

Obecný syllabus předmětu Geriatrie a gerontologie – PZTV148 (3.r. APTV)

Dad'ová, Majorová

1/1 KZ

Předmět seznamuje studenty se somatickými a psychickými involučními změnami stárnoucího organismu a s možnostmi ovlivnění psychické a tělesné zdatnosti prostřednictvím pohybových aktivit.

Úspěšný student by měl mít dostatečné portfolio znalostí a kompetencí k tomu, aby dokázal naplánovat a realizovat aktivizační programy pro seniory, skupinové lekce a rekondiční programy.

Obsah výuky (kombinace přednášek a seminářů):

1. Úvod do předmětu. Biologické, psychické a sociální stárnutí.
2. Somatické involuční změny v jednotlivých systémech a jejich vliv na pohybovou aktivitu seniora. Gerontooblek.
3. Geriatrie jako lékařský obor. Nejvýznamnější choroby stáří (kardiovaskulární, metabolická a nádorová onemocnění).
4. Výživa a tělesná zdatnost seniorů. Funkční diagnostika seniorů. Rekondiční pobyty pro seniory.
5. Geriatrické syndromy (poruchy výživy, problémy s vyprazdňováním, poruchy spánku, instabilita, inaktivita, imobilita, bolest, dekubity). Perimortální syndromy. Paliativní péče.
6. Pohybová aktivita ve stáří – faktory, význam, indikace a kontraindikace, zásady cvičení. Formy a typy pohybových aktivit ve stáří – přehled a zhodnocení jejich vhodnosti. Aktivizace a motivace.
7. Problematika pádů ve stáří. Možnosti prevence. Ukázka cvičení vsedě.
8. Psychologie a psychopatie sénia – důraz na problematiku nemocných se syndromem demence.
9. Pozitivní ovlivňování paměti – trénink paměti, brain jogging.
10. Specificky zaměřená cvičení (pro prevenci inkontinence, při kloubních náhradách, u jedinců s demencí atd.).
11. Zooterapie a její využití v péči o seniory.
12. Systém sociální péče o seniory. Institucionální péče. Sociální služby.
13. Vybrané formy cvičení seniorů. Hospitace - návštěva zdravotního cvičení seniorů.
14. Prezentace studentů. Zápočtový test.

V případě snížení počtu výukových lekcí (státní svátek apod.) se některá témata spojují.

Literatura

HOLMEROVÁ, I., JURAŠKOVÁ, B., MULLEROVÁ, D., et al. Průvodce vyšším věkem. Manuál pro seniory a jejich pečovatele. Praha: Mladá fronta. 2014. 206 s.

HAŠKOVCOVÁ, H. Sociální gerontologie aneb Senioři mezi námi. Praha: Galén, 2012. 194 s.

KALVACH, Z., ZADÁK, Z., JIRÁK, R., et al. Geriatrie a gerontologie. Praha: Grada Publishing, 2004, 864 s.

MATOUŠ, M., RADVANSKÝ, J., KALVACH, Z., MATOUŠOVÁ, M. Pohyb ve stáří je šancí. Praha: Grada. 2002. 112 s.

SCHULER, M., OSTER, P. Geriatrie od A do Z pro sestry. Praha: Grada, 2010. 336 s.

DAĐOVÁ, K., NOVOTNÁ, E. Zdravotní tělesná výchova seniorů. In Wittmannová, J., (ed.) Aktivní v každém věku. Pracovní seminář odborníků v oblasti pohybových aktivit seniorů. Olomouc, 30.11.-1.12. 2006. Sborník textů. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2007.

TOPINKOVÁ, E. Geriatrie pro praxi. Praha: Galén, 2005. ISBN: 978-80-7262-365-5

WALSH, D. Skupinové hry a činnosti pro seniory. Praha: Portál, 2005. 204 s.