



Úvod do rehabilitace

Mgr. et Mgr. Jan Šplouchal



Struktura přednášky

- Organizační pokyny k předmětu
- Základní terminologie
- Prevence a civilizační choroby
- Vymezení rehabilitace



- Dotazy

Zdraví vs. Nemoc

„Stav fyzické, psychické, sociální a estetické pohody„

- WHO -

Bio-psycho-socio-spirituální model člověka

Zdraví = absence nemoci (???)

Homeostáza

Determinanty (různost vlivů) vztahujících se ke zdraví (nemoci)

Základní pojmy

- **Choroba (disease)**

Soubor reakcí organismu na poruchu rovnováhy mezi vnitřním a zevním prostředím; soubor patol. příznaků

- **Porucha (impairment)**

Funkční změna nebo ztráta na úrovni orgánu nebo tělesného systému

- **Poškození – postižení (disabilita)**

Funkční změna na úrovni celého jedince, omezující tohoto jedince jen v některé činnosti

- **Znevýhodnění (handicap)**

Porucha i disabilita promítající se do společenské roviny – společenské znevýhodnění

Současná terminologie

- *„Osoba s XY (zdravotním postižením, zdravotním znevýhodněním nebo sociálním znevýhodněním)“.*
- **zdravotní postižení:**
„mentální, tělesné, zrakové nebo sluchové postižení, vady řeči, souběžné postižení více vadami, autismus a vývojové poruchy učení nebo chování“.
- **zdravotní znevýhodnění:**
„zdravotní oslabení, dlouhodobá nemoc nebo lehčí zdravotní poruchy vedoucí k poruchám učení a chování, které vyžadují zohlednění při vzdělávání“.
- **sociální znevýhodnění:**
„rodinné prostředí s nízkým sociálně kulturním postavením, ohrožení sociálně patologickými jevy; nařízená ústavní výchova nebo uložená ochranná výchova, nebo postavení azylanta, atd.“

Prevence

- Primární
- Sekundární
- Terciální



Civilizační choroby (nemoci, onemocnění)

- Pojí se s životní stylem (týká se především rozvinutých zemí)
 - málo pohybu, výživa, stres, cigarety, alkohol, atd.
- Enviromentální vlivy
- „Nemoci moderní doby“
- „Nemoci z blahobytu“

Rizikové faktory (ovlivnitelné X neovlivnitelné)

- Kouření
- Nadměrné užívání alkoholu
- Nedostatečný příjem zeleniny a ovoce
- Zvýšený příjem živočišných tuků (stravování vůbec)
- Obezita
- Zvýšený krevní tlak
- Nedostatek fyzické aktivity
- Diabetes mellitus (cukrovka)
- Režim dne
- Životní prostředí
- Stres
- Mnoho dalších
- Věk
- Pohlaví
- Genetická zátěž

Civilizační choroby (nemoci, onemocnění)

- Cévní onemocnění – předčasná ateroskleróza
- Kardiovaskulární onemocnění (hl. IM)
- Hypertenze (vysoký krevní tlak)
- Cévní mozkové příhody
- Obezita
- Poruchy příjmu potravy (anorexie, bulimie)
- Diabetes mellitus (cukrovka)
- Nádorová onemocnění
- Alergie
- Předčasné stárnutí
- Zánětlivá revmatická onemocnění kloubů
- Předčasné porody a potraty
- Některé vrozené vývojové vady
- Demence včetně Alzheimerovy choroby
- AIDS
- Lupénka
- Deprese, sy. vyhoření
- Chronický únavový syndrom

Rehabilitace (x Fyzioterapie)

- **Re** – obnova („znovunavracení“)
- **Habilis** – způsobilý, schopný, zručný
- USA po 1. s. v.
- Evropa po 2. s. v.



