Ime izvajalke:

Ime in priimek pacienta:

Datum rojstva:

Preventivna obravnava starejše osebe na domu (POSO)

NIJZ Nacionalni inštitut za javno zdravje

Izvedena aktivnost	Datum	Opombe/rezultat/izid

1. OCENA TVEGANJA ZA PADCE

- ☐ Časovno merjeni vstani in pojdi test
- ☐ Seznam za preverjanje varnosti doma
- ☐ Pregled psihotropnih zdravil in antiholinergikov*
- ☐ Meritve za oceno ortostatske hipotenzije*
- ☐ Obravnava motenj vida*
- ☐ Pregled stopal in obutve*
- ☐ Preverjanje vrednosti izvedene ocene vsebnosti vitamina D v krvi *
- ☐ Ocena prisotnosti in stanja drugih kroničnih stanj in bolezni*

***PREGLED VSEH ZDRAVIL**	Ureditev sheme jemanja zdravil s pomočjo osebnega zdravnika in/ali kliničnega farmacevta
	Preverjanje adherence pri jemanju zdravil
***OBRAVNAVA MOTENJ VIDA**	Uporaba očal in drugih pripomočkov
	Usmeritev k osebnemu zdravniku za nadaljnjo napotitev k oftalmologu
***LABORATORIJSKE VREDNOSTI**	Prepis iz izvidov
***PREGLED STOPAL IN OBUTVE**	Pregled stopal
	Pregled obutve (ustrezno prileganje čevljev, oprijem, vložki in višina pete v obuvalu)
	Usmeritev k osebnemu zdravniku za nadaljnjo napotitev k ustreznemu strokovnjaku
***OBRAVNAVA ORTOSTATSKE HIPOTENZIJE**	Meritve krvnega tlaka
	Izvajanja specifičnih telesnih vaj (npr. »mišična črpalka nog«)
	Učenje osnovne mobilnosti (vstajanje iz postelje, stola, pripogibanje ipd.)
	Pripomočki (kompresijske nogavice)
***OCENA PRISOTNOSTI IN STANJE DRUGIH KRONIČNIH STANJ IN BOLEZNI**	Prisotne kronične bolezni

Izvedena aktivnost	Datum	Opombe/rezultat/izid

2. OBRAVNAVA TELESNEGA STANJA, OCENA HOJE, MIŠIČNE ZMOGLJIVOSTI IN RAVNOTEŽJA

Časovno merjeni vstani in pojdi test (TUG)		
Drugi funkcijski testi za oceno premičnosti		
Svetovanje za telesno dejavnost za krepitev zdravja		
Svetovanje za izvajanja vadbe za preprečevanje padcev in krhkosti		
Usmeritev na individualno pogovorno uro k fizioterapevtu ali kineziologu v Center za krepitev zdravja		
Usmeritev k osebnemu zdravniku za nadaljnjo napotitev k fizioterapevtu		

3. OCENA PREHRANJENOSTI

Mini prehranska anamneza (MNA)		

4. USTNO ZDRAVJE

Higiena zob		
Brezzobost		
Ustni pripomočki		
Redni pregledi pri zobozdravniku		

5. DEMENCA

Prisotnost demence		
Kratek preizkus spoznavnih sposobnosti (KPSS)		

6. DEPRESIJA

Prisotnost depresije		
Vprašalnik za presejanje za depresijo (PHQ9)		

7. OSTEOPOROZA

Prisotnost osteoporoze		
Vprašalnik za oceno prisotnosti osteoporoze (FRAX)		

Izvedena aktivnost	Datum	Opombe/rezultat/izid

8. INKONTINENCA

Prisotnost inkontinence		
Svetovanje za uporabo ustreznih pripomočkov		

9. PRELEŽANINE

Ocena prisotnosti preležanine		
Ukrepanje v skladu s smernicami (EWMA, DORS)		

10. NASILJE

Ocena prisotnosti nasilja		
Ukrepanje v skladu s protokolom		

11. OSTALE TEMELJNE POTREBE STAREJŠIH (KORISTNO DELO, RAZVEDRILO, SPOLNOST)

Ocena ostalih temeljnih potreb starejših		
Ocena socialne mreže		
Motivacija za vključevanje zdravstvenemu stanju primerne aktivnosti		

12. VKLJUČENOST V PRESEJALNE PROGRAME ZA ZGODNJE ODKRIVANJE RAKA IN PREDRAKAVIH SPREMEMB

SVIT, DORA, ...		
Sedem opozorilnih znamenj za raka		

13. ZAPISKI