



**ZÁZNAM ZO SOCIÁLNEHO ŠETRENIA**  
v zmysle prílohy č. 3 zákona č. 448/2008 Z. z. o sociálnych službách

**A. SPÔSOB POSUDZOVANIA ODKÁZANOSTI FYZICKEJ OSOBY  
PRI JEDNOTLIVÝCH ČINNOSTIACH**

1. Stravovanie a pitný režim

Úkony stravovania

umiestnenie jedla na tanier,  
naliatie tekutiny do pohára, šálky a schopnosť ich premiestnenia,  
bezpečné prenesenie jedla a tekutín z jedného miesta na druhé,  
úprava jedla a tekutín pred konzumáciou (napr. odstránenie a otváranie obalu, ošúpanie ovocia a zeleniny, otvorenie fľaše),  
rozdelenie (nakrájanie) potravy na menšie kúsky,  
prenesenie jedla a nápoja k ústam,  
konzumácia jedla a nápojov obvyklým spôsobom,  
rozpoznanie teploty jedla a nápojov,  
zistenie obsahu obalu a potravinami a nápojmi,  
zistenie záručnej doby z obalov potravín a nápojov,  
dávkovanie a užívanie enzýmov na trávenie podľa množstva a zloženia prijímanej potravy,  
dodržiavanie pitného režimu.

0 bodov = fyzická osoba je pri väčšine úkonov stravovania odkázaná na pomoc inej FO

5 bodov = fyzická osoba je minimálne pri dvoch úkonoch stravovania odkázaná na pomoc inej FO

10 bodov = fyzická osoba je schopná vykonávať všetky úkony stravovania samostatne

bodov

2. Vyprázdňovanie močového mechúra

Úkony vyprázdňovania močového mechúra

presun na toaletu a z toalety,  
permanentná kontrola a pomoc pri vyprázdňovaní močového mechúra,  
manipulácia s odevom pred a po vyprázdnení a zabránenie jeho znečisteniu,  
zaujatie vhodnej polohy pri vyprázdňovaní močového mechúra (pri použití WC alebo podložnej misy, resp. močovej fľaše),  
účelná očista po vyprázdnení močového mechúra.

0 bodov = fyzická osoba je pri väčšine úkonov vyprázdňovania močového mechúra odkázaná na pomoc inej FO

5 bodov = fyzická osoba je minimálne pri dvoch úkonoch vyprázdňovania močového mechúra odkázaná na pomoc inej FO

10 bodov = fyzická osoba je schopná vykonávať všetky úkony vyprázdňovania močového mechúra

bodov

### 3. Vyprázdňovanie hrubého čreva

#### Úkony vyprázdňovania hrubého čreva

presun na toaletu a z toalety,  
permanentná kontrola a pomoc vrátane masáže pri vyprázdňovaní hrubého čreva,  
manipulácia s odevom pred a po vyprázdnení a zabránenie jeho znečisteniu,  
zaujatie vhodnej polohy pri vyprázdňovaní hrubého čreva (pri použití WC alebo podložnej misy),  
účelná očista po vyprázdnení hrubého čreva.

0 bodov = fyzická osoba je pri väčšine úkonov vyprázdňovania hrubého čreva odkázaná na pomoc inej FO

5 bodov = fyzická osoba je minimálne pri dvoch úkonoch vyprázdňovania hrubého čreva odkázaná na pomoc inej FO

10 bodov = fyzická osoba je schopná vykonávať všetky úkony vyprázdňovania hrubého čreva

bodov

### 4. Osobná hygiena

#### Úkony osobnej hygieny

umytie rúk, nôh, tváre, podpazušia, vonkajších pohlavných orgánov,  
výmena hygienických vložiek a plienok,  
vyčistenie zubov alebo zubnej protézy,  
príprava pomôcok na holenie a oholenie sa,  
česanie vlasov, umývanie a úprava vlasov,  
čistenie uší, nosa a prínosových dutín (napríklad odsávanie sekrétov horných ciest dýchacích),  
čistenie dolných ciest dýchacích (napríklad zriedenie a vykašlanie hlienov),  
čistenie, strihanie alebo opilovanie nechtov na rukách,  
čistenie, strihanie alebo opilovanie nechtov na nohách,  
make-up.

