRAVANJ	- individualni rad sa korisnicima - grupni rad - izvođenje korisnika u šetnju iz stacionara kat - odlazak sa radnim terapeutom i korisnicima na sportska događanja
SVIBANJ	- individualni rad sa korisnicima - grupni rad - izvođenje korisnika u šetnju iz stacionara kat
LIPANJ	- Individualni rad sa korisnicima - održavanje jutarnje tjelovježbe u dvorištu doma, na stacionaru kat i grupom dijabetičara - provođenje sportsko rekreativnih aktivnosti u popodnevnom satima, jedanput tjedno (košarka, pikado, stolni tenis, društvene igre) - izvođenje korisnika u šetnju iz stacionara kat

SRPANJ	- Individualni rad sa korisnicima - održavanje jutarnje tjelovježbe u holu, na stacionaru kat i grupom dijabetičara - provođenje sportsko rekreativnih aktivnosti u popodnevnom satima ,jedanput tjedno (košarka, pikado, stolni tenis , društvene igre)
KOLOVOZ	- Individualni rad sa korisnicima - održavanje jutarnje tjelovježbe u dvorištu doma , na stacionaru kat i grupom dijabetičara - provođenje sportsko rekreativnih aktivnosti u popodnevnom satima ,jedanput tjedno (košarka, pikado, stolni tenis , društvene igre)
RUJAN	-kontinuirano provođenje svih aktivnosti iz prethodnih mjeseci - zdravstvena edukacija
LISTOPAD	- individualni rad sa korisnicima - grupni rad - izvođenje korisnika u šetnju iz stacionara kat
	- Individualni rad sa korisnicima - održavanje jutarnje tjelovježbe u holu, na stacionaru kat i grupom dijabetičara - provođenje sportsko rekreativnih aktivnosti u popodnevnom satima ,jedanput tjedno (košarka, pikado, stolni tenis , društvene igre)
PROSINAC	- Individualni rad sa korisnicima - održavanje jutarnje tjelovježbe u holu, na stacionaru kat i grupom dijabetičara - provođenje sportsko rekreativnih aktivnosti u popodnevnom satima ,jedanput tjedno (košarka, pikado, stolni tenis , društvene igre)