

## **Seznam příloh**

Příloha č. 1: Berlínská kritéria pro ARDS

Příloha č. 2: Hodnocení RASS

Příloha č. 3: Test kognitivních funkcí MMSE

Příloha č. 4: Test kognitivní test MOCA

Příloha č. 5: Dotazník DEMMI

Příloha č. 6: Barthelův test základních všedních činností (ADL)

Příloha č. 7: Test instrumentálních všedních činností (IADL)

Příloha č. 8: Dotazník HADS

Příloha č. 9: Dotazník MAF

Příloha č. 10: Dotazník SF 36

Příloha č. 11: Třiceti vteřinový test sed/stoj

Příloha č. 12: Tabulka použitá k šestiminutovému testu chůze

Příloha č. 13: Žádost o schválení výzkumného šetření na pracovišti

Příloha č. 14: Informovaný souhlas pacienta s účastí na výzkumu

Příloha č. 15: Vytvořená informační brožura o PICS

**Příloha č. 1: Berlínská kritéria pro ARDS**

	<b>mírný</b>	<b>střední</b>	<b>těžký</b>
Časový faktor (timing)	v průběhu 1 týdne od známého klinického inzultu nebo nová/ zhoršující se respirační symptomatologie		
Oxygenace	PaO <sub>2</sub> /FiO <sub>2</sub> 201-300 při PEEP/CPAP ≥5 cm H <sub>2</sub> O	PaO <sub>2</sub> /FiO <sub>2</sub> ≤ 200 při PEEP/CPAP ≥5 cm H <sub>2</sub> O	PaO <sub>2</sub> /FiO <sub>2</sub> ≤ 100 při PEEP/CPAP ≥10 cm H <sub>2</sub> O
Rtg plic a srdce nebo CT plic	bilaterální opacity (infiltrace)	bilaterální opacity	bilaterální opacity zahrnující alespoň 3 kvadranty
Původ plicního edému	respirační selhání ne zcela vysvětlitelné srdeční selhání nebo tekutinovým přetížením, objektivní zhodnocení (např. echokardiograficky) ; vyloučení hydrostatického edému je třeba jen v případě, pokud není znám rizikový faktor		
Doplňující fyziologické poruchy	nevyžadováno	nevyžadováno	V <sub>E(corr)</sub> ≥ 10 l/min nebo C <sub>RS</sub> ≤ 40 ml/cmH <sub>2</sub> O

Zdroj: Máca, 2015


**Příloha č. 2: Hodnocení RASS**

RASS	Popis
+4	bojovný, brání se, ohrožuje okolí
+3	silně agitovaný (tahá kanyly, rourku)
+2	agitovaný (neúčelné pohyby, dyssynchronie s UPV)
+1	neklidný
0	bdělý-klidný
-1	ospalý, lehce probuditelný hlasem > 10 s
-2	lehká sedace, probuditelný hlasem < 10 s
-3	středně hluboká sedace - na oslovení otevře oči, lze vyvolat pohyb, bez očního kontaktu
-4	nereaguje na oslovení, reaguje pohybem nebo otevřením očí na fyzický podnět
-5	bez reakce na slovní nebo fyzický podnět

*Zdroj: Herold, 2013*

### Příloha č. 3: Test kognitivních funkcí MMSE

#### Test kognitivních funkcí-Mini Mental State Exam (MMSE)

Oblast hodnocení:	Max.skóre:
<p>1. Orientace: Položte nemocnému 10 otázek. Za každou správnou odpověď započítejte 1 bod.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Který je teď rok?</li> <li>- Které je roční období?</li> <li>- Můžete mi říci dnešní datum?</li> <li>- Který je den v týdnu?</li> <li>- Který je teď měsíc?</li> <li>- Ve kterém jsme státě?</li> <li>- Ve které jsme zemi?</li> <li>- Ve kterém jsme městě?</li> <li>- Jak se jmenuje tato nemocnice?(toto oddělení?,tato ordinace?)</li> <li>- Ve kterém jsme poschodí?(pokoji?)</li> </ul>	<p>1 1 1 1 1 1 1 1 1 1</p>
<p>2. Paměť: Vyšetřující jmenuje 3 libovolné předměty (nejlépe z pokoje pacienta- například židle, okno, tužka)a vyzve pacienta, aby je opakoval. Za každou správnou odpověď je dán 1 bod</p>	3
<p>3. Pozornost a počítání: Nemocný je vyzván, aby odečítal 7 od čísla 100, a to 5 krát po sobě. Za každou správnou odpověď je 1 bod.</p>	5
<p>4. Krátkodobá paměť (=výbavnost): Úkol zopakovat 3 dříve jmenovaných předmětů (viz bod 2.)</p>	3
<p>5. Řeč,komunikace a konstrukční schopnosti: (správná odpověď nebo splnění úkolů = 1 bod) Ukažte nemocnému dva předměty (př.tužka,hodinky) a vyzvěte ho aby je pojmenoval. Vyzvěte nemocného, aby po vás opakoval:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Žádná ale</li> <li>- Jestliže</li> <li>- Kdyby</li> </ul> <p>Dejte nemocnému třístupňový příkaz: „<b>Vezměte</b> papír do pravé ruky, <b>přeložte</b> ho na půl a <b>položte</b> jej na podlahu.“ Dejte nemocnému přečíst papír s nápisem „Zavřete oči“. Vyzvěte nemocného, aby napsal smysluplnou větu (obsahující podmět a přísudek), která dává smysl) Vyzvěte nemocného, aby na zvláštní papír nakreslil obrazec podle předlohy. 1 bod jsou-li zachovány všechny úhly a protnutí vytváří čtyřúhelník.</p>	<p>2 1 3 1 1 1</p>
	
