



Psychiatrická klinika VFN
Vnitřní řád
Domácí řád oddělení

RD – PSY – 02_DŘ3
Strana 1 z 6
Verze číslo: 3

DOMÁCÍ ŘÁD ODDĚLENÍ 3

Vážená paní, vážený pane,

byli jste přijati k léčení na Psychiatrickou kliniku Všeobecné fakultní nemocnice v Praze.

Aby Vaše léčba probíhala co nejefektivněji, potřebujeme Vaši spolupráci a pochopení pro náš režim.

Především je nutné důsledně dodržovat pokyny a doporučení lékařů a ošetřujícího personálu.

Při přijetí k hospitalizaci je pacient seznámen s charakterem a režimem oddělení, s Právy pacientů a souhlas s hospitalizací stvrdí podpisem ve formuláři. Pacient odevzdá všechny ostré a nebezpečné předměty, léky a cennosti, které chce uložit v trezoru. Po přidělení lůžka si uloží své věci do nočního stolku a šatní skříňě na pokoji, přezuje se a převlékne do domácího oděvu.

Režim dne

06:30	Budíček
06:30 - 07:45	Ranní hygiena, stlaní lůžek, výměna ložního prádla, úklid pokojů
07:50 - 08:30	Snídaně, podávání léků
08:30 - 09:15	Vizita formou komunity
09:30 - 11:45	Terapeutické aktivity
11:45 - 12:45	Oběd, podávání léků
13:00 - 15:00	Terapeutické aktivity
15:00 - 17:30	Návštěvy, vycházky povolené lékařem
17:30 - 18:30	Večeře, podávání léků
20:00 - 22:00	Večerní hygiena
22:00 - 22:30	Podávání léků
22.00 - 06:00	Noční klid

- Na oddělení je povoleno používat mobilní telefony, notebooky, televizory atp. tak, aby nerušily ostatní pacienty. Během terapeutických aktivit a nočního klidu je používání těchto zařízení zakázáno.
- Telefon na oddělení je vyhrazen pro služební účely.
- Veškeré léky, potravinové doplňky, vitamíny vnesené na oddělení odevzdejte ošetřovatelskému personálu, neužívejte žádné léky bez vědomí vašeho ošetřujícího lékaře.
- V nezbytném případě může zdravotnický personál vyzvat pacienta k osobní prohlídce a prohlídce jeho osobních věcí, pacient je této prohlídce přítomen.



Psychiatrická klinika VFN
Vnitřní řád
Domácí řád oddělení

RD – PSY – 02_DŘ3
Strana 2 z 6
Verze číslo: 3

- **Nepoškozujte majetek VFN** - způsobenou škodu je pacient povinen uhradit. Neplývejte elektrickým proudem a vodou.
- Neshromažďujte na oddělení nadbytečné množství potravin, nekonzumujte potraviny zkažené a s prošlou dobou trvanlivosti. Potraviny, které vyžadují uchování v lednici, uložte do lednice na chodbě a řádně označte. **Lednice je 1x týdně kontrolována zdravotnickým personálem a potraviny, které nejsou řádně označeny a prošlé jsou zlikvidovány.**
- Návštěvy a vycházky schválené lékařem jsou povoleny ve všední dny od **15:00 do 17:30** hodin, o víkendech a svátcích od **9:30 do 17:30** hodin - mimo dobu podávání stravy a léků. Návštěvy probíhají na jídelně a na chodbě oddělení.
- Během nočního klidu je z bezpečnostních důvodů zamčená sprcha a jídelna.
- Varná konev pro pacienty je k dispozici od 6:00 do 16.00 hodin.
- Informace o zdravotním stavu pacientů poskytuje ošetřující lékař po telefonické domluvě.
- **Dodržujte na celém oddělení pořádek a čistotu.**
- Bez souhlasu personálu nepřestavujte nábytek a nelepte nic na zdi.
- Pacienti i zdravotnický personál mají povinnost dodržovat **Práva pacientů** – jsou vyvěšena na chodbě oddělení a k zapůjčení u sester.
- Na oddělení je **zakázáno pořizovat fotografie a audiovizuální záznamy.**
- Nedoporučujeme pacientům si vzájemně půjčovat peníze či cennosti.
- Zachovávejte mlčenlivost o ostatních pacientech, nesdělujte jakékoliv informace o oddělení na sociálních sítích.
- Na oddělení je zakázáno vnášet alkohol a jiné psychotropní látky.
- Návštěvy na pokojích pacientů jiného pohlaví jsou zakázány, taktéž jakékoliv sexuální aktivity nejen mezi pacienty, ale i mezi pacienty a návštěvami nejsou povoleny.
- Návštěvy se zdržují pouze na chodbě.
- Kouření je na oddělení povoleno pouze na terase v době, která nenarušuje denní program oddělení, kouření mimo terasu je považováno za hrubé porušení režimu oddělení.

