



PORADNIK

DLA OPIEKUNÓW
OSÓB NIESAMODZIELNYCH



Zakres obowiązków opiekuna zależy od stanu zdrowia, stopnia samodzielności i indywidualnych potrzeb podopiecznego.

Oto praktyczne wskazówki, na co zwrócić uwagę podczas opieki nad osobą niesamodzielną:

WŁAŚCIWA HIGIENA



bardzo intymna sfera, lecz niezwykle ważna. O ile wśród chorych, którzy mogą, nawet z pomocą, skorzystać z wanny lub natrysku, stanowi mniejszy problem, o tyle równie istotne jest mycie całego ciała osób leżących na stałe w łóżku (z zachowaniem odpowiedniej kolejności, tj. od twarzy i ust po dolne partie ciała). Eliminuje to infekcje oraz przykry zapach, ale także zapewnia choremu dobre samopoczucie i komfort.

1. Zapewnienie odpowiednich warunków pomieszczenia (w tym temperatury);
2. Zapewnienie intymności;
3. Możliwe szybkie wykonywanie czynności;
4. Zastosowanie środków higienicznych (w tym jednorazowych rękawiczek);
5. Założenie nowych środków opatrunkowych, podkładów chłonnych, czystej odzieży, wymiana wilgotnej pościeli;
6. Stosowanie odzieży i pościeli wykonanej z naturalnych materiałów, pozbawionej zgrubień, guzików, niekrochmalonej;
7. Profilaktyka odleżyn i pielęgnacja specjalnymi środkami już istniejących.

WAŻNE!!!

ŻYWIENIE I KARMIENIE



Istotne jest zapewnienie składników pokarmowych w odpowiednich ilościach, zgodnie z zapotrzebowaniem organizmu. Nie wolno przesadzać z nadmiarem, szczególnie u osób leżących, lecz niezwykle groźne jest niedożywienie. Często niezbędna jest pomoc opiekuna nie tylko w przygotowaniu posiłku, ale także w jego podaniu. W przypadku osób mających problemy z gryzieniem, niezbędna jest zmiana konsystencji potraw.

1. 4-5 posiłków dziennie, najlepiej o stałych porach, nie później niż o godz. 19:00;
2. Potrawy ciepłe, ale nie gorące, lekkostrawne;
3. Wszystkie składniki miękkie, ograniczenie cukru i soli;
4. Zastosowanie specjalnych naczyń ułatwiających spożywanie posiłków, np. kubki z dziubkiem;
5. Podawanie choremu ok. 2,5 l płynów w ciągu doby.

WAŻNE!!!



PRZEMEBLOWANIE

jest ważne w przypadku osób samodzielnie poruszających się lub z pomocą balkoniku czy też na wózku. Istotne jest zachowanie przestrzeni ułatwiającej komunikację.

Często informacja o chorobie, która powoduje niesamodzielną osobę, spada na ludzi zupełnie niespodziewanie i pomimo szczyrych chęci i zaangażowania, nie mogą lub nie potrafią dostatecznie pomóc. Dlatego stworzyliśmy Poradnik, który w sposób ogólny i skrótowy przybliży Państwu temat organizacji podstawowej opieki nad osobą niesamodzielną, a także prawa, które w takiej sytuacji przysługują opiekunowi.



KIM JEST OSOBA niesamodzielną?

OSOBA NIESAMODZIELNA – to osoba, która z różnych powodów, m.in. wiek, stan zdrowia, niepełnosprawność, wymaga trwałej lub czasowej opieki i wsparcia innych osób, w związku z brakiem możliwości samodzielnego wykonywania czynności życia codziennego.

POTRZEBY OSÓB niesamodzielnych



1. **Potrzeby podstawowe – egzystencjalne:**
 - Fizjologiczne
 - Jedzenie i picie
 - Zakupy i sprząatanie
 - Opieka medyczna, pielęgniarska, opiekuńcza
2. **Potrzeby wyższego rzędu** związane z poczuciem własnej wartości przynależności, bezpieczeństwa, przydatności, uznania, szacunku, samorealizacji itp.



POMOC FINANSOWA

DODATEK PIELĘGNACYJNY – przyznawany jest osobie, w przypadku której orzecznik ZUS stwierdzi całkowitą niezdolność do pracy i niezdolność do samodzielnej egzystencji. Przysługuje także emerytom i rencistom niezdolnym do samodzielnej egzystencji, a także automatycznie tym, którzy ukończyli 75 rok życia. Dodatek pielęgnacyjny nie przysługuje osobie uprawnionej do emerytury lub renty, która przebywa w zakładzie opiekuńczo-leczniczym lub w zakładzie pielęgnacyjno-opiekuńczym.