<p>Hodnocení: 00 – 10 bodů těžká kognitivní porucha 11 – 20 bodů středně těžká kognitivní porucha 21 – 23 bodů lehká kognitivní porucha 24 – 30 bodů pásmo normálu</p>	

# Příloha č. 4: Test kognitivní test MOCA

**MONTREALSKÝ KOGNITIVNÍ TEST** (Nasreddinův test)

(MOCA ®) Verze 7.1 České

JMÉNO:

Vzdělání:

Pohlaví:

Datum narození:

DATUM:

PROSTOROVÁ ORIENTACE / ZRUČNOST		Okopírujte krychli		Namalujte ciferník a označte 11 hodin 10 minut ( 3 body )			BODY	
		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> kontura      číslice      ručičky			__/5	
POJME NOVÁNI ZVÍRETE								__/3
PAMĚŤ	Přečtěte řadu slov. Testovaný je musí opakovat. Zopakujte je ještě jednou. Po 5 minutách požádejte o opakování slov.		TVÁŘ	SAMET	KOSTEL	KOPRETINA	ČERVENÁ	žádný bod
		1. pokus						
		2. pokus						
POZORNOST	Přečtěte řadu čísel (1 za vteřinu).	Testovaný je má zopakovat, jak šla za sebou.			[ ] 2 1 8 5 4			__/2
		Testovaný je má zopakovat pozpátku.			[ ] 7 4 2			
	Čtete řadu písmen. Testovaný musí klepnout prstem pokaždé, když uslyší A. Při 2 a více chybách nedostane žádný bod.	[ ] F B A C M N A A J K L B A F A K D E A A A J A M O F A A B						__/1
	Množina odečtů 7 od 100.	[ ] 93	[ ] 86	[ ] 79	[ ] 72	[ ] 65	__/3	
		4-5 správných odečtů = 3 body			2-3 správné = 2 body		1 správný = 1 bod	0 správný = 0 bod
ŘEČ	Opakujte po mně:	Pouze vím, že je to Jan, kdo má dnes pomáhat.			[ ] [ ]			__/2
		Když jsou v místnosti psi, kočka se vždy schová pod gauč.			[ ]			
	Vybavování slov: Řekněte co nejvíce slov, která začínají písmenem K, během 1 minuty.	[ ] _____ (N ≥ 11 slov)						__/1
ABSTRAKCE	Podobnost mezi např. banán-pomeranč = ovoce.	[ ] vlak - bicykl		[ ] hodinky - pravítka			__/2	
POZDĚJŠÍ VYBAVENÍ SLOV	Vybavení slov BEZ NÁPOVĚDY	TVÁŘ [ ]	SAMET [ ]	KOSTEL [ ]	KOPRETINA [ ]	ČERVENÁ [ ]	Body se udělí pouze BEZ NÁPOVĚDY	__/5
	Nepovinné	Jedna nápověda						
		Více nápovědí						
ORIENTACE	[ ] datum	[ ] měsíc	[ ] rok	[ ] den	[ ] místo	[ ] město	__/6	
© Z. Nasreddine MD		www.mocatest.org		NORMA ≥ 26/30		CELKEM /30		
Spravováno společností: _____						Přidej 1 bod všem, kteří nemají 12 leté školní vzdělání		

# Příloha č. 5: Dotazník DEMMI

## de Morton Mobility Index (DEMMI)

	0	1	2
<b>Postel</b>			
1. Most	<input type="checkbox"/> neschopný	<input type="checkbox"/> schopný	
2. Převalení na stranu	<input type="checkbox"/> neschopný	<input type="checkbox"/> schopný	
3. Z lehu do sedu	<input type="checkbox"/> neschopný	<input type="checkbox"/> s min. asistencí <input type="checkbox"/> pod dohledem	<input type="checkbox"/> samostatný
<b>Židle</b>			
4. Sed na židli bez podpory	<input type="checkbox"/> neschopný	<input type="checkbox"/> 10 sekund	
5. Ze sedu do stoje	<input type="checkbox"/> neschopný	<input type="checkbox"/> s min. asistencí <input type="checkbox"/> pod dohledem	<input type="checkbox"/> samostatný
6. Ze sedu do stoje bez použití rukou	<input type="checkbox"/> neschopný	<input type="checkbox"/> schopný	
<b>Statická rovnováha (bez pomůcek)</b>			
7. Stoj bez podpory	<input type="checkbox"/> neschopný	<input type="checkbox"/> 10 sekund	
8. Stoj s nohama u sebe	<input type="checkbox"/> neschopný	<input type="checkbox"/> 10 sekund	
9. Stoj na špičkách	<input type="checkbox"/> neschopný	<input type="checkbox"/> 10 sekund	
10. Tandemový stoj se zavřenýma očima	<input type="checkbox"/> neschopný	<input type="checkbox"/> 10 sekund	
<b>Chůze</b>			
11. Vzdálenost s pomůckami / bez pomůcek	<input type="checkbox"/> neschopný	<input type="checkbox"/> 10 metrů <input type="checkbox"/> 5 metrů	<input type="checkbox"/> 50 metrů
Pomůcky (zakroužkuj): žádná / chodítka / berle / jiná			
12. Samostatná chůze	<input type="checkbox"/> neschopný <input type="checkbox"/> s min. asistencí <input type="checkbox"/> pod dohledem	<input type="checkbox"/> samostatný s pomůckami	<input type="checkbox"/> samostatný bez pomůcek
<b>Dynamická rovnováha (bez pomůcek)</b>			
13. Zvednutí tužky z podlahy	<input type="checkbox"/> neschopný	<input type="checkbox"/> schopný	
14. Čtyři kroky pozpátku	<input type="checkbox"/> neschopný	<input type="checkbox"/> schopný	
15. Výskok	<input type="checkbox"/> neschopný	<input type="checkbox"/> schopný	

