



TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI
Fakulta textilní



Oděvy pro seniory

Bakalářská práce

Studijní program: B3107 – Textil

Studijní obor: 3107R015 – Výroba oděvů a management obchodu s oděvy

Autor práce: **Tereza Blahůtová**

Vedoucí práce: Ing. Eva Hercíková





TECHNICAL UNIVERSITY OF LIBEREC
Faculty of Textile Engineering



Clothing for seniors

Bachelor thesis

Study programme: B3107 – Textil

Study branch: 3107R015 – Clothing Production and Management of Clothing
Trade

Author: **Tereza Blahůtová**

Supervisor: Ing. Eva Hercíková



ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Tereza Blahútová**
Osobní číslo: **T14000317**
Studijní program: **B3107 Textil**
Studijní obor: **Výroba oděvů a management obchodu s oděvy**
Název tématu: **Oděvy pro seniory**
Zadávací katedra: **Katedra oděvnictví**

Z á s a d y p r o v y p r a c o v á n í :

1. Vypracujte rešerši na téma seniory z hlediska nejčastějších změn tělesných systémů (kůže, kostra, vylučovací systém) s přibývajícím věkem.
2. Navrhněte a proveďte průzkum (např. formou dotazníku) s cílem získat připomínky a požadavky na běžně užívané oděvy pro seniory.
3. Z výsledků průzkumu sepište požadavky na oděvy z hlediska seniorů a z hlediska pečujících osob.
4. Na základě požadavků navrhněte vhodné oděvy pro seniory a jejich úpravy.

Rozsah grafických prací: dle rozsahu dokumentace

Rozsah pracovní zprávy: cca 40 stran

Forma zpracování bakalářské práce: tištěná

Seznam odborné literatury:

- JAROŠOVÁ, Darja. Péče o seniory. Ostrava: Ostravská univerzita, 2006. ISBN 80-7368-110-2.
- DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar. Kvalita života seniorů: v domovech pro seniory. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-4138-3.
- Vybrané statě z technologie oděvní výroby II., přednášky KOD-FT-TUL

Vedoucí bakalářské práce: Ing. Eva Hercíková
Katedra oděvnictví

Datum zadání bakalářské práce: 14. listopadu 2016

Termín odevzdání bakalářské práce: 5. května 2017


Ing. Jana Drašarová, Ph.D.
děkanka




doc. Ing. Antonín Havelka, CSc.
vedoucí katedry

V Liberci dne 14. listopadu 2016

Žádost o změnu termínu odevzdání závěrečné práce

Jméno a příjmení: TEREZA BLAHUTOVÁ

Osobní číslo: T14000317

Studijní program: TEXTIL (B3107)

Studijní obor: VOMO

Zadávací katedra: KOD

Žádám o změnu termínu odevzdání bakalářské práce z KVĚTEN 2017 na KVĚTEN 2018

Odůvodnění žádosti: ŽÁDÁM O PRODLOUŽENÍ ODEVZDÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE Z DŮVODU PRODLOUŽENÍ STUDIA.

V LIBERCI dne 26. 10. 2017

Podpis:

Blahutová

Vyjádření vedoucího práce:

Souhlasím. Hřešíková

Vyjádření vedoucího katedry:

Souhlasím.

27 OKT. 2017

TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI
FAKULTA TEXTILNÍ
Katedra oděvnictví ①



Prohlášení

Byla jsem seznámena s tím, že na mou bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb., o právu autorském, zejména § 60 – školní dílo.

Beru na vědomí, že Technická univerzita v Liberci (TUL) nezasahuje do mých autorských práv užitím mé bakalářské práce pro vnitřní potřebu TUL.

Užiji-li bakalářskou práci nebo poskytnu-li licenci k jejímu využití, jsem si vědoma povinnosti informovat o této skutečnosti TUL; v tomto případě má TUL právo ode mne požadovat úhradu nákladů, které vynaložila na vytvoření díla, až do jejich skutečné výše.

Bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím mé bakalářské práce a konzultantem.

Současně čestně prohlašuji, že tištěná verze práce se shoduje s elektronickou verzí, vloženou do IS STAG.

Datum:

Podpis:

Poděkování

Ráda bych touto cestou poděkovala Ing. Evě Hercíkové za odborné vedení a cenné rady při zpracování této bakalářské práce.