Porušování domácího řádu a neúčast na lékařem indikovaných terapeutických aktivitách může být důvodem k propuštění pacienta do ambulantní péče.



JÍDELNÍ A TERAPEUTICKÝ REŽIM

pro nemocné s poruchou příjmu potravy

Vážená slečno, vážená paní, vážený pane,

poruchy příjmu potravy patří mezi dlouhodobá a závažná onemocnění, které však lze úspěšně léčit. Základní podmínkou úspěšné léčby patří Vaše motivace k řešení problémů, vztahujících se nejen k poruchám příjmu potravy, ale i k jiným oblastem života.

Pro úspěšný pobyt na našem oddělení je důležitá spolupráce s terapeutickým týmem a přijetí terapeutického, jídelního, pracovního a sociálního programu oddělení, i když to není vždy snadné.

Obtíže spojené s jídlem a kontrolou tělesné hmotnosti nelze vyřešit okamžitě, ale v poměrně krátké době si můžete zvyknout na větší porce, bohatší skladbu jídla a jeho častější frekvenci. To může být spojeno s krátkodobějšími pocity nevolnosti, nadýmání, psychické nepohody. Úprava jídelníčku a jídelního režimu je základním cílem terapie, který by měl doprovázet i nárůst tělesné hmotnosti. U pacientek s nízkým BMI (nižší než 19) je cílem i nárůst tělesné hmotnosti a dosažení cílové (normální) zdravé váhy, na které se domluvíte při přijetí.

Pro úspěch v léčbě je třeba pracovat na následujících cílech:

- rozšířit jídelníček o všechny běžné kategorie jídel včetně masa, tuků a sladkostí, upravit jídelní režim a akceptovat větší porce;
- dosáhnout biologicky zdravé tělesné hmotnosti a smířit se s ní i v případě, že může být vyšší než Vaše očekávání
- změnit postoje k jídlu a k jídelnímu chování (tj. být přiměřeně a neohrožujícím způsobem schopen s jídlem zacházet)
- upravit postoje a chování i v jiných oblastech Vašeho života (aktivita, řešení současných problémů apod.) jejichž základem by mělo být přijetí konstruktivní, věcné a neohrožující zodpovědnosti za vlastní osobu.

Na dosažení těchto cílů budeme pracovat postupně, je však třeba se o to snažit již od počátku pobytu. To znamená především dodržovat režim terapeutického lůžkového oddělení.

JÍDELNÍ REŽIM

- jídlo je ve Vašem případě velmi důležitým lékem, koncept tohoto oddělení je založen na předpokladu, že je třeba od počátku hospitalizace k jídlu takto přistupovat i v případě, že to neodpovídá Vašim dosavadním zvyklostem a představám o stravování a zdravé výživě;
- dodržujeme 6 základních denních jídel a to ve skladbě a množství, jak přichází z nemocniční kuchyně, naplánováno nutričními terapeutky;
- dietní strava je respektována jen v případě doložené lékařské dokumentace (žlučnickové obtíže, cukrovka, celiakie apod.);
- vegetariánská dieta není v rámci léčby PPP tolerována, maso je postupně zařazováno do jídelníčku;