CELKOVÉ SKÓRE VE SLOUPCI

--	--	--	--

HRUBÉ SKÓRE  
(součet celkových skóre ve sloupcích)  /19

DEMMI SKÓRE  
(MDC90 = 9 bodů; MCID = 10 bodů)  /100

Konverzní tabulka z hrubého na DEMMI skóre

Hrubé skóre	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
DEMMI skóre	0	8	15	20	24	27	30	33	36	39	41	44	48	53	57	62	67	74	85	100

Komentář:

Podpis:

Datum:

## Příloha č. 6: Barthelův test základních všedních činností (ADL)

<b>Příjem stravy</b>	
samostatně (jídlo připraveno a v dosahu)	2
vyžaduje dopomoc (krájení, mazání apod.)	1
není schopen samostatně	0
<b>Oblékání</b>	
samostatně (včetně knoflíků, zipu, tkaniček, ...)	2
s pomocí (asi 1/2 činností zvládne sám)	1
závislý na pomoci	0
<b>Koupání</b>	
samostatně (i ve sprše)	1
závislý na pomoci	0
<b>Osobní hygiena</b>	
samostatně obličej/česání/čištění zubů/holení (pomůcky připraveny)	1
vyžaduje dopomoc s běžnou osobní hygienou	0
<b>Kontinence moče</b>	
kontinentní (po více než 7 dnů)	2
občas inkontinentní (max. 1x během 24 hodin)	1
trvale inkontinentní (nebo močový katétr)	0
<b>Kontinence stolice</b>	
plně kontinentní	2
občas inkontinentní (1x týdně)	1
trvale inkontinentní (nebo vyžaduje podání klyzmatu)	0
<b>Použití WC</b>	
samostatně bez pomoci	2
vyžaduje dopomoc	1
neprovede	0
<b>Přesun lůžko - židle</b>	
samostatně bez pomoci	3
s malou dopomocí (fyzickou, instrukce, apod.)	2
s výraznou fyzickou dopomocí 1-2 osob, vydrží v sedě	1
neprovede	0
<b>Chůze po rovině</b>	
samostatně (může využívat pomůcky - hůl, apod.)	3
vyžaduje dopomoc jiné osoby (fyzickou, instrukce, apod.)	2
pouze na kolečkovém křesle	1
neprovede	0
<b>Chůze po schodech</b>	
samostatně bez pomoci (nahoru i dolů)	2
vyžaduje dopomoc (fyzickou, instrukce, apod.)	1
neprovede	0

Zdroj: Převzato a upraveno Cetlová, Drahošová, Točíková, 2012

## Příloha č. 7: Test instrumentálních všedních činností (IADL)

<b>Test instrumentálních všedních činností (IADL)</b>		
	Za každou činnost je nutné započítat takovou položku, která nejvíce odpovídá nejlepšímu funkčnímu stavu	
	Za každou činnost je možné započítat max. 1 bod	
<b>Jízda dopravním prostředkem</b>		
	cestuje samostatně hromadnou dopravou nebo řídí osobní automobil	<b>1</b>
	zorganizuje přesun pomocí taxi	<b>1</b>
	cestuje hromadnou dopravou pouze v doprovodu jiné osoby	<b>1</b>
	cestování omezeno na taxi nebo osobní vůz s asistencí další osoby	0
	necestuje vůbec	0
<b>Nákup potravin</b>		
	je schopen/schopná nakoupit zcela samostatně	<b>1</b>
	je schopen/schopná nakoupit pouze malé položky	0
	vyžaduje doprovod jiné osoby	0
	neschopen nakoupit	0
<b>Telefonování</b>		
	je schopen/schopná používat telefon nezávisle	<b>1</b>
	je schopen/schopná vytočit několik dobře známých telefonních čísel	<b>1</b>
	přijme hovor, ale není schopen/schopná sám/a volat	<b>1</b>
	není schopen/schopná použít telefon	0
<b>Užívání léků</b>		
	užije správnou dávku medikace ve správný čas	<b>1</b>
	užije medikaci pokud je předem připravena v dávkovači	0
	nezvládá samostatné užití medikace	0
<b>Odesílání peněz na poště nebo zacházení s kartou</b>		
	vyřizuje finanční záležitosti nezávisle (včetně placení účtů, bankovníctví, apod.), má přehled o zůstatcích	<b>1</b>
	zvládá nákup běžných položek, ale vyžaduje pomoc s bankovníctvím a většími nákupy	<b>1</b>
	nezvládá samostatně zacházet s penězi	0
<b>Vaření</b>		
	je schopená připravit a servírovat jídlo zcela samostatně	<b>1</b>
	je schopná připravit jídlo pokud má dostupné jednotlivé potraviny	0
	je schopná si ohřát a servírovat jídlo (nebo jídlo připraví, ale není schopná dodržet požadovanou dietu)	0
	neschopná, jídlo jí musí být uvařeno a servírováno	0
<b>Domácí práce</b>		
	je schopná běžnou údržbu a úklid domácnosti (možná příležitostná asistence s těžkými domácími pracemi)	<b>1</b>
	je schopná provádět běžné každodenní činnosti - např. mytí nádobí, stlaní, apod.	<b>1</b>
	je schopná provádět běžné každodenní činnosti, není však schopná udržet akceptovatelnou úroveň čistoty	<b>1</b>
	vyžaduje pomoc se všemi domácími pracemi	<b>1</b>
	není schopná participovat na běžných domácích pracích	0
<b>Vyprání osobního prádla</b>		
	je schopná samostatně zajistit praní	<b>1</b>
	je schopná vyprat drobné prádlo, např. ponožky apod.	<b>1</b>
	veškeré praní musí být zajištěno někým jiným	0
Položky 6 - 8 hodnotit pouze u žen		

