

Koncepční model Marjory Gordonové

Model funkčních vzorců zdraví

1. Vnímání zdravotního stavu, aktivity k udržení zdraví

Ptáme se: Jak P/K vnímá svůj zdravotní stav a pohodu? Jakým způsobem o své zdraví pečuje?

- Individuální zdravotní stav.
- Vztah k současným aktivitám a plánům do budoucna.
- Uvědomuje a zvládá rizika spojená se svým zdravotním stavem a životním stylem?
- Úroveň celkové péče o zdraví, např. dodržování aktivit, které podporují tělesné a duševní zdraví, dodržování lékařských a ošetrovatelských doporučení a následné péče v případě nemoci.

2. Výživa a metabolismus

Způsob příjmu jídla a tekutin ve vztahu k metabolické potřebě organismu, individuální způsob stravy 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.

- U malých dětí pak kojení a způsob krmení kojence;
- patří sem hodnocení stavu kůže, kožní defekty, poranění a celková schopnost hojení ran;
- stav vlasů, nehtů, slizničních membrán, stav chrupu, tělesná teplota, výška a hmotnost.

3. Vylučování

Informace o způsobu vylučování (tlustého střeva, močového měchýře a kůže).

- Pravidelnost ve vylučování, používání obvyklého postupu při vyprazdňování nebo užívání projímadel, potíže nebo poruchy při vyprazdňování, tvar, kvantita a kvalita exkretů.

4. Aktivita, cvičení

Způsoby udržování tělesné kondice cvičením nebo jinými aktivitami ve volném čase a při relaxaci.

- Základní denní životní aktivity (sebepečí, soběstačnost), které vyžadují vynaložení energie a úsilí jako je hygiena, vaření, nakupování, stravování, práce, udržování domácnosti...
- Faktory bránící jednotlivci v provozování aktivit (např. dušnost, angina pectoris, neuromuskulární poruchy, svalové křeče při námaze, onemocnění srdcečními nebo plicními chorobami atd.).

5. Spánek, odpočinek

Způsob spánku, odpočinku, relaxace, trvání doby spánku během 24 hodin (noc, den).

- Individuální vnímání kvantity a kvality spánku a odpočinku a také vnímání;
- úroveň životní energie získané odpočinkem;
- způsob navození spánku, usínání, přerušování doby spánku, obvyklé činnosti před spaním, eventuálně užívání medikamentů na spaní.

6. Vnímání, poznávání

Způsob smyslového vnímání a poznávání.

- Přiměřenost smyslového vnímání jako je sluch, zrak, chuť, čich, dotek a používání kompenzačních pomůcek nebo protéz;
- úroveň vědomí, mentálních funkcí;
- trpí bolestí, eventuálně jak je bolest tlumena;
- zhodnocení poznávacích (kognitivních) schopností jako je schopnost učení, myšlení, rozhodování, paměť, způsob slovního vyjadřování.

7. Sebekoncepce, sebeúcta

Emocionální stav a vnímání sebe sama.

- Individuální názor na sebe, vnímání svých schopností, zálib, talentu (v oblasti tělesné, citové, poznávací), celkového vzhledu, vlastní identity (totožnosti), celkového pocitu vlastní hodnoty, celkový způsob emocionální reakce;
- nonverbální projevy – držení těla, způsob pohybu, oční kontakt, hlas a způsob řeči.

8. Plnění rolí, mezilidské vztahy

Způsob přijetí a plnění životních rolí a úroveň mezilidských vztahů.

- Vnímání životních rolí a z toho vyplývajících závazků a odpovědnosti;
- rozvážnost a snášení tíhy zodpovědnosti v současné životní situaci;
- soulad nebo narušení vztahů v rodině, zaměstnání, ve vztahu ke společnosti (trestná činnost), plnění povinností ve vztahu k okolí.

9. Sexualita, reprodukční schopnost

Uspokojení nebo neuspokojení v sexuálním životě nebo se svým pohlavím.

10. Stres, zátěžové situace, jejich zvládnání, tolerance

- Způsoby zvládnání stresu, podpora rodiny a jiných podpůrných systémů;
- vlastní schopnosti řídit a zvládat běžné situace.

11. Víra, přesvědčení, životní hodnoty

Individuální vnímání životních hodnot, cílů, přesvědčení, včetně náboženské víry apod., které jednotlivce vedou nebo ovlivňují jeho volbu nebo rozhodování.

12. Jiné

Jiné důležité informace, které nejsou obsaženy v předchozích oblastech.