

FAKULTA ZDRAVOTNICKÝCH STUDIÍ

Studijní program: Specializace ve zdravotnictví B 5345

Šárka Raunerová

Studijní obor: Ergoterapie 5342R002

STARÁ ŘEMESLA V SOUČASNÉ ERGOTERAPII

SENIORŮ

Bakalářská práce

Vedoucí práce: Mgr. Eva Dvořáková

PLZEŇ 2013

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně a všechny použité prameny jsem uvedla v seznamu použitých zdrojů.

V Plzni dne 24. 3. 2013

.....

Podpis

Děkuji Mgr. Evě Dvořákové za odborné vedení práce, poskytování rad a materiálních podkladů.

Anotace

Jméno a příjmení: Šárka Raunerová

Katedra: Fyzioterapie a ergoterapie

Název práce: Stará řemesla v současné ergoterapii seniorů

Vedoucí práce: Mgr. Eva Dvořáková

Počet stránek: číslované 48, nečíslované 50

Počet příloh: 5

Počet titulů použité literatury: 41

Klíčová slova: Ergoterapie, senior, ruční práce, tkaní, pletení

Shrnutí: Tato bakalářská práce je dělena do dvou částí: teoretické, kde je stručný popis ergoterapie, jejího využití u seniorů a popis použitých řemesel, a praktické, která obsahuje návod k technikám a možnosti jejich využití. Celá práce je doplněna přílohami.

Annotation

Name and surname: Šárka Raunerová

Department: Physiotherapy and ergotherapy

Title of thesis: Old crafts in the contemporary senior occupational therapy.

Consultant: Mgr. Eva Dvořáková

Number of pages: Numbered 48, unnumbered 50

Number of appendices: 5

Number of literature items used: 41

Key words: Ergotherapy, senior, handicraft, weaving, knitting

Summary: This bachelor work is divided into two parts: theoretical, where there is a brief description of ergotherapy, its application at seniors and description of used crafts, and practical, which consists of instructions to craft methods and possibilities of their application. The whole work is accompanied with supplements.

Obsah

Teoretická část.....	10
1 Ergoterapie.....	10
1.1 Definice ergoterapie	10
1.2 Ergoterapie v geriatrii.....	10
1.2.1 Cíle ergoterapie v geriatrii	12
1.2.2 Kondiční ergoterapie v geriatrii	13
1.2.3 Kompenzační pomůcky v ergoterapii seniorů	14
1.2.4 Komunikace s klienty	15
1.3 Výroba textilií.....	16
1.3.1 Používané materiály.....	17
1.3.1.1 Materiály živočišného původu	17
1.3.1.2 Materiály rostlinného původu	18
1.3.2 Další zpracování.....	19
1.3.3 Dostupnost materiálů	21
1.3.4 Výhody a nevýhody jednotlivých materiálů	22
1.4 Způsoby výroby textilií	23
1.4.1 Druhy tkalcovských vazeb	23
1.4.2 Další úpravy tkanin	24
1.4.3 Tkaní na tkalcovském stavu.....	25
1.4.4 Tkaní na mřížce.....	27
1.4.5 Tkací destičky	29
1.4.6 Naalbinding	31
1.4.7 Lucet	32
1.4.8 Využití jednotlivých řemesel v ergoterapii.....	34
2 Cíl práce:	35

3	Hypotézy	35
4	Metody sledování	35
5	Volba řemesla.....	36
5.1	Spotřeba materiálu	36
5.2	Dostupnost pomůcek	37
6	Přehled řemesel	39
6.1	Tkaní na mřížce	39
6.2	Tkaní na karetkách.....	41
6.3	Tkaní na tkalcovském stavu	43
6.4	Naalbinding	44
6.5	Lucet	46
7	Výsledky.....	48
8	Diskuse	52
	Závěr.....	55
	Literatura:	56
	Seznam použitých zkratk.....	59
	Seznam tabulek:	60
	Seznam grafů.....	61
	Seznam obrázků	62
	Seznam příloh:.....	63

Úvod

Ve své bakalářské práci řeším využití starých řemesel v ergoterapii seniorské populace. Tato věková skupina je v České republice poměrně početná a v budoucnu se podle odhadů odborníků bude rozrůstat. Přibývá aktivních seniorů, kteří hledají smysluplné využití svého nově nabytého volného času, ale i seniorů se zdravotními komplikacemi, které pokročilý věk nevyhnutelně doprovází. Tato situace vytváří mimo jiné i prostor pro cílené působení ergoterapeuta.

Stará řemesla jsou velmi širokou a členitou skupinou činností, které mají téměř nekončnou tradici v dějinách lidstva. Dříve byla alespoň částečná znalost řemeslných technik nezbytností. V dnešní době jde především o nově nastupující trend spojený s návratem k přírodě, snahou o zdravý životní styl a oblibou všeho, co je bio, eko a hand-made.

Nejen ve větších městech, ale leckdy i v menších obcích, se pořádají kurzy a vzdělávací akce zaměřené na stará řemesla, a mají poměrně velkou návštěvnost. Muzea a kulturní centra měst a obcí se snaží oživit expozice praktickými ukázkami, často za použití dobových nástrojů, pomůcek a materiálů, nebo replik podle nich zhotovených. Ověřuje se tak v praxi nejen funkčnost zachovaných postupů, ale i dochovaných exponátů. Z archeologických nálezů a historických písemností se dozvídáme mnoho o běžném životě v minulosti, a to nám usnadňuje dnešní práci.

V minulosti byla řemesla denní součástí života většiny lidí, ať už jako nutný zdroj obživy chudších vrstev společnosti, tak i jako kratochvíle nobility. Zabývaly se jimi všechny generace, od nejmladších, po nejstarší. Práce byla často dělena, každý člen domácnosti nebo komunity se „specializoval“ na určitou činnost podle svých možností, zájmu a zručnosti.

Mne osobně nejvíce zajímá textilní výroba. Studuji způsoby získávání vláken z rostlin nebo živočichů, jejich úpravu až po finální produkt. Není samozřejmě dnes v možnostech léčebných a rehabilitačních zařízení věnovat se pěstování rostlin nebo chovu ovcí, i když v některých případech by to v rámci komplexní sociální rehabilitace snad možné bylo (např. chov ovcí na statku o.s Ledovec). Je to ale časově a finančně nákladné.

Ovšem za předpokladu, že se zaměříme již na samotné zpracování vlákna a vynecháme jeho poměrně složité získávání, je vše mnohem snazší. Při uvážené volbě materiálů a nástrojů není potřeba rozsáhlá dílna a nákladné, často špatně dostupné nástroje, nezbytné při zpracování kovu nebo dřeva. Minimalizuje se riziko alergické reakce jako při práci se slámou, senem, kožešinami a dalšími přírodními materiály. Není ani nutné používat toxické nebo dráždivé chemické látky. To vše je výhodou, protože v dnešní době bývají přidělené finanční

balíčky pro dílny poměrně omezené a je nutné zvažovat jejich co nejúčelnější využití. Jinak řečeno, při minimálních nákladech pořídit co nejvíce užitku.

Tato stará řemesla by měla být použitelná i v dnešní době. Dokázat to je cílem mé bakalářské práce. V době poměrně nedávné bylo tkaní na tkalcovském stavu běžnou součástí terapie v léčebně Kladruby nad Labem, ale i jinde. Dnes se od této praxe upouští. To je dle mého názoru škoda. V některých domovech pro seniory se plete a háčkuje. Fyzický a psychický potenciál klientů však bývá mnohdy mnohem vyšší a při pouhém háčkování zůstává nevyužit. Člověk zvyklý po celý život pracovat pak zůstává z nedostatku podnětů sedět s rukama v klíně a chátrá. Často je to způsobeno i nedostatkem personálu, opět většinou z důvodu finančního, případně z nedostatku personálu dostatečně aktivního a vhodně edukovaného.

Z těchto důvodů je vhodné zaměřit se na takové činnosti, které klient po krátké edukaci a případné počáteční korekci zvládne vykonávat samostatně, ať již v rámci ústavní péče, cílené rehabilitace, nebo jako domácí kondiční ergoterapie. Navíc zpracování hotového vlákna patří mezi činnosti fyzicky méně náročné. Při samostatné práci nebude senior odkázán na pomoc vyřízeného personálu a bude moci pracovat podle svého uvážení a schopností.

Zároveň je dle mého názoru důležité, aby za vykonanou prací zůstal hmatatelný, funkční výsledek. Pro klienta tak má práce smysl a stává se z monotónního cvičení opravdovou zábavou. Motivace klienta, kterého práce těší, je snadnější a otevírá se široké pole pro stupňování a zdokonalování činnosti.

V mé bakalářské práci se snažím představit některá řemesla, která podle mne splňují výše uvedená kritéria. Jedná se o řemesla, která pracují s již hotovým vláknem. Tato vlákna jsou v dnešní době velmi dobře dostupná ve velkém sortimentu. Představuji stručnou historii řemesel, jejich vývoj a možné uplatnění v dnešní době. Uvádím přesný, přehledný návod k práci a využití řemesla v ergoterapii, včetně výhod a nevýhod. Dále se zabývám dostupností materiálu a potřebných pomůcek a uvádím některé jejich zdroje.

Součástí práce jsou čtyři kazuistiky, které dokumentují mou snahu o potvrzení výše uvedených domněnek. Práce by měla být užitečná nejen pro studenty, ale i pro již praktikující ergoterapeuty, kterým by mohla poskytnout nové podněty a rozšířit repertoár jejich činností.

Teoretická část

1 Ergoterapie

1.1 Definice ergoterapie

Slovo ergoterapie je složeno ze dvou řeckých slov, a to ze slova ergon – práce, a ze slova therapia – léčení.

„Ergoterapií se rozumí činnost předepsaná lékařem osobě tělesně, duševně nebo smyslově postižené. Činnost je vedena kvalifikovanou ergoterapeutkou. Využívá práci nebo výtvarné činnosti způsobem přiměřeným stavu, nemoci a potřebám klienta.“ (1, str. 9)

Podle Koláře: *„Ergoterapie je samostatný léčebný obor, který svou podstatou a principy navazuje na obor fyzioterapie. Využívá specifické léčebné a diagnostické postupy a činnosti s cílem léčby jedinců různého věku a s postižením na úrovni fyzické, psychické, smyslové, nebo mentální, případně jejich kombinacemi.“ (2, str. 297)*

Definice dle ČAE: *„Ergoterapie je profese, která prostřednictvím smysluplného zaměstnávání usiluje o zachování a využívání schopností jedince, potřebných pro zvládání běžných denních, pracovní, zájmových a rekreačních činností u osob jakéhokoliv věku, s různým typem postižení.“*

1.2 Ergoterapie v geriatрии

„Geriatrie je medicínský obor, zabývající se léčbou osob seniorského věku.“ (3, str. 194)

Kalendářní věk člověka lze dělit následovně:

- 45 – 59: střední věk
- 60 – 74: rané stáří
- 75 - 89: vlastní stáří, sénium
- 90 a více let: dlouhověkost (4, str. 16; 5, str. 103)

„Stárnutí je souhrn fyziologických a biologických změn probíhajících v čase. Odehrávají se na všech systémech lidského organismu, vzniklé změny jsou nevratné.“ (3, str. 194)

„V seniorském věku se vyskytuje tzv. polymorbidita, to znamená, že u jednoho klienta pozorujeme více onemocnění naráz. Časté jsou onemocnění kardiovaskulární, degenerativní nemoci kloubů, demence, metabolické poruchy a senzorické poruchy. Klient bývá emocionálně labilní, hůře se učí nové věci, může se objevit deprese a snížená adaptabilita.“ (3, str. 194)

U mladších seniorů (3) je prioritou podpořit adaptaci na volný čas, snažíme se najít nové volnočasové aktivity a smysluplné využití času. Tím zajistíme seberealizaci.

Starší senioři potřebují pomoc v situacích fyzicky náročných, mají většinou závažnější zdravotní obtíže a mohou být závislí na pomoci druhé osoby v činnostech ADL. I v této skupině ale existují výjimky, kdy jsou klienti i ve vysokém věku relativně zdraví a bez potíží.

Ergoterapie v geriatrici by měla především vycházet z principu, že starý člověk se rád zabývá známými, tedy v mládí osvojenými činnostmi. Mnozí senioři se ale naopak rádi učí nové dovednosti, obzvláště, jsou-li prakticky využitelné v jejich běžném životě. (1) Při nácvi-ku soběstačnosti jsou pro ergoterapeuta důležité senzorické funkce klienta, zejména rozpoznání tvaru, povrchu a velikosti předmětu s vyloučením zraku (tzv. stereognosie).

Dále se ergoterapeut zaměřuje na podporu paměti a pozornosti. Důležitá je i orientace místem, časem, osobou a prostorem, neboť nedostatky v této oblasti jsou pro klienta velmi limitující. Terapie motorických a kognitivních funkcí probíhá paralelně s rozvojem sociálních interakcí, motivace, spolupráce s okolím a schopností komunikace.

U mnoha klientů je nutný nácvik takzvaných ADL (aktivity běžného života, activities of daily living). Ty se dělí na IADL (instrumentální) a PADL (personální). (6)

- IADL: Vedení a údržba domu a zahrady, finance a hospodaření s nimi, mobilita (řízení auta, zvládnání systému městské dopravy), péče o další osoby a domácí zvířata a péče o vlastní zdraví a pohodu.
- PADL: sebesycení, koupání, osobní hygiena a péče o vlastní vzhled, oblékání, použití toalety a následná hygiena, kontinence, péče o osobní pomůcky (kontaktní čočky, protézy, kompenzační pomůcky). (6)

Zvládnání ADL významně zvyšuje samostatnost klienta a kvalitu jeho života, proto je jejich nácvik velmi důležitý. (2)

Ergoterapie se také zabývá psychickým stavem klienta. Pracuje s klienty, u nichž se projevují poruchy osobnosti, psychózy, neurozy, deprese atp..

Ergoterapie má vždy vytvářet příjemné prostředí, aktivizovat klienty a předcházet pocitům neúčinnosti, zbytečnosti a nástupu možných depresivních stavů. Vhodnou motivací převážně bývá výroba praktického dárku pro děti, vnoučata, další příbuzné a známé. Zároveň je vhodné připojit nácvik sebeobslužnosti a maximální možné nezávislosti, a to podle aktuálního stavu klienta.

Osvědčila se jak ergoterapie individuální (v případě, že klient vyžaduje např. při osvojování si nové činnosti zvýšenou pozornost), tak i skupinová, kdy společná práce vytváří příjemnou, pozitivní atmosféru. Skupinová ergoterapie navíc může motivovat k usilovnější práci a přiměřené soutěživosti. (1)

1.2.1 Cíle ergoterapie v geriatрии

Hlavním cílem ergoterapie je zachování maximální soběstačnosti jedince v oblastech pro něj důležitých, a to jak v oblasti ADL, tak i v oblasti zaměstnání a v zájmových činnostech.

Ergoterapie má značný pozitivní účinek na udržení a zvyšování fyzických sil, dále podporuje pozitivní myšlení a zvyšuje sebevědomí klienta. Umožňuje najít způsob, jak kompenzovat trvalé poruchy zdraví a postižené funkce. Plní tak další, významný cíl, a to dopomoci klientovi znovu se zapojit do zaměstnání. (1)

Hagedornová (2000) – (podle 6): „*Souhrnným cílem Ergoterapie je umožnit osobě dosáhnout kompetentní úrovně provádění jakýchkoliv činností, aktivit nebo úkonů, které jsou pro ni důležité, smysluplné nebo nezbytné, v odpovídajícím prostředí a v rozsahu, který osoba pokládá za uspokojivý, za předpokladu splnění nezbytných sociálních a kulturních norem.*“

Česká asociace ergoterapeutů uvádí ve své Koncepci oboru ergoterapie (2007) mimo jiné tyto cíle:

- Umožnit osobě naplnit příslušné sociální role
- Podporovat zdraví a duševní pohodu dané osoby, a to prostřednictvím zaměstnávání, které je pro ni smysluplné.
- Uplatňovat terapii cílenou na klienta a umožnit mu, aby byl jejím aktivním účastníkem. Klient se podílí na plánování terapie a stanovení cílů. (6)

Dalším cílem ergoterapie je úprava prostředí klienta, odstranění barier nebo jejich modifikace, vybavení klienta kompenzačními pomůckami, nácvik jejich používání a také informování klienta o způsobu, jak těchto změn dosáhnout. (6)

1.2.2 Kondiční ergoterapie v geriatрии

Cílem kondiční ergoterapie v geriatрии je odpoutat pozornost od nepříznivého vlivu onemocnění a udržet duševní pohodu.(1) Dále je cílem posílit a udržet všechny stávající funkce, podporovat psychickou i fyzickou aktivitu a motivovat k volnočasovým aktivitám, zejména u osob vyčleněných z pracovního procesu. Význam tkví v psychické harmonizaci, zmírnění negativních psychických prožitků a v zaměstnání mysli. (3) Je řazena mezi ergoterapie nespecifické.

Program by měl být sestaven na základě zájmů klienta, neboť chceme, aby ho práce těšila a měl tak smysluplnou náplň svého času. Hledáme činnost, která úměrně ke stupni postižení rozvíjí jak fyzické, tak psychické vlastnosti. (1)

V ergoterapii seniorů se využívají ruční práce (tkaní, pletení, háčkování, paličkování), modelování, práce s papírem, kresba, četba, společenské hry (šachy, karty, pexeso, domino), práce na zahradě, rekreační sport atd. Dále lze tvořit koláže na předem dané téma, vystřihovat články a obrázky, pracovat s textilem a tak podobně. Důležité je využít dostupné materiály, které jsou klientům známé a se kterými umějí pracovat.

Terapii je nutno přizpůsobit aktuálnímu stavu klienta, jeho psychickému rozpoložení a náladě.

Právě v kondiční ergoterapii seniorů (ale nejen seniorů) lze podle mého názoru s úspěchem využít stará řemesla. Důvodů je několik. (6)

- Potřeba něco tvořit, vyrábět je pro člověka od přírody zcela přirozená.
- Klient se může vrátit k činnostem, které má osvojeny z mládí, ale neměl na ně během let v zaměstnání dostatek prostoru. Nebo se naopak naučí novou dovednost.
- Ergoterapii je možno zaměřit jak na konečný produkt, tak i na proces tvorby.
- Existuje nepřeberné množství dostupných technik a jejich možných modifikací.
- Mnohé techniky jsou prostorově, materiálově, finančně a časově velmi nenáročné.
- Činnosti je možno dělit na několik podúkolů a na sebe navazujících činností, a tak můžeme zapojit několik klientů během jedné činnosti.

- Řemeslnou prací lze nacvičovat potřebné dovednosti v přirozeném kontextu (převlečení do pracovního oděvu, úprava pracovního místa, následný úklid).
- Mnoho řemesel vyžaduje vyšší úroveň zručnosti, a jsou proto náročnější na jemnou motoriku, úchopy, paměť, cílevědomost, vytrvalost a trpělivost klienta.
- Umožňují plánování a rozvržení práce v daném časovém úseku.
- Výsledný výrobek je pro klienta odměnou.

Stará řemesla se samozřejmě nehodí pro všechny klienty. Je nutno zvolit individuální přístup při volbě činnosti, a to podle zájmů klienta a jeho aktuálního fyzického i psychického stavu.

Využití rukodělných činností jako ergoterapeutického prostředku je myšlenka poměrně stará a provází ergoterapii od jejího počátku. S vývojem ergoterapie a společnosti obecně se částečně od řemeslné práce upouští, má však jistě své místo v mnoha zařízeních. (6)

Výroba textilií formou tkaní byla v minulosti součástí programu mnoha ergoterapeutických zařízení. Rehabilitační ústav Kladruby pracoval s mnoha tkalcovskými stavy, včetně stavů speciálně upravených pro terapii různých postižení.

V rámci sociální rehabilitace je dnes tkaní na tkalcovském stavu, včetně přípravných a dokončovacích prací, využíváno např. v Ledovec, o.s nebo DOZP Stod.

1.2.3 Kompenzační pomůcky v ergoterapii seniorů

Ergoterapeut vybavuje klienta kompenzačními pomůckami v případě, že není pro klienta možnost, jak provést danou aktivitu samostatně. Ergoterapeut pomáhá vybrat vhodnou pomůcku pro klienta a poskytuje mu případně i kontakt na výrobce. Následně klienta učí pomůcku správně a co nejefektivněji používat. (2)

V ergoterapii seniorů se nejvíce používají kompenzační pomůcky související s lokomocí. Jde o vycházkové hole, nízká chodítka s kolečky i bez nich a podobně. V mnoha případech umožňují klientovi nejen oporu, ale i možnost krátkodobého odpočinku v sedu (zabudované sedátko) nebo úložný prostor (háčky a košíčky). Pro imobilní geriatrické klienty nebo pro klienty schopné chůze jen na krátkou vzdálenost se používají invalidní vozíčky. Ty jsou převážně uzpůsobeny pro pasivní jízdu klienta, kdy je vozík vezen druhou osobou.

V případě neurologických obtíží se používají různé dlahy na horní končetinu, které např. zajišťují správnou polohu, usnadňují úchop atd. Jsou většinou vyráběny individuálně podle potřeb klienta.

Dále se lze v seniorské populaci často setkat se zubními náhradami a s brýlemi, ty však nespadají do kompetencí ergoterapeuta.

1.2.4 Komunikace s klienty

Pro úspěšnou ergoterapii s klienty seniorského věku je důležité zabezpečit správnou komunikaci. Ta, vzhledem ke specifickým, která seniorský věk doprovází, může být někdy ztížená, nebo obtížná. Proto je dobré řídit se následujícími pravidly:

- Zajistíme si klidné prostředí s minimem hluku a rušivých podnětů.
- Klienta oslovujeme jménem, titulem, případně oslovením, které si on sám přeje.
- Ke klientovi vždy přistupujeme klidně, laskavě a trpělivě. Naše úzkost, napětí a spěch negativně ovlivňují klientovu náladu.
- Snažíme se vždy posílit klientovu sebedůvěru a sebeúctu.
- Snažíme se využít všech dovedností, které je nám klient schopen nabídnout, a to i v případě, že jsou tyto možnosti omezené.
- Držíme se jednoho tématu, zbytečně v řeči neodbíháme. Používáme známá slova, krátká souvětí, klidný tón hlasu a vždy se ujistíme, že nám klient rozumí.
- Dbáme na mimiku, gesta a bezděčné reakce klienta, ale i naše.
- Při nervozitě nebo podrážděnosti klienta se snažíme vyhnout sporu a vyhýbáme se domluvám. Je důležité, aby nás klient bral jako zdroj pohody a ne jako protivníka.

Je vhodné předem se informovat o stavu zraku a sluchu klienta, ještě než s ním začneme komunikovat, například z dokumentace, od příbuzných nebo od ošetřujícího personálu. Vyhneme se tím nepříjemným situacím, které by mohly komunikaci narušit. (7)

1.3 Výroba textilií

Již ze šestého tisíciletí před naším letopočtem pocházejí doklady o využití rostlinných i živočišných materiálů za účelem výroby tkanin, a to na území dnešního Turecka. Z Evropy pak pochází fragmenty vlněné příze datované do mladší doby bronzové a lněné fragmenty již z mladší doby kamenné. (8)

Tkalcovské a předtkalcovské techniky jsou tedy velmi staré a lidstvo se jimi zabývá již od svého počátku. Za tu dobu se postupy výroby textilií postupně zdokonalovaly, od primitivních předtkalcovských technik (sprang, lucet atd.) až po složité, mechanicky vyspělé tkalcovské stavy (horizontální a vertikální tkalcovský stav v mnoha modifikacích).

Pro orientaci v návodech a vlastní práci je nutné se alespoň na základní úrovni seznámit s odbornou terminologií. To výrazně usnadní pochopení principů jednotlivých technik a také práci samotnou.

Terminologie: (8)

- ✘ Osnova - jedná se o podélnou soustavu nití
- ✘ Útek - je to příčná soustava nití. Provléká se osnovou pomocí člunku.
- ✘ Vazba - je to způsob vzájemného provázání osnovy a útku.
- ✘ Vazní body - body, ve kterých se kříží jednotlivé nitě soustavy osnovní a útkové.
- ✘ Tkanina - konečný výsledek provázání podélné a příčné soustavy nití.
- ✘ Zákrut - směr stáčení příze při předení. Doprava - Z, doleva S.
- ✘ Úhel zákrutu - to je úhel, svíraný rovinou kolmou na směr nití se směrem vláken.
- ✘ Skaná nit - silnější nit zhotovená zkroucením dvou či více jednoduchých nití.
- ✘ Předivo - materiál k zhotovení příze.
- ✘ Příze - stáčená nit určená k tkaní, pletení atd.
- ✘ Úplet - je to finální výsledek pletení, též pletenina.
- ✘ Prošlup – mezera vzniklá přehozením sudých a lichých nití v osnově. Protahuje se jím útek.
- ✘ Brdo – pomůcka k vytváření prošlupu na tkalcovském stavu.

1.3.1 Používané materiály

Na výrobu textilií se používaly rozmanité materiály. Výběr byl většinou limitován dostupností v dané oblasti, dále pak finančními možnostmi a sociálním postavením. Na začátku se v každé domácnosti prováděly všechny úkony nutné pro výrobu textilií, od chomáčku vlny či lnu až po hotový výrobek, teprve později docházelo ke specializaci.