Zdroj: převzato a upraveno od Cetlová, Drahošová, Točíková, 2012



## Příloha č. 8: Dotazník HADS

Název studie

Lékař:					
Dotazník:	HADS	Jméno účastníka:		Datum vyplnění:	

Zaškrtněte odpověď, která nejlépe vyjadřuje, jak jste se cítili v minulém týdnu.  
Nepřemýšlejte dlouho - bezprostřední odpověď je obvykle nejvstřížnější.

1A	Cítím napětí a nervozitu.	Většinu času 3	Často 2	Občas 1	Vůbec 0
2D	Stále se dovedu radovat ze stejných věcí jako dříve.	Ano, jistě 0	Již ne tolik 1	Jen trochu 2	Skoro vůbec 3
3A	Mám stavy, kdy se obávám, že se přihodí něco nepříjemného / špatného.	Mám je, jsou naléhavé a intenzivní 3	Mám je, ale nejsou tak intenzivní 2	Trochu, občas, nevádí mi 1	Vůbec je nemám 0
4D	Umím se zasmát a vidět na věcech to legrační.	Tak jako dříve 0	Nyní již tolik ne 1	Nyní již určitě méně 2	Vůbec 3
5A	Mou mysl procházejí zneklidňující myšlenky.	Většinu času 3	Často 2	Čas od času 1	Jen zřídka 0
6D	Cítím se šťastně, jsem spokojený/á.	Vůbec 3	Málokdy 2	Někdy 1	Většinu času 0
7A	Dokážu se dát "do pohody" a uvolnit se.	Ano, vždy 0	Obvykle ano 1	Málokdy 2	Vůbec ne 3
8D	Cítím, že jsem v útlumu. Má aktivita je snižena.	Téměř neustále 3	Velmi často 2	Občas 1	Vůbec ne 0
9A	Prožívám stavy strachu s chvěním žaludku.	Vůbec ne 0	Občas 1	Docela často 2	Velmi často 3
10D	Ztrácím zájem o svůj zevnějšek.	Ano, určitě 3	Nestarám se o sebe, jak bych měl/a 2	Asi o sebe tolik nepečuji 1	Neztrácím zájem o svůj zevnějšek 0
11A	Cítím neklid, nutí to do pohybu.	Ano, velmi 3	Docela dost 2	Trochu 1	Vůbec 0
12D	Těším se, že si věci užiju.	Tak jako dříve 0	Trochu méně než obvykle 1	Určitě méně než obvykle 2	Téměř vůbec 3
13A	Mám stavy náhlé úzkosti.	Velmi často 3	Občas 2	Zřídka 1	Vůbec ne 0
14D	Dokážu si užít dobrou knihu, rozhlasový nebo televizní pořad.	Často 0	Někdy 1	Málokdy 2	Velmi zřídka 3

Zdroj: [www.prolekare.cz](http://www.prolekare.cz)

## Příloha č. 9: Dotazník MAF

### ŠKÁLA KOMPLEXNÍHO HODNOCENÍ ÚNAVY (pokr.)

Zakroužkujte číslo, které nejlépe vystihuje, do jaké míry vám v posledních 7 dnech únava překážela při vykonávání následujících činností. U činností, které jste v posledních 7 dnech nevykonával/a z jiných důvodů, než je únava (např. nepracujete, protože jste v důchodu), zaškrtněte čtvereček vlevo u čísla položky.

Jak moc vám v posledních 7 dnech únava překážela při:

(POZNÁMKA: Pokud jste činnost nevykonával/a v posledních 7 dnech, zaškrtněte čtvereček vlevo u čísla položky)

4. provádění domácích prací

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10  
vůbec ne hodně

5. vaření

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10  
vůbec ne hodně

6. koupání nebo mytí

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10  
vůbec ne hodně

7. oblékání

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10  
vůbec ne hodně

8. práci

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10  
vůbec ne hodně

9. návštěvách nebo společných akcích s rodinou nebo přáteli

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10  
vůbec ne hodně

Pokračování na další straně —

## ŠKÁLA KOMPLEXNÍHO HODNOCENÍ ÚNAVY (Czech version of MAF Scale)

**Instrukce:** Tyto otázky se týkají únavy a jejího vlivu na vaše činnosti.

U každé z následujících otázek zakroužkujte číslo, které nejlépe vystihuje, jak jste se cítil/a během posledních 7 dní.

Jako příklad předpokládejme, že si ráno rád/a přispíte. Pak byste pravděpodobně zakroužkoval/a číslo, které se blíží krajnímu bodu "hodně". Vypadalo by to asi takto:

**Příklad:** Jak moc si ráno rád/a přispíte?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
vůbec ne hodně

Nyní prosím odpovězte na následující otázky ve vztahu k posledním 7 dnům.