Psychiatrická klinika VFN
Vnitřní řád
Domácí řád oddělení

RD – PSY – 02_DŘ3
Strana 4 z 6
Verze číslo: 3

- strava je konzumována vždy u stolu, společně s ostatními pacienty a za přítomnosti školeného personálu;
- na pokoji nesmíte mít žádné vlastní jídlo (ani pochutiny – případné dary od návštěv odmítněte nebo předejte zdravotní sestře);
- pokud máte podváhu BMI pod 19, očekávaný nárůst tělesné hmotnosti by měl být v léčebném režimu 0,5 – 1,5 kg za týden, po počáteční stabilizaci váhy;
- výběr, objem a kvalita jídel jsou určovány podle Vašeho zdravotního stavu a tělesné hmotnosti: do BMI nižší než 19 jsou nutné přísady (vydatnější snídaně, svačiny, druhé večeře);
- na oddělení není povoleno pít nebo skladovat alkoholické nápoje, užívat drogy nebo vlastní léky, včetně čajů a jiných prostředků s projímavým nebo diuretickým účinkem (bez souhlasu lékaře);
- čaje jsou povoleny pouze ovocné a tmavé, zakázáno je dále: slazené nápoje, džusy, light nápoje, nadměrné množství žvýkaček a bonbonů, sirupy, dochucovadla, zázvor, citron a umělá sladidla;
- ordinované léky, vitamíny a výživové doplňky, které jste si přinesli z domova, odevzdejte při příjmu zdravotnickému personálu;
- během stolování omezte komentáře týkající se jídla (kvality a chutě), snažte se jíst přiměřeným tempem a způsobem (nedělit sousta na miniaturní částičky, nerozpatlávat přílohy, zbytečně jídla nemíchat apod.) a dbejte edukace přítomného zdravotníka;
- během pobytu na lůžkovém oddělení se účastníte 1x za měsíc klubu pro zájemce o léčbu;
- na oddělení si přineste přiměřené množství osobních věcí – úložný prostor je omezený a na pokoji je nutné dodržovat pořádek i s ohledem na ostatní pacienty.

Výše uvedená pravidla a jakékoliv výjimky v režimu se dají individuálně měnit po dohodě s terapeutickým týmem (individuální posouzení při dlouhodobém pobytu a nízké počáteční tělesné hmotnosti).

JÍDELNÍ REŽIM			
	PŘÍDAVKY DO BMI 18	SVAČINY* DO BMI 18 – 19	NORMALNÍ JÍDLO* BMI 19 a více
SNÍDANĚ	Příklad: 3 kusy pečiva, máslo, šunka	Příklad: 2 kusy pečiva, máslo, šunka	Příklad: 2 kusy pečiva, máslo, šunka
SVAČINA	Příklad: rohlík, lučina	Příklad: rohlík, lučina	Ovoce dle vlastního výběru
OBĚD	Polévka, hlavní jídlo a sušenka	Polévka a hlavní jídlo	Polévka a hlavní jídlo
SVAČINA	Pudink s piškoty	Pudink s piškoty	Ovoce dle vlastního výběru
VEČEŘE	Teplé nebo studené jídlo připravené v centrální kuchyni	Teplé nebo studené jídlo připravené v centrální kuchyni	Teplé nebo studené jídlo připravené v centrální kuchyni
II. VEČEŘE	Jogurt a rohlík	Jogurt	Jogurt



Psychiatrická klinika VFN
Vnitřní řád
Domácí řád oddělení

RD – PSY – 02_DŘ3
Strana 5 z 6
Verze číslo: 3

TERAPEUTICKÝ REŽIM:

Do léčebného režimu hospitalizace pro PPP jsou přijímáni klienti i s velmi nízkým BMI. Proto je účast na terapeutických aktivitách odstupňována podle schopnosti mít z jednotlivých terapií užitek a aktivně se jich účastnit (při velmi nízkém BMI může být soustředění na psychoterapeutické aktivity narušeno).

- první týden pobytu nejsou povoleny žádné vycházky ani propustka na víkend
- cvičení pod dohledem fyzioterapeuta je povoleno pouze po normalizaci hmotnosti a domluvě terapeutického týmu. Jiná cvičení a pohybové aktivity na oddělení jsou zakázány!
- klidový režim znamená zákaz dlouhodobého postávání nebo bezvýznamného přecházení po oddělení, či terase
- od 2. týdne pobytu platí následující pravidla:

TERAPEUTICKÝ PROGRAM	
BMI menší než 15	Klidový režim; Účast: samořídící skupina, manuály, KBT skupina v pondělí a pátek - PhDr. Krch Relaxace – pondělí, středa, pátek; Jídelníčky, remediace.
BMI 15,00 – 16	Klidový režim; Účast: samořídící skupina, manuály, KBT skupina v pondělí a pátek - PhDr. Krch Relaxace – pondělí, středa, pátek; Jídelníčky, remediace.
BMI 16 a více	Účast na celém terapeutickém programu.

VYCHÁZKY A PROPUSTKY	
BMI menší než 15	Klidový režim, bez samostatných vycházek.
BMI 16 – 17,5	Vycházka ve čtvrtek - 1hodina; Sobota a neděle – vycházka na 1 hodinu nebo jeden den 2 hodiny.
BMI 17,5 a více	Ve čtvrtek 2hodiny volné vycházky od 15 do 17 hodin; Sobota a neděle – celodenní vycházky nebo propustka na víkend - od pátku 13:00 hodin do neděle do 17:30 hodin.