0 bodov = fyzická osoba je pri väčšine úkonov zabezpečenia osobnej hygieny odkázaná na pomoc inej FO

5 bodov = fyzická osoba je minimálne pri troch úkonoch zabezpečenia osobnej hygieny odkázaná na pomoc inej FO

10 bodov = fyzická osoba je schopná vykonávať všetky úkony zabezpečenia osobnej hygieny

bodov

### 5. Celkový kúpeľ

#### Úkony celkového kúpeľa

vykonávanie celkového kúpeľa vrátane umytia vlasov,  
rozpoznanie teploty vody,  
použitie pomôcok na vykonanie celkového kúpeľa (špongia, šampón, sprchový gél, pe, za..)

0 bodov = fyzická osoba je pri väčšine úkonov celkového kúpeľa odkázaná na pomoc inej FO  
5 bodov = fyzická osoba je minimálne pri dvoch úkonoch celkového kúpeľa odkázaná na pomoc inej FO

10 bodov = fyzická osoba je schopná vykonávať všetky úkony celkového kúpeľa.

bodov

## 6. Obliekanie, vyzliekanie

### Úkony obliekania a vyzliekania

výber oblečenia zodpovedajúceho situácii, prostrediu a klimatickým podmienkam,  
rozpoznanie jednotlivých častí oblečenia a ich správne vrstvenie,  
samostatné obliekanie a vyzliekanie odevu,  
obutie a vyzutie obuvi (vrátane zaviazania a rozviazania šnúrok na obuvi),  
nasadenie a zloženie spevňovacích pomôcok,  
farebné zladenie oblečenia,  
rozpoznanie čistoty odevov a obuvi.

0 bodov = fyzická osoba je pri väčšine úkonov obliekania a vyzliekania odkázaná na pomoc inej FO

5 bodov = fyzická osoba je minimálne pri dvoch úkonoch obliekania a vyzliekania odkázaná na pomoc inej FO

10 bodov = fyzická osoba je schopná vykonávať všetky úkony obliekania a vyzliekania

bodov

## 7. Zmena polohy, sedenie a státie

### Úkony zmeny polohy, sedenia a státia

zmena polohy tela z polohy v ľahu do polohy v sede alebo do polohy v stojí a opačne,  
prípadne s použitím pomôcky,  
zmena polohy zo sedu a do sedu (napríklad z vozíka do auta, z vozíka na posteľ, z vozíka na toaletu),  
zmena polohy z boku na bok, na chrbát a na brucho,  
udržanie polohy v sede aspoň 30 minút, - státie a vydržanie v stojí aspoň 10 minút,  
prípadne s pridržovaním alebo s pomôckou..

0 bodov = fyzická osoba je pri väčšine úkonov zmeny polohy, sedenia a státia odkázaná na pomoc inej FO

5 bodov = fyzická osoba je minimálne pri dvoch úkonoch zmeny polohy, sedenia a státia odkázaná na pomoc inej FO

10 bodov = fyzická osoba je schopná vykonávať všetky úkony zmeny polohy, sedenia a státia

bodov

## 8. Pohyb po schodoch

### Úkony pohybu po schodoch

výstup a zostup zo schodov samostatne, s použitím pomôcok alebo s pomocou inej fyzickej osoby,

0 bodov = fyzická osoba nie je schopná pohybu po schodoch ani s použitím pomôcok alebo s pomocou inej FO

5 bodov = fyzická osoba je pri pohybe po schodoch odkázaná na pomoc inej FO

10 bodov = fyzická osoba je schopná samostatného pohybu s použitím alebo bez použitia pomôcok

bodov

## 9. Pohyb po rovine

### Úkony pohybu po rovine

chôdza aspoň 50 krokov bez pomoci s možnosťou použitia pomôcok – barla, palica, chodítko, G-aparát, alebo pohyb s vozíkom minimálne 50 metrov bez pomoci, udržanie požadovaného smeru chôdze alebo pohybu s vozíkom, chôdza alebo pohyb s vozíkom okolo prekážok alebo cez prekážky.