---

**1. Jak moc jste se cítil/a unavený/á?**

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
vůbec ne hodně

**Pokud jste vůbec nebyl/a unavený/á, dále nepokračujte.**

**2. Jak silná byla únava, kterou jste pocí'toval/a?**

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
mírná silná

**3. Jak moc jste se kvůli únavě trápil/a?**

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
vůbec netrápil/a velmi trápil/a

**Pokračování na další straně →**

## ŠKÁLA KOMPLEXNÍHO HODNOCENÍ ÚNAVY (POKR.)

(POZNÁMKA: Pokud jste činnost nevykonával/a v posledních 7 dnech, zaškrtněte čtvereček vlevo u čísla položky)

10. sexuálních aktivitách

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10  
vůbec ne hodně

11. aktivitách ve volném čase a rekreačních aktivitách

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10  
vůbec ne hodně

12. nakupování

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10  
vůbec ne hodně

13. chůze

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10  
vůbec ne hodně

14. cvičení (kromě chůze)

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10  
vůbec ne hodně

15. Jak často jste byl/a v posledních 7 dnech unavený/á?

- 4 každý den
- 3 většinou, ale ne všechny dny
- 2 příležitostně, ale ne většinu dní
- 1 téměř nikdy

16. Jak moc se vaše únava během posledních 7 dní změnila?

- 4 zvýšila se
- 3 únava narůstala a klesala
- 2 zůstávala stejná
- 1 snížila se

## Příloha č. 10: Dotazník SF 36

Lékař:					
Dotazník:	SF36	Jméno účastníka:		Datum vyplnění:	

V tomto dotazníku jsou otázky týkající se Vašeho zdraví. Vaše odpovědi pomohou určit, jak se cítíte a jak dobře se Vám daří zvládat obvyklé činnosti.

Odpovězte na každou z otázek tím, že vyznačíte příslušnou odpověď. Nejste-li si jisti, jak odpovědět, odpovězte, jak nejlépe umíte.

Odpovězte na následující dvě otázky:					
1 Řekl/a byste, že Vaše zdraví je celkově:	Výtečné 1	Velmi dobré 2	Dobré 3	Docela dobré 4	Špatné 5
2 Jak byste hodnotil/a své zdraví <u>dnes</u> ve srovnání se stavem před rokem?	Mnohem lepší než před rokem 1	Poněkud lepší než před rokem 2	Přibližně stejné jako před rokem 3	Poněkud horší než před rokem 4	Mnohem horší než před rokem 5

Následující otázky se týkají činností, které někdy děláváte během svého typického dne. Omezuje <u>Vaše zdraví nyní</u> tyto činnosti? Jestliže ano, co jaké míry?			
	Ano, omezuje hodně	Ano, omezuje trochu	Ne, vůbec neomezuje
3 usilovné činnosti jako je běh, zvedání těžkých předmětů, provozování náročných sportů	1	2	3
4 středně namáhavé činnosti jako posunování stolu, luxování, hraní kuželek, jízda na kole	1	2	3
5 zvedání nebo nošení běžného nákupu	1	2	3
6 vyjít po schodech několik pater	1	2	3
7 vyjít po schodech jedno patro	1	2	3
8 předklon, shýbání, poklek	1	2	3
9 chůze asi jeden kilometr	1	2	3
10 chůze po ulici sto metrů	1	2	3
11 chůze po ulici několik desítek metrů	1	2	3
12 koupání doma nebo oblékání bez cizí pomoci	1	2	3

Měl jste některý z dále uvedených problémů při práci nebo při běžné denní činnosti v posledních 4 týdnech kvůli zdravotním potížím?		
	Ano	Ne
13 Zkrátil se čas, který jste věnoval/a práci nebo jiné činnosti?	1	2
14 Udělal/a jste méně než jste chtěl/a?	1	2
15 Byl/a jste omezen/a v druhu práce nebo jiných činností?	1	2
16 Měl/a jste potíže při práci nebo jiných činnostech (například musel/a jste vynaložit zvláštní úsilí)?	1	2

Zdroj: Převzato a upraveno z [www.uzis.cz](http://www.uzis.cz)

Trpěl/a jste některým z dále uvedených problémů při práci nebo při běžné denní činnosti v posledních 4 týdnech kvůli nějakým emocionálním potížím (např. pocit deprese nebo úzkosti)?		
	Ano	Ne
17	Zkrátil se čas, který jste věnoval/a práci nebo jiné činnosti?	1 2
18	Udělal/a jste méně než jste chtěl/a?	1 2
19	Byl/a jste při práci nebo jiných činnostech méně pozorný/á než obvykle?	1 2

Odpovězte na následující tři otázky:							
20	Uveďte, do jaké míry bránily Vaše zdravotní nebo emocionální potíže Vašemu normálnímu společenskému životu v rodině, mezi přáteli, sousedy nebo v širší společnosti v posledních 4 týdnech.	Vůbec ne 1	Trochu 2	Mírně 3	Poměrně dost 4	Velmi silně 5	
21	Jak velké bolesti jste měl/a v posledních 4 týdnech?	Žádné 1	Velmi mírné 2	Mírně 3	Střední 4	Silné 5	Velmi silné 6
22	Do jaké míry Vám bolesti bránily v práci (v zaměstnání i doma) v posledních 4 týdnech?	Vůbec ne 1	Trochu 2	Mírně 3	Poměrně dost 4	Velmi silně 5	

Následující otázky se týkají vašich pocitů a toho jak se Vám dařilo v minulých 4 týdnech. U každé otázky označte prosím takovou odpověď, která nejlépe vystihuje, jak jste se cítil. Jak často v minulých 4 týdnech ...							
		Pořád	Většinou	Dost často	Občas	Málokdy	Nikdy
23	jste se cítil/a pln/a elánu?	1	2	3	4	5	6
24	jste byl/a velmi nervózní?	1	2	3	4	5	6
25	jste pociťoval/a takovou depresi, že Vás nic nemohlo rozveselit?	1	2	3	4	5	6
26	jste pociťoval/a klid a pohodu?	1	2	3	4	5	6
27	jste byl/a pln/a energie?	1	2	3	4	5	6
28	jste pociťoval/a pesimismus a smutek?	1	2	3	4	5	6
29	jste se cítil/a vyčerpán/a?	1	2	3	4	5	6
30	jste byl/a šťastný/á?	1	2	3	4	5	6
31	jste se cítil/a unaven/á?	1	2	3	4	5	6