Zároveň také děkuji svému příteli a rodině za podporu, a také všem ostatním, kteří mě podporovali po celou dobu studia, a podíleli se na vzniku této práce.

Abstrakt

Tato bakalářská práce je zaměřená na oděvní výrobky a materiály pro seniory z hlediska jejich snížených motorických schopností. Teoretická část práce se věnuje nejčastějším změnám tělesných systémů s přibývajícím věkem a požadavkům na oděvy pro seniory. Praktická část je zaměřena na vyhodnocení dotazníků od seniorů a od pečovatelů s cílem zjistit požadavky na oděvy z hlediska tělesných změn. Závěr práce obsahuje zhodnocení odpovědí z obou verzí dotazníků a navržení nejvhodnějších oděvních výrobků od nejspodnější vrstvy po nejsvrchnější.

Klíčová slova

- Senior
- Stáří
- Inkontinence
- Respondent
- Pečovatel
- Oděvy

Abstract

This bachelor thesis is focused on the clothing products and materials for seniors in terms of their reduced motor skills. The theoretical part deals with the most frequent changes in body systems with increasing age and requirements for clothing for seniors. The experimental part is focused on the evaluation of questionnaires from seniors and caregivers with the aim of identifying clothing requirements in terms of body changes. The conclusion of the thesis includes the evaluation of the answers from both questionnaire versions and the design of the most suitable clothing products from the lowest to the topmost layers.

Keywords

- Senior
- Age
- Incontinence
- Respondent
- Caregiver
- Clothing

Obsah

Seznam použitých zkratk.....	11
Úvod.....	12
1 Teoretická východiska	13
1.1 Stáří a stárnutí	13
1.2 Nejčastější tělesné změny seniorů, které ovlivňují odívání	14
1.2.1 Inkontinence.....	14
1.2.2 Onemocnění pohybového aparátu.....	19
1.2.2.1 Degenerativní onemocnění kloubů.....	21
1.2.2.2 Degenerativní onemocnění kostí.....	22
1.2.3 Kožní problémy.....	24
1.3 Požadavky na oděvy.....	26
1.3.1 Údržba oděvů	26
1.3.1.1 Vyvařování textilií	27
1.3.2 Oděvní komfort	29
1.3.3 Snadnost oblékání a svlékání	29
1.3.4 Velikostní sortiment.....	30
2 Praktická část	31
2.1 Vyhodnocení průzkumu	32
2.1.1 Dotazník – verze pro seniory	32
2.1.2 Dotazník – verze pro pečovatele	46
2.2 Navrhnutí vhodných oděvů pro seniory	54
2.2.1 Pohled seniorů a pečovatelů.....	54
2.2.2 Spodní vrstva oděvů.....	55
2.2.3 Vrchní vrstva oděvů	58
2.2.4 Svrchní vrstva oděvů.....	58
Závěr	60
Použitá literatura	61
Seznam obrázků:	64
Příloha	66
Příloha č.1: Dotazník – verze pro seniory	67
Příloha č.2: Dotazník – verze pro pečovatele.....	71

Seznam použitých zkratek

ICS International Continence Society (Mezinárodní společnost pro inkontinenci)

ČR Česká republika

Tzv. takzvaný

Např. například

Apod. a podobně

U3V Univerzita třetího věku

TUL Technická univerzita v Liberci

FT Fakulta textilní

Úvod

Senioři, především ve věku od 60 let nevyhnutelně trpí problémy, které jim brání či znesnadňují jednu z nejzákladnějších lidských schopností, a to samotné odívání.

Tato bakalářská práce se skládá ze dvou částí, a to z části teoretické a části praktické.

Postup zpracování teoretické části vychází z nejčastějších tělesných změn seniorů, jedná se však pouze o ty změny, které ovlivňují seniory z hlediska odívání. V této části je popsána celá jejich problematika. Teoretická východiska byla zpracována na základě prostudované odborné literatury a internetových zdrojů. Použité zdroje měli jak elektronickou, tak i knižní podobu. Veškeré tyto zdroje jsou uvedeny v seznamu použité literatury.

