

Obsah

1	Potreba spánku a oddychu (Hana Padyšáková)	11
1.1	Fyziológia spánku	12
1.2	Fázy spánku	14
1.3	Faktory ovplyvňujúce spánok	19
1.4	Poruchy spánku	27
1.4.1	Klasifikácia spánkových porúch	28
1.4.2	Nespavosť	30
1.4.3	Nadmerná spavosť	32
1.4.4	Parasomnie	33
1.5	Sekundárne poruchy spánku	34
1.5.1	Kvalitatívne poruchy spánku	36
1.5.2	Kvantitatívne poruchy spánku	36
1.6	Význam spánku pre zdravie človeka	37
1.7	Manažment uspokojovania potreby spánku a odpočinku ...	40
1.8	Ošetrovateľské posudzovanie uspokojovania potreby spánku	42
1.8.1	Anamnéza	42
1.8.2	Posudzovacie škály	44
1.8.3	Ošetrovateľská diagnostika	47
1.8.4	Ošetrovateľské intervencie	49
1.8.5	Behaviorálne poradenstvo o spánkovej hygiene	52
	Literatúra	57

2	Potreba pohybu (Emília Miklovičová)	61
2.1	Charakteristika pohybovej aktivity a typy pohybovej aktivity	61
2.2	Poruchy spojené s potrebou pohybovej aktivity	63
2.3	Ošetrovateľské posudzovanie uspokojovania potreby pohybu	72
2.3.1	Anamnéza pohybovej aktivity	72
2.3.2	Fyzikálne vyšetrenie	74
2.3.3	Štandardizované meracie nástroje a testy	75
2.4	Ošetrovateľská diagnostika	85
2.5	Plánovanie ošetrovateľských intervencií	86
	Literatúra	97
3	Potreba bezpečia a istoty (Zuzana Rybárová)	101
3.1	Faktory ovplyvňujúce potrebu bezpečia a istoty	102
3.2	Posúdenie potreby bezpečia a istoty	103
3.3	Hodnotiace škály – zabezpečenie potreby bezpečia a istoty	105

3.4	Uspokojenie potreby bezpečia a istoty	115
3.5	Ošetrovateľská diagnostika	117
3.6	Plánovanie ošetrovateľských intervencií	119

Literatúra	131
------------------	-----

4 Potreba vyhnúť sa bolesti (Jana Rottková) 133

4.1	Faktory ovplyvňujúce bolesť	138
4.2	Hodnotenie bolesti	139
4.3	Liečba bolesti	151
4.4	Úloha sestry v liečbe bolesti	158

Literatúra	163
------------------	-----