Seznámíme se s nejběžněji používanými materiály, dostupnými v dnešní době. Pro přehlednost budou děleny podle svého původu na živočišné a rostlinné. (8)

1.3.1.1 Materiály živočišného původu

Vlna

Vlna je vlákno získané ze srsti ovcí, koz, velbloudů, případně i lam a dalších zvířat. V našich zeměpisných šířkách se nejčastěji používala vlna ovčí, protože na našem území byl chov ovcí velmi rozšířený.

Kvalita vlny závisí na kondici zvířete, z něhož pochází, také na jeho věku (mladá zvířata mají srst hustší), na klimatických podmínkách chovu atd. Vlna se z ovcí nejčastěji stříhá, čímž získáváme tzv. rouno. To je potřeba dále upravovat. Další možností je sběr vylínalé srsti. Z jedné ovce je možné získat kolem 3 kg rouna.

Cena vlny se různí podle kvality, většinou bývá dražší než syntetická vlákna nebo vlákna podílová. Použít se dá prakticky na všechny ruční práce v závislosti na tloušťce vlákna. Dostupná je v jakékoliv barvě. Obzvlášť ceněná je vlna angorské kozy, která je velmi jemná a hebká. (8)

Hedvábí

Hedvábí je produkováno housenkou motýla bource morušového, a to když se housenka zakuklí. Následným mechanickým rozvinutím kukly lze získat 3 až 4 km velmi pružného a pevného vlákna. Původně se bourec morušový choval pouze v Číně, již od 3. tisíciletí př. n. l. Čína také měla na toto zboží monopol, a to až do 6. st. n. l. Poté se chov postupně rozšířil do celého světa. V dnešní době je rozšířené syntetické hedvábí, které je oblíbené hlavně pro svou několikanásobně nižší cenu.

Hedvábné vlákno je k dostání v rozdílné kvalitě a použít se dá na vyšívaní, šití, ale ve své hrubší formě i k tkaní a pletení. Cena se také liší podle kvality a barvy.

1.3.1.2 Materiály rostlinného původu

Bavlna

Bavlna je nejpoužívanějším textilním materiálem dneška. Její historie je velmi dlouhá, nálezy z Indie jsou datovány již do doby 1500l př. n. l., kolem 9. stol. n. l. byla dovezena z Arábie do Evropy a v 16 století již byla známa po celém tehdejší světě.

Vlákna jsou získávána z plodů keře bavlníku, který se pěstuje v teplých krajinách celého světa. Dnes existuje mnoho uměle vyšlechtěných kultivarů.

Bavlna je jemná na omak, dobře saje vlhkost, je pružná a poměrně pevná. Nevýhodou je, že tkanina tvoří žmolky. Dobře se barví i bělí. Její využití je velmi široké, používá se v textilním průmyslu. Lze ji upotřebit na šití, tkaní, vyšívání, pletení atd. K dostání je ve směsi s jinými materiály nebo nemísená, v mnoha barevných variacích. (9)

Len

Lněná vlákna byla poměrně složitým procesem získávána z lodyh lnu setého (*Linum usitatissimum*). Len ve své přírodní podobě má světle plavou barvu, velmi dobře se bělí, ale hůře se barví. Je pevný a přiměřeně pružný. Tkaniny z něj zhotovené mají chladivý efekt, ale pro svou vysokou mačkavost se mísí s dalšími materiály.

Len patří mezi nejstarší kulturní rostliny, doklady o jeho využití máme již z doby kamenné (Mohelnice u Šumperka). Mezi nejstarší raně středověké nálezy lněných tkanin patří jednak fragmenty z velkomoravských nálezů, nebo např. útržek lněné roušky s geometrickým vzorem a svastikami pocházející z hrobu sv. Ludmily z 10-11. st. (10)

Lze ho využít na tkaní, šití a vyšívání. V dnešní době je dostupný v mnoha barvách, a to jak v případě látky, tak i nitě.

Konopí

Vlákna se získávají z konopí setého (*Canabis sativa*). Patří mezi nejdéle využívané kulturní rostliny, jeho pozůstatky jsou doloženy již z doby laténské a neolitu. Lodyhy se zpracovávají obdobným postupem, jako lodyhy lnu. Vlákno je pevné, světle šedé, dobře se bělí a je málo pružné, a proto se používalo k výrobě lan. (8)

Konopné látky jsou dnes okrajovou záležitostí, nejsou běžně k sehnání a dají se pro účely ručních prací velmi dobře nahradit jinými materiály. Z historického hlediska jsou však nezanedbatelné.

Kopřiva

Kopřivová vlákna (pocházející z rostliny *Urtica dioica*) se v dnešní době již běžně nepoužívají v textilní výrobě, a ani v minulosti nepatřila mezi rozšířené materiály, snad právě pro své žahavými chloupky porostlé listy a lodyhy, které znepříjemňují manipulaci. Získané vlákno je však velmi jemné, čistě bílé, velmi snadno se barví. Z písemných záznamů je jisté, že se z tohoto materiálu zhotovovaly plachty lodí na území dnešního Ruska.

Využití kopřivových vláken je totožné s využitím např. lnu, ovšem v dnešní době se jedná o raritní záležitost. Setkáme se s ním snad jedině u některých spolků pro oživenou historii. (8)

1.3.2 Další zpracování

Aby se z rouna nebo hrubého vlákna mohla nakonec vytvořit použitelná a funkční část oděvu, je nutno postupně ho podrobit několika procesům. V prvé řadě je to vyčesání a mechanické vyčištění materiálu praním. Potom se rostlinné materiály máčely, lámaly, třepaly a znovu vyčesávaly.

Další zpracování rostlinných a živočišných materiálů je shodné, vlákno se spřede v přízi a pak následuje skaní jednoduché nitě do nitě o větší tloušťce.

Předení je mechanické zpracování neuspořádaného shluku vláken v uspořádanou, rovnoměrnou nit – přízi, a to za pomoci kužele a vřetene. Vřeteno je tvořeno přeslenem a dříkem. Přeslen je nasazen na dříku a slouží jako setrvačnick pro otáčení. Na kuželu bylo upevněno předivo (vlna, len) pomocí pásky, tkanice atp., které bylo postupně spřádáno.

Předení bývalo doménou žen, ale zapojovali se zřejmě i muži. Šlo o velmi rozšířenou, běžnou domácí práci. Je dochováno mnoho nálezů přeslenů nebo jejich úlomků na našem území i v mnoha dalších oblastech již z neolitu, a dále v dalších obdobích. Jsou obyčejné nebo zdobené, o různé velikosti a tvaru. (8)

V době vrcholného středověku bylo v Evropě vřeteno nahrazeno kolovratem, který výrobu příze několikanásobně urychlil a tím i zlevnil. Kolovrat je poháněn ručním, případně

nožním pohonem, který roztáčí velké kolo a to následně otáčí menším. Pohybem kola je příze stáčená a navíjena na cívku. Práce na kolovratu je již poměrně složitá a v mojí práci se jí zabývat nebudeme.

Skáním je nazýván proces stáčení dvou a více nití dohromady, čímž vzniká příze o dvojnásobné, případně vícenásobné tloušťce, zároveň se zvyšuje pevnost příze. Rozlišuje se příze stáčená doprava a doleva, označovaná písmeny S a Z podle směru, kterým probíhá spirála zákrutu. Zároveň lze skáním získat některé druhy efektních přízí.

Ke skání se používaly různé kostěné, případně dřevěné trubičky s otvory, tzv. jurky, ty jsou známy hlavně ze zahraničních nálezů. (8)

Těmito dvěma procesy docílíme hotové příze, použitelné pro samotnou výrobu textílie. Je možno přízi ještě barvit, a to přírodními nebo chemickými barvivy, tím se ale v mojí práci zabývat nebudu. Nyní je příze připravena pro tkaní, pletení, vyšívání atd.

1.3.3 Dostupnost materiálů

Dostupnost materiálů a jejich pořizovací cena je podstatnou informací při výběru činnosti. U mnoha činností lze vybírat z několika vhodných materiálů, jsou ale činnosti, které vyžadují materiál s určitými vlastnostmi. Je nutné mít na paměti, k čemu bude výrobek sloužit, a jaké požadavky má jeho uživatel.

V dnešní době lze prostřednictvím internetových obchodů sehnat prakticky cokoliv, co je k ruční práci potřebné. Mnoho obchodů zdarma zašle vzorníky a ceníky. Ve větších městech bývají velmi dobře vybavené galanterie a obchody s potřebami pro výtvarníky a kutily. Mnoho materiálu se dá za minimální peníze získat z továren a výrobních závodů jako zbytkový nebo kazový materiál, například pletací příze.

Materiál	Dostupnost	Cena	Využití	Obtížnost práce
Vlna / akryl	Běžně dostupné	Od 20Kč/ 50g	Šití, tkaní, lucet, pletení atd.	Snadná práce, příjemné na omak
Hedvábí	Běžně dostupné	Od 150Kč/m, 50Kč/50g	Šití, tkaní, pletení atd.	Snadná práce, někdy klouzavé
Bavlna	Běžně dostupné	Od 150Kč/m, od 30Kč/50g	Šití, tkaní, pletení, atd.	Snadná práce
Len	Méně dostupné	Od 150Kč/m, 20Kč/cívka nitě	Šití, tkaní, lucet atd.	Snadná práce, mačká se
Konopí	Málo dostupné	Nezjištěno	Šití, tkaní	Horší práce, nit i plátno je tuhé
Kopřiva	Raritní	Nezjištěno	Šití, tkaní	Nezjištěno

Tabulka 1: Dostupnost materiálů. Zdroj: Vlastní zdroje

1.3.4 Výhody a nevýhody jednotlivých materiálů

Přírodní vlna: Má velmi dobré tepelně izolační vlastnosti, ale v mnoha případech bývá nahrazena umělými materiály pro jejich širší paletu barev a pohodlnější nošení výrobků z nich zhotovených. Některé akrylové příze stojí až o polovinu méně, než kvalitnější vlněná příze. V některých případech se může projevit alergická reakce na přírodní vlnu, já jsem se ale s tímto v praxi nesetkala.

Len: Lněné nitě mají vyšší pevnost v tahu a jsou odolnější, jsou ale také k dostání jen v několika barevných variantách a hůře se s nimi pracuje pro jejich určitou nepoddajnost. Navíc bývají k dostání jen v jedné tloušťce nitě. Proto jsou často nahrazeny nitěmi bavlněnými, nebo nitěmi ze syntetických materiálů.

Lněné plátno je hrubší na omak, než bavlněné, více se mačká a hůře se žehlí. Bavlněné plátno oproti tomu je jemnější, ale méně odolné. Len je navíc velmi příjemný v letních měsících, pro svůj chladivý efekt.

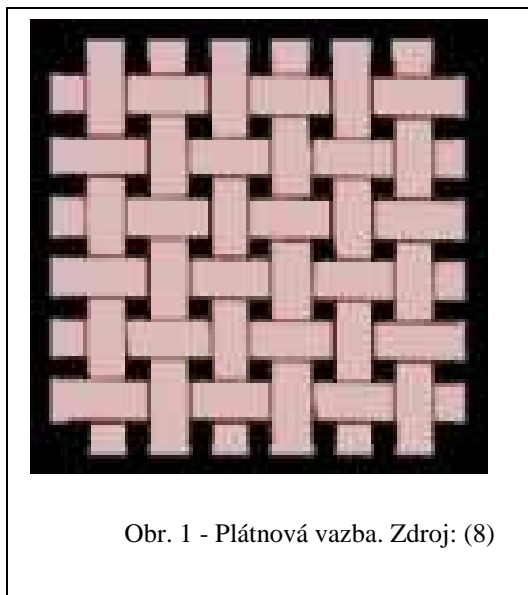
1.4 Způsoby výroby textilií

1.4.1 Druhy tkalcovských vazeb

Tkaní je technologický postup, pomocí něhož vzniká textilní látka (tkanina). Principem je provazování dvou navzájem kolmých soustav vláken, osnovy a útku. Nástrojem je tkalcovský stav v různých modifikacích, tkací destičky a tkací mřížka. (8, 9, 11)

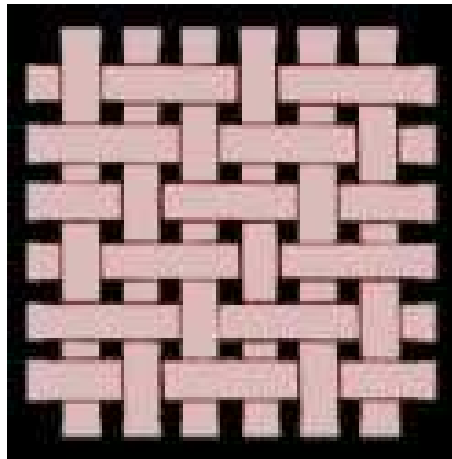
Podle počtu vláken v osnově a způsobu provlékání útku rozlišujeme několik tkalcovských vazeb. Nejzákladnější vazby jsou: plátno, kepr, atlas. Další vazby jsou odvozené od těchto základních.

Plátno: Je to nejzákladnější, nejjednodušší typ vazby, zároveň také v minulosti nejpožívanější. Doložen byl již neolitu. Hustota vazby je závislá na tloušťce použitých nití.



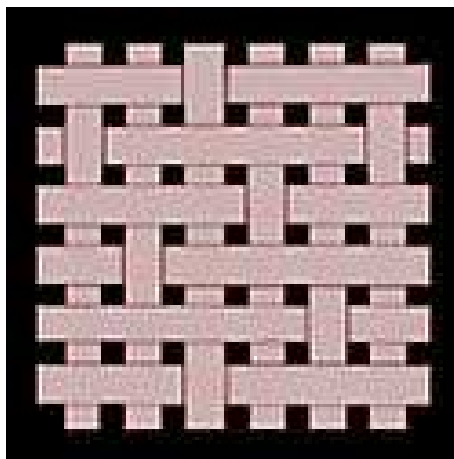
Obr. 1 - Plátnová vazba. Zdroj: (8)

Kepr: Střída keprové vazby je vždy tvořena nejméně třemi vazními body osnovy a útku, pak se podle počtu nití označuje jako třívazný nebo čtyřvazný. Je možné vytvořit několik vzorů: zesílený, hrotový, křížový, diamant, osnovní, útkový.



Obr. 2 – Kepr. Zdroj: (8)

Atlas: Vazní body atlasu jsou rovnoměrně rozloženy ve střídě a navzájem se nedotýkají. Jde již o poměrně složitou vazbu, která vyžaduje odpovídající vybavení tkalcovského stavu. Vzory: zesílený, přisazovaný, zesílený útkový.



Obr. 3 – Atlas. Zdroj: (8)

1.4.2 Další úpravy tkanin

Hotové tkaniny byly a jsou ještě dále vylepšovány. Důvodem bylo zlepšení fyzikálních vlastností tkaniny (vodoodpudivost, tepelná izolace, pevnost), nebo estetické důvody. Používaly se nitě skané s drahými kovy, valchování a postřihování tkaniny (vzniká tak sukno nebo aksamit), dodatečné protkávání (brokát), atd. (8)

Samostatnou záležitostí je pak plst', což je máčené a následně valchované rouno bez předchozího předení a tkaní. Používala se na výrobu klobouků, čepic, tašek nebo bot (typické

ruské válenky). Výhodou je možnost vytvarovat plst' během výroby do požadovaného tvaru bez následného šití s velmi dobrými tepelně izolačními vlastnostmi. (8)

1.4.3 Tkaní na tkalcovském stavu

Tkalcovský stav ve své nejjednodušší podobě je známý již od pravěku. Tkalcovské stavy se dělí podle směru natažení osnovy na horizontální a vertikální, ty horizontální pak ještě na prošlupový a bezprošlupový podle toho, jakým mechanismem je v osnově vytvářen prošlup. Probereme nejprve stavy vertikální, poté horizontální. (8, 12)

Bezprošlupový vertikální stav

Jde o nejprimitivnější verzi tkalcovského stavu, jedná se o cca 2 metry vysoký obdélníkový rám, na němž je navlečena shora dolů osnova. Nítě osnovy jsou nahoře napevno přivázané k rámu, dole jsou po určitých rozestupech navázány na keramická či kamenná závaží, která zajišťují rovnoměrné napnutí osnovy. Tato jednoduchá konstrukce neumožňuje oddělení sudých a lichých osnovních nití a tím vytvoření prošlupu, proto se útek musel zavádět do osnovy proplétáním pomocí dřevěného člunku. Tato metoda byla velmi zdlouhavá, protože osnova musela mít několik set nití, aby výsledná tkanina byla vůbec použitelná jakou součást oděvu. (8)

Prošlupový vertikální stav

Konstrukce tohoto stavu vychází z toho předchozího, doplněn je ale navíc o tzv. brdo. Brdo je pomůcka k vytváření prošlupu v osnově. Část osnovních nití se připevňuje k brdům a pohybem vpřed a vzad se vytváří prošlup. To výrazně usnadňuje a zrychluje práci. Navíc je možno použít více brd a vytvářet i jinou tkalcovskou vazbu, než jen základní plátno, např. kepr. (8, 12)

Prošlupový horizontální stav

Horizontální stav je vyspělejší modifikací vertikálního stavu. Jeho vznik není přesně datován, nejstarší přesvědčivé nálezy jsou dochovány z cca 11.



Obr. 4 - Prošlupový vertikální stav. Zdroj K&W Szlósarczyk, Pl.

století n. l. z Gdańska (Polsko). Dá se předpokládat, že postupně vytlačil vertikální stav, a to právě svou dokonalejší konstrukcí.

Na tomto stavu je osnova natažena vodorovně, podélně, a útek je zatkáván kolmo do osnovy. Osnova se navíjí na osnovní vál, odkud se během práce postupně odvíjí. Hotová tkanina se navíjí na zbožový vál, což umožňuje práci na tkanině několikanásobně delší než je délka vlastního stavu. Vytváření prošlupu bylo zajištěno pomocí tzv. listů, které nahradily brda a byly zvedány buď manuálně pomocí ok, nebo pomocí pedálů. Dokonalejší tkalcovské stavy z např. 15. stol. n. l. byly vybaveny až osmi nebo šestnácti listy, což umožňovalo vytváření velmi složitých vzorů.

V dnešní době se tento typ tkalcovských stavů v moderní, elektricky poháněné verzi používá v továrnách po celém světě. Mechanické stavy se používají v zájmových spolcích, chráněných dílnách a skupinách oživené historie. Princip tkaní je po tisíciletí stále stejný, jen způsob a provedení prochází neustálou modernizací.

Dostupnost: Na internetu je poměrně široká nabídka tkalcovských stavů různých druhů. Ve většině případů jsou ale cenově poměrně náročné a ceny začínají kolem 3500 Kč. Nejdostupnější v ČR jsou stavy firmy Ashford. Vertikální stav lze s trochou šikovnosti podomácku vyrobit.

Pracovní poloha a úchopy: Práce na tkalcovském stavu poskytuje prostor pro průběžnou dynamickou práci všech svalových skupin horních končetin, šíje, trupu a také dolních končetin v případě, že se listy stavu ovládají nožními pedály. V případě horizontálního jedno-listého stavu s pevným listem firmy Ashford, který byl používán v této práci, nožní pedály nejsou. Pohyby jsou rytmické, opakují se a rovnoměrně se aktivizují jak flexory, tak i extenzory. Člunek se pohybuje zprava doleva a naopak, nedochází tedy ke strnulému držení šíje a krční páteře. (11)

Při práci s tkalcovským stavem většinou využíváme polohu v sedu na lavici, která bývá součástí velkých tkalcovských stavů. V případě stavu s pevným listem firmy Ashford využíváme sed u pracovního stolu. Další možností je fixace stavu na stěnu a práce ve stoji. To umožní měnit výšku stavu a procvičení rozsahu pohybu v ramenních kloubech. (11)

Během přípravných a zakončovacích prací a tkaní samotného využíváme mnoho úchopů: pinzetový, štipcový, špetkový atd. Tato práce je rozmanitá a vyžaduje tedy různé úchopy. (11)

1.4.4 Tkaní na mřížce

Tkaní na mřížce, též nazývané tkaní na hřebeni nebo na hřebenovém stavu, je velmi stará technika, výskytem shodná s karetkováním – obě techniky se většinou vyskytovaly v dané oblasti současně. Karetkování je v podstatě složitější, náročnější verzí tkaní na mřížce. (9,13)

Ke tkaní se používá nejčastěji dřevěný hřeben – mřížka, tvořený svislými příčkami s vyvrtaným otvorem

v polovině délky. Příčky jsou nahoře a dole vsazeny do spojovacích dílků, které je drží pohromadě. Jinou variantou tkací mřížky je destička s vyřezanými podélnými drážkami a malými otvory vyvrtanými ve zbylých žebrech. Tato mřížka je v podstatě tvořena jedním kusem dřeva, je pevnější, ale na výrobu náročnější. Existují i mřížky vyřezané ze silného plátu kůže nebo kartonu, ale zpravidla jde jen o nouzové řešení, pokud není k dispozici mřížka dřevěná, a práce s nimi je nesnadná.



Obr. 5 - Tkanice tkané na mřížce. Zdroj: archiv Kateřina Postránecká

Osnovní nitě se navlékají do mezer mezi příčkami (sudé nitě) i do otvorů v příčkách (liché nitě). Pohybem mřížky nahoru a dolů se od sebe sudé a liché nitě oddělují, vzniká prošlup, kterým se provléká útek. Počet osnovních nití je omezen počtem otvorů v mřížce, přičemž použit se dá již mřížka se čtyřmi otvory. Maximální počet není samozřejmě omezen, ale práce s mřížkami na 50 a více nití je již náročná na správné utahování tkaniny, proto se takto široké mřížky v podstatě nevyužívají. Útek je možno navinout na dřevěný člunek, což usnadní tkaní.

Vzorování tkanic je omezené jednoduchostí hřebene, vzory se vytváří pouze pořadím navlečených nití. Je tedy nutné si vzor promyslet již před navlečením osnovy.(13) Útková nit není při správném tkaní mezi osnovními nitěmi viditelná, vidět ji lze jen na okrajích tkanice, vzniká tedy tzv. osnovní rypsová vazba.

Využití tkanic bylo široké. Pro svou relativně snadnou výrobu byly používány jako součásti postroje tažných zvířat, popruhy nůší a věder, obzvláště ty tkané z pevné lněné příze. Ačkoliv vzorování je poměrně omezené, byly používány i jako ozdobné lemy oděvů, opasky a čelenky méně movitých lidí. Dodnes jsou součástí vybraných regionálních krojů a kostýmů některých sdružení pro oživenou historii.

Dostupnost mřížky: Mřížku snadno zhotoví každý truhlář. S minimálním vybavením (vrtačka, pilka, metr) ji lze zhotovit i doma. Dá se koupit na internetu.

Pracovní poloha a úchopy: Není přesně stanovená, je možno pracovat ve stoji i sedu. Při tkaní se procvičí obě HK ve všech kloubech. Limitující je nutnost upevnění začátku a konce osnovy k pevnému bodu.

V držení mřížky a protahování útku prošlupem při tkaní se pravidelně vystřídá pravá i levá ruka. Přirážení útku v osnově vyžaduje silový úchop člunku. Dodržení přesné šířky výrobku si vyžádá jemný štipcový a špetkový úchop. Při navíjení útku na tkací jehlici se využije špetkový úchop.



Obr. 6 - Práce s malým snovadlem, Zdroj: archiv Kateřina Postránecká

Při snování osnovy lze využít snovací rámy a snovadla různých typů. Při práci s nimi se v závislosti na šířce snovadla procvičují obě HK ve všech kloubech a využije se jemný špetkový úchop.

1.4.5 Tkací destičky

Technika se nazývá bardo, nebo též karetkování, anglicky *tablet weaving*. Destičky bývají nazývány karetky. Tkací destičky jsou doloženy již z 12. st. př. n. l., a to z oblasti Egypta (Ramessův pás v muzeu v Liverpoolu). Technika byla rozšířena i po celé Evropě, jak dokládá např. nález tkanice ve švédské Birce, datovaný do cca 9. století. Destičky jsou nacházeny na území bývalé Velké Moravy, Islandu, Asie i Afriky. Např. v Asii je karetkování dodnes běžnou technikou, ve Skandinávii je součástí folkloru. (14, 15, 16, 17)

Destičky jsou v dnešní době většinou dřevěné, případně plastové. V minulosti se destičky – karetky vyráběly také z paroží, rohoviny, tvrzené kůže, stromové kůry, pro nobilitu i z drahých kovů. Mají různý tvar, od čtyřhranu po osmihran, přičemž v každém rohu je otvor pro provlečení příze. Nejčastěji jsou nalézány a v dnešní době také používány destičky čtyřhranné se čtyřmi otvory. Velikost bývá proměnlivá, délka hrany většinou kolem 5 – 8 cm.

Destičky bývají pro usnadnění práce číslovány, někdy jsou očíslovány i jednotlivé otvory na každé destičce.

Dokonalost techniky tkví v tom, že za pomoci karetek může tkadlec pracovat s několika desítkami až stovkami nití naráz, podle počtu použitých karetek. Vhodnou kombinací navlečených barev, počtu karetek, počtu dírek v karetcce, pořadí karetek a jejich různým pootáčením lze tedy docílit v podstatě jakéhokoliv vzoru. Pootáčením karetek se tvoří prošlap, kterým prochází útek – jde o klasický princip tkaní. V tomto případě je vzor tvořen osnovními nitěmi a útková nit je skrytá, je vidět jen na okrajích tkanice.

Lze pracovat již se čtyřmi karetkami, mistři tkaní zvládají práci i s několika sty karetek, přičemž tato práce je již velmi časově náročná a adekvátně finančně ceněná.



Obr. 7 - Tkanice tkané na karetkách. Zdroj K&W Szlósarczyk, Pl.