Odpovězte na následující otázku:						
32	Uveďte, jak často v posledním týdnu bránily Vaše zdravotní nebo emocionální obtíže Vašemu společenskému životu (jako např. návštěvy přátel, příbuzných atd.)?	Pořád 1	Většinu času 2	Občas 3	Málokdy 4	Nikdy 5

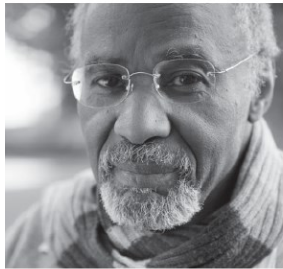
Zvolte, prosím, takovou odpověď, která nejlépe vystihuje, do jaké míry pro Vás platí každé z následujících prohlášení?						
		Určitě ano	Většinou ano	Nejsem si jist	Většinou ne	Určitě ne
33	Zdá se, že onemocním (jakoukoliv nemocí) poněkud snadněji než jiní lidé.	1	2	3	4	5
34	Jsem stejně zdrav/a jako kdokoliv jiný.	1	2	3	4	5
35	Očekávám, že se mé zdraví zhorší.	1	2	3	4	5
36	Mé zdraví je perfektní.	1	2	3	4	5

## Příloha č. 11: Třiceti vteřinový test sed/stoj



Patient: \_\_\_\_\_ Date: \_\_\_\_\_ Time: \_\_\_\_\_ AM/PM

### The 30-Second Chair Stand Test



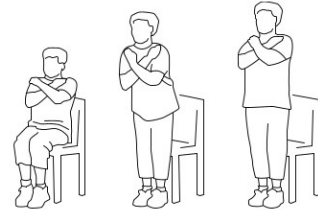
**Purpose:** To test leg strength and endurance

**Equipment:**

- A chair with a straight back without arm rests (seat 17" high)
- A stopwatch

**Instructions to the patient:**

1. Sit in the middle of the chair.
2. Place your hands on the opposite shoulder crossed at the wrists.
3. Keep your feet flat on the floor.
4. Keep your back straight and keep your arms against your chest.
5. On **"Go,"** rise to a full standing position and then sit back down again.
6. Repeat this for 30 seconds.



On **"Go,"** begin timing.

If the patient must use his/her arms to stand, stop the test. Record "0" for the number and score.

Count the number of times the patient comes to a full standing position in 30 seconds.

If the patient is over halfway to a standing position when 30 seconds have elapsed, count it as a stand.

Record the number of times the patient stands in 30 seconds.

**Number:** \_\_\_\_\_ **Score** \_\_\_\_\_ **See next page.**

**A below average score indicates a high risk for falls.**

Notes: \_\_\_\_\_

For relevant articles, go to: [www.cdc.gov/injury/STEADI](http://www.cdc.gov/injury/STEADI)



Centers for Disease Control and Prevention  
National Center for Injury Prevention and Control

**STEADI** Stopping Elderly Accidents, Deaths & Injuries

**Příloha č. 12:** Tabulka použitá k šestiminutovému testu chůze

<b>jméno:</b>	<b>datum:</b> /	<b>čas:</b>	<b>zpracovala:</b>
<b>Před testem</b>			
tlak			
puls			
sat O2			
borg:	0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10		
<b>Po testu</b>			
tlak		<b><u>Zastavil/a</u></b>	
puls			
sat O2			
borg:	0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10		
vzdálenost:			

*Zdroj: Ambulance srdečního selhání VFN Praha*





**Příloha č. 14:** Informovaný souhlas pacienta s účastí na výzkumu



**INFORMACE PRO ÚČASTNÍKA KLINICKÉHO VÝZKUMU**

**„PICS“ (POST- INTENSIVE CARE SYNDROME)**

**Vážená paní/ Vážený pane,**

děkujeme Vám, že se zajímáte o účast v klinickém výzkumu **PICS**.

Dříve než se rozhodnete, zda se našeho sledování nadále zúčastníte, rádi bychom, abyste se seznámil/a s maximem informací o průběhu a cílech tohoto sledování. Oslovili jsme právě Vás proto, že jste léčen pro závažné onemocnění a v rámci hospitalizace jste se podrobil pobytu na JIP/ARO.

Cílem projektu 1.lékařské fakulty Univerzity Karlovy je zhodnotit návrat do života a jeho následující kvalitu v souvislosti s vážným onemocněním a pobytem na JIP či ARO. Výsledky tohoto výzkumu budou klíčové pro další léčbu nemocných s tímto závažným onemocněním po celém světě.

**Popis problematiky:**

Pobyt v nemocničním zařízení je často spojen s nežádoucími zážitky a snížením kvality života pacientů a jejich rodin.

Cílem našeho výzkumu je nalézt a definovat tyto problémy, abychom do budoucna byli schopni zlepšit kvalitu poskytované péče na těchto odděleních a pozitivně tak ovlivnit kvalitu života a ulehčit a zkvalitnit návrat do běžného života. Jedná se o ojedinělý projekt, kterého se účastní několik nemocnic v celé ČR.

## **Průběh klinického projektu:**

Do klinického projektu může být zařazen každý nemocný nad 18 let hospitalizovaný na JIP/ARO. V průběhu Vašeho pobytu na tomto oddělení budeme hodnotit nejen průběh léčby, ale také Vaše pokroky. Před opuštěním našeho oddělení budete požádáni o vyplnění několika dotazníků, se kterými Vám rádi pomůžeme. Konkrétně se jedná o dotazník hodnotící kvalitu života (SF 36), hodnocení úzkosti a deprese během pobytu v nemocnici (HADS), hodnocení únavy (MAF), hodnocení základních denních činností (ADL,IADL), hodnocení mobility (DEMMI), hodnocení fyzické aktivity šestiminutovým testem chůze a 30 sekundovým testem stoj/sed.

V následujících 3 měsících budete opět vyzváni (po předešlé domluvě, osobně nebo během kontroly v ambulanci či u praktického lékaře) o vyplnění stejných dotazníků a splnění stejných pohybových testů a navíc Vám přidělíme náramek (Garmin Vívofit), který zaznamená počet kroků během jednoho týdne. Data, která během výzkumu od Vás získáme, budou zcela anonymně (bez jakýchkoli údajů, které by vedly k Vaši identifikaci) vyhodnocena a publikována v odborném tisku.

## **Budu v tomto klinickém sledování dostávat nějaký experimentální lék či bude testován nějaký nový diagnostický anebo léčebný postup?**

Žádný nový či experimentální lék podán nebude. Jedná se pouze o sběr dat a informací.

## **Je projekt navržený nebo sponzorovaný nějakou farmaceutickou firmou?**

Ne, jedná se o nekomerční studii, projektovanou a řízenou klinickými pracovníky ve snaze o zvýšení úrovně znalostí a zlepšení současné léčebné péče. Z tohoto důvodu také není účast ve studii nijak honorována.

## **Jak je projekt řízen a kontrolována jeho bezpečnost?**

Projekt je navržen a koordinován 1. Lékařskou fakultou Univerzity Karlovy v Praze. Tohoto projektu se účastní nemocnice z celé ČR.

### **Jak je stanu účastníkem projektu?**

Kandidátem projektu je každý nemocný, který splňuje určená kritéria a jeho hospitalizace je spojena s pobytem na JIP či ARO.

Vás o účasti informujeme tímto dokumentem, o další účasti v projektu se můžete zcela dobrovolně rozhodnout sám, nebo ji kdykoliv ukončit.

### **Jsou s účastí v klinickém sledování spojena nějaká rizika?**

Rizika nejsou žádná, jedná se o sběr dat. Tato studie je zcela dobrovolná a zcela anonymní.

### **Mám právo nahlížet do výsledků sledování a osobních výsledků?**

Všechny získané výsledky v průběhu léčby, včetně podrobné informace o průběhu léčby, jsou zaznamenány ve Vaší dokumentaci a archivovány. Na požádání je možné do nich kdykoliv nahlédnout i s případným odborným vysvětlením lékaře. Vyšetření důležitá pro další léčbu a sledování budou součástí propouštěcí zprávy a s Vaším svolením budou poskytnuty Vašemu obvodnímu či spádovému lékaři. Všechny výsledky jsou chráněny ve smyslu zákona o ochranně osobních dat č. 101/2000Sb. Nebudou v žádném případě poskytnuty žádné pojišťovně, Vašemu zaměstnavateli atd. Výsledky projektu budou výhradně k vědecko-výzkumným cílům v rámci tohoto klinického sledování. V žádné publikaci ani ve zprávě plynoucí z výsledků tohoto sledování nebude uvedeno Vaše jméno nebo osobní údaje, které by mohly vést k identifikaci Vaší osoby.

### **Jak bude s výsledky vyšetření nakládáno?**

Výsledky klinického sledování budou po statistickém zpracování publikovány ve vědeckém tisku a přednášeny na vědeckých kongresech. V žádném případě však ve výsledcích nebude uvedeno Vaše jméno či jiné osobní identifikační údaje.

### **Mohu svůj souhlas odvolat?**

Souhlas s účastí v klinickém sledování Vás k ničemu nezavazuje a účast v klinickém sledování můžete samozřejmě kdykoliv ukončit bez udání důvodu.

**Děkujeme Vám**, že jste si prostudovali tento materiál. S jakýmikoliv nejasnostmi se neváhejte obrátit na Vašeho ošetřujícího lékaře nebo garanta projektu (Doc. MUDr. Jan Bělohávek PhD, II. Interní klinika VFN Praha).

Vaším průvodcem po celou dobu výzkumného projektu, který bude analyzovat data a informace na kterého se můžete kdykoliv během výzkumu obrátit je všeobecná sestra Bc. Veronika Šoltýsová.

Pokud souhlasíte s další účastí v klinickém projektu, potvrďte ji svým podpisem na přiloženém dokumentu „Informovaný souhlas s účastí v klinickém výzkumu“:

### **INFORMOVANÝ SOUHLAS S ÚČASTÍ V KLINICKÉM VÝZKUMU**

„PICS.“

Jsem podrobně seznámen s protokolem klinického projektu „PICS “ doporučeným a schváleným Etickou komisí nemocnice a v souladu se svým nejlepším svědomím souhlasím s účastí v projektu, což stvrzuji svým podpisem.

**Podpis pacienta (bez jména):**

**Datum a čas podpisu:**

.....

.....

**Jméno a příjmení a podpis všeobecné sestry:**

**Datum a čas podpisu:**

**Bc. Veronika Šoltýsová**

.....

## Příloha č. 15: Vytvořená informační brožura o PICS

### POST INTENZIVNÍ SYNDROM



Překonali jste vážné onemocnění, které Vás ohrožovalo na životě? a byly jste hospitalizováni na anesteziologicko-resuscitačním oddělení (ARO)? nebo na jednotce intenzivní péče (JIP)?