Praktická část se skládá z dotazníkového šetření. Dotazník má 2 verze. Skládají se z otázek týkajících se odívání seniorů, na které se vztahují problémy uvedené v teoretické části. První verze dotazníkového šetření je pouze pro seniory nad 60 let, kteří jsou jak soběstační, tak zároveň i těmi, kteří se o sebe nedokážou zcela samy postarat a potřebují pomoc pečovatele. Druhá verze dotazníkového šetření je určená pečovateli o seniory v zařízeních.

Díky analýze získaných odpovědí od respondentů jak seniorů, tak i pečovatelů bylo možné zhodnotit a navrhnout co nejvhodnější oděvy od nejspodnější po nejsvrchnější vrstvu pro seniory z hlediska jejich snížených motorických schopností. Dosažené výsledky jsou zhodnoceny v závěrečné části práce.

1 Teoretická východiska

1.1 Stáří a stárnutí

Stáří a stárnutí je přirozený a nezvratný biologický proces, který trvá od početí až po smrt jednotlivce. V tomto smyslu není nutné vymezovat žádné hranice ani životní etapy, stárnutí se týká všech a stejným způsobem. Rozdíly pak existují pouze ve formě a průběhu tohoto procesu. Hlavní charakteristiky stáří a stárnutí jsou rozdílné a individuální u jedince, ale patří mezi ně například zdravotní či psychický stav jedince, dlouhodobé vztahy s rodinou, rodinné zázemí, a další.

Obecně podle Dvořáčkové lze říci, že stárnutí je série změn, která se specificky projevuje na duši i těle. Ve stáří dochází k rozvoji onemocnění, zhoršuje se smyslové vnímání, klesá pohyblivost, schopnost učení, mění funkčnost paměti, snižuje se výkon, a nakonec i samotná soběstačnost. (Dvořáčková, 2013)

Pro pojem senior tedy nelze určit přesný věk, odvíjeno je u každého jedince naprosto individuálně. Věkové rozdíly mezi seniory mohou dosahovat až 30 let.

Seniorský věk se většinou dělí na:

- Rané stáří 60-74 let,
- Vlastní stáří 75-89 let,
- Dlouhověkost 90 a více let.

Určení přesného vymezení je velmi obtížné. Záleží především na tělesné a duševní kondici a také na genetických předpokladech.

Aktivní senior kolem 70 let, může být mnohem zdravější a čilejší, než jiný senior například v 63 letech. (Čevela, 2012)

Pokusů o definici stárnutí a stáří už bylo učiněno mnoho, avšak žádná z definic není absolutní a definitivní. Fyzický stav koreluje s věkem a je často charakteristikou, která se užívá nejčastěji. Chronologické označení věku má však své potíže. Většina spisovatelů se shoduje, že nelze přesně definovat pojem stáří. Především pro to, že na charakteru stáří se podílí řada faktorů, například zdravotní stav, životní styl, vlivy sociálně ekonomické a psychické a ostatní. (Jarošová, 2006)

1.2 Nejčastější tělesné změny seniorů, které ovlivňují odívání

Tělesné změny se týkají většiny orgánových soustav a jejich orgánů. V období stáří sebou přináší celkové zhoršení zdravotního stavu, což můžeme vidět prostřednictvím těla, jeho vzhledu a funkčnosti. Pro okolí bývají nejnápadnější pohybové změny. Svaly postupně atrofují a ztrácejí na své pružnosti a síle. Zúžuje se průměr kostí a stávají se křehčími. Vzniká tudíž větší nebezpečí zlomenin.

Změny postihují například nervový, trávicí a vylučovací systém, u kterého se jedná konkrétně o poruchy funkce močového měchýře. (Mlýnková, 2011)

Jak už bylo zmíněno „o poruchách funkce močového měchýře“, tak související zdravotní problém se kterým se setkává většina seniorů především vyšší věkové kategorie je inkontinence neboli únik moči.

1.2.1 Inkontinence

Dle definice International Continence Society (dále ICS) je inkontinence stav, kdy dochází k nechtěnému samovolnému úniku moči.

Vyskytuje se u žen i mužů, u dětí, dospělých i ve stáří. Inkontinencí trpí v České republice více než 200 tisíc osob nad 65 let. V jednotlivých obdobích života má určité odlišnosti v příčinách, projevech, diagnostice a léčbě.