Takto vzniklé pásky různých délek a šířek byly velmi pevné, proto se používaly jako popruhy a součásti tažných strojů, pro svou časovou náročnost a zdobnost však častěji byly ozdobnou součástí oděvů a krojů. Používaly se také jako opasky a čelenky.

V dnešní době existuje na internetové síti volně ke stažení několik různých programů, které podle požadovaného vzoru samy vygenerují pořadí navlečených barevných nití a přesný postup tkaní krok za krokem. (17) V minulosti byla tvorba vzorů buď otázkou náhody, nebo velmi rozvinuté představivosti a logického myšlení tkalců. Tkaní na karetkách bylo především doménou mužů.

Dostupnost: Destičky lze poměrně snadno vyrobit z dostupných materiálů. Truhláři mívají v dílnách mnohou kousků zbytkového dřeva či překližky, které se dají využít. Dále se dá pracovat se zbytkovým linoleem, tužším kartonem nebo s plastovou výtvarnickou podložkou. Tyto materiály nejsou nijak cenově náročné, lze využívat zbytkový materiál. Na internetu jsou k dostání rohovinové karetky.

Pracovní poloha a úchopy: Opět není přesně stanovená, je možno pracovat ve stoji i sedu. Při tkaní se procvičují obě horní končetiny ve všech kloubech, pravidelně se střídá pravá i levá ruka. Přirážení útku v osnově vyžaduje silový úchop. Dodržení přesné šířky výrobku si vyžádá jemný štipcový a špetkový úchop. Při navíjení útku na tkací jehlici se využije špetkový úchop. Během držení svazku karetek a při otáčení se využívá roztažení dlaně a prstů obou rukou, což je postavení, které se vyskytuje ve velmi malém množství pracovních činností. (11)



Obr. 8 - Karetkovací stávek. Zdroj: K&W Szlósarczyk, Pl.

Je možné vyrobit nebo na internetu zakoupit malý stávek, na kterém se karetky dají napnout. Usnadňuje to práci a nabízí další možné pracovní polohy.

Při snování osnovy lze opět využít snovací rámy nebo snovadla.

1.4.6 Naalbinding

Naalbinding, v překladu *pletení na jedné jehle*, (18) je jedna z nejstarších textilních technik, jakou lidstvo zná. Nejstarší nálezy se datují do doby neolitu, doby bronzové (Švédsko), další nálezy jsou z prvního (Švédsko), čtvrtého až šestého (Egypt) a desátého století (Island). Ve středověku byla tato technika velmi běžná, jak dokládají nálezy z Polska, Ruska a Skandinávie. Nalezeny byly jak fragmenty hotových výrobků (ponožky, tašky, košile a čepice), tak i jehly k tomuto pletení používané. Technika je i v dnešní době běžná v severských zemích, Pobaltí, Anatolii, Arménii a dále v Asii a patří k tamnímu folkloru.

Pro výrobu pletacích jehel bylo a stále je používáno nejběžněji dřevo, dále pak kost a parohovina, kovy a v dnešní době i plast. Nalezeny byly i jehly zlaté a stříbrné, bohatě zdobené, určené pro tehdejší nobilitu. Rozměry jsou 5-8 cm na délku a 3-

10 mm v šíři, s možnými odchylkami v obou rozměrech. Oko pro navlečení příze je poměrně velké, hrot bývá tupý. Rozměry jehly odpovídají použité přízi.

Technika pletení je velmi rozmanitá. Existuje několik typů stehů, jejichž kombinací lze dosáhnout zajímavého vzorování a různé tloušťky hotové pleteniny. Pletenina je velmi odolná, nepáře se a nehrozí vytažení oka jako u klasické pleteniny. V této práci se budeme zabývat nejjednodušším, základním stehem.

Technika je spíše než klasickému pletení podobná háčkování. Hlavním rozdílem je způsob použití příze: zatímco u klasického pletení nebo háčkování odvíjíme plynule přízi z klubka jako „nekonečnou nit“, u naalbindingu máme v jehle navlečený pouze kus příze odstřižený od klubka. Po vypletení tohoto kusu navlečeme do jehly nový kus, navážeme jej k předchozímu a takto pokračujeme dál a dál.

Jednotlivé stehy jsou do sebe navzájem fixovány několikerým provlečením, čímž je zajištěna pevnost i poměrně velká pružnost. Zároveň je znemožněno rozpárání pleteniny, ať již úmyslné, nebo nahodilé. Díky tomu je nutno dobře rozmyslet a průběžně zkoušet tvar výrobku na modelu, neboť oprava chyby je poměrně složitá – musí se zpět rozplétat steh po ste-



Obr. 9 - Naalbindingové ponožky. Zdroj: Vlastní archiv

hu. Nestane se nám ale (jako u klasického pletení), že se vyvlečou oka z jehlice a výrobek bude znehodnocen, což je považováno za velkou výhodu, pokud není možno věnovat se pletení po delší časový úsek a práce je často přerušována. Případné opotřebení nebo poškození pleteniny lze velmi snadno opravit, protože pletenina se dále nepáře.

Existují dvě různé výchozí techniky. Prvá je pro spirálovité, tubulární výrobky, jako jsou ponožky, rukavice a čepice, různé taštičky a váčky. (19)

Druhá je pro výrobky začínající mimo spirálu – deky, ubrousky, kapesníčky atd. (20). V této práci se ale budeme zabývat pouze první technikou, která je pro začátek jednodušší.

Pracovní poloha a úchopy: Jako nejvhodnější pracovní poloha se jeví sed. Lze ale pracovat i v polosedu na lůžku a ve stoji. Využíváme úchop pinzetový a špetkový.



Obr. 10 - Naabildingové jehly. Zdroj: K&W Szlósarczyk, Pl.

Dostupnost: Jehlu s větším okem a tupou špičkou lze koupit v každé galanterii. Finančně nenáročná záležitost.

1.4.7 Lucet

Lucet je nejčastěji dřevěný dvou-, případně čtyřhrotý nástroj lyrovitého tvaru používaný k výrobě šňůrek. Datace této techniky není přesně doložena, údajně byla používána již v raném středověku, ale bližší informace se mi nepodařilo dohledat (21, 22).

Tuto techniku lze s úspěchem využít i bez použití nástroje, jen za použití prstů. Z vlastní zkušenosti se mi ale osvědčilo jako rychlejší a přehlednější použití lucetu. Další alternativou je malá dřevěná dutinka s dvěma, případně čtyřmi vyřezanými hroty, nebo dřevěná cívka se dvěma (čtyřmi) malými hřebíčky.

Přehazováním smyček z „nekonečné nitě“ vzniká pevná, relativně pružná čtyřhranná šňůrka. Použitím více barev příze lze docílit barevného vzorování. Modifikací základní techniky je užití čtyřhrotého lucetu, kdy se navzájem proplétají čtyři smyčky příze. Také tímto způsobem lze docílit určitého barevného vzorování, použijí-li se barevné příze. Tkanička je silnější, práce je poněkud složitější než u dvouhrotého lucetu, ale princip je stejný. (23)

Lucetové tkaničky měly v minulosti velmi široké použití – jako součásti oděvu, šněrování šatů, bot, tašek, ale i jako ozdobné lemování. Dají se použít i jako výchozí materiál pro další pletení, případně výrobu šperků. (24)

Dostupnost: Lucet lze zakoupit prostřednictvím internetu. Cena se pohybuje kolem 100-150 Kč. Případně lze požádat šikovného truhláře. Opět – vzhledem k velikosti lucetu – je možno využít odpadový materiál z truhlárny.

Pracovní poloha a úchopy: Nejvhodnější pracovní polohou je sed. Lze pracovat i v polosedu na lůžku a jsou i tací, kteří zvládají plést za pomalé chůze na vycházce. Využíváme úchop pinzetový a špetkový

1.4.8 Využití jednotlivých řemesel v ergoterapii

Všechna výše popsaná řemesla jsou podle mého názoru použitelná v ergoterapeutické praxi. Vždy je nutné brát ohled na aktuální fyzický a psychický stav klientů a podle něj volit typ, délku a náročnost práce. Máme možnost volit obtížnost vzorů, různé materiály, pracovní polohy atd.

Stará řemesla mohou být zajímavou alternativou pro klienty, které je z nějakého důvodu obtížné motivovat k ergoterapii, nebo u kterých je terapie dlouhodobá. Vyhneme se tak nechtěnému stereotypu, kdy klient již všechny procedury a techniky zná a terapeutická jednotka se pro něj stává nezáživná. Týká se to např. kondiční ergoterapie v sociálních zařízeních, domovech pro seniory nebo domovech se zvláštním režimem, kde jsou klienti ubytováni dlouhodobě. Opakující se techniky již znají a každá nová činnost tak může být vítaným zpestřením.

Např. pro klienty s artrotickými kolenními klouby bude vhodnější práce v poloze v sedu, třeba tkaní se stavem umístěným na stole. Pro mladší, aktivní klienty můžeme volit práci ve stoji se stavem umístěným na stěně. Totéž umístění se osvědčí u klientů, kde je cílem ergoterapie zvýšit kloubní rozsah HKK.

Naalbinding a lucet nebudeme v hojnější míře aplikovat u klientů s kardiálními potížemi, z důvodu dlouhodobého statického držení HKK, případně častěji zařazujeme přestávky v práci.

U klientů s významnější poruchou zraku využíváme práci se silnější přízí a volíme světlé barvy, aby byla práce snazší. Používáme také silnější jehly a háčky.

Osvědčila se práce s návodem doplněným obrázkem, který je klientovi k dispozici po celou dobu terapeutické jednotky, a to hlavně v začátcích. Přínosem jsou hlavně u lucetu a naalbindingu. Předem připravený názorný vzorník je nutností při karetkování a u tkaní na tkalcovském stavu, pokud se snažíme o složitější a pravidelné vzorování.

Bližší informace o zapojení svalových skupin a používaných pohybových stereotypch jsou uvedeny u jednotlivých technik.

Praktická část

2 Cíl práce:

Cílem mé práce bylo prokázat nebo vyvrátit použitelnost méně známých starých řemesel v ergoterapii seniorů. Stanovila jsem si pět hypotéz, ty jsem srovnávala s dostupnou literaturou a vlastními poznatky získanými během praxe.

Zároveň bylo mým cílem bližší představení starých řemesel studentům oboru ergoterapie i praktikujícím ergoterapeutům a nabídnout možnosti jejich využití.

3 Hypotézy

- Stará řemesla jsou použitelná v ergoterapii seniorů s různým typem postižení a mají praktické využití.
- Klienti jsou schopni i ve vyšším věku naučit se novým dovednostem.
- Stará řemesla jsou finančně nenáročná.
- Vhodně zvolenými postupy mohou klienti samostatně zhotovit vkusné, prakticky použitelné výrobky.
- Stará řemesla poskytují smysluplnou náplň volného času.

4 Metody sledování

S vybranými klienty jsem pracovala od června do prosince roku 2012. Zaměřila jsem se na odebrání anamnesy formou pohovoru, pečlivé vstupní, průběžné i závěrečné vyšetření a stanovení plánu terapie. V rámci vyšetření jsem použila vlastní měření i standardizované testy.

Sestavila jsem si seznam vhodných řemesel. Na základě vstupního vyšetření jsem klientovi doporučila jedno nebo dvě řemesla. Klient se pak samostatně rozhodl, kterému se bude věnovat, případně zda se pokusí o více řemesel.

S klienty jsem pracovala individuálně, postupovala jsem od teoretické instruktáže k praktickému předvedení a samostatné práci.

5 Volba řemesla

Volba vhodného řemesla se provádí na základě jeho detailní znalosti. Jen tak můžeme správně vybrat to pravé řemeslo pro daného klienta, s ohledem na jeho psychický, a fyzický stav, na jeho cíle a potřeby a také na možnosti prostorové a finanční. Proto provádíme podrobné vstupní vyšetření, na jehož základě pak vybíráme konkrétní činnost.

Pro práci je nutné předem si obstarat dostatek vhodného materiálu, připravit si potřebné pomůcky a případně i podrobný tištěný návod.

5.1 Spotřeba materiálu

Spotřeba materiálu závisí na velikosti výrobku, na způsobu výroby a na technice, která je při výrobě použita. Při tkaní na karetkách, hřebeni a tkalcovském stavu je potřeba počítat s cca 20 % délky na zkrácení nití během tkaní a s cca 50 cm materiálu jako odpadem, kterému se během práce nelze vyhnout. Jde o začátek osnovy, který musí být připevněn k nějakému pevnému bodu, a o konec osnovy, který již nelze setkat kvůli šíři hřebene, resp. navlečeným karetkám. U tkalcovského stavu pak jde o začátek a konec osnovy, které jsou připevněny k osnovnímu a zbožovému válci.

Pletení technikou naalbinding naopak nevyžaduje příliš materiálu navíc. Když se nit vyplete v plné délce, je možné přebytečné konce ustříhnout, nebo zatáhnout dovnitř pleteniny, takže se vlastně stanou součástí výrobku. Odpad je tedy zanedbatelný, navíc, na vzorované výrobky snadno uplatníme i poměrně krátké zbytky příze, které nám zbyly např. z tkaní.

Pletení na lucetu také nevyžaduje prakticky žádnou přízi navíc.

Spotřeba při pletení na lucetu je průměrně 9 g/m. Tato spotřeba se mění v závislosti na použité přízi a na tom, jak moc tkaničku utahujeme.

Od síly příze a požadované síly výrobku se odvíjí spotřeba příze. Na naalbindingové rukavice spotřebujeme průměrně 100g příze, na čepici je třeba cca 120g a na ponožky délky nad kotníky 110g.

Tkaní na hřebeni, resp. na karetkách je materiálově poměrně nenáročné. Spotřeba je přibližně 20g na metr délky při šířce tkanice 3,5 cm. Je nutné připočítat zbytkový materiál.

Materiálově nejnáročnější je tkaní na tkalcovském stavu, kde se spotřeba odvíjí od rozměrů tkaniny. Např. na 1m² je spotřeba 400g příze. I zde platí, že závisí na síle vlákna a na pevnosti vazby, navíc musíme připočítat zbytkový materiál.

Ze spotřeby materiálu lze při známé ceně materiálu orientačně spočítat finanční náklady na jednotlivý výrobek. Například takto:

Technika	Výrobek	Spotřeba v g	Cena v Kč
Naalbinding	Čepice	120	60
	Rukavice	100	50
	Ponožky	120	60
Lucet	1m šňůrky	9	4,5
Hřebenový stav	1m šíře 3,5cm	20	10
Tkalcovský stav	1m ² plátňová vazba	400	200

Tabulka 2: Spotřeba materiálu a jeho cena. Zdroj vlastní.
Pozn.: cena výrobku je počítána při 50Kč/100g

5.2 Dostupnost pomůcek

Většina pomůcek používaných v rámci starých řemesel nepatří mezi úplně běžný sortiment. Přesto lze ale většinu z nich pomocí internetu opatřit. Nejdostupnější je bezesporu jehla na naalbinding, kdy lze s úspěchem pracovat s obyčejnou tupou vyšívací jehlou, kterou zakoupíme v každé galanterii.

Dobrym a mnohdy bohužel i jediným zdrojem pro všechny tyto pomůcky je internet. Nevýhodou je nutnost placení poštovného, které zvyšuje pořizovací náklady. Toto je většinou v kompetencích ergoterapeuta, protože senioři mohou mít s obsluhou internetu určité potíže. Jsou ale mezi nimi i výjimky, které bez problémů internet ovládají.

Možnou alternativou je návštěva místní truhlářské dílny, kde lze leckdy pořídit požadované za minimální peníze. Jistě nám vyrobí hřebenový stav, karetky i lucet. Výroba karetek a hřebenového stavu není nijak technicky náročná a v případě mých pomůcek jsem ji zvládla já sama s minimálním vybavením.

Výjimku tvoří tkalcovský stav, který je poměrně finančně nákladný. Je možné objednat ho na internetových stránkách pražské firmy Dalin, která je distributorem novozélandské firmy Ashford. Ve svém kamenném obchodě nabízí mimo jiné i sestavení a předvedení stavu,

což je výhodné hlavně pro ergoterapeuty, kteří s tkaním nemají osobní zkušenosti. Pořádají také výukové kurzy.

Pomůcka	cena Kč	K zakoupení na:
Stav s pevným listem 40cm	3 500	Internet (www.dalin-praha.cz/)
Lucet	Od 108	internet (www.Lh-Shop.cz)
Karetky	Od 36	internet (www.Lh-Shop.cz)
Hřebenový stav	Od 320	internet (www.Lh-Shop.cz), výtvarné potřeby
Naalbindingová jehla	22 / 6Ks	Galanterie, internet (www.Lh-Shop.cz)
Tabulka 3: Cenová náročnost pomůcek. Zdroj vlastní.		

6 Přehled řemesel

6.1 Tkaní na mřížce

Představíme si základní postup tkaní na mřížce, a to od přípravných prací přes samotné tkaní až po dokončovací práce.

Příprava vzoru a příže.

Předem si dobře rozmyslíme, jak má výsledná tkanice vypadat. Výhodný vzor si předem můžeme nakreslit na čtverečkovaný papír, případně použít již získaný předkreslený vzor (najdeme je na internetu nebo v dostupné literatuře). (9) Připravíme si vše potřebné, to znamená materiál, ostré nůžky, krejčovský metr, mřížku a člunek.

Spočítáme si potřebný počet nití od každé barvy a odměříme si potřebnou délku osnovy. Počítáme s určitým zkrácením nití během tkaní (asi 20%) a cca 60 cm nití jako nutný odpad. Nitě pak postupně navlečeme do mřížky. Osvědčilo se mi navlékání od středu mřížky do stran, pokud máme menší počet nití, než kolik je otvorů v mřížce, protože mřížka tak zůstává vyvážená a nepřetáčí se k jedné straně. Navlékáme tak, že první řádka předkresleného vzoru odpovídá mezerám mezi žebry mřížky, druhá pak dírkám v žebrech. Navlékání věnujeme patřičnou pozornost, neboť chybně navlečené nitě nám zkazí výsledný vzor a náprava chyb je zdlouhavá.

Navlečené nitě na jednom konci svážeme dohromady a připevníme k pevnému bodu, např. k zábradlí schodiště nebo k noze stolu. Mřížku stáhneme ke svázanému konci osnovy a prozatím odložíme tak, aby nedošlo k náhodnému vyvlečení nití. Tento konec pro nás od teď bude začátkem budoucí tkanice.

Příprava útku

Připravíme si přízi stejné, nebo naopak rozdílné barvy, než jakou má osnova. Je možné použít celé, samostatné klubko příže, ale mě se osvědčilo převinutí části příže na dřevěný člunek (dobře poslouží obyčejná tužka). Usnadňuje to provlékání útku prošlupem a navíc i utahování tkanice během tkaní. Útek připevníme malým uzlíkem k první osnovní niti hned na začátku tkanice, pro pořádek k první niti vlevo.

Tkaní

Připevníme si konec osnovních nití v jednom svazku k pasu, případně k opasku připnutému kolem pasu. Délku volíme tak, abychom pohodlně dosáhli na začátek budoucí tkanice a aby všechny nitě byly dobře napnuté. Dbáme na správné držení těla a snažíme se udržet korigovaný sed jako prevenci přetížení zádových a šíjových svalů.

Zkusíme si několikrát prohodit prošlup v osnově pohybem mřížky nahoru a dolů. Zkontrolujeme naposledy správné pořadí nití v osnově. Zkontrolujeme, zda jsou všechny otvory obsazeny, případně zda nemáme v jednom otvoru dvě nitě a podobně. Nyní je poslední možnost případnou chybu napravit.

Nenajdeme-li žádnou chybu, můžeme začít tkát. Počítáme s tím, že prvních několik centimetrů tkanice bude vypadat poněkud neupraveně, obzvláště, tkáme-li poprvé. Pohybem mřížkou nahoru si ozřejmíme prošlup, člunek protáhneme zleva doprava a přitom můžeme několikrát člunkem přitlouci směrem počátku tkanice. Nitě se totiž někdy špatně oddělují od sebe, hlavně na začátku, a vznikají nepřesnosti ve vzoru.

Pohybem mřížkou dolů znovu vytvoříme prošlup, protáhneme jím člunek zprava doleva a zároveň přirazíme člunkem předchozí řadu směrem k začátku, a to několikerým jemným přitlučením. Útkovou nit utahujeme do takové míry, aby se na okraji tkanice netvořily volné smyčky a aby osnovní nitě na sebe těsně naléhaly. Útek není vyjma okrajů nikde vidět, tvoříme osnovní ryps.

Tento postup opakujeme stále dokola. Jakmile dojde útková nit, navážeme novou, navineme na člunek a uzlíkem spojíme s předchozí. Jak tkanice přibývá, postupně povolujeme konce nití od pasu a hotovou tkanici navijíme kolem pevného bodu.

Dokončovací práce

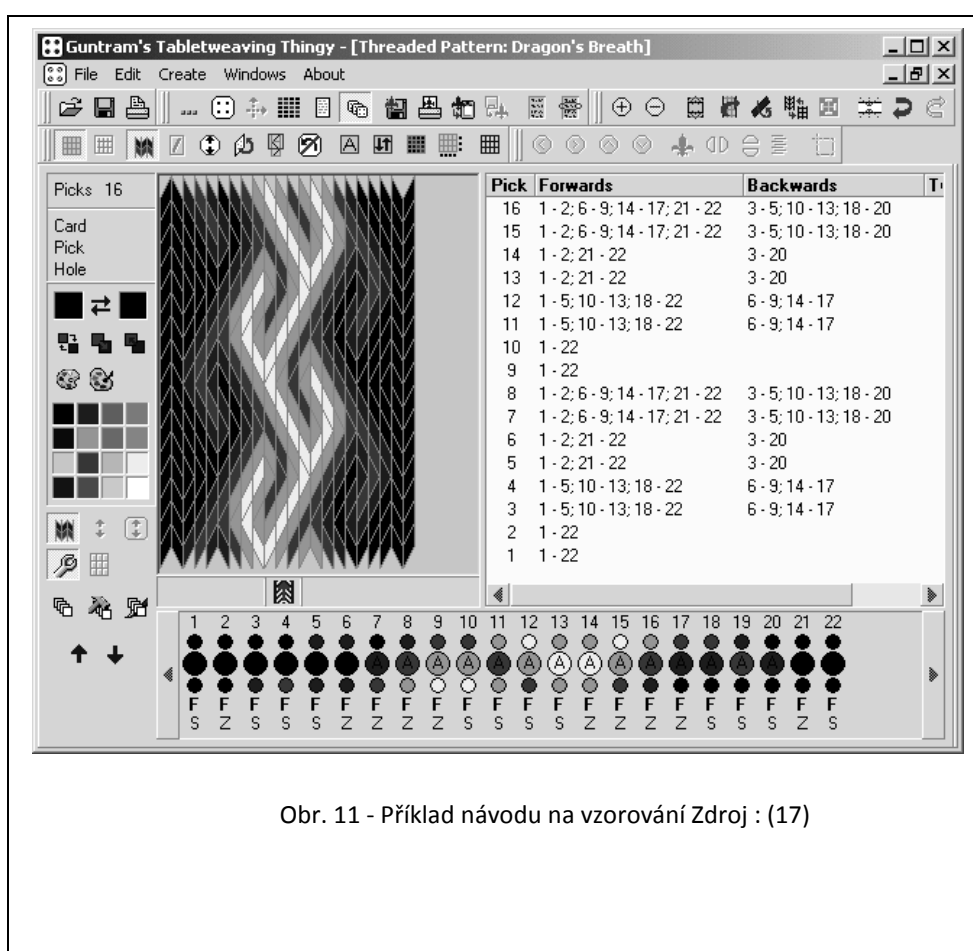
Když se osnovní nitě zkrátí tak, že tkaní již nebude možné, ustříhneme je všechny na jednu délku a konec tkanice zavážeme na uzel, a to včetně útkové nitě. Další možností je spletení konce do copánku nebo do několika tenčích copánků, případně zapošítí na šicím stroji.

6.2 Tkaní na karetkách

Přípravné práce:

Je nutné dopředu si rozmyslet, jak má konečný výrobek vypadat. Podle toho si navolíme počet, délku a barvy osnovních nití. Počítáme s minimálně 20% délkou navíc na zkrácení nití během tkaní, také cca 40 – 50 cm jako nezbytný odpad.

Výrazně nám usnadní práci, pokud k tvorbě vzoru použijeme některý z programů na vytváření vzorů, které jsou dostupné na internetu. (17) Většinou tam nalezneme i přesný rozpis k navlékání a tkaní.



Obr. 11 - Příklad návodu na vzorování Zdroj : (17)

Nitě je možné navlékat do karetky směrem zprava doleva nebo naopak, toto má velký vliv na tvorbu vzoru. Karetka se mohou otáčet směrem dopředu nebo dozadu, každá zvlášť nebo po skupinkách. Opět to přispívá k tvorbě vzoru. A konečně se mohou i jednotlivé karetky přesouvat mezi sebou, což také tvoří vzor na hotovém výrobku. Proto je nutné si přesně

nastudovat navlečení nití, pořadí karetek a rytmus otáčení, abychom dosáhli požadovaného vzoru.

Útkovou nit si navineme na tkací jehlu.

Tkaní:

Během tkaní postupujeme podle návodu. Návod je individuální pro každý jednotlivý vzor, proto ho zde nebudu zdlouhavě popisovat.

Začátek osnovy si připevníme k pevnému bodu (stůl, zábradlí atd.), konec osnovy si upevníme k pasu. Případně použijeme rám nebo stávek pro tkaní na karetkách.

Vždy si nejprve karetky v ruce srovnáme vedle sebe v daném pořadí. Vznikne nám prošlup, kterým provlékneme útek a přiměřenou silou přirazíme do osnovy. Poté pootočíme karetky podle návodu. Vytvoří se opět prošlup, ale s rozdílným sestavením nití. Znovu provlékneme útek, přirazíme, pootočíme podle návodu a tak pořád dokola, až výrobek dosáhne požadované délky. Je nutné hlídat si stejnoměrné utahování útkové nitě, aby byl výrobek po celé délce stejně široký. Útková nit nemá být v osnově vůbec viditelná.

Dokončovací práce:

Po dosažení potřebné délky výrobku postupně odstříhneme osnovní nitě. Konce nití zarovnáme do stejné délky a svážeme po pěti do uzlíku. Zabráníme tím páráni hotového výrobku. Konce nití je také možno splést do copánků a vytvořit tak ozdobné třásně.

Bude-li hotový výrobek našíván na kostým nebo tašku, ustříhneme nitě těsně u poslední řádky tkaniny a pevně zapošijeme jehlou a nití.

6.3 Tkaní na tkalcovském stavu

Podrobně se seznámíme s tkaním na horizontálním stavu s pevným listem firmy Ashford, který mám k dispozici.

Postupujeme podle návodu v oficiální brožurě, který je dostatečně podrobný a celkem obsáhlý. Považuji tedy za zbytečné dlouze popisovat něco, co již bylo dobře popsáno, a to včetně fotodokumentace. Brožura je součástí každého stavu této firmy a popis postupu odpovídá pouze tomuto stavu, je tedy na jiné typy stavů v podstatě nepoužitelný. Celá brožura je obsahem Přílohy 1 této práce.



Obr. 12 - Výrobek z tkalcovského stavu. Zdroj:
Vlastní archiv

6.4 Naalbinding

Přípravné práce:

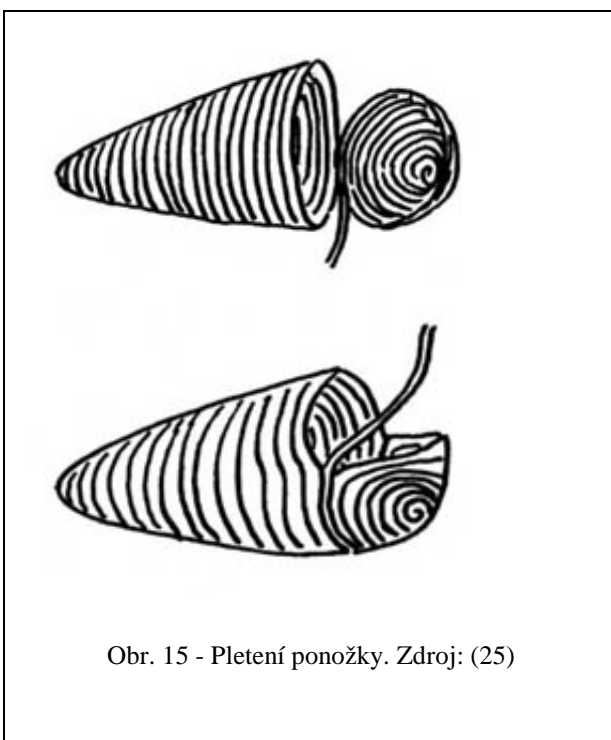
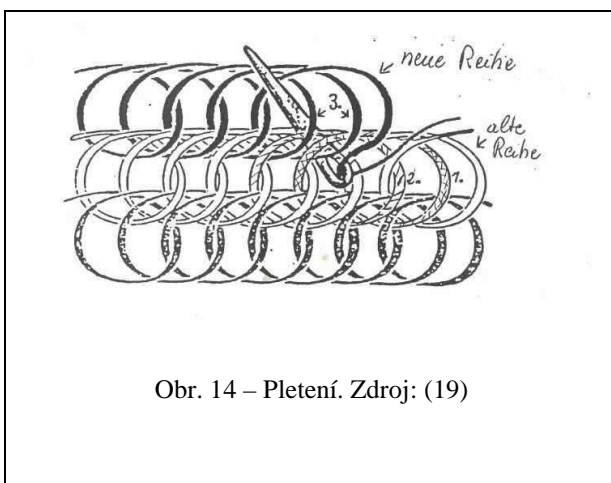
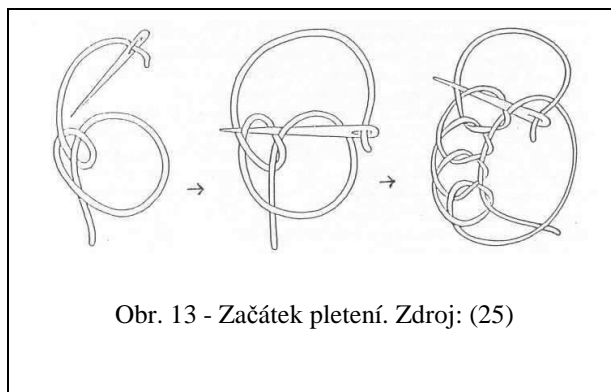
Rozmyslíme si, jakou součást oděvu budeme plést. Pro pletení si přichystáme dostatek materiálu, ostré nůžky a pletací jehlu velikostí odpovídající zvolené přízi.

Pletení:

Začíná se z výchozí kruhové smyčky, na kterou jsou navazovány další a další ve spirálových řadách – viz obrázek 13.

Na první řadu plynule navazuje druhá, pleteme do spirály. Vrchní obloučky spodních stehů slouží jako fixační body pro vrchní stehy. Tím dochází k ukotvení stehů ve více bodech a k zajištění pevnosti a pružnosti. Viz obrázek 14.

Tvarování výrobku je založeno na stejném principu, jako u háčkování: chceme-li výrobek rozšířit, všijeme do jednoho stehu v předchozí řadě dva nové, místo jednoho. Chceme-li výrobek zužovat, vynecháme jeden steh předchozí řady a nový steh všijeme až do dalšího. Toto lze v jedné řadě opakovat i několikrát, čímž docílíme rychlého rozšíření výrobku (např. u čepice) nebo zúžení (taštičky). Při pletení ponožky můžeme použít několik způsobů tvarování. Mě se nejlépe osvědčilo uplést špičku zvlášť, patu zvlášť, pak oba díly spojit na spodní straně a pokračovat v pletení nártu. U rukavice palčáku používám



obdobnou techniku – upletu si rukavici od špičky prstů do poloviny dlaně, pak palec zvlášť, nakonec obě části sešiju k sobě a pokračuji v pletení do požadované délky.

Napojování nové příze na starou lze provést několika způsoby. U tenké příze je možno prostě navázat novou přízi na starou malým (např. tkalcovským) uzlíkem. Silnější přízi je možno napojit provlečením skrze již hotovou pleteninu, aby uzlík v pletenině nepřekážel. V tomto případě konec předcházející příze zatáhneme na rubovou stranu výrobku a zapošijeme. U některých přízích lze konce spojit prostým zakroucením jednoho konce do druhého – platí to např. o přízích mohérových.

Dokončovací práce:

Zakončení poslední nitě na konci výrobku je jednoduché. Několik stehů před plánovaným koncem postupně více a více utahujeme, takže se jejich výška snižuje až do ztracena. Poslední steh utáhneme na pevno, konec nitě zapošijeme.

6.5 Lucet

Přípravné práce:

V podstatě nejsou. Pracujeme s „nekonečnou“ nití, tzn., že přízi odvíjíme přímo z přadena. Pouze si rozmyslíme barvu budoucí tkaničky a její tloušťku. Podle toho volíme vhodný materiál. (26, 27)

Pletení:

- Přízi protáhneme otvorem v rukojeti lucetu tak, abychom konec měli na zadní straně.
- Pak přízi ovineme kolem levého rohu směrem zepředu dozadu a zpět dopředu.
- Následně kolem pravého rohu zepředu dozadu, takže vlákno přetíná napříč prostor mezi rohy.
- Pak vedeme vlákno opět zezadu dopředu napříč prostorem mezi rohy.
- Nakonec ovineme levý roh zezadu směrem dopředu.



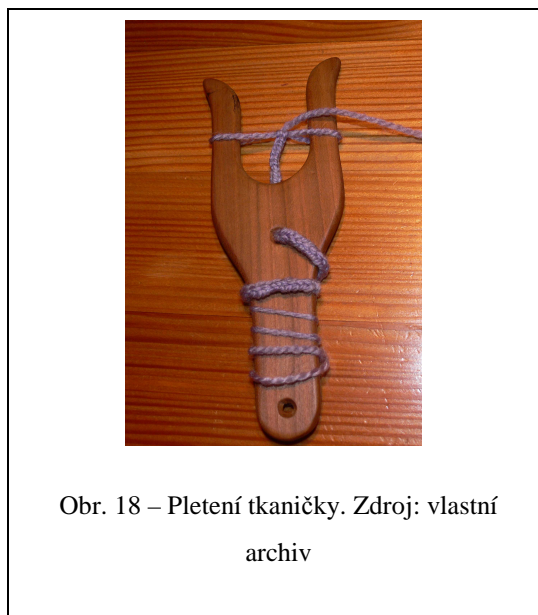
Obr. 16 - Příze navinutá na lucetu. Zdroj: vlastní archiv



Obr. 17 – Přeložení nitě. Zdroj: vlastní archiv

Tím máme připravenou přízi na lucetu na pletení. Pokračujeme prvním přehozením smyčky.

- Uchopíme spodní vlákno na levém rohu lucetu a přetáhneme ho přes hrot rohu.
- Přeložíme nit přes pravý roh a přes ni přetáhneme smyčku, která nám vznikla na pravém rohu. (Obr. 17)
- Otočíme si lucet v ruce, takže teď máme konec příze na přední straně. Lehce utáhneme přízi, až se nám vzniklý uzlík dostane doprostřed lucetu.



Obr. 18 – Pletení tkaničky. Zdroj: vlastní archiv

- přízi si opět přeložíme přes pravý roh lucetu a přetáhneme přes ni smyčku.
- Otočíme lucet, přitáhneme přízi, přeložíme přes roh a přetáhneme smyčku. (obr. 18)

Tento postup opakujeme, dokud nedosáhneme potřebné délky. Vznikající šňůrku si namotáváme na rukojeť lucetu, nebo ji necháme volně spadat dolů z lucetu. Podrobnější fotodokumentace postupu je dostupná na internetu. (26)

Dokončovací práce:

Po dosažení požadované délky tkaničku odmotáme z držátka lucetu a konec zavážeme na uzlík.

7 Výsledky

V rámci praktické části jsem vypracovala čtyři kazuistiky, které jsou v plném znění součástí přílohy 4 této práce. V nich jsem provedla vyšetření pomocí standardizovaných testů (Barthel index, Mini mental state examination, test ADL, škála deprese, funkční test ruky) a vlastního měření (goniometrie). Přehledné grafické zpracování výsledků goniometrie je uvedeno v Příloze 5.

Kazuistika 1:

Goniometrie HK:

Rameno	Vpravo °			Vlevo °		
Datum	21. 6. 12	10. 8. 12	11. 10. 12	21. 6. 12	10. 8. 12	11. 10. 12
Flexe	90	90	90	90	90	90
Elevace	100	120	130	100	100	120
Extenze	0	0	10	0	10	10
Abdukce	45	55	80	40	55	80
Horizontální add.	Neměřeno			Neměřeno		
Zevní rotace	40	45	50	40	55	60
Vnitřní rotace	35	50	55	40	50	55

Tabulka 4: Goniometrie HKK – rameno. Zdroj: Vlastní měření.

Pozn.: Horizontální addukce neměřena z důvodu nedosažení základní polohy měření.

Loket	Vpravo			Vlevo		
Datum	21. 6. 12	10. 8. 12	11. 10. 12	21. 6. 12	10. 8. 12	11. 10. 12
Flexe	90	100	100	85	100	110
Supinace / pronace	45	45	55	40	55	55

Tabulka 5: Goniometrie HKK – loket. Zdroj: Vlastní měření

Zápěstí	Vpravo			Vlevo		
Datum	21. 6. 12	10. 8. 12	11. 10.12	21. 6. 12	10. 8. 12	11. 10. 12
Flexe	45	45	55	40	50	55
Extenze	45	50	55	45	50	50
Radiální dukce	10	15	15	15	15	20
Ulnární dukce	30	35	40	30	30	35

Tabulka 6: Goniometrie HKK – zápěstí. Zdroj: Vlastní měření.

Funkční test ruky:

Vstupní hodnoty PHK – 74, LHK – 68, výstupní hodnoty PHK – 86, LHK – 73

Zhodnocení:

Zlepšení hybnosti je patrné z tabulky goniometrie a výsledků testu ruky. Všechny měřené hodnoty doznaly zlepšení. Klient udává menší bolestivost svalů. V rámci přípravných technik si klient osvojil míčkování, které později praktikoval jako autoterapii.

Klient byl výrazně motivovaný k práci, neboť ho omezení hybnosti limitovalo v jeho oblíbených činnostech. Je s výsledkem terapie spokojen a je rozhodnutý nadále pokračovat v autoterapii. Má zájem o zdokonalení se ve zvoleném řemesle.

Kazuistika 2

Goniometrie:

Loket	Vpravo			Vlevo		
Datum	21. 5. 12	23. 7. 12	24. 9. 12	21. 5. 12	23. 7. 12	24. 9. 12
Supinace/ pronace	30/30	35/35	40/40	65/60	65/60	65/60
Flexe	120	120	125	125	125	125
Tabulka 7: Goniometrie HKK – loket. Zdroj: Vlastní měření.						

Zápěstí	Vpravo			Vlevo		
Datum	21. 5. 12	23. 7. 12	24. 9. 12	21. 5. 12	23. 7. 12	24. 9. 12
Flexe	50	55	70	80	80	80
Extenze	50	60	65	80	80	85
Radiální dukce	15	15	20	20	20	20
Ulnární dukce	30	35	35	45	45	45
Tabulka 8: Goniometrie HKK – Zápěstí. Zdroj: Vlastní měření.						

Funkční test ruky:

Vstupní hodnoty PHK 51 bodů, LHK 100 bodů. Výstupní hodnoty LHK 100 bodů, PHK 75 bodů.

Zhodnocení

Během terapie bylo dosaženo zlepšení v hybnosti pravého zápěstí a ruky, jak je patrné z výsledků vyšetření. Klientka byla během terapie velmi aktivní, dobře spolupracovala, byla dostatečně motivovaná. Měla v několika případech potíže s udržením pozornosti, ale šlo jen o přechodný stav způsobený rodinnou situací. Velmi si oblíbila lucet pro jeho nenáročnost.

Klientka si spolu s manželem zvykla trávit několik hodin týdně hraním vědomostních her, které jim byly zakoupeny rodinou. Tato aktivita je oba velmi bavila a při návštěvě vnuček se zapojily i ony.

Kazuistika 3:

V testech nebyly zaznamenány žádné snížené hodnoty.

Zhodnocení

Klientka se od začátku jevila jako velmi zručná a šikovná, což se v průběhu terapie potvrdilo. Velmi rychle pochopila princip tkaní. Naalbinding zvládla po praktické ukázce také bez obtíží. Měla velkou radost z hotových výrobků, ukázaly se jako praktické a plně funkční.

Klientka si cení vlastní práce, prokázala velkou trpělivost a zručnost. Baví ji smysluplná práce, která má jasný cíl a prakticky využitelný výsledek. Má v úmyslu obstarat si vlastní hřebenový stav pro domácí tkaní a pokračovat v obou technikách i v budoucnu.

Kazuistika 4:

Škála deprese – vstupní hodnota 7 bodů, výstupní hodnota 3 body.

Zhodnocení

Stav se objektivně i subjektivně zlepšil, jak je patrné z výsledků testů (posun ze 7 bodů na 3 body ve škále deprese). Klientka se poměrně rychle naučila novým dovednostem. Vhodně využila staré zásoby pletacích přízí, které měla doma. Pochvaluje si finanční nenáročnost technik a praktickou upotřebitelnost hotových výrobků.

Klientka se na hodiny ergoterapie těšila, několikrát přizvala svou přítelkyni a jednou se terapie konala u její susedky v domě. Vhodně tak spojila ergoterapii s přátelským posezením, což jí viditelně zlepšilo náladu.

8 Diskuse

První hypotéza se mi potvrdila v plném rozsahu. Všichni klienti zvládli řemesla, která si ze seznamu vybrali, bez větších potíží. Po počáteční instruktáži a předvedení činnosti se všichni klienti zapojili do práce. Tyto terapeutické činnosti měly pozitivní vliv jak na kloubní rozsah a svalovou sílu (viz kazuistika 1), tak i na psychiku klientky (viz kazuistika 4). Potvrzuje se tedy první hypotéza.

Výjimku tvoří klientka kazuistiky 4, která si zvolila tkaní na karetkách. Tato práce se pro ni ukázala jako příliš složitá, resp. Klientka nedokázala pochopit princip vzorování. Dá se předpokládat, že kdyby jí byla předložena navlečená osnova s již utkanou částí tkanice, zvládla by další tkaní podle připraveného návodu již samostatně. Mým cílem ale bylo, aby si klientka osvojila řemeslo (zde tkaní na karetkách) včetně přípravných a dokončovacích prací, které jsou jeho nedílnou součástí. Jen v tomto případě by pak zvládla samostatnou práci s minimem dopomoci druhé osoby. Náhradní zvolenou činnost klientka zvládla bez obtíží.

Druhá hypotéza, že se klienti i přes pokročilý věk zvládnou naučit novým činnostem, se také potvrdila. Výsledky testů MMSE všech klientů vyšly v normě, jen klientka kazuistiky 2 měla lehce snížené bodové hodnocení. I přes to si ale zvládla osvojit základní dovednosti do té míry, že byla schopna samostatné práce. Klienti byli instruováni, techniku jsem jim opakovaně předvedla, následně pracovali samostatně s mou dopomocí a nakonec úplně samostatně. Každý klient měl k dispozici podrobný tištěný návod s obrázky, což se mi velmi osvědčilo.

Rozdílná situace by nastala u skupiny klientů s významnějším kognitivním deficitem. Zde by asi bylo učení nových dovedností složitější a časově náročnější. Je pravděpodobné, že po určité době by se některé jednodušší techniky naučili. Já jsem si ale cíleně vybírala klienty bez výrazných kognitivních poruch, protože jsem si nechtěla počáteční situaci více komplikovat.

Podle Pfeifera (1) by se mělo v ergoterapii vycházet z toho, že klient se rád zabývá známými činnostmi, které si osvojil v mládí. Zároveň ale dodává, že mnoho seniorů se rádo naučí nové věci. Tyto teorie jsem si v praxi ověřila. Klientky, které se rády v mládí zabývaly ručními pracemi, se snadno a rády naučily novým technikám. Ale i klient, který se podobnou činností dříve nikdy nezabýval, se zvládl naučit tkaní na tkalcovském stavu (kazuistika 1).

Až na jednu výjimku se mi potvrdila i třetí hypotéza, a to že uvedené řemesla jsou finančně nenáročná. Volíme – li standardní, nikoliv luxusní verzi materiálu (např. vlna merino nebo některé efektní příze), jsou náklady na jeden výrobek přijatelné i pro financemi ne zrovna oplývajícího seniora (viz tabulka 3). Nebylo by vhodné ani účelné učit klienta činnost, kterou by pak z finančních důvodů nemohl provozovat. Součástí edukace tedy byla i volba vhodného materiálu na daný výrobek, odhad jeho spotřeby a výpočet nákladů.

Výše zmíněnou výjimkou bylo tkaní na tkalcovském stavu, kde pořizovací náklady na tkalcovský stav s pevným listem o šířce 40 cm dosahují částky 3500 Kč. Tato investice je pro většinu seniorů poměrně značná, mohly by si ji snad dovolit některé dílny, léčebná zařízení nebo volnočasové kluby. I přesto je ale tento stav ten nejlevnější, jaký se mi podařilo na českém trhu sehnat. Na druhou stranu při troše zručnosti je možné na stavu vyrobit tak pěkné výrobky, že jejich prodejem by se náklady na stav po určitém čase klientovi nebo společnosti vrátily. Tkaní na tkalcovském stavu tedy jako jediné nepotvrzuje tuto mou hypotézu.

Čtvrtá hypotéza byla prakticky potvrzena v plném rozsahu. Všichni čtyři klienti dokázali během terapie zhotovit jeden nebo více výrobků. Všechny výrobky plnily svou funkci, byly zhotoveny pečlivě a vkusně, jak dokazují fotografie výrobků i jednotlivých kazuistik. Zhotovené čepice, rukavice i ponožky jsou běžně nošeny a nevykazují vady. U některých klientů bylo potřeba zvolit náhradní činnost (viz kazuistika 4), ale tu se klientka bez potíží naučila. V případě tkaní na tkalcovském stavu vznikla tkanina, kterou klient dále zpracoval – za pomoci manželky z ní ušil polštář. Klientka z kazuistiky 4 použila šňůrku pletenou na lucetu jako výchozí materiál pro ozdobnou aplikaci na čepici. Vznikne – li tedy v rámci některé techniky polotovaru, mělo by následovat i jeho praktické použití v rámci další práce.

S klienty jsem pracovala individuálně, a to především z důvodu práce v jejich domácím prostředí. Klienti se navzájem neznali a bydleli v různých částech města, proto jsem se o skupinovou terapii nepokoušela. Navíc jsem měla od většiny pomůcek pouze jeden kus, museli by si ji tedy buď navzájem půjčovat, což by mohlo být komplikované, nebo by byla nutné dokoupit další pomůcky – tedy za předpokladu, že by během jedné terapie všichni klienti pracovali na tom samém řemesle.

Další možností by byla práce kombinovaná, kdy by každý klient pracoval na jiném řemesle. Ta by ale přicházela do úvahy pouze v případě, že by klienti již měli osvojeny základní znalosti a byli by schopni víceméně samostatné práce. Variantou by bylo, že jeden

klient např. bude pracovat na přípravě osnovy, kterou pak utká jiný klient. V tomto případě by ale bylo složité následně klienty o hotový výrobek spravedlivě podělit. Mnozí klienti chtějí pracovat na svém výrobku sami, bez cizího přičinění.

Individuální i skupinová práce je tedy možná, obojí má své výhody i nevýhody. Opět je nutné dobře zvážit situaci a rozhodovat se individuálně podle požadavků klienta a jeho stavu.

Závěr

Při psaní bakalářské práce jsem uplatnila své poměrně bohaté praktické zkušenosti z oblasti starých řemesel, hlavně tedy znalost textilních technik. Chtěla jsem se pokusit aplikovat své znalosti v oboru, který studuji, tedy v ergoterapii.

Potvrdilo se mi, že stará řemesla lze úspěšně použít v ergoterapii seniorů. Mají pozitivní vliv na fyzický i psychický stav klientů. Po osvojení si základních technik mohou klienti pracovat samostatně, bez velkých zásahů druhé osoby. Klienti pracovali ochotně, zajímali se o další možné modifikace řemesel a projevíli úmysl pořídit si vlastní pracovní pomůcky, aby se mohli řemeslu věnovat i ve svém volném čase po skončení terapie.

Až na výjimky jsem si potvrdila stanovené hypotézy. Pracovala jsem s dostupnou českou i cizojazyčnou literaturou, díky mezinárodním kontaktům se mi podařilo nejen získat u nás nedostupnou literaturu, ale i překlady velmi zajímavých internetových stránek, které obsahují informace o historii řemesel a praktické zkušenosti zahraničních tkadlen a pletařek (Maďarsko, Polsko). Přestože se o tento obor zajímám již dlouho, přiučila jsem se novým věcem. Zajímavé byly i informace o archeologických nálezech.

Moje práce by tedy mohla být zdrojem nových informací pro studenty ergoterapie a motivací ke zpestření práce pro již praktikující ergoterapeuty a ergoterapeutky, zejména v domovech seniorů a podobných sociálních zařízeních.

Literatura:

- (1) PFEIFFER, Jan. *Ergoterapie II*, 1. vydání Praha Avicenum 1990. 172 s. ISBN 80-201-0004-0
- (2) KOLÁŘ, Pavel a kolektiv. *Rehabilitace v klinické praxi*. 1. vydání, Praha: Galén, 2009. 713 s. ISBN 978-80-7262-657-1
- (3) KLUSOŇOVÁ EVA: *Ergoterapie v praxi*. 1. vydání. Brno: NCONZO, 2011. 264 stran, ISBN 978-80-7013-535-8
- (4) PACOVSKÝ Vladimír. *O stárnutí a stáří*. 1. vyd. Praha: Avicenum 1990, 136 stran, ISBN 80-201-0076-8
- (5) GREGOR Ota. *Stárnout, to je kumšt*. 1. vydání, Praha: Olympia, 1983 136 stran, ISBN
- (6) JELÍNKOVÁ Jana, ŠAJTAROVÁ Ludmila, KRIVOŠÍKOVÁ, Mária. *Ergoterapie*. 1. vydání Praha: Portál s.r.o., 2009. 272 stran, ISBN 978-80-7367-583-7
- (7) Informační publikace ČALS – Vážka
- (8) TOMIČ, Jaroslav. Výroba textilií. Stránky projektu Curia Vítkov. Citováno dne 3. 10. 2012. Dostupné z <http://curiavitkov.cz/prace34.html>
- (9) WOLFOVÁ, Eva, ARSENJEVOVÁ, Zuzana. *Tkaní*. 1. Vyd. Brno: CP Books, 2005. 101 stran. ISBN 80-251-0301-3.
- (10) POSPÍŠIL a kol. *Příručka textilního odborníka*. Praha: SNTL 1981, str. 125-135, 499-530
- (11) PĚKNÁ Jarmila. *Tkalcovské techniky v cílené ergoterapii*. Brno Ústav pro další vzdělávání zdravotnických pracovníků, 1985. 60 stran. ISBN 57-877-85
- (12) FLORIÁNEK, Petr. Tkaní na stavu. Stránky sdružení Skjaldborg. Citováno dne 16. 10. 2012. Dostupné z: <http://www.skjaldborg.cz/stav.htm>
- (13) JANKOVIČOVÁ, Jana. Tkanie na hřebeni. Stránky Uskupení ROD. Citováno dne 16. 11. 2012. Dostupné z: <http://slovane.cz/view.php?cisloclanku=2008120005>, 10. 10. 2008
- (14) LEWINS, Shelagh. Shelags website The ancient craft of tablet weaving. Getting started. Citováno dne 18. 10. 2012 Dostupné z: http://www.shelaghlewins.com/tablet_weaving/TW01/TW01.htm 2003
- (15) KNUDSEN, Lise Ræder. Tablet weaving by Lise Ræder Knudsen. Poslední úpravy stránek 17. 3. 2013. Naposledy citováno 18. 3. 2013. Dostupné z: http://www.tabletweaving.dk/?Weaving_Tablets

- (16) PEREIRAS, Martin. Tablet weaving. Telar de Tablillas <http://tabletweaving.blogspot.cz/> Naposledy citováno 4. 2. 2013
- (17) GARTZ, Eckhard. Guntrams tabletweaving thingy. Guntrams tabletweaving pages. Citováno dne 10. 11. 2012. Dostupné z: <http://www.guntram.co.za/tabletweaving/>
- (18) SULLIVAN, Alexandra. Nalbinding. Alixs nalbinding page. Citováno 1. 1. 2013. Dostupné z: <http://www.geocities.com/alixtiberga/index.html>
- (19) SCHWARZ, Angelika, MICHEL, Gisela. Nadelbindung. Stránky sdružení ARS Replika. Citováno dne 23. 9. 2012 Dostupné z: http://www.ars-replika.de/1_Jahrhundert/1_Jh_Handwerk/Textilhandwerk/Nailbinding/nailbinding.html
- (20) ROUED-CUNLIFFE, Eddie. Historic crafts. Nalbinding how-to. Citováno dne 24. 11. 2012. Dostupné z: http://historic-crafts.blogspot.hu/2011/04/nalbinding-how-to_10.html
- (21) GOSLEE, Sarah. Phialas string page. How to use a lucet. Citováno dne 26. 11. 2013. Dostupné z: <http://www.stringpage.com/lucet/lucet.html>.
- (22) NOŽIČKOVÁ, Kamila. Textilie a textilní výroba 9. - 12. stol. v českých zemích. Olomouc, 2012. Bakalářská diplomová práce. Univerzita Palackého Olomouc. Dostupné z: <https://library.upol.cz/aRLreports/kp/00125426-720599351.pdf>
- (23) LIJOVICH, Lidia. Stránka Company of the Silver spindle. Basic instructions for using a double lucet. Citováno 28. 1. 2013. Dostupné z: <http://kws.atlantia.sca.org/photos/doublelucet/>
- (24) VOIPIO, Mari. Leikkiä langalla - Playing with yarn. Virtual lucet demo. Citováno dne 20.12.2012 Dostupné z: <http://www.lucet.fi/virtual-demo>
- (25) LEWINS, Shelagh. Shelaghs website. Nalbinding socks: Method of construction. Citováno dne 18. 10. 2012 Dostupné z: http://www.shelaghlewins.com/reenactment/naalbinding/sock_construction.htm
- (26) LIJOVICH, Lidia. Stránka Company of the Silver spindle. Basic instructions for creating periodcord with a lucet using a turning method Citováno 8. 1. 2013. Dostupné z: <http://kws.atlantia.sca.org/photos/lucet/>
- (27) FLORIÁNEK, Petr. Lucet. Stránky sdružení Skjaldborg. Citováno dne 1. 10. 2012. Dostupné z: <http://www.skjaldborg.cz/lucet.htm>

BŘEZINOVÁ Helena. *Textilní výroba v českých zemích ve 13. - 15. století*. Praha: Filozofická fakulta univerzity Karlovy. 2007. 167 stran. ISBN 978-80-7308-144-7

PhDr. POKORNÁ, Andrea Ph.D. *Komunikace se seniory*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, a.s. 2010. 160 stran. ISBN 978-80-247-3271-8

THORPE, Heather G. *A handweaver's Workbook*. 4. vydání. Toronto: The Macmillan Company. 1969. 157 stran. ISBN nezjištěno

KUBÁK, Zdeněk. *Domácí tkaní: praktická kniha*. Jindřichův Hradec: RAIN, 2004. 92 s. ISBN nezjištěno

ČEVELA, Rostislav, Ph.D., a kol. *Sociální gerontologie, úvod do problematiky*. 1. vydání, Praha: Grada publishing a.s. 2012. 264 s. ISBN 978-80-247-3904-1

BRDEČKOVÁ, Tereza. *Ještě jsem tady*. 1. vydání. Praha 2: NLN, s.r.o. 2005. 189 stran. ISBN 80-7106-776-8

PLAŇAVA, Ivo. *Průvodce mezilidskou komunikací*. 1. vydání Praha 7: Grada publishing a.s. 2005. 148 s. ISBN 80-247-0858-2

VONDRUŠKOVÁ, Alena, KAPRASOVÁ, Ludmila. *Šikovné ruce, aneb, Malá škola textilních technik*. 1. vyd. Praha: Mladá fronta, 1989. 126 s. ISBN 80-204-0052-4

JANEČKOVÁ, Hana. *Reminiscence: využití vzpomínek při práci se seniory*. Hana Janečková, Marie Vacková. Vyd. 1. Praha: Portál, 2010. 151 s. ISBN 978-80-7367-581-3

GANDERTON, Lucinda. *Encyklopedie ručních prací: nová příručka plná podrobných návodů a nápadů pro tvořivé*. [překlad Anna Kopecká]. Čestlice: Rebo Productions, 1999. 255 s. ISBN 80-7234-044-1

IZAKOVIČOVÁ, Margita. *Pre šikovné ruky*. 1. vyd. Bratislava: Alfa, 1985. 198 s. ISBN nezjištěno

POKORNÁ, Andrea. *Komunikace se seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 2010. 158 s. ISBN 978-80-247-3271-8.

BOČKOVÁ, Lenka a kol. *50+ aktivně: fakta, inspirace a rady do druhé poloviny života*. Praha: Respekt institut, 2011. 95 s. ISBN 978-80-904153-2-4.

LUPIENSKÁ, Natalie. Ergoterapie v geriatрии - elektronická verze článku. Dostupné z: <http://www.sue-ryder.cz/res/data/094/010474.pdf>

Seznam použitých zkratk

Zkratka	Význam
DK	Dolní končetina
DKK	Dolní končetina
DMO	Dětská mozková obrna
IADL	Instrumental Activities of daily living – Instrumentální aktivity denního života
HK	Horní končetina
HKK	Horní končetiny
Atd.	A tak dál
Atp.	A tak podobně
CMP	Cévní mozková příhoda
PADL	Personal Activities of daily living – personální aktivity denního života
Tzv.	Takzvaně
Str.	Strana
ADL	Activities of daily living – Aktivity denního života
ČAE	Česká asociace ergoterapeutů
Obr.	Obrázek
Kč	Koruna česká
m	Metr
cm	Centimetr
g	Gram
St. př. n. l.	Století před naším letopočtem
Např.	Například
cca	Cirka
CA	Karcinom
m ²	Metr čtvereční
Ks	Kus

Seznam tabulek:

1. Dostupnost materiálu
2. Spotřeba materiálu a jeho cena
3. Cenová náročnost pomůcek
4. Goniometrie horních končetin – rameno
5. Goniometrie horních končetin – loket
6. Goniometrie horních končetin – zápěstí
7. Goniometrie horních končetin – loket
8. Goniometrie horních končetin - zápěstí

Seznam grafů

1. Ramenní kloub vpravo, kazuistika 1
2. Ramenní kloub vlevo, kazuistika 1
3. Loketní kloub vpravo, kazuistika 1
4. Loketní kloub vlevo, kazuistika 1
5. Zápěstní kloub vpravo, kazuistika 1
6. Zápěstní kloub vlevo, kazuistika 1
7. Loketní kloub vpravo, kazuistika 2
8. Loketní kloub vlevo, kazuistika 2
9. Zápěstní kloub vpravo, kazuistika 2
10. Zápěstní kloub vlevo, kazuistika 2

Seznam obrázků

- | | |
|----------------------------------|----------------------------|
| 1. Plátňová vazba | 22. Tkanice – kazuistika 3 |
| 2. Kepr | 23. Čepice – kazuistika 4 |
| 3. Atlas | 24. Úvodní list |
| 4. Prošlupový vertikální stav | 25. Strana 1 |
| 5. Tkanice tkané na mřížce | 26. Strana 2 |
| 6. Práce s malým snovadlem | 27. Strana 3 |
| 7. Tkanice tkané na karetkách | 28. Strana 4 |
| 8. Karetkovací stávek | 29. Strana 5 |
| 9. Naalbindingové ponožky | 30. Strana 6 |
| 10. Naalbindingové jehly | 31. Strana 7 |
| 11. Příklad návodu na vzorování | 32. Strana 8 |
| 12. Výrobek z tkalcovského stavu | 33. Strana 9 |
| 13. Začátek pletení | 34. Strana 10 |
| 14. Pletení | 35. Strana 11 |
| 15. Pletení ponožky | 36. Strana 12 |
| 16. Příze navinutá na lucetu | 37. Strana 13 |
| 17. Přeložení nitě | 38. Strana 14 |
| 18. Pletení tkaničky | 39. Strana 15 |
| 19. Tkanina – kazuistika 1 | 40. Zadní strana |
| 20. Ponožky – kazuistika 2 | |
| 21. Rukavice – kazuistika 3 | |

Seznam příloh:

Příloha 1: Fotografie některých výrobků

Příloha 2: Rozpis jednotlivých terapeutických jednotek pro kazuistiku 1

Příloha 3: Návod k obsluze tkalcovského stavu s pevným listem firmy Ashford

Příloha 4: Kazuistiky

Příloha 5: Grafické zpracování výsledků goniometrie u kazuistiky 1 a 3

Příloha 1



Obr. 19: Tkanina – kazuistika 1. Zdroj:
Vlastní archiv.



Obr. 21: Rukavice – kazuistika 3. Zdroj:
Vlastní archiv.



Obr. 20: Ponožky – kazuistika 2. Zdroj:
Vlastní archiv.



Obr. 22: Tkanice – kazuistika 3. Zdroj:
Vlastní archiv.



Obr. 23: Čepice – kazuistika 4. Zdroj:
Vlastní archiv

Příloha 2

Terapeutická jednotka 1: 14. 6. 2012

Cíl: seznámení klienta s možnostmi terapie. Výběr techniky.

Průběh: Klient byl seznámen s možnostmi terapie, souhlasil s navrženým postupem a vybral si ze seznamu řemesel tkaní na tkalcovském stavu.

Reakce: Klient byl klidný, měl mnoho dotazů, které byly zodpovězeny.

Hodnocení: Jednotka splnila svůj cíl.

Terapeutická jednotka 2: 21. 6. 2012

Cíl: Vstupní vyšetření, odebrání anamnézy.

Průběh: Měření goniometrie obou HK, vyplnění standardizovaných testů, zápis výsledků.

Odebrání anamnézy formou cíleného rozhovoru.

Reakce: Klient klidný, bez potíží si vybavuje údaje.

Hodnocení: Jednotka splnila svůj cíl, bylo provedeno vstupní vyšetření.

Terapeutická jednotka 3: 28. 6. 2012

Cíl: Seznámení s tkalcovským stavem.

Průběh: Klient se seznámil s tkalcovským stavem s pevným listem firmy Ashford. V rámci přípravných technik bylo provedeno míčkování obou HK a mobilizace rukou. Předána brožura s informacemi o tkalcovském stavu k samostudiu. Seznámení se správnou pracovní polohou během tkaní.

Reakce: Klient nadšen tkalcovským stavem, těší se na práci.

Hodnocení: Cíl splněn. Podpořena motivace klienta.

Terapeutická jednotka 4: 3. 7. 2012

Cíl: Volba cílového výrobku. Volba materiálu a vzorování. Snování osnovy.

Průběh: Přípravné techniky – mobilizace rukou a míčkování obou HK. Klient se rozhodl tkát látku na nákupní tašku. Zvolil si modrou a bílou vlněnou přízi. Zhotovil si jednoduchý

nákres vzorování. Podle instrukcí od výrobce stavu si spočetl potřebnou délku osnovních nití. Na rámovém snovadle si nasnoval osnovu potřebné délky.

Reakce: Klient klidný, soustředěný, bez obtíží

Hodnocení: Cíl byl splněn.

Terapeutická jednotka 5: 12. 7. 2012

Cíl: Zavedení osnovy do stavu, příprava útku.

Průběh: Přípravné techniky – mobilizace rukou a míčkování obou HK. Sejmутí osnovy ze snovadla, zavedení části osnovy do stavu na stole podle návodu. Nutná dopomoc při manipulaci s navlékacím háčkem. Navinutí útku na tkací jehlu.

Reakce: Klient plně soustředěný na práci, má obtíže s jemnou motorikou. Brzy unaven.

Hodnocení: Klient byl soustředěný, ale práce byla náročná na jemnou motoriku, proto se rozhodl část osnovy navléci další den v rámci autoterapie. Cíl byl splněn částečně.

Terapeutická jednotka 6: 19. 7. 2012

Cíl: Kontrola osnovy terapeutem. Začátek tkaní s dopomocí, práce s nákresem vzorování.

Průběh: přípravné techniky – mobilizace ruky, míčkování. Kontrola správnosti zavedení osnovy – v pořádku. Začátek tkaní v sedu u pracovního stolu v horizontální pozici stavu. Opakovaná korekce pracovní polohy během tkaní.

Reakce: Klient dobře naladěný, soustředěný.

Hodnocení: Cíl splněn, utkáno cca 10 cm tkaniny.

Terapeutická jednotka 7: 26. 7. 2012

Cíl: Tkaní na tkalcovském stavu s dopomocí, práce s plánem vzorování.

Průběh: Provedeno míčkování HK a mobilizace obou rukou jako součást přípravných technik. Klient tkal na tkalcovském stavu, samostatně s dopomocí v případě problému. Snažil se dodržovat plán vzorování, který si sestavil. Střídání pracovních poloh (sed a stoj) a polohy stavu – vertikální i horizontální. Korekce pracovní polohy během tkaní.

Reakce: Klient byl plně soustředěný na práci, snažil se pracovat dle pokynů.

Hodnocení: Cíl jednotky splněn. Klient je prací velmi zaujatý.

Terapeutická jednotka 8: 2. 8. 2012

Cíl: Samostatné tkaní a vzorování.

Průběh: V rámci přípravných technik provedeno míčkování obou HK a mobilizace rukou. Klient zvládá samostatnou práci na stavu. Sám si volí pracovní polohu podle momentální únavy. V případě chyby během práce ji sám napraví.

Reakce: Klient spokojený, má radost z vlastní práce.

Hodnocení. Cíl plně dodržen.

Terapeutická jednotka 9: 10. 8. 2012

Cíl: Průběžné vyšetření. Zhodnocení výsledků.

Průběh: provedeno průběžné měření goniometrie a vyplnění standardizovaných testů. Klient seznámen s výsledky.

Reakce: Klient klidný, plně spolupracoval. Spokojen s výsledky.

Hodnocení.: Cíl jednotky splněn v plném rozsahu.

Terapeutická jednotka 10: 16. 8. 2012

Cíl: Samostatná práce na stavu a vzorování.

Průběh: Během přípravných technik provedeno míčkování obou HK a mobilizace obou rukou. Klient zvládá práci na stavu samostatně, včetně volby pracovní polohy. Korekci chyb během tkaní zvládá bez pomoci.

Reakce: Klient spokojený, klidný.

Hodnocení. Cíl dodržen.

Terapeutická jednotka 11: 23. 8. 2012

Nekonala se z důvodu zahraniční dovolené klienta.

Terapeutická jednotka 12: 30. 8. 2012

Cíl: Samostatné tkaní a vzorování.

Průběh: Provedeno míčkování obou HK a mobilizace rukou jako přípravná technika. Klient tká samostatně. Sám si volí pracovní polohu. V případě chyby během práce ji samostatně opraví.

Reakce: Klient spokojený.

Hodnocení. Cíl plně dodržen, klient plně samostatný v práci.

Terapeutická jednotka 13: 6. 9. 2012

Totožná s TJ 12. Průběh bez obtíží.

Terapeutická jednotka 14: 13. 9. 2012

Cíl: Dokončení tkaní, sejmutí výrobku ze stavu. Zakončování práce.

Průběh: Přípravné techniky – míčkování a mobilizace. Klient dotkal tkaninu do potřebné délky. Podle instrukcí odstříhl tkaninu od zbylé části osnovy. Zabezpečil zbytek osnovy uzlíky proti vyvlečení. Svázal osnovní nitě po pěti k sobě, aby se hotová tkanina nepárala.

Reakce: Klient byl netrpělivý, aby si mohl prohlédnout hotovou tkaninu. Jinak klidný, soustředěný na práci.

Zhodnocení: cíl jednotky splněn v plném rozsahu.

Terapeutická jednotka 15: 20. 9. 2012

Cíl: Plánování dalšího výrobku. Volba materiálu a vzorování. Samostatné snování osnovy.

Průběh: Přípravné techniky – míčkování a mobilizace. Klient si již předem rozmyslel další výrobek – 2 podsedáky. Samostatně si zvolil materiál a sestavil si přibližný plán vzorování. S malou dopomocí si nasoval osnovu potřebné délky.

Reakce: Klient soustředěný, klidný.

Zhodnocení: Cíl téměř splněn, jen snování osnovy neproběhlo úplně samostatně.

Terapeutická jednotka 16: 27. 9. 2012

Cíl: Příprava útku. Začátek tkaní nového výrobku. Práce s předem připraveným plánem vzorování.

Průběh: Provedeno míčkování obou HK a mobilizace rukou jako přípravná technika. Klient si navinul zvolený útek na tkací jehlu. Samostatně tkal, ale měl potíže s vytkáváním zvoleného vzoru. Byl nucen průběžně vzor upravovat.

Reakce: Klient soustředěný, na dílčí neúspěchy se vzorováním reagoval přiměřeně a pohotově volil náhradní řešení.

Zhodnocení: Cíl jednotky byl splněn. Klient přecenil své dovednosti volbou příliš složitého vzoru, ale situaci vhodně vyřešil.

Terapeutická jednotka 17: 4. 10. 2012

Cíl: Samostatné tkaní, práce s plánem vzorování.

Průběh: Přípravné techniky – míčkování a mobilizace. Klient samostatně tkal, pracoval s plánem vzorování upraveným v rámci autoterapie.

Reakce: Klient klidný, soustředěný, zaujatý prací.

Zhodnocení: Cíl jednotky splněn v plném rozsahu a bez obtíží.

Terapeutická jednotka 18: 11. 10. 2012

Cíl: Závěrečné vyšetření klienta, vypracování standardizovaných testů. Zhodnocení výsledků vyšetření. Závěrečné zhodnocení terapie. Doporučení klientovi.

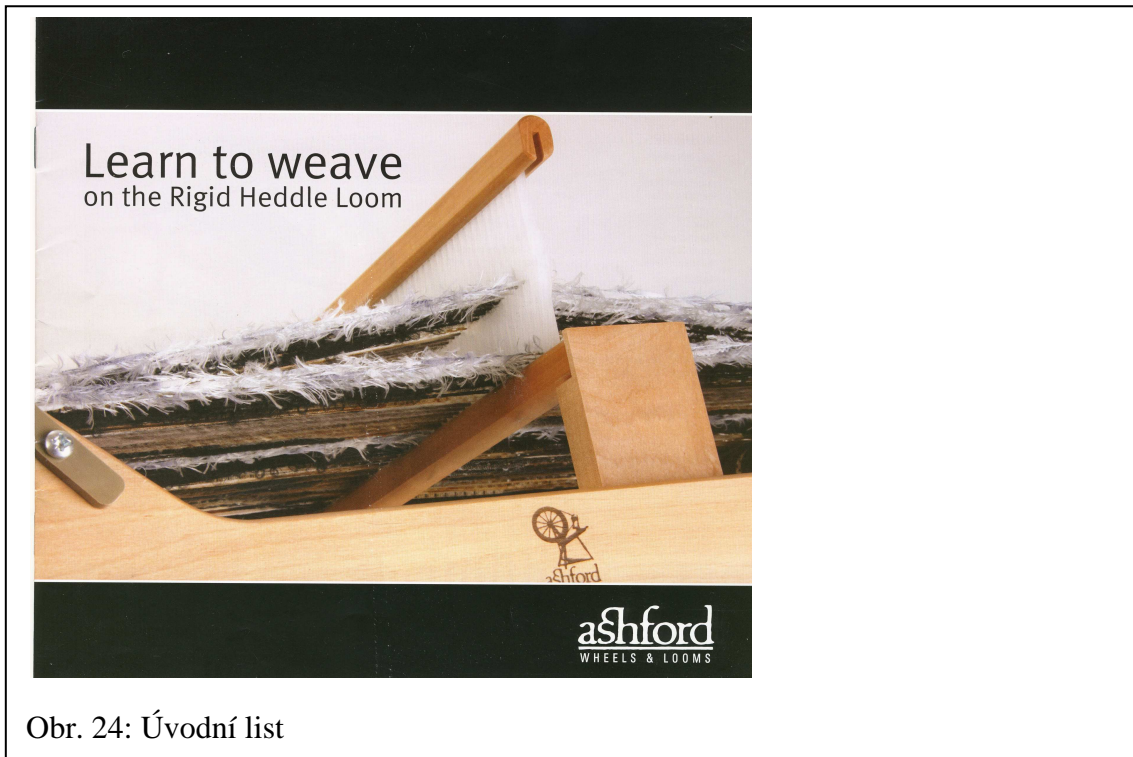
Průběh: Během jednotky bylo provedeno závěrečné vyšetření a klient byl seznámen s jeho výsledky. Proběhla krátká diskuse a zhodnocení terapie. Klientovi bylo doporučeno pokračovat ve tkaní v rámci autoterapie, s čímž klient souhlasil.

Reakce: Klient velmi dobře spolupracoval. S výsledky měření byl spokojený, celkově hodnotí terapii velmi pozitivně.

Zhodnocení: Cíl jednotky byl splněn beze zbytku. Terapie byla ukončena s pozitivním výsledkem. Klient má v plánu pokračovat v autoterapii

Příloha 3

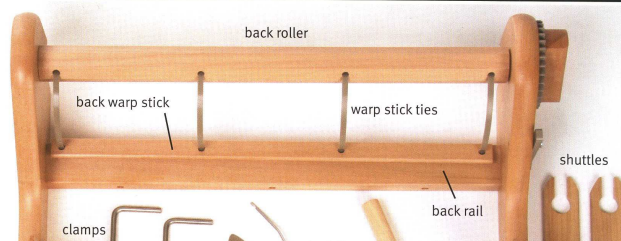
Návod k obsluze tkalcovského stavu

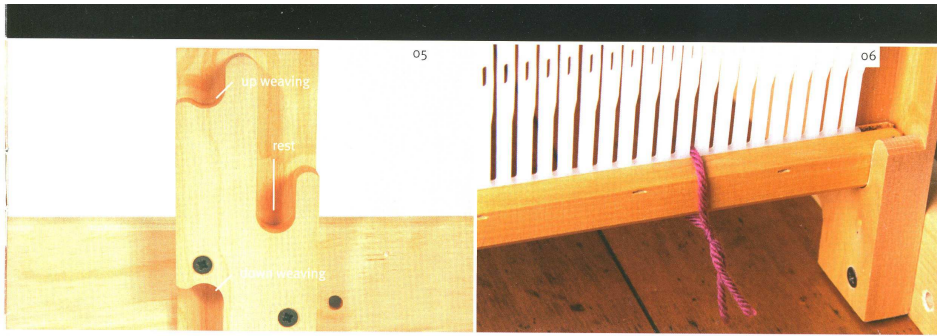


Obr. 24: Úvodní list



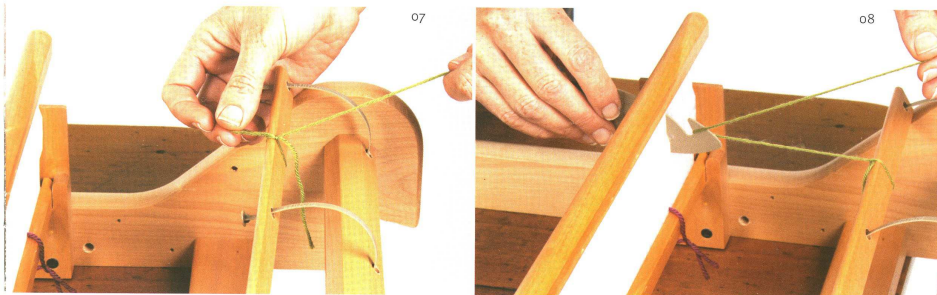
Obr. 25:





Note the three positions on the support block.

Place the reed in the rest position. Place a coloured thread marker in the reed 24 slots from one side (for the 60cm (24ins) loom). For the 40cm (16ins) loom, 9 slots from one side. For the 80cm (32ins) loom, 39 slots from one side.



