

AKTIVITA - ODPOČINEK: ENERGETICKÁ ROVNOVÁHA

Název klinického pracoviště:

Iniciály klienta:

Pohlaví: muž žena

Lékařská/é diagnóza/y:

Den hospitalizace:

Oslovení klienta:

Věk:

Pooperační den:

Stav energie a energetické rovnováhy

- pocit dostatečné fyzické síly dostatečná výkonnost zvládání fyzických aktivit
 zvládání denních činností pocit dostatku energie pocit životní síly
 pocit elánu do života pocit úspěšnosti
 pocit obnovy energie spánkem/odpočinkem - aktivity obnovující energii:
 přiměřený výdej energie k příjmu/tvorbě - aktivity náročné na výdej energie:

Změny stavu energie a energetické rovnováhy

- porucha mezi tvorbou a spotřebou energie disharmonie těla, mysli, duše
 únava fyzická únava psychická vyčerpanost
 snížená schopnost fyzické výkonnosti snížená schopnost duševní výkonnosti
 délka trvání poruch/obtíží: do půl roku nad půl roku

Projevy energetické disharmonie

projevy tělesné:

- únava vyčerpanost ospalost celková svalová slabost
 malátnost po námaze nedostatek energie zanedbaný vzhled
 neschopen běžné fyzické aktivity neschopen běžných činností
 potřeba více energie nepolevující nedostatek energie
 poruchy spánku neschopnost načerpat energii spánkem
 nárůst potřeby spánku nárůst potřeby odpočinku snížený výkon fyzický
 zhoršená motorická koordinace poruchy vnímání poruchy orientace
 poruchy vizuální poruchy akustické pocity tepla pocity chladu
 parestezie závratě poruchy rovnováhy tišší hlas pomalejší řeč
 vyšší nemocnost/snížená odolnost k infekcím problémy v sexu
 jiné:

vegetativní projevy: palpitace sucho v ústech chvění v končetinách
 nevolnost nechutenství zhoršené trávení jiné:

zesílení stávajících obtíží: bolesti: hlavy svalů kloubů
 jiné:

poruchy zažívání, jaké: poruchy pohyblivosti, jaké: jiné:

projevy psychické a sociální:

- pocity viny snížený psychický výkon obavy strach úzkost
 plačtivost nejistota rozrušenost nervozita sklíčenost
 uzavřenost neschopnost prožívat radost
 zveličování událostí sebepozorování lhostejnost apatie zmatenost
 poruchy soustředění poruchy paměti nezájem, o co:
 zaměření se na co: zesílení stávajících obtíží:
 deprese snížená tolerance k zátěži zanedbaná domácnost
 neschopnost plnit své role pracovní neschopnost jiné:

Faktory ovlivňující energetickou harmonii:

- tělesné:** bolest nedostatek spánku snížená tělesná kondice
 zvýšená tělesná námaha těhotenství
 onemocnění: krve imunity autoimunitní metabolismu
 malnutrice infekce chronický únavový syndrom endokrinní
 neurologické nespecifický střevní zánět onkologické onemocnění

- jiné:
 insuficience: srdce plic jater ledvin jiné:
 poranění poškození náročná operace:
 pooperační komplikace působící chronické obtíže:
 jiné:

psychické: deprese strach stres zvýšená úzkost
 nudný způsob života jiné:

situační: zármutek vývojové obtíže a krize:
 negativní životní události: životní změny:
 problémy v zaměstnání těhotenství porod jiné:

prostředí: nadměrná vlhkost nadměrný hluk nevhodná teplota
 nevhodné osvětlení jiné:

léčebné a ošetrovatelské intervence: imobilita operační výkon
 perioperační péče onkologická terapie jiné:

Reakce okolí na klienta:

pochopení: ano ne empatie: ano ne ohledy: ano ne
zpochybňování problémů: ne ano zlehčování problémů: ne ano
pomoc klientovi: ne ano: v domácnosti ve využití volného času
 v zaměstnání

Mechanismy zvládnutí porušené energie klientem:

více spánku více odpočinku během dne dostatek jídla
 omezení kontaktů s lidmi omezení fyzických aktivit pravidelný pohyb
 omezení psychických aktivit poslech hudby tiché prostředí
 pobyt v přírodě četba pobyt s blízkým člověkem pobyt se zvířetem
 jiné: