

# Sedmero rad pro začínající pečující

Vrací se váš blízký z nemocnice po dlouhé nemoci, po mozkové příhodě, po úrazu či s diagnózou nevyléčitelného onemocnění? Rozhodli jste se, že se o něj postaráte doma? Nebo již o své blízké pečujete?

## 1 Komunikujte s ošetřujícím a praktickým lékařem

- **Ošetřující lékař**, který propouští vašeho blízkého z nemocnice a usoudí, že potřebuje další odborné zdravotnické výkony, může předepsat **domácí zdravotní péči**, a to na 14 dní. O dalším prodloužení péče rozhoduje praktický lékař. Předepsaná péče je hrazena z veřejného pojištění. Lékař vám v oprávněných případech předepíše poukaz na **kompensační pomůcky**.
- **Lékař vám na vaši žádost vystaví tiskopis na čerpání ošetřovného**. Tuto dávku může čerpat po dobu 9 dnů zaměstnanec, nikoliv osoba samostatně výdělečně činná. Od 1. 6. 2018 lze využít novou dávku nemocenského pojištění – tzv. **dlouhodobé ošetřovné**, které pomůže v době bezprostředně po propuštění ošetřovaného z nemocnice. Tuto dávku může čerpat zaměstnanec i osoba samostatně výdělečně činná po dobu až 90 dnů.
- **Pokud si berete blízkého domů** a doposud s vámi nebydlel, je dobré přehlásit u ČSSZ jeho důchod na novou adresu a v případě přestěhování z jiného města najít pro něj praktického lékaře v místě nového bydliště a zařídít přeposlání dokumentace.
- V případě, že nemáte vůz a nemocný musí na vyšetření, požádejte ošetřujícího lékaře, aby předepsal vašemu blízkému **sanitku**. U plánovaného kontrolního vyšetření ji předepisuje lékař zdravotnického zařízení, které o kontrole rozhodlo.

## 2 Kontaktujte Diakonii Valašské Meziříčí

- Jakmile lékař předepíše domácí zdravotní péči, sjednejte zahájení poskytování péče s **Ošetřovatelskou službou**.
- V případě péče o nevyléčitelně nemocného kontaktujte **Domácí hospic Společnou cestou**.
- Jestliže vašemu blízkému nevznikne nárok na domácí zdravotní péči, ale vy cítíte, že potřebujete pomoci, využijte **sociálních služeb Diakonie Valašské Meziříčí**.

## 3 Požádejte o pomoc

- Déle trvající péče o blízkou osobu je často fyzicky i psychicky velmi náročná. Proto vám doporučujeme využít část příspěvku na péči k zajištění pomoci při pečování. Požádat o tuto pomoc není selháním, ale moudrým rozložením sil, abyste dlouhodobou péči mohli svému blízkému poskytnout.
- Obratě se na **Poradnu pro pečující**, kde vám poradí, jak si co nejvíce usnadnit péči o blízkého člověka. Tato služba je zdarma.
- Pracovníci **Pečovatelské služby, Osobní asistence, Odlehčovací služby terénní nebo Denního stacionáře Dobromysl** vám mohou pomoci ve vašem nelehkém úkolu. Tyto sociální služby jsou za úhradu, ceníky naleznete na [www.diakoniev.cz](http://www.diakoniev.cz).
- Pamatujte na váš odpočinek, udržujte kontakt s přáteli, nebojte se odjet na dovolenou. Požádejte o **odlehčovací službu pobytovou**.

## 4 Připravte svůj byt na pečování

- Zajistěte potřebné pomůcky a nainstalujte je do bytu. Některé pomůcky může předepsat praktický lékař, jiné odborný lékař. Do doby, než budete mít pomůcky zajištěny, si je můžete zapůjčit v **Půjčovně kompenzačních pomůcek**.
- **Vybavte si lékárníčku** dle diagnózy osoby, o kterou budete pečovat, doporučení vám dá ošetřující lékař nemocného.
- **Upravte prostor domácnosti tak, abyste předešli zbytečným pádům či převrnutím předmětů – odstraňte malé koberečky, popřípadě dveřní prahy, volně stojící květinové stolky apod.**

## 5 Zažádejte o příspěvek na péči

- **O příspěvek zažádejte na pobočce úřadu práce v místě trvalého bydliště osoby, o kterou pečujete.**
- **Příspěvek na péči** je určen osobám, které se při zvládnání základních životních potřeb neobejdou bez pomoci jiných. Vyřízení trvá několik měsíců, ale příspěvek se přiznává zpětně ke dni podání žádosti.

## 6 O co můžete dále žádat na úřadě práce

- **Průkaz zdravotně postižené osoby – váže se na něj řada výhod a úlev.**
- **Příspěvek na mobilitu** – žádá se o něj na základě obdržení průkazu zdravotně postižené osoby. Lze jej získat, pokud opakovaně dopravujete osobu, o kterou pečujete (např. k lékaři, na rehabilitace, do stacionáře apod.). V tomto případě se dožadujte i **evropského parkovacího průkazu** – ten vám umožní parkovat na vyhrazených místech.
- **Příspěvek na kompenzační pomůcky** – požádejte o něj, pokud není pomůcka, kterou potřebujete, hrazena ze zdravotního pojištění.

## 7 Informujte se, poradte se

- V Poradně pro pečující na Žerotínově ulici 319/21 ve Valašském Meziříčí.
- U sociální pracovnice v nemocnici, ze které vašeho blízkého propouštějí.
- Na úřadu práce v oddělení poskytování nepojistných dávek.
- Na sociálním odboru městského úřadu.

Diakonie Valašské Meziříčí

**Poradna pro pečující**  
Žerotínova 319/21, Valašské Meziříčí

**T: 730 190 733**

**E: [poradna@diakoniev.cz](mailto:poradna@diakoniev.cz)**

**[www.diakoniev.cz](http://www.diakoniev.cz)**

Po – Pá 7.00 – 15.00 hod.

**Pomoc má mnoho tváří**