There are 84 warp ends in this scarf. That is 42 double threads that first go through the slots in the reed. Tie the warp yarn to the back warp stick directly behind the coloured thread marker. The back warp stick should be approximately 8cm (3¹/₂ins) from the back roller.

Take the thread through the first slot with the thread marker in it. Catch the yarn with the reed hook and pull a loop through the slot.

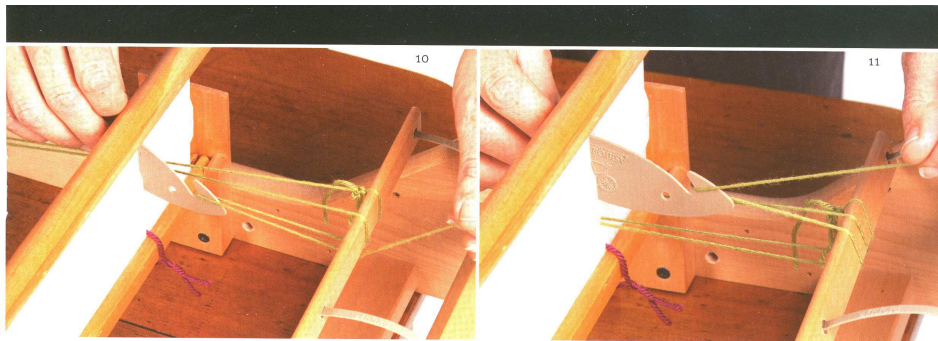
Obr. 28: Strana 4



Take the yarn to the warping peg and loop it over the peg. The ball of yarn is on the floor behind the loom.

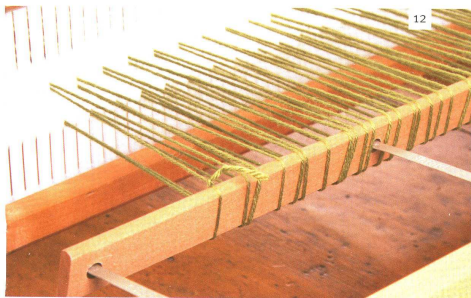
9

Obr. 29: Strana 5

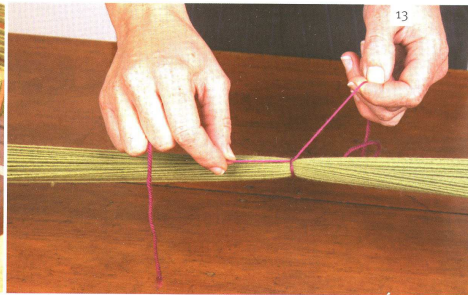


10
Go to the warp stick again. Take the yarn UNDER the back warp stick and make another loop and pull through the next slot. Place this loop over the warping peg in the same way.

11
Go back to the warp stick again. Take the yarn OVER the back stick, through the next slot and over the warping peg. Continue this way, one thread under, one thread over until you have 42 double loops/threads through the slots (84 ends).



12
Cut the last thread at the back of the loom and tie to the back warp stick.



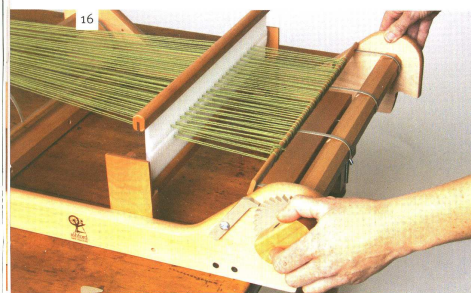
13
Take a 15cm (6ins) length of yarn. Tie the yarn around all the warp threads in the front of the warping peg. Tie firmly with a knot you can undo easily later.

Obr. 30: Strana 6

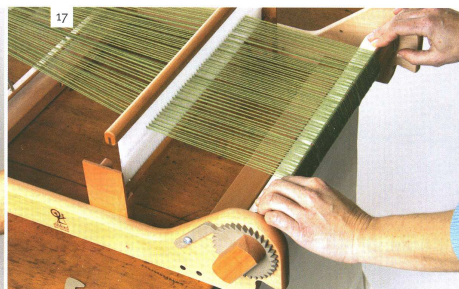


14
Cut all the threads at the warping peg.

15
Ask a friend to hold the warp ends for you. They must hold the threads at the tie and move forwards as you wind the warp on the loom.

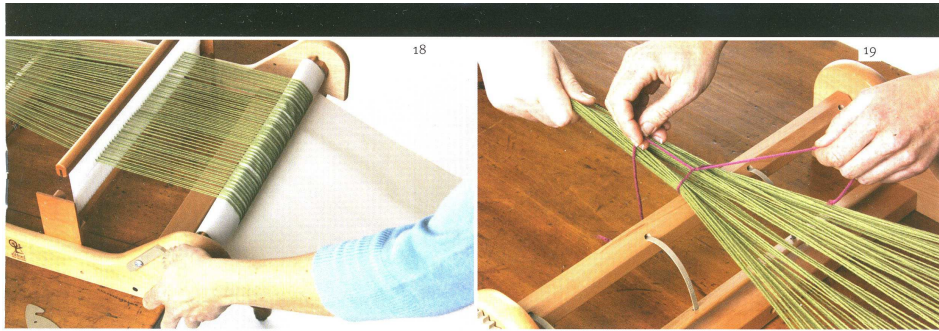


16
Stand at the back of the loom. Wind the back handle towards you until the back warp stick goes around the roller once.



17
Insert paper.

Obr. 31: Strana 7



18
The paper runs between the warp threads as you wind the warp onto the back roller. This separates the threads and keeps the tension even. Add more paper as you go.

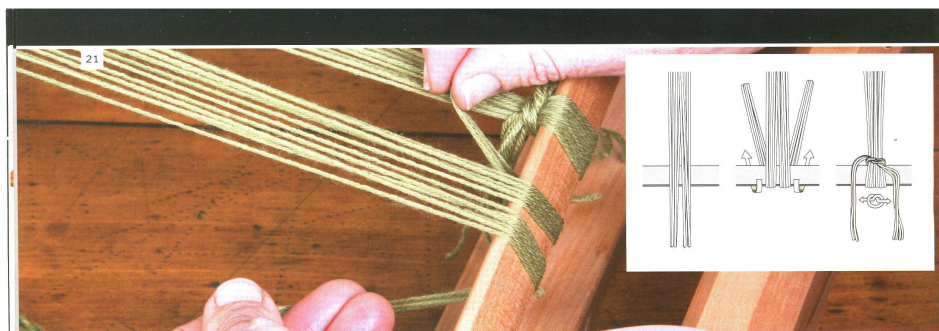
19
Stop when the tie, your friend is holding, is just past the front of the loom. Remove the tie. Do not wind any further!



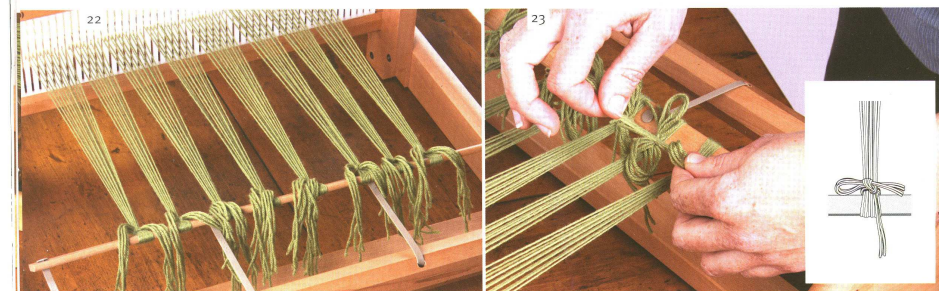
20
Lift the first 2 threads on the left to the top of the slot. Look behind the reed and gently pull the left hand thread out of the slot. The other thread stays in the slot.

Use the threading hook to pull this thread through the hole to the left of the slot. Continue across all slots. Now threads are in both holes and slots.

Obr. 32: Strana 8



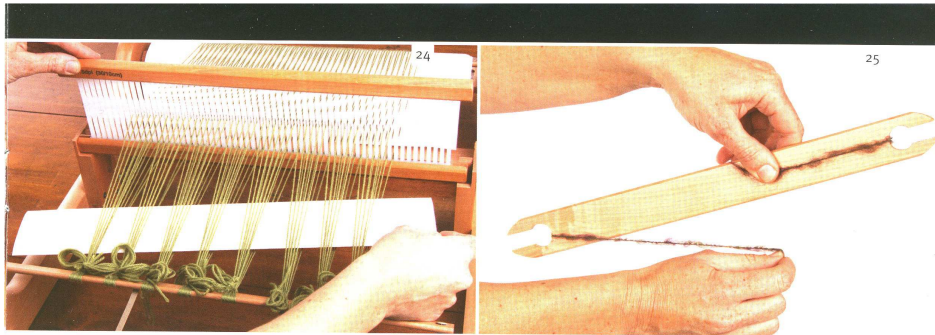
21
Divide the threads into 8 groups. Start with a centre group. Take the group of threads over and around the front stick. Divide it in two. Tie in a flat SINGLE knot. The front warp stick should be approximately 5cm (2ins) from the front roller.



22
Tie the other groups in the same way. Check the tension. All the threads should be the same. Tighten all the threads by winding the front handle towards you. Adjust the knots until all groups are the same tension.

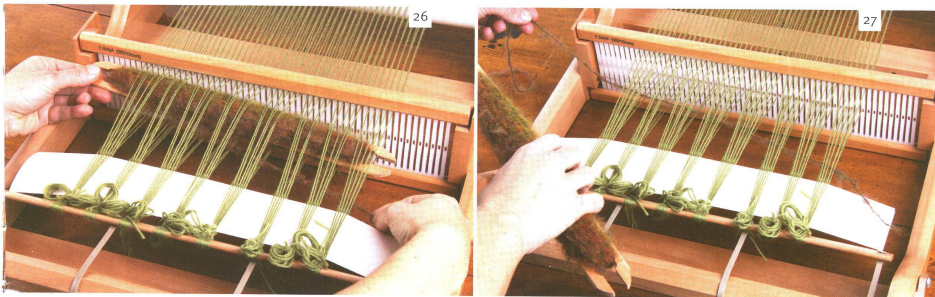
23
Tie the second half of the knots to secure. Use half a bow tie. You want to be able to undo these knots easily when your scarf is finished.

Obr. 33: Strana 9



24
There are 2 weaving positions at the front of the reed support block. First lift the reed into the up weaving position. Fold a piece of soft paper into a strip 5cm x 20cm (2ins x 8ins). Insert the paper into the shed. Slide it to the front of the loom.

25
Wind the fancy yarn onto the shuttle.



26
Change the reed to the down weaving position. This makes the second shed. Take the shuttle and pass it through the shed.

27
Leave the end of the yarn out approx. 5cm (2ins). To keep the edges straight do not pull the weft thread too tight – leave the yarn at an angle of 20 degrees before pushing into place with the reed which is now also called a beater.

Obr. 34: Strana 10



28
Use the reed to push the first row of weaving up to the paper.

29
Put the reed into the up weaving position. Use your fingers to place the end thread into the shed.



30
BEAT GENTLY! THERE MUST BE A SMALL SPACE BETWEEN THE ROWS.
Pass the shuttle through the up weaving space. Use the reed to gently push the second row into place. Leave room for the texture on the fancy yarns to open up when the work is off the loom.

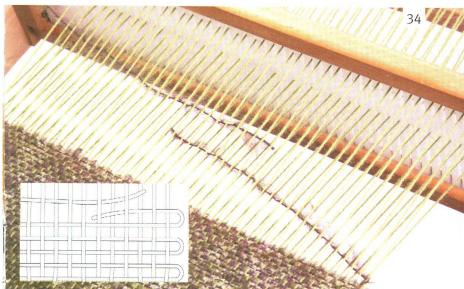
31
Un-clamp the loom from the table and sit in a comfortable chair with the loom on your knee. The cut-out pieces on the back of the loom hold the loom in place against the table.

Obr. 35: Strana 11



32
Continue weaving as per the last 2 rows until your work is approx 10cm (4ins) from the reed. Now it is time to move the weaving onto the front roller. PLACE THE REED INTO THE REST POSITION. Release the back brake handle and unwind some of the warp.

33
Turn the front brake handle to wind the weaving onto the front roller. Continue moving the work in this way as you weave.

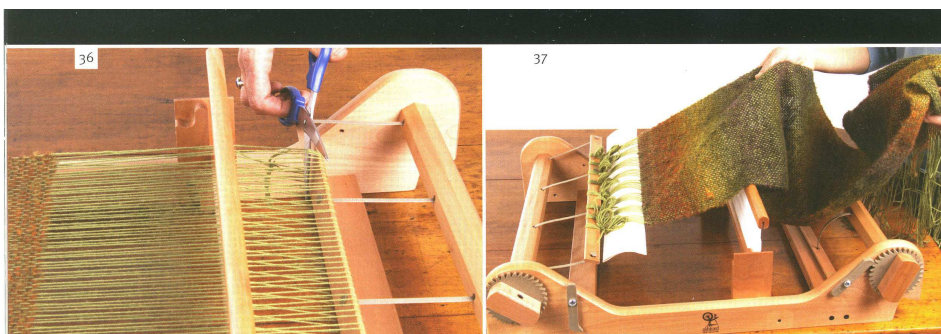


34
Joining in a new thread: At some stage the yarn on the shuttle will be finished. Wind some more yarn on the shuttle. Overlap the new yarn across the old yarn into the same shed. Beat both yarns down together.



35
Continue weaving until you are approx 13cm (5ins) from the end of the warp.

Obr. 36: Strana 12

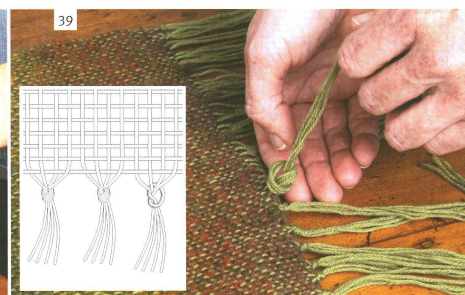


36
Cut the weft yarn and leave the end out. Cut the warp yarns along the back stick. Take care not to cut the warp stick ties.

37
Release the front brake and unwind the weaving from the front roller.



38
Undo the knots at the front stick and remove the work from the loom. Take out the paper.



39
Lay your work on the table and tie the ends in groups of four. Use overhand knots. Darn the end thread into your work using a wool needle.

Obr. 37: Strana 13

FINISHING

The woven work should be washed so the threads open up and fill the spaces to give the fabric a "finished" look.

WASHING

Wash the scarf gently in warm water with a little detergent. Push up and down for a minute. Let the soapy water drain away and rinse the scarf in warm, clean water. Hang out to dry. Place the work over a towel so you don't get a fold line on the fabric. While the work is still damp, cover it with a soft cotton cloth and press with a warm iron. Hang again until thoroughly dry. You did it! You can now proudly wear your first handwoven scarf!

WARPING OPTION

If you do not have a long table or two tables, clamp the loom to one table and place the warp threads around a chair. A straight-backed chair works well.



HELPFUL HINTS

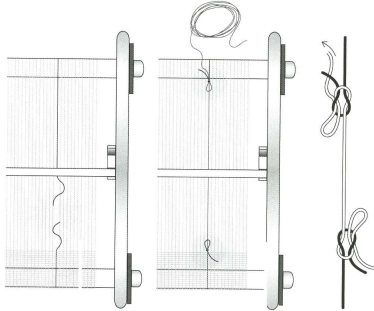
Tying Knots

When you tie any knot during weaving you will need to undo it again at some stage. Always tie a knot that you can undo easily.

Beating

Always beat gently. Sometimes the work will look a little open. Remember, the work is under tension on the loom and will come together when taken off. Also, the washing process will close the gaps a little.

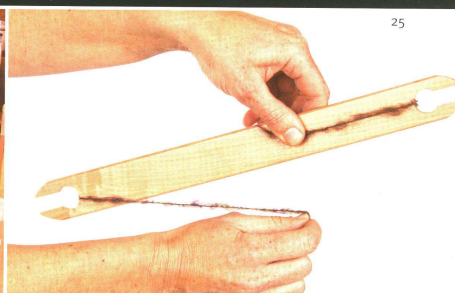
Fixing a Broken Warp Thread



Obr. 38: Strana 14



24
There are 2 weaving positions at the front of the reed support block. First lift the reed into the up weaving position. Fold a piece of soft paper into a strip 5cm x 20cm (2ins x 8ins). Insert the paper into the shed. Slide it to the front of the loom.



25
Wind the fancy yarn onto the shuttle.



26
Change the reed to the down weaving position. This makes the second shed. Take the shuttle and pass it through the shed.



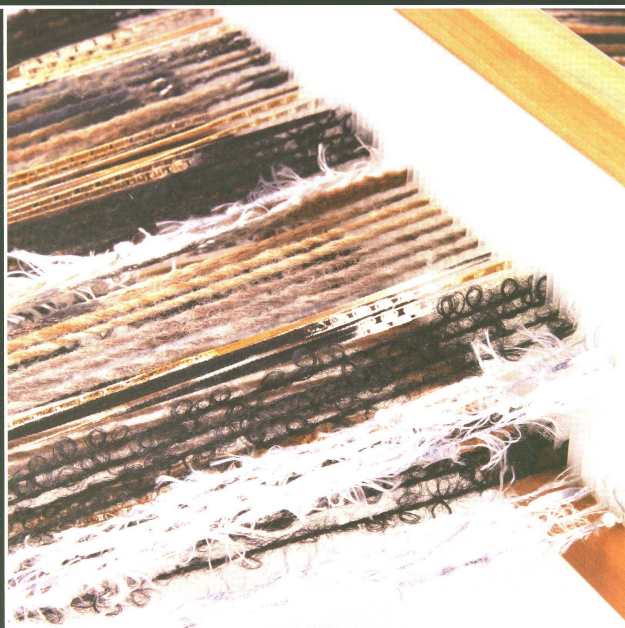
27
Leave the end of the yarn out approx. 5cm (2ins). To keep the edges straight do not pull the weft thread too tight – leave the yarn at an angle of 20 degrees before pushing into place with the reed which is now also called a beater.

Obr. 39: Strana 15

For more information, helpful hints and inspiration we recommend The Ashford Book of Rigid Heddle Weaving, The Ashford Book of Weaving for Knitters (25 easy and exciting scarf patterns) and The Ashford Book of Projects (24 fashion projects).

ashford
WHEELS & LOOMS

Ashford Handicrafts Limited
Factory and Showroom: 415 West Street
P O Box 474, Ashburton, New Zealand
Telephone: +64 3 308 9087
Facsimile: +64 3 308 8664
Email: sales@ashford.co.nz
Internet: <http://www.ashford.co.nz>



Obr. 40: Zadní strana

Příloha 4

Kazuistiky

Charakteristika sledovaného souboru

Sledovaný soubor tvoří čtyři klienti ve věku od 70 do 81 let. Jedná se o tři ženy a jednoho muže. Společným jmenovatelem je seniorský věk, jsou tedy všichni uživateli starobního důchodu. Jednotliví klienti se liší svým zdravotním stavem, všichni jsou ale bez vážných kognitivních deficitů, což bylo jednou z mých podmínek při výběru klientů.

Všichni čtyři klienti žijí ve vlastní domácnosti ve velkém městě, v dobrém dosahu služeb a MHD. Terapeutické jednotky probíhaly v domácím prostředí klientů, v bytě nebo na zahradě. Pomůcky, potřebné k práci během jednotek jsem klientům zapůjčila z vlastních zdrojů a byly jim ponechány po celou dobu terapie.

Kasuistika 1

Věk: 81

Pohlaví: Muž

RA

- Ze strany matky: Matka v mládí prodělala těžkou pneumonií s následnými celoživotními respiračními obtížemi. Zemřela v 90 letech zřejmě na komplikace respiračního infektu.
- Ze strany otce: Otec trpěl bolestmi zad následkem úrazu v 26 letech, jinak zdravý. Zemřel ve věku 74 let na srdeční selhání.
- Sourozenci: Má staršího bratra (86), ten prodělal TEP kolene vpravo před pěti lety pro artrózu, léčen pro hypertenzi, jinak zdravý.
- Potomci: Starší syn (58) v dětství trpěl poruchou řeči, v dospělosti již v pořádku. Prodělal běžné dětské nemoci, vážněji nestonal. Má jednu dceru (23), ta trpí obezitou, v 16 letech léčena pro mentální anorexii, nyní sledována. Mladší syn (52) má alergii na letní pyly, jinak je zdravý. Prodělal běžné dětské nemoci. V dětství měl několik úrazů (úraz hlavy, velká tržná rána na noze), zůstaly bez následků. V 45 letech fraktura vnějšího kotníku pravé nohy, léčeno konzervativně,

zhojeno bez následků. Má dvě dcery (26 a 19), obě zdravé, starší dcera má alergii na letní pyly.

OA

Prodělal běžné dětské nemoci. Během života vážněji nestonal, v 54 letech apendektomie. Od 67 let léčen pro hypertenzi, jinak zdravý. V únoru roku 2012 se objevily bolesti kloubů, otoky HKK a horečky, diagnostikována klíšťová encefalitida. Přeléčen antibiotiky, přesto bolesti a otoky přetrvávaly do poloviny dubna. Nyní přetrvává omezení hybnosti HKK a bolesti svalů, jinak zdravý.

SA

Narodil se na malé vesnici na Chodsku jako mladší ze dvou bratrů. Vystudoval strojírenství v Plzni, kam se po svatbě i natrvalo přestěhoval. Pracoval ve Škodových závodech jako projektant. Bydlí v panelovém domě s výtahem ve 4. patře, s manželkou.

Klient samostatně zvládá užití předepsané medikace, návštěvu lékaře, samostatně cestuje MHD, obstarává nákupy, řídí automobil. Zvládá základní práci na PC, odešle e-mail, vyhledá si zajímavosti.

FA: Užívá antihypertenziva (blíže nespecifikoval), jinak bez medikace. Občas při bolestech užívá Aulin.

AA: Lehká alergie na letní pyly, jinak bez zátěže.

Vstupní vyšetření 21. 6. 2012

Neurologické vyšetření: Čítí v normě, reflexy výbavné.

BI: 100 bodů

MMSE: 30 bodů

Test IADL: 80 bodů

Funkční test ruky: PHK – 60, LHK - 55

Pohyblivost: Klient chodí samostatně bez KP, chůze jistá, stabilní.

Goniometrie HK:

Rameno	Vpravo			Vlevo		
Datum	21. 6. 12	10. 8. 12	11. 10. 12	21. 6. 12	10. 8. 12	11. 10. 12
Flexe	90	90	90	90	90	90
Elevace	100	120	130	100	100	120
Extenze	0	0	10	0	10	10
Abdukce	45	55	80	40	55	80
Horizontální add.	Neměřeno			Neměřeno		
Zevní rotace	40	45	50	40	55	60
Vnitřní rotace	35	50	55	40	50	55

Tabulka 4: Goniometrie HKK – rameno. Zdroj: Vlastní měření.

Pozn.: Horizontální addukce neměřena z důvodu nedosažení základní polohy měření.

Loket	Vpravo			Vlevo		
Datum	21. 6. 12	10. 8. 12	11. 10. 12	21. 6. 12	10. 8. 12	11. 10. 12
Flexe	90	100	100	85	100	110
Supinace / pronace	45	45	55	40	55	55

Tabulka 5: Goniometrie HKK – loket. Zdroj: Vlastní měření

Zápěstí	Vpravo			Vlevo		
Datum	21. 6. 12	10. 8. 12	11. 10. 12	21. 6. 12	10. 8. 12	11. 10. 12
Flexe	45	45	55	40	50	55
Extenze	45	50	55	45	50	50
Radiální dukce	10	15	15	15	15	20
Ulnární dukce	30	35	40	30	30	35

Tabulka 6: Goniometrie HKK – zápěstí. Zdroj: Vlastní měření.

Kůže: Suchá, bez defektů, přetrvává lehký otok v oblasti akra obou HK.

Úchopy: Zvládá všechny úchopy bez obtíží nebo s omezením.

Zájmy: Dříve rád cestoval. 1x měsíčně se schází s přáteli na víno. Od mládí se věnuje zahradě, chodí na ryby a hraje na klavír, saxofon, klarinet a kytaru. Hrával na zábavách a maturitních plesech spolu se svým bratrem, nyní již jen v létě na rodinných oslavách na zahradě.

Psychosociální funkce: Klient je velmi přátelský, společenský, vyhledává společnost svých vrstevníků. Nemá problémy s komunikací, je zdvořilý.

Kognitivní funkce: Klient mluví jasnou, plynulou, dobře srozumitelnou řečí. Mluvenému slovu rozumí, sluch dobrý. Výjimečný hudební sluch. Zrak kompenzován brýlemi na čtení, jinak bez obtíží.

Silné stránky: Klient je motivovaný, cílevědomý. Je plně samostatný ve všech činnostech ADL.

Slabé stránky: Klient je limitován zhoršenou jemnou motorikou obou rukou a zhoršenou hybností obou HK.

Cíle klienta: Klient chce zlepšit jemnou motoriku a úchopy, obzvlášť na dominantní pravé ruce. Má zájem naučit se řemesla.

Cíle ergoterapeuta: Cílem je zlepšení jemné motoriky prostřednictvím tkaní na tkalcovském stavu a přípravných prací ke tkaní potřebných.

KEP: Nácvik tkaní na tkalcovském stavu včetně snování osnovy na zapůjčeném snovacím rámu. Průběžné vyšetření. V rámci přípravných technik: míčkování proti otoku, mobilizace rukou.

DEP: Pokračovat v zavedeném plánu, v případě zájmu klienta o tkaní se pokusit o složitější vzorování.

