

Lesia Shuranova

Podpora soběstačnosti po cévní mozkové příhodě



Poděkování

Tato kniha vychází z výzkumu, který jsem realizovala v rámci své disertační práce na Jihočeské univerzitě v Českých Budějovicích. Opírá se také o podporu projektu Grantové agentury Jihočeské univerzity (GAJU, č. 066/2022/S), bez níž by nebylo možné výzkum uskutečnit v takovém rozsahu.

Děkuji pacientům a jejich rodinám, kteří byli ochotni sdílet své zkušenosti. Otevřeně mluvili o nejistotě, vyčerpání, ale i o naději. Díky nim má tato kniha konkrétní podobu a skutečný obsah.

Velké poděkování patří také odborníkům z praxe, kteří mi pomohli propojit výzkumné poznatky s realitou každodenní péče.

A především děkuji své rodině. Za trpělivost v obdobích, kdy psaní a výzkum zabíraly víc prostoru než běžný život. Za podporu, která nebyla hlasitá, ale byla jistá. Za to, že stáli při mně, když jsem hledala odpovědi – i když to někdy znamenalo méně času pro ně. Bez jejich zázemí by tato kniha nevznikla.

Lesia Shuranova

Podpora soběstačnosti po cévní mozkové příhodě

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**. Automatizovaná analýza textů nebo dat ve smyslu čl. 4 směrnice 2019/790/EU a použití této knihy k trénování AI jsou **bez souhlasu nositele práv zakázány**.

Lesia Shuranova, Ph.D., MBA

PODPORA SOBĚSTAČNOSTI PO CĚVNÍ MOZKOVÉ PŘÍHODĚ

Autorka: Lesia Shuranova, Ph.D., MBA, Ústav sociálních a speciálněpedagogických věd Zdravotně sociální fakulty Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích

Recenzentka: prof. MUDr. Kvetoslava Rimárová, CSc., Ústav veřejného zdravotnictva a hygieny Lékařské fakulty Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach

© Grada Publishing, a.s., 2026

Cover Photo © shutterstock.com, 2026

Cover Design © Grada Publishing, a.s., 2026

Vydala Grada Publishing, a.s.

U Průhonu 22, Praha 7

jako svou 10592. publikaci

Odpovědná redaktorka Mgr. Viola Těšínská

Sazba a zlom Ondřej Mikulecký

Počet stran 80

1. vydání, Praha 2026

Vytiskla TISKÁRNA V RÁJI, s.r.o., Pardubice

Názvy produktů, firem apod. použité v knize mohou být ochrannými známkami nebo registrovanými ochrannými známkami příslušných vlastníků, což není zvláštním způsobem vyznačeno.

Postupy a příklady v této knize, rovněž tak informace o lécích, jejich formách, dávkování a aplikaci jsou sestaveny s nejlepším vědomím autorů. Z jejich praktického uplatnění však pro autory ani pro nakladatelství nevyplývají žádné právní důsledky.

ISBN 978-80-271-0173-3 (ePub)

ISBN 978-80-271-6485-1 (pdf)

ISBN 978-80-271-3217-1 (print)

Obsah

| | |
|---|----|
| Předmluva | 7 |
| Úvod | 8 |
| 1 Cévní mozková příhoda a její dopady..... | 10 |
| 2 Soběstačnost jako klíč k návratu do života | 12 |
| 3 Definice a hlavní principy koordinované rehabilitace..... | 15 |
| 4 Komunitní rehabilitace jako rámec podpory soběstačnosti..... | 19 |
| 5 Klíčové složky koordinované rehabilitace..... | 24 |
| 6 Evidence-Based Practice a hodnocení kvality rehabilitačních služeb..... | 28 |
| 7 Interprofesní tým v praxi | 30 |
| 8 Case management a kontinuita péče | 35 |
| 9 Od nemocnice k domovu..... | 37 |
| 10 Nejčastější bariéry a problémy v praxi | 39 |
| 11 Jak jsme hledali odpovědi | 42 |
| 12 Život rodiny po cévní mozkové příhodě..... | 44 |
| 13 Život po cévní mozkové příhodě očima pacientů..... | 47 |
| 14 Rehabilitační lékař v procesu obnovy..... | 51 |
| 15 Fyzioterapie jako začátek pohybu..... | 53 |
| 16 Ergoterapie | 55 |
| 17 Psychologická podpora v období změny | 56 |
| 18 Všeobecné sestry v každodenní péči | 59 |
| 19 Zdravotně-sociální pracovnice mezi systémem a rodinou | 60 |
| 20 Role praktických lékařů po návratu domů..... | 62 |
| 21 Silné a slabé stránky návazné péče..... | 64 |
| 22 Když nestačí dobrá vůle: proč rehabilitace potřebuje plán..... | 66 |
| 23 Směrem k účinné koordinované rehabilitaci | 68 |
| Závěr | 70 |
| Seznam literatury | 71 |
| Seznam zkratk..... | 74 |
| Rejstřík..... | 75 |

Předmluva

Když jsem začínala svou profesní cestu, měla jsem pocit, že medicína je především o diagnózách, postupech a přístrojích. Teprve setkání s pacienty po cévní mozkové příhodě mi ukázalo, že za každým odborným termínem stojí konkrétní člověk, jeho rodina, jeho každodenní zápas. Viděla jsem, jak obrovský rozdíl dělá to, zda mají pacienti a jejich blízcí jasný plán a podporu, nebo zda odcházejí z nemocnice s několika papíry a pocitem, že jsou na všechno sami. Často jsem si kladla otázku: musí to být opravdu tak těžké?

