



Metodika úkonů pečovatelské služby

Základní úkony pečovatelské služby

Základní úkony jsou poskytovány v souladu se zákonem 108/2006 Sb., o sociálních službách a vyhláškou č. 505/2006 Sb. ve znění pozdějších předpisů. Základní úkony pečovatelské služby jsou zpoplatněny dle Sazebníku pečovatelské služby.

(Schváleno RMČ Praha 1 č. usnesení UR24_1392 ze dne 17. 12. 2024. Účinnost od 1. 2. 2025).

a) Pomoc při zvládnutí úkonů péče o vlastní osobu

Pomoc a podpora při podávání jídla a pití

Úkon je prováděn v domácnosti klientů, kteří vzhledem ke svému nepříznivému zdravotnímu stavu a snížené soběstačnosti nejsou schopni nebo mají omezenou schopnost jídlo nebo pití sami podat a přijmout. Jídlo je podáno tak, aby byla možná jeho vhodná konzumace (nakrájení na kousky, mletí nebo mixování stravy, ohřátí na sporáku nebo mikrovlnné troubě, případné dochucení jídla). V případě potřeby je poskytován dohled nad konzumací jídla nebo pomoc klientovi při konzumaci jídla, případně přihrátí jídla. K podání pití je používána vhodná nádoba – hrnek, sklenice. U klientů, kterým je poskytován tento úkon, je nezbytné dbát na dodržování pitného režimu. Nalítí nápoje do hrnečku nebo sklenice, pití podává klientovi pracovník na stůl před něj, nebo v případě nutnosti pomáhá přímo do úst.

Pomoc při oblékání a svlékání včetně speciálních pomůcek

Úkon je prováděn u klientů, kteří se vzhledem ke svému zdravotnímu stavu a snížené soběstačnosti nejsou schopni sami obléknout. Nachystání oblečení nebo výběr oblečení ve spolupráci s klientem, oblékání a svlékání, přidržení oděvu při oblékání a rozepínání knoflíků, zipů, obouvání (rozvazování a zavazování obuvi). Úkon zahrnuje i pomoc při nasazení inkontinenčních pomůcek (ráno, večer, přes den) a při používání speciálních zdravotních pomůcek (nasazování protéz, kýlních pásů, bandáž končetin jako prevence trombóz).

Pomoc při prostorové orientaci, samostatném pohybu ve vnitřním prostoru

Pracovník pomáhá klientovi při orientaci v jeho bytě nebo vně bytu nebo na chodbách domu s pečovatelskou službou. Jedná se o doprovod klienta po bytě nebo domě formou přímého doprovodu (klient se drží pracovníka) nebo nepřímého doprovodu (pracovník pokyny směřuje klienta, otvírá a zavírá dveře). Úkon také zahrnuje převoz klienta po chodbách DPS na mechanickém nebo elektrickém vozíku. V případě potřeby jsou klientovi doporučeny, případně je nabídnuta pomoc se zajištěním kompenzačních pomůcek – hůlky, berle, speciální chodítka.

Pomoc při přesunu na lůžko nebo vozík

Úkon je prováděn u klientů služeb se sníženou pohyblivostí nebo v případě zhoršení zdravotního stavu.

U částečně pohyblivého klienta – pomoc při zvedání, přistavení vozíku k lůžku, přidržení při přesezení na vozík nebo zpět na lůžko.



U nepohyblivého klienta – obrácení na posteli, posunutí na kraj postele, posazení v posteli, vhodné je úkon poskytovat za pomoci druhé osoby nebo za pomoci zvedáku.