Terminologické vymezení

- Readaptace (ekvivalent rehabilitace ve frankofonních oblastech)
- Regenerace („obnova sil po vyčerpání“, bez poruchy zdraví)
- Rekondice (obnova výkonnostního potenciálu) – srov. masér
- Rekonvalescence
- Resocializace

Definice rehabilitace dle WHO

- **1969**

Kombinované a koordinované využití prostředků lékařských, sociálních, výchovných, pracovních a psychologických pro výcvik nebo znovuzískání co možná nejvyššího stupně funkčních schopností

- **1981**

Rehabilitace obsahuje všechny prostředky, které odstraňují omezení, které brání zdravotně postiženým, aby se mohli co nejvíce aktivně zapojit do života

2001

Rehabilitace je celospolečenský proces, který přesahuje rámec zdravotnictví a jehož konečným cílem je zapojit člověka do aktivního života

Komplexní rehabilitace

- = komprehenzivní, ucelená
- Vzájemně provázaný, koordinovaný a cílený proces, jehož základní náplní je co nejvíce minimalizovat přímé i nepřímé důsledky trvalého nebo dlouhodobého zdravotního postižení jednotlivců s cílem jejich optimálního začlenění do společnosti

- Kolář, 2009 -



Složky komplexní rehabilitace

- Rehabilitace léčebná
- Rehabilitace sociální
- Rehabilitace pracovní
- Rehabilitace výchovná – pedagogická
- Rehabilitace psychologická



Složky léčebné rehabilitace

- Pohybová léčba (kinezioterapie)
- Fyzikální terapie
- Ergoterapie
- Funkční diagnostika
- Doplnkové metody (psychoterapie, ...)



Druhy fyzikální terapie

- Mechanoterapie
- Hydroterapie
- Termoterapie
- Fototerapie
- Elektroterapie



Prostředky léčebné rehabilitace

- Lékařské
- Technické
- Pedagogické
- Sociální
- Využití volného času
- Přírodní faktory



Dělení rehabilitace dle cílů

- Rehabilitace vertikální
- Rehabilitace horizontální

Vertikální rehabilitace

Rehabilitace vertikální je takový postup, při němž se **funkční porucha postupně zlepšuje**, až křivka zdraví **dosáhne na původní hodnotu** k návratu ke stavu původního **zdraví**.

Horizontální rehabilitace

Rehabilitace horizontální probíhá při trvalém postižení, kdy lze **funkční poruchu** na úrovni orgánu a tělesných systémů **upravit jen v malé míře**. Na křivce zdraví **zůstává diference** mezi původní a současnou úrovní zdraví. Trvalé **zhoršení zdravotního stavu je kompenzováno** nácvikem činnosti a změnou životních podmínek.



Složky komplexní rehabilitace

- Rehabilitace léčebná
- Rehabilitace sociální
- Rehabilitace pracovní
- Rehabilitace výchovná – pedagogická
- Rehabilitace psychologická

Léčebná rehabilitace

Soustava medicínsky diagnostických a terapeutických metod a postupů, hodnotících poruchy funkce a orgánů a organismů jako celku ve vztahu k činnostem, které jsou pro člověka v jeho životním prostředí potřebné. Zaměřuje své úsilí na to, aby následky vady, choroby či úrazu byly v co nejkratší době odstraněny.

Pracovní rehabilitace

Soustavná péče směřující k tomu, aby občané se změněnou pracovní schopností získali, udrželi si nebo znovuzískali vhodné zaměstnání.

- Prolíná se s rehabilitací pedagogickou

Pedagogická rehabilitace

Souvislá pedagogická péče směřující k získání maximálně možné kvalifikace zdravotně postižených osob pro život a pro společenské uplatnění v závislosti na druhu a stupni zdravotního postižení, osobních předpokladech pro vzdělání a výchovu a na územních možnostech.

Sociální rehabilitace


Soubor sociálních opatření společnosti k zajištění důstojného a maximálně hodnotného života zdravotně postižených občanů podle stupně jejich postižení.

- Týká se všech věkových kategorií
- Zahrnuje i péči o životní podmínky invalidních občanů
- Součást rehabilitace pracovní a výchovné

Rehabilitace psychologická

Soubor opatření směřujících k dosažení co nejpríznivějšího emočního stavu („nastavení“) postiženého občana ve svém životním prostředí.

- Systematicky usiluje o psychologickou konsolidaci postiženého
- Důležitá je role psychologa
- Prostupuje všechny složky rehabilitace



„Malé změny bývají těžší než ty velké“

- sir F. Bacon -

Děkuji za pozornost a přeji pěkný den!