0 bodov = fyzická osoba je pri väčšine úkonov pohybu po rovine odkázaná na pomoc inej FO  
5 bodov = fyzická osoba je minimálne pri jednom úkone pohybu po rovine odkázaná na pomoc inej FO  
10 bodov = fyzická osoba je schopná vykonávať všetky úkony pohybu po rovine

bodov

## 10. Orientácia v prostredí

### Úkony orientácie v prostredí

orientovanie sa v prostredí bytu alebo domu,  
orientovanie sa v blízkom okolí bytu, domu, školy, miesta výkonu zamestnania,  
orientovanie sa v neznámom prostredí,  
orientovanie sa v cestnej premávke,  
poznávanie blízkych osôb,  
opustenie bytu, domu alebo zariadenia, v ktorom je fyzická osoba ubytovaná,  
návrat do bytu, domu alebo zariadenia, v ktorom je fyzická osoba ubytovaná,  
rozlišovanie zvukov a ich smeru,  
rozpoznávanie času a orientovanie sa v čase,  
rozlišovanie jednotlivých priestorov bytu alebo domu alebo zariadenia, v ktorom je fyzická osoba ubytovaná.

0 bodov = fyzická osoba je pri väčšine úkonov orientácie v prirodzenom prostredí odkázaná na pomoc inej FO  
5 bodov = fyzická osoba je minimálne pri dvoch úkonoch orientácie v prirodzenom prostredí odkázaná na pomoc inej FO  
10 bodov = fyzická osoba je schopná vykonávať všetky úkony orientácie v prirodzenom prostredí

bodov

## 11. Dodržiavanie liečebného režimu

### Úkony dodržiavania liečebného režimu

dodržiavanie pokynov ošetrojúceho lekára,  
rozpoznávanie správneho lieku, správnej dávky a príprava lieku,  
pravidelné užívanie liekov a aplikácia mastí,  
aplikácia podkožných injekcií ( napr. inzulínu),  
dodržiavanie diéty.

0 bodov = fyzická osoba je pri väčšine úkonov dodržiavania liečebného režimu odkázaná na pomoc inej FO  
5 bodov = fyzická osoba je minimálne pri dvoch úkonoch dodržiavania liečebného režimu odkázaná na pomoc inej FO  
10 bodov = fyzická osoba je schopná vykonávať všetky úkony dodržiavania liečebného režimu

bodov

## 12. Potreba dohľadu

### Úkony dohľadu

dohľad pri činnostiach uvedených v bodoch 1 až 11.

0 bodov = fyzická osoba je odkázaná na nepretržitý dohľad pri väčšine činností alebo FO s cystickou fibrózou je odkázaná na dohľad minimálne pri štyroch činnostiach

5 bodov = fyzická osoba je odkázaná na dohľad počas dňa minimálne pri troch činnostiach

10 bodov = FO nie je odkázaná na dohľad pri žiadnej činnosti

bodov

## B. ZARADENIE DO STUPŇA ODKÁZANOSTI FYZICKEJ OSOBY NA POMOC INEJ FYZICKEJ OSOBY NA ZÁKLADE DOSIAHNUTÝCH BODOV A URČENIE ROZSAHU ODKÁZANOSTI

Stupeň	Počet bodov	Priemerný rozsah Odkázanosti (hod./deň)	Priemerný rozsah odkázanosti (hod./mesiac)
I.	105 – 120	0	0
II.	85 – 104	2 - 4	60 - 120
III.	65 - 84	4 - 6	120 - 180
IV.	45 - 64	6 - 8	180 - 240
V.	25 - 44	8 - 12	240 - 360
VI.	0 – 24	viac ako 12	viac ako 360

**Dosiahnutý počet bodov:**

**Zaradenie do stupňa:**