Právě tyto otázky byly začátkem cesty, která nakonec vedla i k této knize. Impulsem nebyly jen moje profesní zkušenosti, ale také výzkum, kterému jsem se věnovala v rámci disertační práce a později i projektu GAJU. Díky nim jsem měla možnost naslouchat pacientům, jejich rodinám i odborníkům z mnoha profesí – lékařům, sestřám, fyzioterapeutům, ergoterapeutům, psychologům či sociálním pracovníkům. Každý z nich přinesl svůj kousek mozaiky a jejich hlasy se staly základem tohoto textu.

Ukázalo se, že cévní mozková příhoda není jen medicínskou diagnózou – je to zlom, který zasahuje všechny oblasti života. A koordinovaná rehabilitace není luxus navíc, ale podmínka k tomu, aby se člověk mohl vrátit zpět k soběstačnosti, k rodině, k životu, který má smysl.

Tuto knihu jsem psala nejen jako odborník, ale i jako člověk, který věří, že změna je možná. Mojí snahou bylo vytvořit nikoli akademickou práci, ale srozumitelný a čtivý text, který ukazuje, že za čísly a statistikami jsou skuteční lidé – se svými obavami, sny i silou. Doufám, že kniha nabídne podporu těm, kteří se s následky cévní mozkové příhody setkali, a inspiraci těm, kdo hledají cesty, jak propojit medicínu, rehabilitaci a lidský přístup.

Lesia Shuranova, Ph.D., MBA

Úvod

Cévní mozková příhoda patří k onemocněním, která dokážou během jediné chvíle převrátit život člověka i celé jeho rodiny naruby. Moderní medicína dnes umí rychle zasáhnout, zachránit život a stabilizovat stav. Akutní péče je na vysoké úrovni a často rozhoduje o tom nejdůležitějším. Skutečný boj ale mnohdy začíná až ve chvíli, kdy pacient odchází domů.

Právě tehdy se on i jeho blízcí ocitají tváří v tvář nové realitě. Fyzická omezení, únava, poruchy řeči nebo paměti, nejistota v běžných činnostech. K tomu psychická zátěž, obavy z budoucnosti a nutnost zcela přeuspořádat každodenní život. To, co bylo dříve samozřejmé, vyžaduje najednou čas, pomoc a trpělivost.

Z vlastní zkušenosti z rehabilitačního prostředí dobře vím, jak často se pacient po několika měsících vrací zpět do nemocnice ve zhoršeném stavu. Při prvním propuštění přitom působil stabilně, někdy dokonce velmi nadějně. Proč k tomu dochází? Odpověď není jednoduchá. Opakovaně se ukazuje, že chybí návaznost a koordinace péče. Propouštěcí zpráva s několika doporučeními obvykle nestačí. Pokud pacient a jeho rodina nedostanou jasný plán další rehabilitace, srozumitelné informace a reálnou podporu, zůstávají na náročnou cestu sami.

Péče se pak třísí mezi nemocnici, praktického lékaře, různé terapie, sociální služby a rodinu. Každý dělá svou část práce, ale celek chybí. A právě v těchto mezerách se může ztratit to nejpodstatnější – kontinuita a smysluplné směřování.

Tato kniha hledá odpověď na otázku, jak by měla vypadat skutečně koordinovaná rehabilitace po cévní mozkové příhodě. Opírá se o zkušenosti těch, kterých se situace nejvíce dotýká – pacientů, jejich blízkých i odborníků z různých profesí. Hlasy lékařů, sester, fyzioterapeutů, ergoterapeutů, psychologů i sociálních pracovníků ukazují slabiny systému, ale zároveň přinášejí konkrétní příklady dobré praxe a cesty, jak věci dělat jinak.

Smyslem této knihy není pouze popsat problém. Jejím cílem je nabídnout orientaci. Ukázat, že týmová spolupráce není teoretický koncept, ale praktický nástroj, který může zásadně ovlivnit kvalitu života člověka po cévní mozkové příhodě.

Koordinovaná rehabilitace je víc než léčba jednotlivých obtíží. Je to dlouhodobý proces, který propojuje zdravotní péči, sociální podporu i rodinné zázemí. Je to cesta, na které se pacient učí znovu získávat soběstačnost, přizpůsobovat se nové situaci a hledat v ní vlastní tempo i smysl.

Tato kniha je pozváním k tomu, abychom tuto cestu vnímali ne jako sérii izolovaných kroků, ale jako společné úsilí – od nemocničního lůžka až po domácí prostředí.