Postel by měla být dostatečně vysoká nebo polohovací, přístupná ze tří stran, vybavená hrazdičkou. Nejsou-li pro poskytnutí tohoto úkonu vytvořeny vhodné podmínky, koordinátorka klientovi toto doporučí.

b) Pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu

Pomoc při úkonech osobní hygieny

Koupel/sprchování ve středisku osobní hygieny domu (SOH) a domech s pečovatelskou službou (DPS Týnská, DPS Pštrosova, DPS Dlouhá, BD Bene):

- DPS Pštrosova - funkční sedačka s mechanickým mycím zvedákem
- DPS Dlouhá – společný sprchový kout
- DPS Týnská – mycí vana bez sedačky, společný sprchový kout
- BD Bene – mycí vana s dvířky, sedačka do vany

Koupel probíhá na středisku osobní hygieny v mycí vaně nebo sprchovém koutu. Den koupele je stanoven v Individuálním plánu klienta, případně na vyžádání klientem dle jeho potřeby. Klient dle domluvy si s sebou přináší vlastní mýdlo, žínku, šampon, ručník, čisté prádlo, hygienické pomůcky, krém k ošetření pokožky, štětíčky na čištění uší, hřeben, případně pěnu sloužící na hygienu intimních míst. Jednorázové rukavice zajišťuje Poskytovatel. Pokud se provádí výměna plen, poskytovatel zajistí sáček či pytel na jejich odkládání.

Úkon zahrnuje: napuštění vany nebo nastavení teploty vody ve sprchovém koutu, zajištění protiskluzové podložky, využití sedačky do vany nebo ve sprchovém koutě, pomoc při omytí a opláchnutí, podporu klienta při vstupu a při výstupu z vany nebo sprchového koutu, osušení klienta, oblečení, výměnu hygienických pomůcek, namazání kůže dle potřeby.

Teplota vody je cca 30 stupňů, vždy podle potřeb a po domluvě s klientem. Omytí těla, zejména intimních partií, provádí klient sám. Pokud toho není schopen, pomáhá pečovatel/ka. Po dobu provádění hygienického úkonu může být přítomen i další pracovník, aby byl nápomocen při manipulaci s klientem. Po koupeli je zajištěn přesun klienta do bezpečných prostor (přesun do bytu, uložení na lůžko nebo usazení). Po ukončení koupele je mycí vana, sprchový kout vydezinfikován a koupelna uklizena. Pokud je klient se sníženou pohyblivostí, využívá se pro vykonání hygieny mechanický zvedák, umístěný u mycí vany v DPS Pštrosova.

Koupel/sprchování v domácnosti: Provádí se tam, kde koupelna vyhovuje dispozičně stavu klienta. Jsou použity vlastní hygienické potřeby klienta, žínky, ručníky, hřebeny. Úkon zahrnuje: napuštění vany nebo nastavení teploty vody ve sprchovém koutu, zajištění protiskluzové podložky, sedačky do vany, pomoc při omytí a opláchnutí, podporu klienta při vstupu a při výstupu z vany nebo sprchového koutu, osušení klienta, oblečení, výměnu hygienických pomůcek, namazání kůže dle potřeby. Úkon je prováděn v jednorázových rukavicích, které zajistí Poskytovatel. V případě, že klient nedisponuje vhodnými pomůckami, je domluveno za účasti koordinátorky jejich zajištění před vykonáváním vlastní hygieny. Finančně hradí sám klient. Po koupeli je zajištěn přesun klienta do bezpečných prostor (uložení na lůžko nebo usazení). Následuje vypuštění vany, úklid mycího prostoru.



Pomoc při základní péči o vlasy

Základní péče o vlasy zahrnuje umytí, vysušení a učešání vlasů za použití hřebenu a fénu klientem – v bytě klienta nebo na středisku osobní hygieny. Pracovnice může odmítnout použít klientův fén, pokud je poškozený a byl by tak ohrožen její život nebo zdraví.

Organizace umožňuje objednání kadeřníka do bytu v DPS nebo mimo DPS, dle domluvy s klientem. Tento úkon může zahrnovat i holení vousů. Doprovod ke kadeřníkovi mimo DPS je možný po domluvě kliente s koordinátorkou.