Vaše účast na některých aktivitách se řídí normalizací Vašeho stavu (BMI). Udělení výjimky z výše uvedených pravidel, je individuální a po dohodě s terapeutickým týmem (např. individuální posouzení vycházky při dlouhodobém pobytu a nízké počáteční tělesné hmotnosti) a pouze při prokazatelném stabilním nárůstu hmotnosti a dodržování léčebného režimu.

- 🕒 zapojte se, prosím, do všech léčebných procedur, včetně skupinové psychoterapie, relaxace, arteterapie a pracovní terapie podle rozhodnutí terapeutického týmu a to i v případě, že se cítíte unavení a neschopni cokoli dělat (můžete dodržovat vlastní tempo);
- 🕒 při zahájení léčby Vás požádáme o napsání **životopisu** a **dopisu mentální anorexii/mentální bulimii** podle písemných pokynů, během pobytu je třeba si pravidelně **vést deník**, do kterého každý den se zapíše vše, co je pro Vás podstatné a důležité;



Psychiatrická klinika VFN
Vnitřní řád
Domácí řád oddělení

RD – PSY – 02_DŘ3
Strana 6 z 6
Verze číslo: 3

- pozornost během terapie věnujte prosím zejména změnám ve vztahu k jídlu, k vlastnímu vzhledu, tělesné hmotnosti a zdravotním obtížím. Zápisy se provádějí i během víkendů. Zápisy jsou důvěrné a k dispozici jen ošetřujícímu personálu, včetně lékařů, pomáhají v komunikaci se specializovaným personálem;
- snažte se během terapeutického programu spolupracovat i s dalšími pacienty;
- nezvracet, skryté zvracení je v rozporu s cílem Vaší léčby. V případě, že to nedokážete, informujte o tom bezprostředně někoho ze zdravotního personálu nebo nejlépe požádejte někoho předem o pomoc a podporu;
- toalety používejte **vždy jen před jídlem**. Po jídle se alespoň 30 – 60 minut vyhněte jejich použití;
- nemějte u sebe větší finanční hotovost (více než 300,-) a cenné věci. V případě ztráty nebo odcizení za ně personál neponese žádnou zodpovědnost;
- máte právo být informováni ošetřujícím lékařem o výsledcích všech vyšetření, dalším postupu a cílech terapie;
- v případě, že máte problém se závislostí na alkoholu, Vám může terapeutický tým během hospitalizace doporučit terapii v protialkoholních skupinách určených pro pacienty se závislostí.

Před nástupem do léčby na lůžkové oddělení je nutné, aby byli pacienti/pacientky somaticky stabilizováni. Pokud jste v péči dalších odborníků, je nutné předložit týmu ostatní lékařské zprávy. Při zhoršení tělesného stavu může být pacient/pacientka přechodně přeložena na jednotku metabolické péče.

- pokud máte požadavky medicínského charakteru (změna či úprava medikace, jiná odborná lékařská vyšetření), informujte prosím zdravotnický personál na ranní komunitě;
- s případnými **stížnostmi nebo žádostmi se obračejte během komunity na ošetřujícího lékaře a tým**. Problémy se snažte řešit hned, nekonfrontačním způsobem a za účasti všech přítomných;
- veškeré informace o ostatních pacientech získané během terapie jsou považovány za důvěrné a takto je nutné s nimi zacházet;
- délka hospitalizace bude záležet na Vašem zdravotním stavu. Úpravě jídelních návyků (je třeba se naučit přiměřeným stravovacím návykům) a růstu tělesné hmotnosti.

Léčba je ukončena po domluvě s členy terapeutického týmu, **důvodem k jejímu předčasnému ukončení může být i nedodržení pravidel jídelního a terapeutického režimu.**

Během pobytu si stále připomínejte, že zejména na Vaší motivaci ke změně jídelních zvyklostí a chování, ke spolupráci a osobním aktivitám nejvíce záleží výsledky (úspěch) hospitalizace. Vy sám/a jste rozhodujícím článkem terapeutického procesu.

Děkujeme Vám, že jste se důkladně seznámil/a se zásadami terapeutického režimu na našem oddělení. **Setkání týmu je vždy v pondělí.** Případné otázky a nejasnosti Vám pomůže vysvětlit kterýkoliv člen ošetřujícího personálu.

Přejeme Vám úspěšný léčebný pobyt!