WAŻNE!!!

Do uzyskania dodatku pielęgnacyjnego konieczne jest złożenie do ZUS zaświadczenia o stanie zdrowia, na Druku OL-9 (www.zus.pl), wypełnionego przez lekarza prowadzącego, nie później niż na miesiąc przed dniem złożenia wniosku. W przypadku ukończenia 75 lat, ZUS przyznaje dodatek z urzędu.

ZASIŁEK PIELĘGNACYJNY należy się osobom posiadającym orzeczenie o niepełnosprawności, niezdolnym do samodzielnej egzystencji. Jest przyznawany w celu częściowego pokrycia wydatków związanych z zapewnieniem opieki i pomocy innej osoby. Automatycznie przysługuje każdej osobie, która skończyła 75 lat. Świadczenie to nie przysługuje osobie uprawnionej do dodatku pielęgnacyjnego.

WAŻNE!!!

Wniosek o ustalenie prawa do zasiłku pielęgnacyjnego składa się we właściwym GOPS lub MOPS.

SPECJALNY ZASIŁEK OPIEKUŃCZY jest świadczeniem pieniężnym, które przysługuje określonym osobom z uwagi na rezygnację z zatrudnienia lub innej pracy zarobkowej w celu sprawowania stałej opieki nad osobą niepełnosprawną. Muszą one również spełniać ustalone w ustawie kryterium dochodowe. Mogą się o niego ubiegać osoby, na których ciąży obowiązek alimentacyjny, a także małżonkom, jeżeli:

- nie podejmują zatrudnienia lub innej pracy zarobkowej lub
- rezygnują z zatrudnienia lub innej pracy zarobkowej,

w celu sprawowania stałej opieki nad osobą legitymującą się orzeczeniem o znacznym stopniu niepełnosprawności albo orzeczeniem o niepełnosprawności łącznie ze wskazaniami: konieczności stałej lub długotrwałej opieki lub pomocy innej osoby w związku ze znacznie ograniczoną możliwością samodzielnej egzystencji oraz konieczności stałego współudziału na co dzień opiekuna dziecka w procesie jego leczenia i edukacji.

Osoby ubiegające się o niego muszą spełniać również kryterium dochodowe. Zgodnie z ustawą łączny dochód rodziny osoby sprawującej opiekę oraz rodziny osoby wymagającej opieki w przeliczeniu na jedną osobę nie może przekroczyć kwoty 764,00.

WAŻNE!!!

Wniosek o ustalenie prawa do specjalnego zasiłku opiekuńczego wraz z niezbędnymi dokumentami, składa się we właściwym GOPS lub MOPS.



REFUNDACJA wyrobów medycznych

Wiele artykułów, które są często niezbędne przy opiece nad osobą niesamodzielną, podlega zasadom refundacji, w tym m.in.: protezy, aparaty i ortozy ortopedyczne, wózki inwalidzkie, laski i kule, balkoniki, obuwie ortopedyczne, zestawy infuzyjne do osobistych pomp insulinowych, pieluchomajtki, cewniki, sprzęt stomijny.

JAK SKORZYSTAĆ Z REFUNDACJI:

- I. Najpierw należy odwiedzić lekarza, który wystawi dla pacjenta (osoby niesamodzielnej) zlecenie na zaopatrzenie w wyroby medyczne. Może to zrobić każdy, mający podpisaną z NFZ umowę:

- lekarz podstawowej opieki zdrowotnej;
- lekarz specjalista w dziedzinie: medycyny rodzinnej, pediatrii, chorób wewnętrznych, chirurgii ogólnej, chirurgii dziecięcej, chirurgii onkologicznej, onkologii klinicznej, chemioterapii nowotworów, onkologii i hematologii dziecięcej, geriatrii, ginekologii onkologicznej, położnictwa i ginekologii, neurologii, neurologii dziecięcej, urologii, urologii dziecięcej;
- lekarz spełniający wymogi do wykonywania świadczeń gwarantowanych z zakresu opieki paliatywnej i hospicyjnej;
- felczer ubezpieczenia zdrowotnego.