Pomoc při použití WC

Pomoc při svlečení šatů, odstranění pleny nebo plenkových kalhot, přidržení klienta při usedání na mísu, otření po vykonané potřebě, pomoc při vstávání, vložení pleny nebo nasazení plenkových kalhotek, obléčení prádla a kalhot. Při použití hygienického křesla vynesení, umytí a dezinfekce nádoby. Úkon provádí pečovatel/ka v ochranných rukavicích, které zajistí Poskytovatel. Úkon nezahrnuje manipulaci s močovou láhví, výměnu sběrného sáčku. Vypuštění moče ze sběrného sáčku, pokud je zaveden, pečovatel/ka neprovádí. Je nutno zajistit a spolupracovat se zdravotní sestrou z Domácí péče, která je nasmlouvána rodinou nebo prostřednictvím koordinátorky.

c) Poskytnutí stravy nebo pomoc při zajištění stravy

Dovoz nebo donáška jídla

Obědy pro klienty v terénu i DPS jsou zajišťovány na základě smlouvy mezi pečovatelskou službou a stravovacím zařízením. Pokrmy jsou klientům od 1. 7. 2025 rozvázeny v krabičkách ve zchlazeném stavu, a to včetně polévek. Pokrmy budou exportovány v termoboxech s chladicí deskou. Ve všední dny je možnost výběru z 3 jídel. Jídelní lístek bude zaslán vždy na 14 dnů dopředu a je označen písmeny a), b), c).

Pečovatel/ka dle potřeby klientovi pomůže s výběrem jídla, s nahlášením, případně s odhlášením nebo přihlášením jídla, které je třeba s klientem provést telefonicky nebo emailem, a to takto: Nejpozději do 10 hodin předešlého dne, do čtvrtka do 10 hod. na sobotu a neděli, svátek a do pátku do 10 hod. na pondělí. V případě, že nedojde k odhlášení oběda, je klient povinen cenu oběda včetně dovozu uhradit.

Obědy jsou převáženy v termoboxech při teplotě do 4 stupňů Celsia, zchlazené pokrmy mají trvanlivost po dobu 2 dnů od dodání, pokud není přerušen teplotní řetězec. Po otevření jsou obědy určeny k okamžité konzumaci. Ohřev je možný v mikrovlnné troubě v dodaných plastových krabičkách. Jiný ohřev možný po přendání jídla do jiných nádob.

Jídlo předává pečovatel/ka osobně klientovi v jeho domácnosti, pokud se nedohodne jinak. Smyslem osobního předání oběda je i společenská kontrola stavu klienta. Pečovatel/ka neodkládá z hygienických důvodů jídlo v krabičce na zem, klient zajistí např. stoličku, případně tašku, kde bude uložen oběd. Pečovatel/ka bude mít u sebe případně igelitovou tašku, kam vloží jídlo a zavěsí na kliku dveří.

Úkon zahrnuje: přeložení termoboxů s jídlem od stravovací firmy do převozového auta Střediska sociálních služeb, samotný rozvoz, manipulaci a donáška klientovi do domácnosti nebo do DPS, odnos nebo odvoz prázdných termonádob do místa k tomu určenému – BD Samcova 3. Zajištění správné teploty dovezeného jídla v termonádobách při předání jídla a čistotu termonádob zajišťuje dodavatel obědů, který je za hygienu odpovědný. Za udržení



Středisko sociálních služeb

www.socialnisluzby-praha1.cz

IČ: 660 00 246

teploty jídla při rozvozu klientům je zodpovědná rozvozová služba Střediska sociálních služeb.

Pomoc při přípravě jídla a pití

Pracovník asistuje při přípravě jídla a pití, které si klient připravuje sám ve vlastní domácnosti nebo z vlastních surovin. Úkon zahrnuje i nachystání jídla z přivezené krabice s jídlem do nádobí klienta. V rámci úkonu je možné připravit také malé jídlo (např. krupicová kaše, míchaná vajíčka, vaření čaje, kávy, ohřívání v mikrovlnce, krájení jídla).

U klientů v DPS může pracovník PS jídlo z přivezené krabice ohřát a nachystat do nádobí pečovatelské služby v jídelně DPS, dle domluvy s klientem.

d) Pomoc při zajištění chodu domácnosti

Běžný úklid a údržba domácnosti

Jedná se o úklid prováděný pravidelně, dle domluvy s klientem. Jeden úklid zahrnuje úklid maximálně 2 obytných místností + sociální zařízení (koupelna, WC), chodba/hala bytu, v tomto rozsahu: mytí nádobí používané klientem, otření kuchyňské linky, stolu, vysávání, zametání, vytírání podlahy mopem, utírání prachu na volných a výškově dostupných místech, umytí umyvadla, vany, WC, vynesení odpadků. Dále může pracovník v sociálních službách poskytnout pomoc s drobnými domácími pracemi jako je výměna ložního prádla, včetně podložky na matraci a stlaní lůžka, zalévání květin. K úklidu jsou používány čisticí prostředky a spotřebiče klientů.

Údržba domácích spotřebičů - jedná se o základní péči o domácí spotřebiče – umytí sporáku, mikrovlnné trouby, varné konvice, telefonu pračky, odmrazení a omytí chladničky a mrazničky, výměna sáčků ve vysavači.

Pečovatelská služba neprovádí mytí oken, mytí stropních svítidel, atp. a úklid ve výškách nad 2,5 metru. Pracovnice nejsou oprávněny provádět jakékoliv opravy spotřebičů. Na závady jsou povinny upozornit klienta.

Pomoc při zajištění velkého úklidu domácnosti

Pečovatelská služba neprovádí velký úklid, např. sezónní úklid, úklid zanedbaných bytů, bytů po malování, včetně úklidu teras, balkonů či chodeb před bytem. Na základě požadavku klienta může PS zprostředkovat úklidovou firmu, pokud toto není schopen klient sám, která tento úklid provede. Pečovatelská služba však nikdy neručí za kvalitu, včasnost a rozsah prací a služeb poskytnutých klienti externím firmou.

Donáška vody

Tento úkon je poskytován pouze v případě náhradního zásobování vodou z důvodu havárie dodávky vody. Klientovi je doneseno jen nezbytné množství vody pro pokrytí potřeb vaření, opláchnutí nádobí, základní hygieny a splachování WC. Nádoby vhodné pro donášku vody zajišťuje klient

Topení v kamnech, včetně donášky a přípravy topiva, údržba topných zařízení

Úkon zahrnuje: donášku uhlí a dříví do bytu kliente, nikoliv skládání uhlí a sekání dříví. Před topením v kamnech musí být pracovníce důkladně seznámena s jejich obsluhou. Údržbou topných zařízení je myšleno základní očištění povrchu, vymetení a vynesení popela. Nádoba na popel musí být kovová a dostatečně velká. Úklid kolem kamen je účtován jako „běžný úklid“



Běžné nákupy

Úkon se týká běžných nákupů, které odpovídají spotřebě klienta. Zahrnuje: sepsání nákupu dle požadavků klienta služby, popřípadě telefonická objednávka nákupu, obdržení finančního obnosu určeného k nákupu od klienta, cesta do obchodu a z obchodu, vlastní nákup, vyúčtování nákupu, předání účtenky, vrácení peněz. V případě, že během jedné cesty je nakupováno více klientům, je každému úkon účtován, jako by byl proveden jednotlivě.

Je třeba poskytnout klientem dostatečnou zálohu na nákup, pracovníci zajišťující nákup nejsou povinni doplácet na nákup ze svých prostředků v případě, pokud je záloha nedostatečná.

Evidence o vyúčtování nákupu je nutná, forma záleží na domluvě klienta s pečovatelem/pečovatelkou a koordinátorkou. Pro vedení evidence nákupů je možné využít formulář „Přehled hotovostních plateb a výdajů“ nebo je u klienta zaveden sešit, s přehledem spotřebovaných a zbývajících financí spolu s účtenkami.

Pečovatel/ka není oprávněna disponovat s platební kartou klienta. Za situace, že klient nemá finanční hotovost, je třeba řešit ve spolupráci s koordinátorkou a sociální pracovníci střediska. O výběru z bankovní karty je nutno sepsat zápis o vybrané hotovosti stvrzený podpisem klienta, koordinátorky a sociální pracovníci.

Velký nákup

Jedná se o nákup věcí těžších a ve větším množství, velký nákup je vykazován v úkonech, nikoliv v hodinách. Může být, po dohodě s koordinátorkou, naplánováno ve spolupráci s autoprovozem organizace.