...a teď jste konečně po dlouhé trati v boji o život a uzdravení, konečně doma, ale necítíte se jako před tím?

...můžete trpět tzv. post intenzivním syndromem



#### Post intenzivní syndrom (PICS)

##### Co to je?

- je to soubor příznaků, které se vyskytnou po překonání život ohrožující nemoci a po hospitalizaci na oddělení intenzivní péče
- skládá se z příznaků, které postihují psychiku, fyzickou aktivitu a kognitivní funkce
- bohužel, není stanovena doba, kdy syndrom vzniká, ale trvat může měsíce až léta.

##### Rizikové faktory?

- mezi základní patří: hospitalizace na jednotce intenzivní péče déle než 48 hodin, umělá plicní ventilace, deprese, zvýšená hladina cukru v krvi, mozková dysfunkce (mrtvice), hypoxie (respirační selhání, srdeční zástava), hypotenze (trauma, seps), alkoholismus, vyšší věk.

##### Příznaky?

- např. celková slabost, únava, poruchy spánku, ztráta paměti, poruchy koncentrace, úzkosti, noční můry,
- zhoršená pohyblivost, zhoršená péče o sebe samého, sexuální poruchy

##### Jak se tento diagnostikuje syndrom?

- přesná diagnostika neexistuje,
- existují tzv. varovné příznaky, kterých by jsme si měli všimnout (např. únava, zhoršená fyzická aktivita, obavy z návratu do běžného života, nespavost),
- existují také různé standardizované dotazníky, např. k zjištění výskytu únavy (MAF), deprese a úzkosti (DEMMI), kognitivních funkcí (MMSE), dotazníky k zjištění míry zvládnání aktivit v běžném životě (ADL, IADL), k zjištění kvality života (SF 36).

##### Jak se léčí?

- léčba závisí od přítomných příznaků a léčí se tak jednotlivé příznaky, které pacienta trápí,
- obecně je důležité zahájit včasnou rehabilitaci po překonání kritického stavu a po celou dobu hospitalizace i v domácím prostředí,
- důležitá je kvalitní komunikace mezi pacientem, jeho rodinou a zdravotnickým personálem.

#### **Jaký má PICS dopad na pacienta?**

- pacienti nejsou schopni se vrátit do zaměstnání, nebo musí změnit zaměstnání,
- pacienti mohou být ohroženi opětovnou hospitalizací,
- potřebují pomoc při běžných denních aktivitách,
- mají nepříjemné vzpomínky na období hospitalizace,
- část hospitalizace si nepamatují,
- úzkosti spojené s nepříjemnými vzpomínkami, zanecháním stop nemoci na těle (jizvy).

**Post intenzivní syndrom má vliv i na členy rodiny pacienta, to se nazývá tzv. PICS-F (F-family/rodina)**

#### **Jaká je prevence?**

S prevencí se má začít už během hospitalizace

- včasné probuzení z umělého spánku, co nejrychlejší extubace, hodnocení a zvládnutí bolesti,
- spontánní dýchání, dechová rehabilitace,
- multidisciplinární ošeftující tým, (lékaři specialisti),
- sledování poruch vědomí (deliria), šetrná aplikace sedativ (léky, které tlumí vědomí během akutní fáze onemocnění),
- včasná návštěva praktického lékaře po propuštění,
- zapojení do péče i rodinu,
- kvalitní komunikace mezi pacientem, jeho rodinou a zdravotnickým personálem,
- empatie, podání pomocné ruky

#### **POMOCNÉ ORGANIZACE:**

Občanské sdružení ESET HELP ([www.esethelp.cz](http://www.esethelp.cz))

- poskytují péči o duševní zdraví, psychosociální poradenství

- 774 186 262 • [office@esethelp.cz](mailto:office@esethelp.cz)

Dle potřeby lze vybrat z několika organizací v České republice ([www.koaliceprozdravi.cz](http://www.koaliceprozdravi.cz))



#### **Seznam použité literatury:**

1. RAWAL, Gautam, Sankalp YADAV a Raj KUMAR. Post-intensive Care Syndrome: an Overview. *Journal of Translational Internal Medicine*. [online]. 2017, roč. 5, č. 2, s. 90-92 [cit. 2019-09-19]. DOI: 10.1515/jtjm-2016-0016. Dostupné z: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5506407/>
2. MIKKELSEN, E. Mark, Gösta NETZER a Theodore Ijadhaya. Post-intensive care syndrome (PICS). [online]. 2018. [cit. 2019-09-26]. Dostupné z: <https://www.uptodate.com/contents/post-intensive-care-syndrome-pics>
3. MAXIC, Eliza Beth Mary. Recovery After ICU Discharge: Post-Intensive Care Syndrome. *Journal of Evidence-Based Nursing*. [online]. 2016, roč. 2, č. 31, s. 172-174 [cit. 2019-11-05]. DOI: 10.1016/j.jebn.2015.12.006. Dostupné z: [https://www.japan.org/article/S1089-9472\(16\)00004-6/fulltext](https://www.japan.org/article/S1089-9472(16)00004-6/fulltext)
4. ELLIOTT, Doug, et al. Exploring the Scope of Post-Intensive Care Syndrome: Therapy and Care: Engagement of Non-Critical Care Providers and Survivors in a Second Stakeholders Meeting. *Critical Care Medicine*. 2014, roč. 42, č. 12, s. 2518-2526. DOI: 10.1097/CCM.0000000000000525.

Zdroj: Vlastní zpracování