Rámce vztahů: Biomechanický, Kognitivně behaviorální

Přístup: Stupňovaných aktivit

Příklad TČT:

- Seznámení klienta s přípravnými technikami.
- Seznámení klienta s principem tkaní a postupem práce. Výběr vhodného materiálu na zvolený výrobek, výběr vzoru.
- Snování osnovy na snovacím rámu. Zavedení osnovy do tkalcovského stavu. Příprava útku, navinutí do tkalcovské jehly.
- Tkaní na tkalcovském stavu. Dokončovací práce.
- Frekvence: dvě hodiny týdně

Průběžné vyšetření 10. 8. 2012

BI: 100 bodů

MMSE: 30 bodů

Test IADL: 80 bodů

Funkční test ruky: PHK – 74, LHK - 68

Pohyblivost: viz tabulka

Neurologické vyšetření: Beze změn

Závěrečné vyšetření 11. 10. 2012

BI: 100 bodů

MMSE: 30 bodů

Test IADL: 80 bodů

Funkční test ruky: PHK – 86, LHK - 73

Pohyblivost: viz tabulka

Neurologické vyšetření: Beze změn

Průběh terapeutických jednotek

Terapeutické jednotky probíhaly jednou týdně po dobu dvou hodin v domácím prostředí klienta. Délka jednotky byla zvolena pro časovou náročnost zvolené techniky. Na konci jednotky vždy proběhlo krátké zhodnocení a rekapitulace jednotky. Celkem proběhlo 18 jednotek.

Během první jednotky proběhlo seznámení klienta s možnostmi terapie, bylo provedeno vstupní vyšetření a poté si klient vybral z předloženého seznamu řemesel, vhodných pro jeho stav, tkaní na tkalcovském stavu.

V průběhu dalších terapeutických jednotek bylo vždy provedeno míčkování obou HK a mobilizace jako přípravné techniky. Po nich následovalo tkaní na tkalcovském stavu včetně přípravných a zakončovacích prací.

Během deváté terapeutické jednotky bylo provedeno průběžné vyšetření a jeho zhodnocení, se kterým byl klient seznámen. Následující jednotky měly v podstatě stejný průběh, jako ty předchozí.

Závěrečné vyšetření bylo provedeno jako součást osmnácté terapeutické jednotky. Proběhla krátká diskuse a celkové zhodnocení terapie z mé strany i ze strany klienta.

Doporučení:

Klientovi doporučuji pokračovat v zavedené terapii, a to včetně míčkování, pokud se znovu objeví otok.

Zhodnocení:

Zlepšení hybnosti je patrné z tabulky goniometrie a výsledků testu ruky. Všechny měřené hodnoty doznaly zlepšení. Klient udává menší bolestivost svalů. V rámci přípravných technik si klient osvojil míčkování, které později praktikoval jako autoterapii.

Klient byl výrazně motivovaný k práci, neboť ho omezení hybnosti limitovalo v jeho oblíbených činnostech.

Klient je s výsledkem terapie spokojen a je rozhodnutý nadále pokračovat v autoterapii. Má zájem o zdokonalení se ve zvoleném řemesle.

Souhrn:

Klient se po fyzické stránce výrazně zlepšil. Terapie probíhala bez potíží, splnila svůj cíl. Klient plně spolupracoval ve všech ohledech. Velmi rychle se naučil novým dovednostem, zhotovil několik funkčních a použitelných výrobků a pochvaloval si finanční nenáročnost použitého materiálu.

Kasuistika 2

Věk: 76

Pohlaví: žena

RA

- Ze strany matky: Matka klientky údajně nikdy vážněji nestonala, občas trpěla závratěmi a zemřela ve věku 62 let na IM. Pracovala jako úřednice.
- Ze strany otce: Otec klientky pracoval jako úředník v bance. V mládí prodělal tuberkulosu a od té doby měl dechové potíže. Zemřel ve věku 56 let na pneumonii.
- Sourozenci: Klientka má dva bratry. Starší bratr (84) je kardiak, užívá léky na srdce, blíže nespecifikováno. Před 15 lety prodělal TEP kyčle vpravo pro artrosu, před třemi lety reoperace pro infekt, nyní zdrav. Má dvě dcery (32 a 40) a dvě vnoučata (5 a 10 let), zdraví. Mladší bratr (68) je zdrav, v mládí prodělal pneumonii a bylo mu diagnostikováno astma. Je bezdětný.
- Potomci: Klientka má dva syny. Starší syn (55) se léčí pro DM II. typu, obézní. Má 3 dcery (dvojčata 24 let a 20), u ní DM neprokázána, dlouhodobě se léčí s kožními potížemi, blíže nespecifikováno. Mladší syn (45) trpí potravinovou alergií – ořechy, jahody, některé mléčné výrobky. V 36 letech utrpěl následkem úrazu komplikovanou zlomeninu lemuuru a tibie, řešeno operačně dlahováním, následovala dlouhá rehabilitace, nyní v pořádku. Bezdětný.

OA

Klientka prodělala ve 4 letech pneumonii se závažným průběhem, hospitalizována v nemocnici. V 8 letech následkem úrazu fraktura zevního kotníku vlevo, řešeno konzervativně, zhojeno bez následků. V zimním období trpí často na záněty horních cest dýchacích. Léčí se pro hypertenzi, podle slov klientky dobře kompenzováno. V lednu 2012 Collesova fraktura pravého zápěstí následkem pádu ze stolu, řešeno operačně. Po vynětí stehů předepsána rehabilitace, na kterou ale nenastoupila. Klientka je obézní, plně kontinentní.

Dominantní ruka: pravá

Kompenzační pomůcky: zubní náhrada, brýle na čtení

SA

Klientka pochází z Prahy, po svatbě se stěhovala na venkov a poté do Plzně. Studovala v Praze. Pracovala jako sociální pracovníce v Plzni, nyní ve starobním důchodu. Bydlí v 7. patře panelového domu s výtahem, třípokoje byt obývá spolu s manželem. Ráda hojně cestovala, hlavně k moři.

Klientka je plně mobilní, chodí bez kompenzačních pomůcek. Zvládá bez dopomoci cestování MHD, nákupy, návštěvy lékaře i užití medikace. Samostatná ve většině ADL aktivit, nebo s dopomocí manžela (praní a velký úklid).

FA: užívá antihypertenziva.

GA: Dvě těhotenství, dva porody.

AA: Udává alergii na letní pyly.

Vstupní vyšetření 24. 6. 2012

BI: 100 bodů

MMSE: 26 bodů

Test IADL: 80 bodů

Funkční test ruky: Pravá – 51, Levá - 100

Goniometrie:

Loket	Vpravo			Vlevo		
	Datum	21. 5. 12	23. 7. 12	24. 9. 12	21. 5. 12	23. 7. 12
Supinace / pronace	30/30	35/35	40/40	65/60	65/60	65/60
Flexe	120	120	125	125	125	125

Tabulka 7: Goniometrie HKK – loket. Zdroj: Vlastní měření.

Zápěstí	Vpravo			Vlevo		
	Datum	21. 5. 12	23. 7. 12	24. 9. 12	21. 5. 12	23. 7. 12
Flexe	50	55	70	80	80	80
Extenze	50	60	65	80	80	85
Radiální dukce	15	15	20	20	20	20
Ulnární dukce	30	35	35	45	45	45

Tabulka 8: Goniometrie HKK – Zápěstí. Zdroj: Vlastní měření.

Kůže: Suchá, bez defektů, na pravé ruce přetrvává otok.

Úchopy: levá HK zvládá všechny úchopy bez obtíží, pravá HK je limitována.

Zájmy: Klientka ráda čte, hlavně cestopisy. Ráda cestovala, hlavně k moři. Klientka ráda plave, ale jen v létě v přírodě. Klientka se zajímá o historii.

Psychosociální funkce: Klientka je velmi komunikativní, ráda je ve společnosti, snadno navazuje nové kontakty. Nemá potíže se soustředěním a pozorností. Většinou dobře naladěná.

Kognitivní funkce: Klientka užívá dioptrické brýle. Řeč plynulá, srozumitelná. Klientka nemá potíže rozumět mluvenému slovu. Dlouhodobá paměť v pořádku, krátkodobá paměť lehce narušena.

Silné stránky: Klientka je cílevědomá, omezená hybnost dominantní pravé ruky ji obtěžuje. Uvědomuje si své limity.

Slabé stránky: Klientka je v některých situacích netrpělivá a nepozorná.

Cíle klienta: Klientka chce docílit maximální možné hybnosti na postižené ruce a plně ji zapojit do všech prováděných činností.

Cíle ergoterapeuta: Zlepšení hybnosti postižené HK, zlepšení jemné motoriky. Zlepšení krátkodobé paměti.

KEP: Návik míčkování, instruktáž klientky i manžela. Návik pletení na lucetu, naalbindingu. Procvičování kognitivních funkcí. Průběžné vyšetření.

DEP: Pokračovat v zavedené terapii, v případě zájmu prohloubit znalosti v naučených technikách a nabídnou další alternativy. Pokračovat nácviku kognitivních funkcí formou vědomostních her.

Rámce vztahů: Biomechanický, kognitivně behaviorální

Přístupy: Stupňovaných aktivit

Příklad TČT:

- Míčkování: Nácvik míčkování proti otoku.
- Lucet: Nácvik správného držení těla během práce. Výběr vhodného materiálu, výběr vzorování. Pletení tkaničky.
- Naalbinding: Nácvik správného sedu v průběhu práce. Výběr vhodného materiálu a vzorování podle účelu hotového výrobku (ponožky). Nácvik navlékání příze do jehly, pletení naalbindingu, dokončovací práce.
- Kognitivní funkce: Hraní vědomostních her s manželem a rodinou, aktivní sledování vědomostních soutěží v televizi.

Průběžné vyšetření – 20. 7. 2012

BI: 100 bodů

MMSE: 27 bodů

Test IADL: 80 bodů

Funkční test ruky: Levá – 100, Pravá - 62

Goniometrie: viz tabulka

Závěrečné vyšetření – 15. 10. 2012

BI: 100 bodů

MMSE: 27 bodů

Test IADL: 80 bodů

Funkční test ruky: Levá – 100, Pravá - 75

Goniometrie: viz tabulka

Průběh terapeutických jednotek:

Terapeutické jednotky probíhaly jednou týdně po dobu dvou hodin. Celkový počet jednotek byl 18.

Během první jednotky byla klientka seznámena s možnostmi terapie, bylo provedeno vstupní vyšetření a podle jeho výsledků byly klientce doporučeny některé techniky. Z nich si klientka zvolila lucet a naalbinding. Proběhl nácvik míčkování postižené končetiny.

Během následujících terapeutických jednotek si klientka postupně osvojila pletení technikou naalbinding a pletení na lucetu. Po opakované ukázce dokázala klientka již pracovat samostatně s chybami, které ale dokázala sama opravit. Součástí jednotky vždy bylo míčkování, a to jako přípravná technika před samotnou prací.

Devátá terapeutická jednotka obsahovala průběžné vyšetření, které proběhlo bez potíží. Následovalo seznámení klientky s výsledky a krátká diskuse.

Následující terapeutické jednotky probíhaly bez výrazných změn. Klientka se zdomáčkala v osvojených technikách.

Poslední terapeutická jednotka byla věnována závěrečnému vyšetření, posouzení výsledků a celkovému zhodnocení terapie.

Doporučení:

Klientce doporučuji pokračovat alespoň v některé nově naučené dovednosti pro udržení hybnosti pravé ruky. Doporučuji nadále pokračovat v tréninku kognitivních funkcí, které začaly klientku velmi bavit.

Zhodnocení

Během terapie bylo dosaženo zlepšení v hybnosti pravého zápěstí a ruky, jak je patrné z výsledků vyšetření. Klientka byla během terapie velmi aktivní, dobře spolupracovala, byla dostatečně motivovaná. Klientka měla v několika případech potíže s udržením pozornosti, ale šlo jen o přechodný stav způsobený rodinnou situací. Velmi si oblíbila lucet pro jeho nenáročnost.

Klientka si spolu s manželem zvykla trávit několik hodin týdně hraním vědomostních her, které jim byly zakoupeny rodinou. Tato aktivita je oba velmi bavila a při návštěvě vnuček se zapojily i ony.

Souhrn:

Klientka hodnotí terapii pozitivně. Osvojila si nové dovednosti, které dále využívá v rámci autoterapie. Je spokojená s finanční nenáročností technik a s praktickým využitím zhotovených výrobků. Zvolené techniky byly vybrány vhodně.

Kazuistika 3

Věk: 77

Pohlaví: Žena

RA

- Ze strany matky: Neznámá.
- Ze strany otce: Neznámá.
- Potomci: Dcera (50) zdráva, DM nezjištěno, prodělala běžné dětské nemoci. Před třemi lety gynekologická operace, jinak zdráva. Starší vnučka (25) má astma bronchiale alergického původu, dobře kompenzováno, jinak zdráva. Mladší vnučka (20) zdravá. Obě prodělaly běžné dětské nemoci, vážněji nestonaly. Bez operací, závislostí.

OA

Prodělala běžné dětské nemoci. V 31 letech úraz s rupturou Achillovy šlachy pravé nohy, zhojeno bez následků. Od 62 let léčena pro DM II. typu, nyní na inzulinoterapii. Bez operací, alergií, bez závislostí. Alkohol příležitostně ve velmi malém množství z důvodu DM II. typu. Denně 2 šálky černé kávy. Obezita. Plně kontinentní.

Kompenzační pomůcky: Zubní náhrada, dioptrické brýle na čtení, ortopedické vložky do bot

Dominantní HK: Pravá

SA

Klientka se narodila do zemědělské rodiny na Slovensku. Ve věku 6 měsíců byla dána k adopci a odvezena do nové rodiny v Plzni. Vystudovala zemědělskou školu v Praze, získala titul inženýr. Pracovala jako úřednice v Plzni. Klientka je rozvedená, žije již 30 let sama v bytě v Plzni v 1. patře bez výtahu., ráda pracovala na zahradě, kterou před 5 lety pro ubývání fyzických sil prodala. Dříve chovala psa.

Má 1 dceru, ta vystudovala ČVUT v Praze. Má dvě vnučky (20 a 25 let), které bydlí v Plzni a klientku navštěvují. Klientka pravidelně navštěvuje dceru s vnučkami, bez obtíží zvládá cestu MHD.

Klientka zvládá samostatně nákupy, návštěvy lékaře, užívání léku a injekční aplikaci inzulínu. Samostatně dochází do zájmových kroužků v okolí bydliště. Pravidelně dochází na pedikúru.

FA

Denně aplikace inzulínu dle preskripce lékaře.

GA

1 těhotenství, 1 porod, pravidelné kontroly v intervalu cca 2 roky.

AA

Alergie neudává.

Vstupní vyšetření 14. 8. 2012

BI: 100 bodů

MMSE: 30 bodů

Test IADL: 80 bodů

Škála deprese: 2 body

Pohyblivost: Klientka chodí bez kompenzačních pomůcek, v botách má vloženy ortopedické vložky z důvodu plochonoží. Zvládá chůzi v terénu i po schodišti bez potíží. Chodí s kabelkou, případně s taškou. Kloubní hybnost bez omezení, dostačuje klientčiným potřebám.

Kůže: suchá, bez defektů.

Úchopy: zvládá všechny bez omezení.

Zájmy: Tv – přírodovědné dokumenty, plavání, ruční práce (pletení a křížková výšivka)

Psychosociální funkce: Bez problémů navazuje kontakt s okolím, nemá problémy v komunikaci. Společenská, dobře naladěná, aktivní.

Kognitivní funkce: Zhoršený zrak dostatečně kompenzovaný brýlemi. Řeč plynulá, komunikace bez obtíží. Krátkodobá i dlouhodobá paměť v pořádku. Soustředění dobré, udrží pozornost po dlouhou dobu.

Silné stránky: klientka je plně samostatná, veškeré denní aktivity zvládá samostatně. Má dostatek zájmových aktivit a volný čas se snaží smysluplně využít.

Slabé stránky: Klientka je v některých případech až příliš pečlivá.

Cíle klientky: Klientka by se ráda naučila nové techniky, díky kterým by svým vnučkám zvládla vyrobit atraktivní vánoční dárky. Doposud pletla klasické svetry, ty však se vnučkám již moc nelíbí. Ráda by si osvojila tkaní na hřebeni a naalbinding.

Cíle ergoterapeuta: Návuk tkaní na hřebenovém stavu. Návuk naalbindingu a výroba hotového použitelného výrobku v rámci obou technik. Osvojení si technik do té míry, aby byla klientka schopna samostatně pracovat i doma v případě zapůjčení či koupě hřebenového stavu.

KEP: Návuk tkaní na hřebenovém stavu včetně vzorování, přípravy osnovy a dokončovacích prací. Návuk naalbindingu včetně vzorování. Průběžné vyšetření.

DEP: Pokračování v práci naučenými technikami. Výběr a osvojení si dalších textilních technik podle vlastního výběru.

Rámce vztahů: Kognitivně behaviorální

Přístupy: Stupňovaných aktivit

Příklad TČT

- Tkaní na mřížce: Návuk správného sedu po dobu práce. Volba materiálu. Naplánování vzoru, nasnování a navlečení osnovy, příprava útku. Tkaní cca 3cm široké tkanice. Dokončovací práce, vázání třásní.
- Naalbinding: Návuk správného sedu během práce. Volba podoby finálního výrobku – rukavice. Návrh vzorování a volba materiálu. Pletení podle instrukcí. Zakončovací práce.
- Frekvence: 1x týdně 2 hodiny.

Průběžné vyšetření 16. 10. 2012

BI: 100 bodů

MMSE: 30 bodů

Škála deprese: 1 bod

Test IADL: 80 bodů

Závěrečné vyšetření 18. 12. 2012

BI: 100 bodů

MMSE: 30 bodů

Škála deprese: 1 bod

Test IADL: 80 bodů

Průběh terapeutických jednotek:

Terapeutické jednotky probíhaly jednou týdně po dobu dvou hodin. Tuto dobu jsem zvolila proto, že si klientka vybrala dvě řemesla namísto jednoho. Zahrnovala i dvě krátké, cca 10 minut trvající pauzy. Terapie probíhala v domácím prostředí klientky. Celkový počet jednotek byl 19.

Během první terapeutické jednotky byla klientka seznámena s možnostmi terapie, bylo provedeno vstupní vyšetření a na základě jeho výsledků si klientka vybrala dvě z doporučených řemesel.

V průběhu dalších terapeutických jednotek se klientka postupně naučila základům tkaní na hřebenevém stavu a pletení technikou naalbinding.

Průběžné vyšetření bylo provedeno v rámci desáté terapeutické jednotky, následovalo seznámení klientky s výsledky a jejich posouzení formou diskuse.

Další terapeutické jednotky se výrazněji nelišily od předchozích. Klientka pracovala samostatně nebo jen s malou dopomocí. Poslední terapeutická jednotka byla věnována

výstupnímu vyšetření, zhodnocení výsledků a celkovému zhodnocení terapie z pohledu klienta i terapeuta, a to formou diskuse.

Doporučení:

Klientce doporučuji pokračovat v ručních pracích, které ji očividně baví. Slouží jako zdroj potěšení pro ni i pro rodinu, kterou svými výrobky obdaruje. Bylo by vhodné v případě zájmu navštívit některé vzdělávací kurzy a v této oblasti se dále vzdělávat.

Zhodnocení

Klientka se od začátku jevila jako velmi zručná a šikovná, což se v průběhu terapie potvrdilo. Velmi rychle pochopila princip tkaní. Naalbinding zvládla po praktické ukázce také bez obtíží. Klientka měla velkou radost z hotových výrobků, ukázaly se jako praktické a plně funkční.

Klientka si cení vlastní práce, prokázala velkou trpělivost a zručnost. Baví ji smysluplná práce, která má jasný cíl a prakticky využitelný výsledek. Klientka má v úmyslu obstarat si vlastní hřebenový stav pro domácí tkaní a pokračovat v obou technikách i v budoucnu.

Souhrn:

Klientka zhodnotila terapii pozitivně, byla pro ni přínosem, protože si osvojila nové techniky a našla nové možnosti využití volného času. Spolupráce byla bez potíží, terapie splnila svůj cíl. Klientka byla spokojena s hotovými výrobky, finanční a materiální nenáročností technik a ocenila praktické využití hotových výrobků.

Kazuistika 4

Věk: 70

Pohlaví: žena

RA

- Ze strany matky: Matka zdravá, zemřela v 56 letech při vlakové nehodě.
- Ze strany otce: Nejistěno
- Potomci: Starší dcera (45) zdravá, vážněji nestonala, je alergická na letní pyly. Bez operací. Má čtyři děti (syn 24, dcera 16, dvojčata dcery 5 let), zdraví. Mladší dcera (40) také zdravá, před pěti lety byla na operaci menisků. Bez alergií. Má dvě děti (dcera 13 a syn 10 let), zdraví.

OA

V dětství vážněji nestonala, prodělala běžné dětské nemoci. V roce 2005 operace kyčle vpravo – TEP, dobře zhojeno, bez komplikací. V roce 2012 diagnostikována CA prsu, nastoupila na chemoterapii. Chemoterapii špatně snášela, hlavně silné nevolnosti a zvracení. Pro celkové zhoršení stavu je nyní převážně doma a nevěnuje se již tolik ani vnoučatům, ani svým zálibám.

SA

Klientka vystudovala gymnázium v Plzni, pracovala jako úřednice a sekretářka. Je rozvedená, z prvního manželství má dvě dcery, z druhého již děti nemá. Žije s druhým manželem v rodinném domě za Plzní. Obec je v dosahu MHD. Dříve měla psa, nyní se stará o několik venku žijících koček.

Dříve se ráda věnovala zahradničení, měla mnoho záhonů a trávila n zahradě většinu volného času. Nyní po chemoterapii se cítí slabá, na zahradu nemá sílu a věnuje se hlavně čtení a křížovkám.

Mladší dcera s vnoučaty bydlí poblíž klientky, často se navštěvují. Starší dcera s vnoučaty za klientkou dojíždí cca 3x do měsíce.

Manžel (70) klientky se léčí pro hypertenzi. Dobře kompenzován, bez potíží. Věnuje se zahradě, ale v menší míře, než kdysi klientka.

FA

Klientka užívá léky v souvislosti s diagnostikovanou CA prsu, blíže je nespecifikovala. Užívá volně prodejné multivitaminy a preparáty Aloe Vera.

GA

Dvě těhotenství, dva porody. Chodí na pravidelné prohlídky cca po roce. Bez potíží.

AA: Alergie neudává

Vstupní vyšetření 24. 8. 2012

BI: 100 bodů

MMSE: 29 bodů

Test IADL: 80 bodů

Škála deprese: 7 bodů

Pohyblivost: Klientka chodí bez kompenzačních pomůcek. Zvládá chůzi v terénu i po schodišti bez potíží. Chodí s batohem na zádech. Kloubní hybnost bez omezení, dostává klientčiny potřebám.

Kůže: Suchá, bez defektů. Zhojená jizva po TEP na pravé DK.

Úchopy: Zvládá všechny bez omezení.

Zájmy: Tv – detektivky, četba beletrie, křížovky a sudoku.

Psychosociální funkce: Klientka nemá problém navázat kontakt s cizími osobami. Je přiměřeně společenská, ale raději vyhledává společnost rodiny. Většinou dobře naladěna.

Kognitivní funkce: Klientka užívá brýle na čtení. Řeč je plynulá, srozumitelná. Klientka nemá potíže s pamětí ani se soustředěním.

Silné stránky: Klientka je velmi trpělivá a pečlivá.

Slabé stránky: Klientka se často cítí unavená, podle manžela někdy po delší dobu nevychází z domu a zdá se smutná.

Cíle klientky: Ráda by si našla nové zájmy, protože na práci v zahradě se již necítí a křížovky ji již neuspokojují.

Cíle ergoterapeuta: Umožnit klientce uplatnit svou pečlivost a trpělivost na nenáročných pracích. Pokusit se aktivizovat klientku ke krátkým vycházkám a k setkáním s přáteli. Zlepšit pomocí smysluplných aktivit psychický stav klientky

KEP: Nácvik tkaní na karetkách, naalbindingu a lucetu včetně vzorování a výběru materiálu.

DEP: Nácvik samostatné práce, případně výběr dalších vhodných technik.

Rámce vztahů: Kognitivně behaviorální

Přístupy: Stupňovaných aktivit

Příklad TČT:

- Karetkování: Nácvik správného sedu během činnosti. Výběr vhodného materiálu, volba vzoru.
- Lucet: Nácvik správného sedu během činnosti. Výběr vhodného materiálu. Nácvik pletení šňůrky. Nácvik vzorování po zvládnutí základní techniky
- Naalbinding: Nácvik správného sedu během činnosti. Výběr vhodného materiálu, volba vzoru. Pletení naalbindingu podle předem zvoleného účelu (čepice).
- Frekvence: 1x týdně po dobu 2 hodin

Průběžné vyšetření 12. 10. 2012

BI: 100 bodů

MMSE: 29 bodů

Test IADL: 80 bodů

Škála deprese: 5 bodů

Závěrečné vyšetření 14. 12. 2012

BI: 100 bodů

MMSE: 29 bodů

Test IADL: 80 bodů

Škála deprese: 3 bodů

Průběh terapeutických jednotek:

Terapeutické jednotky probíhaly jednou týdně po dobu dvou hodin z důvodu časové náročnosti řemesel. Pracovaly jsme v domácím prostředí klientky, na zahradě případně i v domácím prostředí klientčiny přítelkyně. Do pracovní doby byla zahrnuta i pauza trvající cca 10 minut. Celkový počet jednotek byl 15, dvě jednotky se nekonaly z důvodu nemoci a dovolené klientky.