- Pierwsze zlecenie mogą wystawić tylko wyżej wymienione osoby, ale ich kontynuację (przez 12 miesięcy od daty wystawienia pierwszego zlecenia) także pielęgniarki i położne posiadające dyplom ukończenia studiów co najmniej pierwszego stopnia.

- Przy jednej wizycie lekarz (pielęgniarka, położna) może wystawić zlecenia na 3 następujące po sobie miesiące.

- Zlecenie jest ważne do końca okresu, na który zostało wystawione.

- Jeżeli jednorazowe wykupienie produktów na 3 miesiące jest dla zbyt obciążające, warto poprosić lekarza (pielęgniarkę, położną), by wypisali 3 oddzielne zlecenia. Realizacja będzie musiała nastąpić w miesiącu, na który wypisano zlecenie.

- II. Następnie trzeba zarejestrować zlecenie w oddziale lub delegaturze NFZ i odebrać Kartę Potwierdzenia Uprawnienia (osobiście, przez pełnomocnika lub drogą pocztową).

Karta jest ważna przez 12 miesięcy

- Adres właściwego oddziału lub delegatury można znaleźć na stronie nfz.gov.pl (dla Powiatu Żywieckiego Sekcja Obsługi Ubezpieczonych w Żywcu, ul. Dworcowa 23).

- III. Finalnie należy nabyć produkty w aptece lub sklepie medycznym.

WYSOKOŚĆ REFUNDACJI PRODUKTÓW CHŁONNYCH:

- Refundacja obejmuje maksymalnie 90 sztuk produktów chłonnych miesięcznie. W ramach tego limitu można wybrać kilka produktów różnego rodzaju.
- Osobom chorym na nowotwory przysługuje 100-procentowa refundacja (nie ponoszą żadnych kosztów) produktów chłonnych o wartości do 77 zł miesięcznie.
- Osobom z innymi chorobami przysługuje 70-procentowa refundacja produktów chłonnych o wartości do 90 zł miesięcznie.
- Osobom dodatkowo uprawnionym: inwalidom wojennym, inwalidom wojskowym, osobom represjonowanym, cywilnym niewidomym ofiarom działań wojennych, uprawnionym żołnierzom oraz pracownikom MON, weteranom poszkodowanym-żołnierzom, weteranom poszkodowanym-funkcjonariuszom, weteranom poszkodowanym-funkcjonariuszom ABW przysługuje 100-procentowa refundacja (nie ponoszą żadnych kosztów) produktów chłonnych o wartości do 90 zł miesięcznie.
- Osobom ze znacznym stopniem niepełnosprawności liczbę sztuk produktów chłonnych objętych refundacją na miesiąc wyznacza osoba wypisująca zlecenie, dopasowując ją do indywidualnych potrzeb pacjenta. W zależności od choroby przysługuje 100-procentowa refundacja refundacji wielokrotności 90 sztuk produktów chłonnych o wartości do 77 zł miesięcznie lub 70-procentowa refundacja każdej wielokrotności 90 sztuk produktów chłonnych o wartości do 90 zł miesięcznie.

WAŻNE!!!



REFUNDACJA LEKÓW

Należy pamiętać, że przy pewnych schorzeniach istnieje możliwość refundacji leków, dlatego warto zapytać lekarza o przysługującą zniżkę.



POMOC INSTYTUCJONALNA w sprawowaniu opieki

Pomoc społeczna udziela różnego rodzaju wsparcia osobom i rodzinom, w celu przezwyciężenia trudnych sytuacji życiowych, których nie są w stanie sami pokonać, wykorzystując własne zasoby i możliwości. Powodem tego może być m.in. niepełnosprawność lub długotrwała bądź ciężka choroba. W związku z tym możliwe do uzyskania są:

ŚWIADCZENIA PIENIĘŻNE:

zasitek stały, zasiłek okresowy, zasiłek celowy (na pokrycie kosztów zakupu żywności, leków, leczenia, wyrobów chłonnych, opatu, odzieży, niezbędnych przedmiotów domowego użytku).

ŚWIADCZENIA NIEPIENIĘŻNE:

pomoc rzeczowa, poradnictwo specjalistyczne, posiłki, niezbędne ubrania, usługi opiekuńcze i specjalistyczne w miejscu zamieszkania, ośrodkach wsparcia)

WAŻNE!!!

