

Koncept M. Gordon

### **I Vnímání zdravotního stavu, aktivity k udržení zdraví**

v jak vnímá svůj zdravotní stav a pohodu, jakým způsobem o zdraví pečuje v zahrnuje individuální zdravotní stav, jeho důležitost ve vztahu k současným životním aktivitám a plánům do budoucna v obsahuje informace o tom, jak si klient uvědomuje a zvládá rizika spojená se svým zdravotním stavem, jaká je úroveň jeho celkové péče o zdraví

Nachlazení během posledního roku, absence ze zaměstnání/ ze školy. Navyklé postupy a aktivity pro udržení zdraví, jejich efekt. Způsob/snadnost dodržování lékařských a oš. doporučení. Vnímání příčiny vzniku současného onemocnění. Když začala nemoc, jaká opatření byla provedena a s jakým výsledkem. Osobní přání týkající se postupu při léčbě a zvládání chorobného stavu.

### **2 Výchova a metabolismus**

Tato oblast popisuje způsob příjmu potravy a tekutin ve vztahu k metabolické potřebě organismu v zahrnuje individuální způsob stravování a příjmu tekutin, denní dobu příjmu potravy, kvalitu a kvantitu konzumovaného jídla a tekutin, zvláštní preference určitého druhu jídla, užívání náhradních výživných látek a vitamínových preparátů v u malých dětí pak kojení a způsob krmení kojence v hodnocení stavu kůže, kožních defektů, poranění a celková schopnost hojení ran, která souvisí s imunitním systémem v patří zde i stav vlasů, nehtů, slizničních membrán, stav chrupu, tělesná teplota, výška a hmotnost

Typický denní příjem jídla, přílohy, přísady, doplňky. Typický denní příjem tekutin (množství). Změny hmotnosti v poslední období. Chuť k jídlu. Pochopení a dodržování dietních omezení. Potíže související s jídlem a příjmem potravy/polykání. Vnímání schopnosti hojení ran. Vnímání jiných problémů souvisejících se stavem vlasů, nehtů, slizničních membrán. Vnímání problémů s chrupem, zubní náhrady. Stav kůže, její barva, napětí, poranění aj. defekty

### **3 Vylučování**

Tato oblast zahrnuje informace o způsobu vylučování v individuálně vnímaná pravidelnost ve vylučování, používání obvyklého postupu při vyprazdňování nebo používání projímadel, potíže nebo poruchy při vyprazdňování, tvar kvalita i kvantita exkrementů v eventuelně tržky používané k řízení vylučování

Popisání způsobu vyprazdňování střeva. Popisání způsobu vyprazdňování moče. Pocení, zápach.

### **4 Aktivita, cvičení**

Popisuje způsob udržení tělesné kondice cvičením nebo jinými aktivitami ve volném čase a při relaxaci, zahrnuje základní denní aktivity v obsahuje všechny typy cviků jejich kvantitu i kvalitu, včetně sportů, které jsou typické jednotlivce v patří zde i způsob trávení volného času a činnosti, které v něm jednotlivce vykonává, zdůrazňuje činnosti, které mají pro jednotlivce největší důležitost

Vnímání životní síly a energie, dušnost, bolest, pohodlí,... Typ a pravidelnost cvičení, sport. Volný čas, aktivity ve volném čase, hry. Úroveň sebepečce a soběstačnosti. Chůze, držení těla, pohybová koordinace

### **5 Spánek, odpočinek**

Popisuje způsob spánku, odpočinku a relaxace v trvání doby spánku během 24 hod., zahrnuje individuální vnímání kvality spánku a odpočinku, vnímání úrovně životní energie získané odpočinkem v způsob navození spánku, usínání, přerušování doby spánku, obvyklé činnosti před spaním, eventuelně užívání medikamentů

Vnímání pocitu odpočinku a připravenosti na denní aktivity. roblémy se spaním: začátkem, časným probuzením, přerušovaným spánkem, převrácením doby spánku

### **6 Vnímání, poznávání**

Popisuje způsob a přiměřenost smyslového vnímání a poznávání v úroveň vědomí, mentálních funkcí, orientaci v místě, času, prostoru, osobou v zjištění bolesti v zjištění poznávacích funkcí (schopnost učení, myšlení, rozhodování,...) zjistit do jaké míry je klient orientován a poučen o zdravotním stavu, a co ještě potřebuje vědět

Sluch, sluchadla a jiné pomůcky. Zrak, brýle, poslední kontrola. Paměť, pozornost. Styl učení, obtíže. Vnímání bolesti, její intenzita, typ, lokalizace nepohodlí. Dostatek informací, chápání dané situace, vlastní názor, rozhodování. Úroveň vědomí, orientace v místě, čase, osobě, prostoru. Způsob slovního vyjádření/řeč, schopnost komunikace.

### **7 Sebepečce, sebepečce**

Popisuje emocionální ladění a vnímání sebe sama (tělesný vzhled) v zahrnuje individuální názor na sebe v zahrnuje objektivní pozorování způsobu neverbálních projevů klienta jako je držení těla, způsob pohybu a chůze, oční kontakt, hlas a způsob řeči