Klientka se seznámila s možnostmi terapie. V průběhu první terapeutické jednotky bylo provedeno vstupní vyšetření a v návaznosti na něm si pak klientka zvolila karetkování a naalbinding.

Během následujících jednotek se klientka naučila základy naalbindingu. Pokus o tkaní na karetkách se ukázal jako nereálný pro přílišnou složitost techniky vzorování a zavádění osnovy do karetek. Byla zvolena náhradní činnost, klientka se naučila pletení šňůrek na lucetu.

Během deváté jednotky jsme provedly průběžné vyšetření. Klientka se seznámila s jeho výsledky a proběhla krátká diskuse.

Následující jednotky probíhaly bez velkých změn. Klientka zhotovila velmi pěknou naalbindingovou čepici a ozdobila ji lucetovými tkaničkami.

Poslední terapeutická jednotka byla věnována závěrečnému vyšetření. Proběhlo zhodnocení výsledků i závěrečné zhodnocení celé terapie formou diskuse.

Doporučení

Klientce doporučuji nadále pokračovat v osvojených řemeslech, výborně tak uplatní svou pečlivost a trpělivost. Je vhodné i v budoucnu luštit křížovky a sudoku jako trénink kognitivních funkcí.

Zhodnocení

Stav klientky se objektivně i subjektivně zlepšil, jak je patrné z výsledků testů (posun ze 7 bodů na 3 body ve škále deprese). Klientka se poměrně rychle naučila novým dovednostem. Vhodně využila staré zásoby pletacích přízí, které měla doma. Pochvaluje si finanční nenáročnost technik a praktickou upotřebitelnost hotových výrobků.

Klientka se na hodiny ergoterapie těšila, několikrát přizvala svou přítelkyni a jednou se terapie konala u její sousedky v domě. Vhodně tak spojila ergoterapii s přátelským posezením, což jí viditelně zlepšilo náladu.

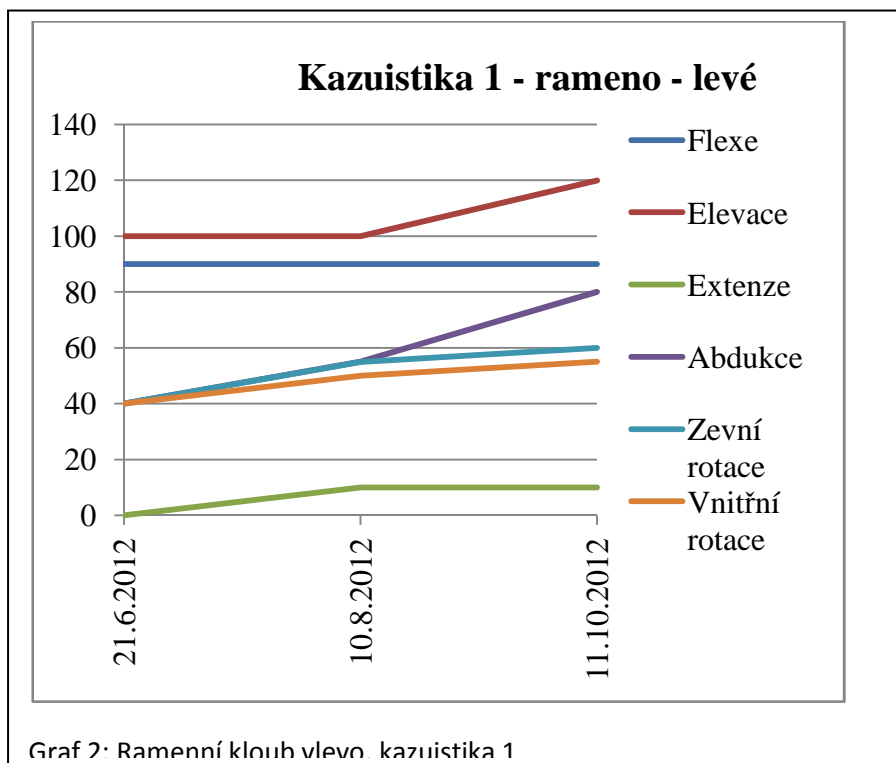
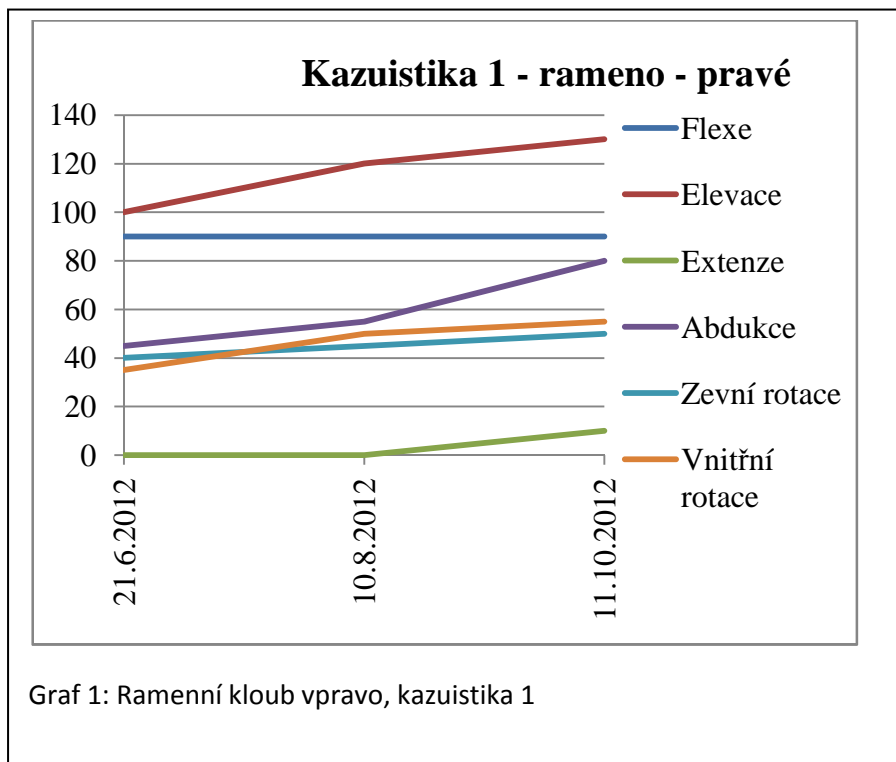
Dle manžela ji práce baví, věnuje se jí poměrně často a má lepší náladu.

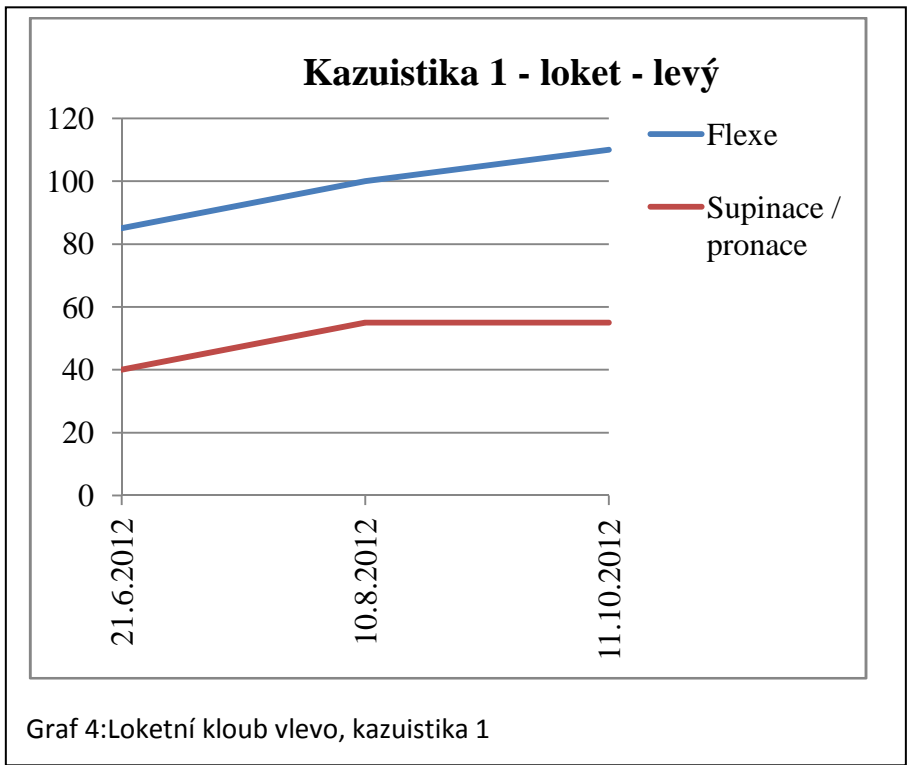
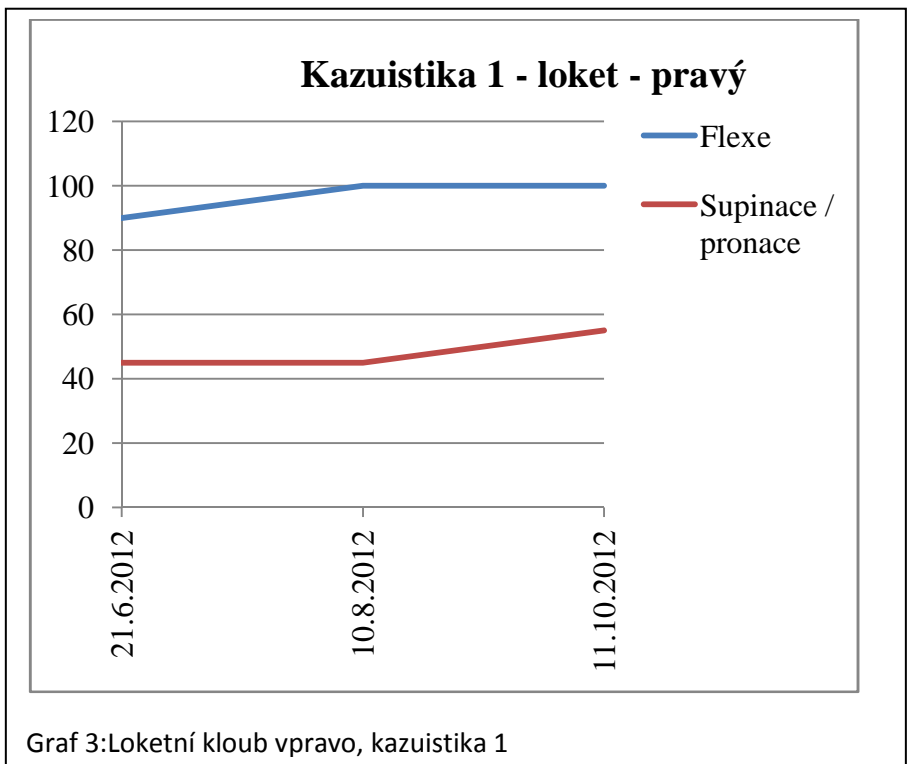
Souhrn:

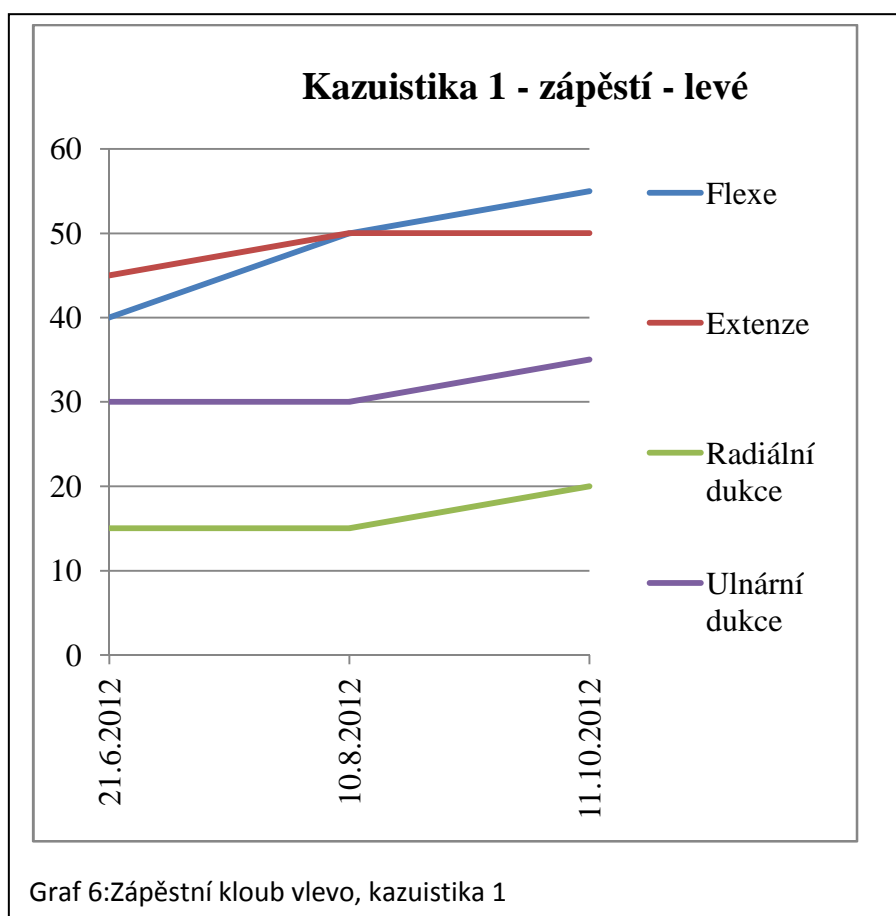
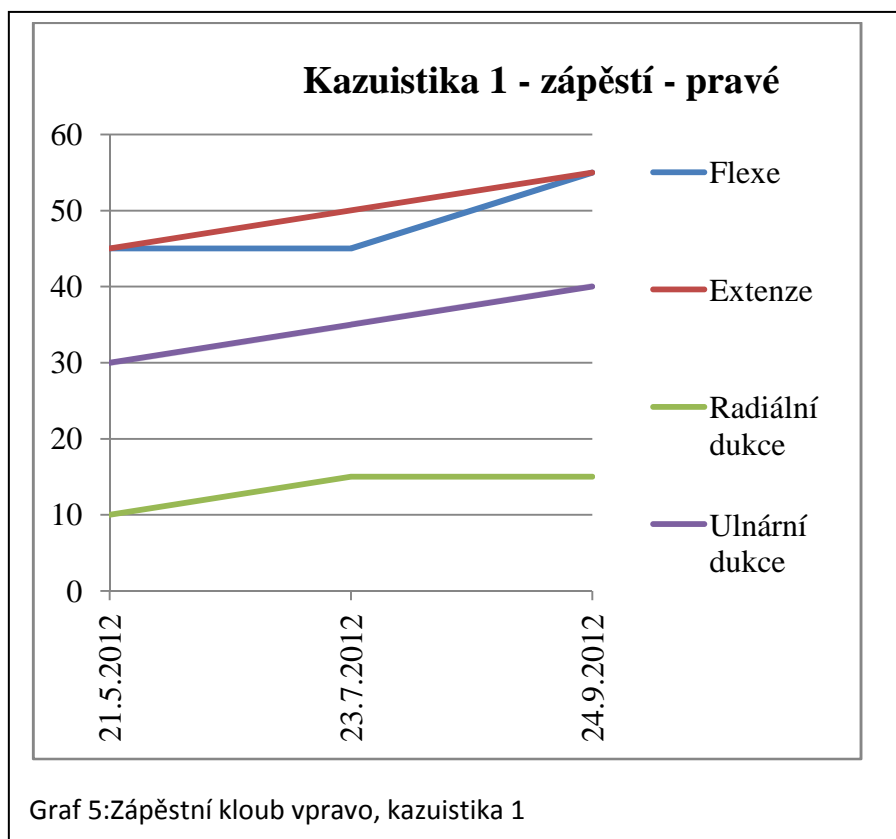
Klientka zhodnotila terapii jako přínosnou, stejně tak její manžel. Zlepšila své společenské styky s okolím, i přes lehký deficit v testu MMSE si klientka osvojila nové techniky. Chybou byla volba techniky tkaní na karetkách, která je velmi složitá a náročná na soustředění. Naopak se osvědčilo pletení na lucetu jako náhradní technika. Klientka byla spokojena s finanční nenáročností materiálu a s praktickou využitelností hotových výrobků. Po skončení terapie pokračovala v pletení v rámci autoterapie.

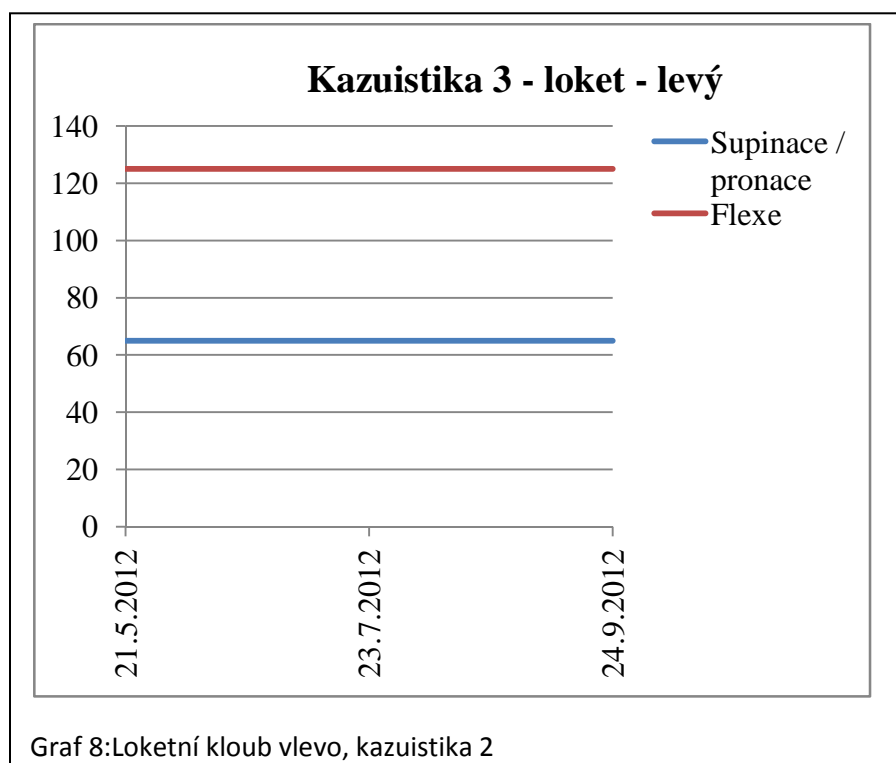
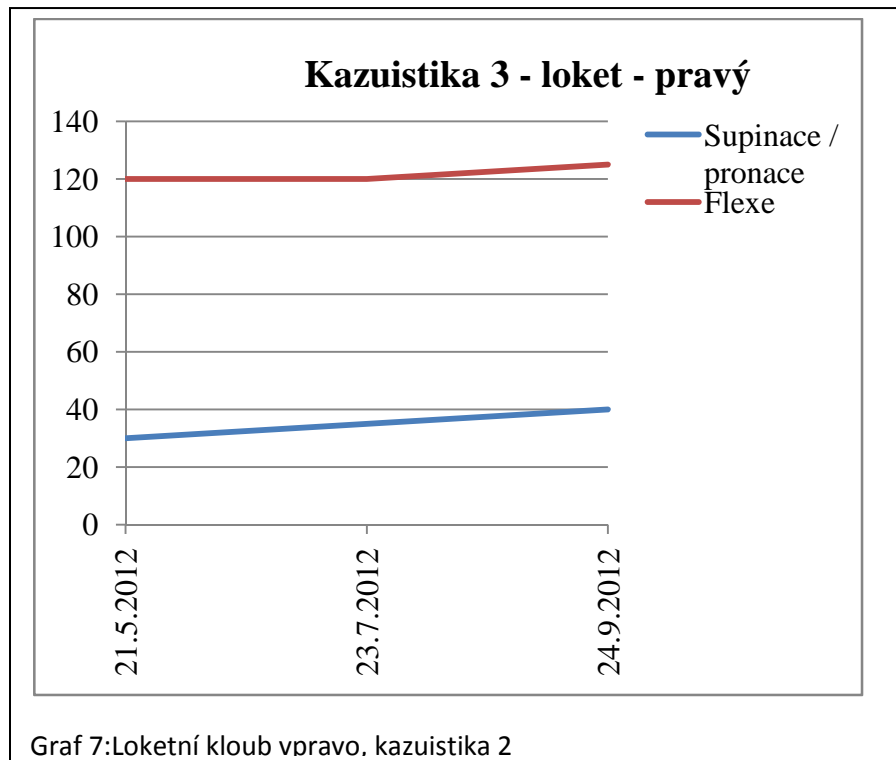
Příloha 5

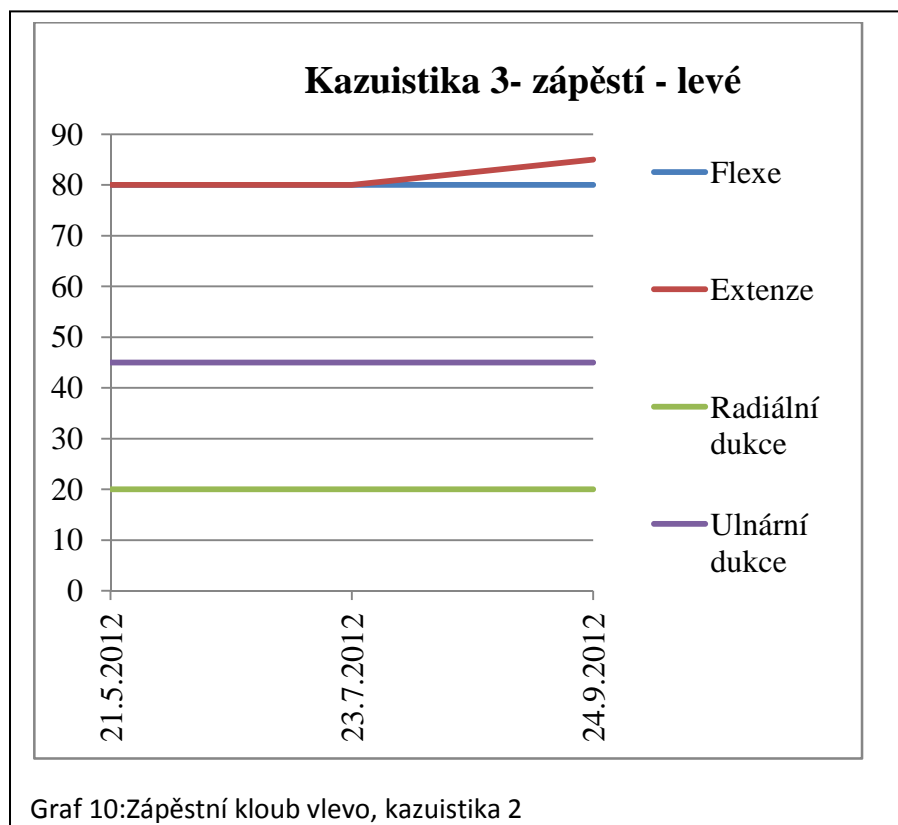
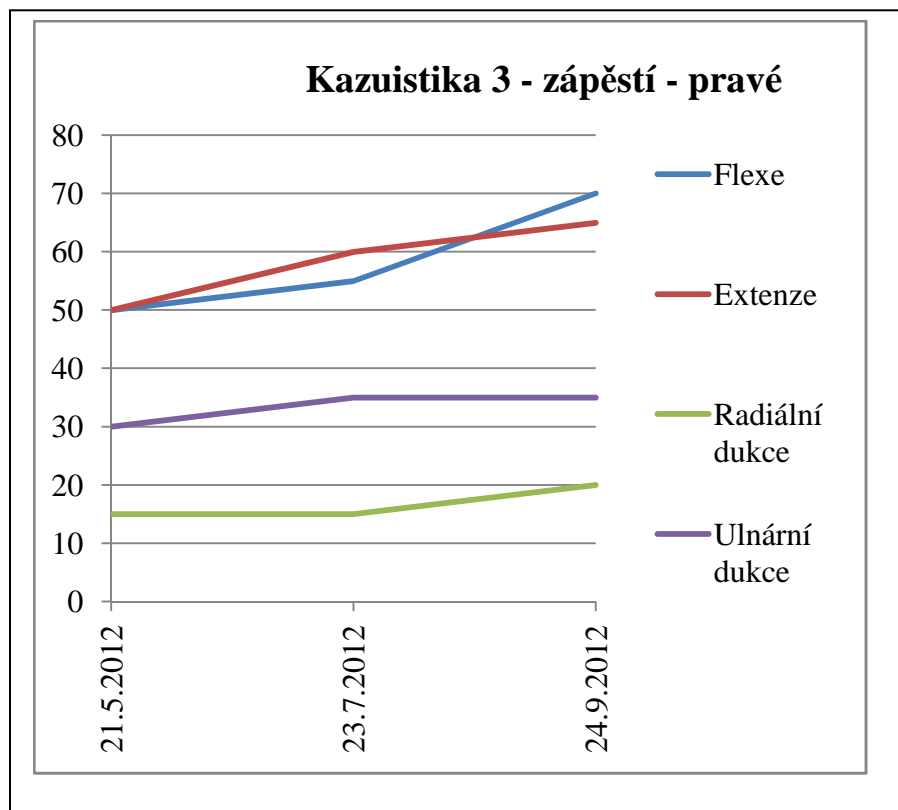
Grafické zpracování výsledků goniometrie u kazuistiky 1 a 3.











Graf 10: Zápěstní kloub vlevo, kazuistika 2