W celu uzyskania pomocy społecznej należy zgłosić się do właściwego GOPS, MOPS lub PCPR, gdzie po rozpoznaniu sytuacji, zostanie udzielone możliwe wsparcie (adresy znajdują się na ostatniej stronie Poradnika).

OPIEKA ZDROWOTNA LEKARSKA I PIELĘGNIARSKA:

• Świadczenia udzielane w domu pacjenta:

LEKARZ I PIELĘGNIARKA POZ

udzielają świadczeń w gabinecie oraz w miejscu zamieszkania świadczeniobiorcy w godz. 8:00-18:00 (poza dniami ustawowo wolnymi od pracy), w uzgodnionym terminie.

PIELĘGNIARSKA OPIEKA DŁUGOTERMINOWA

Pielęgniarska opieka długoterminowa dotyczy opieki nad przewlekle chorymi przebywającymi w domu, niewymagającymi hospitalizacji, ale ze względu na stan zdrowia, potrzebującymi opieki pielęgniarskiej. W Żywcu opiekę taką sprawują podmioty wyłonione przez Śląski OW NFZ – szczegółowe informacje na stronie NFZ Katowice

HOSPICJUM DOMOWE

Hospicjum domowe to świadczenia opieki paliatywnej i hospicyjnej (lekarskiej, pielęgniarskiej, psychologicznej, fizjoterapeutycznej) w domu pacjenta, mające na celu poprawę jakości życia, zapobieganie bólowi, łagodzenie cierpienia psychicznego, duchowego i socjalnego

• Świadczenia udzielane w specjalnych ośrodkach:

W przypadkach, w których nie ma możliwości opieki nad osobą niesamodzielną, istnieje możliwość złożenia wniosku o przyjęcie do specjalistycznego ośrodka (Zakład Opiekuńczo-Leczniczy, Zakład Pielęgnacyjno-Opiekuńczy), w zależności od rodzaju schorzenia i stanu pacjenta.

WAŻNE!!!

1. Świadczenia są bezpłatne;
2. Konieczność złożenia deklaracji wyboru lekarza i pielęgniarki POZ w wybranym Ośrodku Zdrowia.

WAŻNE!!!

1. Świadczenia są bezpłatne;
2. Konieczność wystawienia skierowania do objęcia pielęgniarską opieką długoterminową przez lekarza POZ lub lekarza prowadzącego (w szpitalu).

WAŻNE!!!

1. Świadczenia są bezpłatne;
2. Konieczność wystawienia skierowania przez lekarza;
3. Wskazanie medyczne – występowanie jednostki chorobowej, nierokującej nadziei na wyleczenie.



PRZYDATNE ADRESY i telefony

1. **NFZ OW w Katowicach** całodobowa, bezpłatna
Telefoniczna Informacja Pacjenta dostępna pod swoim stałym numerem 800 190 590.

2. **Sekcja Obsługi Ubezpieczonych w Żywcu**
(tutaj można potwierdzić zlecenie refundacji),
ul. Dworcowa 23, tel. 33 475 44 33, 33 475 44 66

3. **Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Żywcu**,
ul. Ks. Pr. St. Słonki 24, tel. 33 861 94 19, 33 861 93 36

4. **Ośrodki Pomocy Społecznej**

5. **Centrum Medyczne BetaMed**,
ul. Witosza 10, tel. 33 861 23 23

6. **NZOZ Medicus**,
ul. Dworcowa 22, tel. 33 861 36 77, 33 861 36 78

7. **Szpital w Żywcu**,
ul. Sienkiewicza 52, tel. 33 861 40 31

PORADNIK WSPÓŁFINANSOWANY W RAMACH PROJEKTU PN. „ROZWÓJ USŁUG OPIEKUŃCZYCH NA TERENIE POWIATU ŻYWIECKIEGO”

www: [www: www.opieka.techmaster.com.pl](http://www.opieka.techmaster.com.pl)

Strony internetowe:

www.nfz.gov.pl

www.zus.pl

www.betamed.pl

www.medicus-zywiec.pl

www.szpital.zywiec.pl

Dystrybucja poradnika jest bezpłatna.

Lider projektu: **TECHMASTER Monika Stasica**, ul. Kabaty 2, 34-300 Żywiec
Tel. (33) 861-16-87, e-mail: opieka@techmaster.com.pl

Partner Projektu: **Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej w Żywcu**, ul. Sienkiewicza 52,
34-300 Żywiec tel. (33) 861 40 3, e-mail: sekretariat@szpital.zywiec.pl