

**Tento leták od praktického lékaře je určen vám a vašim blízkým. Nabízí přehled možností péče a podpory i tipy, kam se obrátit o pomoc.**

**Nemusíte zvládnout vše najednou – můžete postupovat krok za krokem a hledat podporu, když ji budete potřebovat. Tento přehled vám může být průvodcem, aby péče co nejvíce odpovídala vašim přáním.**

## 1. CO SI MŮŽETE S PRAKTICKÝM LÉKAŘEM SPOLEČNĚ UJASNIT

Jaký je váš zdravotní stav a co lze v blízké době očekávat.

Jaké jsou možnosti péče – doma, ambulantně, v lůžkovém hospici nebo v nemocnici.

Co je pro vás důležité (např. být doma, nebýt sám/sama, nemít bolesti).

Co dělat, pokud se stav změní – koho můžete kontaktovat a jak.

Kdo bude hlavní kontaktní osoba (praktický lékař, sestra) a jak s ní můžete být v kontaktu.

Kdo ví o vašem přání (např. být doma nebo v lůžkovém hospici).

Co dělat, když péči nebude možné zajistit tak, jak byste si přáli (např. doma).

## 2. JAKÉ MOŽNOSTI PODPORY MÁTE, POKUD PÉČE PROBÍHÁ DOMA

**Poučený praktický lékař** – může se významně podílet a koordinovat péči, např. pomůže se zorientovat v dostupných službách v okolí.

**Domácí zdravotní péče** – návštěvy zdravotní sestry (předepisuje praktický lékař).

**Pečovatelská a asistenční služba** – pomoc s hygienou, jídlem, oblékáním apod. Službu si zajišťuje pacient sám nebo pečující – s vyhledáním může pomoci sociální odbor ve vaší obci nebo ve vašem městě.

**Pomůcky pro péči** – např. polohovací lůžko nebo pomůcky na hygienu, které lze vypůjčit v půjčovně, některé je možné nechat předepsat lékařem.

**Odlehčovací služba** – krátkodobý pobyt, když si pečující potřebují odpočinout.

**Domácí paliativní péče** – tým lékaře, zdravotní sestry, sociálního pracovníka, psychologa, duchovního a dalších odborníků pomáhá doma zajistit co nejlepší kvalitu života a úlevu od obtíží.

**Kurzy a návody pro pečující** – praktické informace a nácvik pečovatelských dovedností; kurzy obvykle organizují sociální služby (např. hospice nebo osobní asistence), zatímco videonávody (např. k základním zdravotnickým úkonům) jsou zpravidla zdarma dostupné online.

## 3. JAK POSTUPOVAT, POKUD ZVOLÍTE PÉČI V LŮŽKOVÉM ZAŘÍZENÍ

(pokud domácí péče není vhodná, zvládnutelná, nebo si přejete péči v lůžkovém zařízení)

Sdělte své přání praktickému lékaři.

S lékařem je dobré domluvit, zda k přijetí bude potřeba lékařská zpráva nebo žádanka. Praktický lékař vám tyto podklady může připravit.

## 4. NA CO MÁTE NÁROK – PRÁVA A FINANČNÍ PODPORA

Príspevek na péči – finanční podpora, která pomáhá uhradit služby nebo péči blízkého.

**Nadace a nadační fondy** – finanční podpora na pomůcky, pečovatelské služby, domácí i lůžkovou hospicovou péči a podporu rodin, zejména s dětmi.

Dlouhodobé ošetřovné – dávka, která umožňuje blízkému člověku zůstat s vámi doma a pečovat o vás; potřebu péče potvrzuje váš praktický nebo ošetřující lékař.

Dříve vyslovené přání / předběžné prohlášení – dokument, který vám umožňuje předem vyjádřit, co si přejete (a nepřejete), aby v případě, že už nebudete moci rozhodovat sami, mohli lékaři a blízcí jednat podle vašich přání.

## 5. JAKOU PSYCHOSOCIÁLNÍ PODPORU MŮŽETE VYUŽÍT VY I VAŠI BLÍZCÍ

Pomoci mohou psychosociální pracovníci, psychologové či duchovní. K dispozici jsou i podpůrné skupiny nebo poradny, např. při domácích hospicích.

## 6. PROSTOR PRO VAŠE PŘÁNÍ A POZNÁMKY

Moje přání v péči o mne / co je pro mě důležité:

.....  
.....

Osoba, která mi má pomoci rozhodovat (jméno a kontakt):

.....

Kontakty (lékař, sestra, služby):

.....  
.....

O mém přání ví (jméno/a blízkých):

.....

Další poznámky:

.....  
.....  
.....

Na [www.umirani.cz](http://www.umirani.cz) najdete videonávody k péči, adresář služeb paliativní péče, informace o dávkách a praktické rady k péči v závěru života i období truchlení.

[www.cestadomu.cz/poradna](http://www.cestadomu.cz/poradna)

Cesta domů poskytuje odbornou péči umírajícím a jejich blízkým. Provozujeme hospic, ambulanci paliativní péče a poradnu pro nevléčitelně nemocné a jejich rodiny. Přispíváme ke společenským změnám s cílem zlepšit péči o lidi na konci života. Vydáváme publikace, pořádáme vzdělávací kurzy a provozujeme veřejnou knihovnu.



Bližší informace naleznete na [www.cestadomu.cz](http://www.cestadomu.cz)

Vydala Cesta domů v roce 2025  
Grafický design: Filip Blažek, studio Designiq  
Tisk: Tiskárna Brouček  
© Cesta domů, 2025  
Vydání podpořil Nadační fond UNIQA

  
NADAČNÍ FOND

Cesta domů

# Plánování domácí péče v závěru života

PRŮVODCE PRO PACIENTY

[www.cestadomu.cz](http://www.cestadomu.cz)