Praní a žehlení ložního a osobního prádla

• V DPS

Po převzetí prádla od klienta se prádlo pere ve středisku osobní hygieny (SOH) v DPS. Klient předá prádlo ve svém prádelním koši nebo v jiném obalu k tomu určeném. Prádlo klienta se pere odděleně a samostatně v pračce na předem nastavený program. V případě velmi znečištěného prádla se prádlo napřed dezinfikuje. Prací prášek, aviváž, případně dezinfekce je součástí ceny za praní prádla. Po vyprání je prádlo usušeno na sušících nebo v sušičce a vyžehleno. Čisté suché prádlo je poskládáno, zváženo a počet kilo zapíše pracovník do výkazu praní prádla. Poté je prádlo doneseno do bytu klienta. Lhůta od převzetí a odevzdání prádla činí maximálně 5 pracovních dnů. Úkon je vykazován v kilogramech.

• Praní a žehlení ložního a osobního prádla v domácnosti kliente

Prádlo je práno a žehleno v domácnosti klienta za použití jeho zařízení, přístrojů, prostředků. Úkon je účtován jako běžný úklid, zahrnuje roztřídění prádla, vložení do pračky, pověšení prádla, sběr suchého prádla, žehlení, skládání a uložení prádla do skříně. Klient může požadovat jen jednotlivé kroky úkonu.

V případě, že klient nevlastní pračku, praní prádla je zajištěno komerční službou a je účtováno jako úkon Pomoc při využívání běžných záležitostí.

V případě zajištění převozu prádla do DPS, účtováno jako kombinace úkonu v kilogramech a v rámci úkonu Pomoc při využívání běžných záležitostí.



e) Zprostředkování kontaktu se společenským prostředím

Doprovázení dětí do školy, školského zařízení, k lékaři a zpět

Doprovázení dospělých do školy, školského zařízení, zaměstnání, k lékaři, na orgány veřejné moci, instituce poskytující veřejné služby a zpět

Oba úkony zahrnují doprovod klienta k lékaři, na úřady, na zájmové a volnočasové aktivity, na nákupy, do provozoven veřejných služeb, pomoc a podpora při procházce. Tyto úkony se provádí obvykle v místě bydliště klienta, výjimečně mimo bydliště klienta. Pečovatel/ka doprovází klienta v místě, které je předem domluveno. Pečovatel/ka klienta přidržuje, pomáhá při oblékání, obouvání a svlékání.

Doprovázení je možno dle situace provádět pěšky, sanitním vozem, autobusem či s vozidlem pečovatelské služby, při čemž pečovatel/ka se plně věnuje klientovi. Tento úkon zahrnuje i doprovod klienta na pojízdném vozíku nebo s chodítkem.

Institucí poskytujícími veřejné služby se rozumí např. obchod, kadeřnictví, zájmové kluby, spolky, restaurace, hřbitov, kostel.

f) Pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí

Pomoc při komunikaci vedoucí k uplatňování práv a oprávněných zájmů

V rámci plnění těchto úkonů je vždy informována vedoucí koordinátorka (prostřednictvím koordinátorky), která dle potřeby osloví sociální pracovníci a zajistí její spolupráci.

Úkon zahrnuje pomoc klientovi při komunikaci nebo korespondenci s úřady a dalšími institucemi, pomoc při vyřizování dávek, vyřizování osobních dokladů, pomoc s uplatňováním práv klientů, např. při volbách. Pečovatel/ka vždy ve spolupráci se sociální pracovníci a koordinátorkou bude působit jako poradce a prostředník pro klienta při jednání s institucemi.

Pokud klient má právně určeného opatrovníka/opatrovnici, dochází ke spolupráci s ním.

Pomoc při vyřizování běžných záležitostí

Úkon zahrnuje pomoc klientovi při vyřizování běžných záležitostí, s kterými se setkává v osobním životě a již nezvládá je řešit.

Úkon zahrnuje různé pochůzky, např. vyzvednutí receptu u lékaře, v lékárně, v prodejně zdravotnických potřeb, platby na poště, v bankách, vyřizování záležitostí kliente na úřadech, objednávání a vyřizování kompenzační pomůcek atd. Do tohoto úkonu také patří spravování záležitostí klienta po telefonu, příkladem je telefonická komunikace s doktorem, s úřadem, objednání kadeřníka, pedikúry.

Úkon zahrnuje např. výběr peněz z automatu. Při výběru peněz z automatu vždy bude součinnost s koordinátorkou a výběr bude proveden za přítomnosti sociální pracovníce, bude o tom zpracován záznam do individuálního plánu klienta včetně podpisu klienta se souhlasem o provedené transakci.



Do doby provedení úkonu je započítána cesta na místo určení, doba jednání nebo čekání a cesta ke klientovi, pokud se k němu vrací. V případě, že během jedné cesty je vyřizována pochůzka více klientům, je každému úkon účtován, jako by byl proveden jednotlivě.

g) Pomoc při zajištění bezpečí a možnosti setrvání v přirozeném prostředí:
Dohled, aby osoba závislá na pomoci nezpůsobila ohrožení sobě ani svému okolí

Dohled nad osobou znamená, že pečovatel/ka „přijede a jenom se podívá, zda je všechno v pořádku, jestli dotyčný člověk něco nepotřebuje a zase odejde. Dohledem není možno rozumět takový dohled, který by byl za normálních okolností vykonáván stále, nepřetržitě a na každém kroku. Pokud pečovatel/ka zjistí, že klient není ve stavu, aby mohl zůstat sám bez dohledu, informuje ihned koordinátorku, která následně zajistí odpovídající opatření – informuje rodinu, lékaře, sociální pracovníci. Dle situace omezí možnost vzniku mimořádné události, dle konkrétní situace v bytě klienta, např. únik plynu – vypnutím přívodu plynu. Pečovatel/ka a následně koordinátorka musí mít kvalitně zpracovávat individuální plány klientů, které slouží jakou významný nástroj k posouzení, zda v daném případě byl nebo nebyl zanedbán náležitý dohled.

Současně je klientovi, rodině nabídnuta možnost zavedení asistivních technologií, konkrétně službu tísňové péče, která pomáhá zvýšit dohled nad klientem.



Fakultativní úkony pečovatelské služby:

Úkony jsou poskytovány nad rámec zákona o sociálních službách. Jedná se o úkony, jejichž smyslem je zvýšit životní standard klienta nad rámec, garantovaný mu zákonem. Fakultativní činnosti jsou vždy za úhradu, jejich poskytování je dle kapacity a aktuálních možností organizace. Fakultativní úkony mohou být sepsány s klientem, pokud klient má nasmlouvány **některé ze základních úkonů** pečovatelské služby (dle Sazebníku pečovatelské služby). Jsou zpoplatněny v souladu se Sazebníkem úhrad za fakultativní služby (Schváleno Radou MČ Praha 1, č. usnesení UR24_1392 ze dne 17. 12. 2024, účinnost od 1. 2. 2025).

Pomoc a podpora při procházce

Jedná se úkon, který přispívá k udržení klienta v dobré zdravotní a fyzické kondici, pomáhá v udržení kontaktu klienta s okolním prostředím. Procházka je prováděna v blízkém okolí dle domluvy s klientem. Může se jednat o procházku v parku, doprovod při nákupech. Pečovatel/ka klienta vyzvedne v bytě, dle potřeby pomůže s oblékáním a přezutím, je mu oporou po celou dobu vycházky, zajišťuje jeho bezpečí. Následně pečovatel/ka doprovodí klienta do bytu, pomůže mu se svlečením a zajištěním bytu při svém odchodu.

Pomoc s malými zvířaty (pes, kočka)

Jedná se o pomoc klientovi s péčí o psa, kočku, venčení poblíž bydliště, pomoc se zajištěním potravy a tekutin zvířete.

Zpracovala: Ing. Koucká Marta a kol.
Schválila: Mgr. Čelišová

V Praze 1. 7. 2025