Ve vyšším věku začíná pomalu klesat schopnost ledvin tvořit a vylučovat moč. Týká se to především kapacity močového měchýře a snížením síly svěračů uretry. U žen může být inkontinence způsobena ochabnutím svalstva pánevního dna, za to u mužů může být příznakem prostaty. U obou pohlaví se také snižuje schopnost kompletního vyprázdnění močového měchýře.

Hlavní roli hraje dědičnost a genetické faktory. Ženy jejichž rodinní příslušníci zejména matky či babičky trpící vysokým stupněm inkontinence mají vyšší riziko vzniku inkontinence. Pohlaví u inkontinence je velmi zkoumaným faktorem. Inkontinence stresová je mnohem vyšší u žen než u mužů. U žen starších šedesáti let je výskyt inkontinence 1,5 - 2x vyšší než u mužů. (Čermák, 2006)

Inkontinence má řadu **příznaků**, díky kterým ji snadno určíme. Příznaky lze dělit do dvou skupin, a to na iritační a obstrukční.

Iritační příznaky se projevují častým a nutkavým močením v noci, jsou doprovázeny bolestí u močení. Pokaždé se jedná o nechtěný samovolný odtok moči. U **obstrukčních** příznaků se jedná o opožděný začátek močení, její odkapávání, přerušovaný či slabý proud moči a neustálý pocit nedostatečného vyprázdnění.

Při naplněné močového měchýře se u člověka v klasických případech předá informace přes nervové centrum ve spodní míše do odpovídajících center v mozku. Měchýř kontrahuje, svěrače se povolí a moč odeče.

U nekontrolovatelného úniku moči může dojít u svěračů, které už nemají dostatečnou uzavírací sílu, měchýř nemůže kontrahovat příliš málo ani příliš silně, nastává poté narušení předávání nervových impulsů mezi močovým měchýřem, míchou a mozem. Tyto poruchy mohou mít různé aspekty, jedná se například o úrazy spojené s poraněním míchy, infekce močových cest, účinky léků, ochabnutím pánevního dna a dalšími. (*Inkontinence* ©2010)

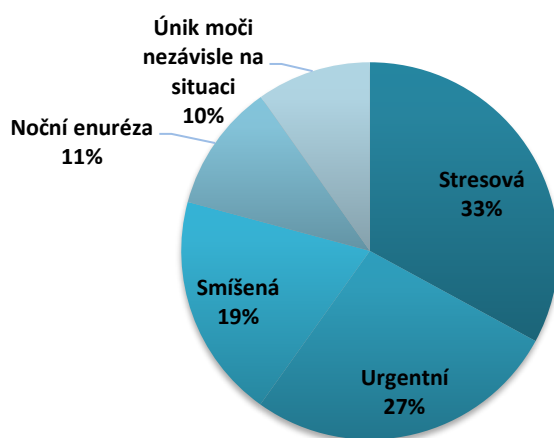
Příčiny inkontinence se zpravidla dělí dle délky trvání:

- **Trvalá**, také lze říci chronická je nejčastější typ inkontinence způsobena oslabením svalstva pánevního dna, onemocněním nervové soustavy, cukrovkou, nádorovým onemocněním a podobně.
- **Přechodná**, také lze říci akutní je inkontinence vzniklá vůči infekci močových cest, konzumací alkoholu či užíváním léků.

Rozpoznáváme 3 základní typy inkontinence moči. Inkontinenci stresovou, urgentní a smíšenou.

Stresová je nejrozšířenější typem, kdy dochází k mimovolnému úniku moči, který je spojený s fyzickou aktivitou. Je to nejčastějším typem u žen. **Urgentní** se vyznačuje silným a náhlým nutkáním na močení, který nezvládneme vůli ovládat. Je to zcela neočekávané a náhlé spojené s křečemi. **Smíšená** inkontinence zahrnuje oba předchozí zmiňované typy, je to jejich kombinace. Existují ještě 2 vedlejší typy, které nejsou zcela obvyklé, jedná se o enurézu, při které dochází výhradně k pomočování ve spánku, a o poslední typ, při kterém je únik moči zcela nezávislý na situaci.

V následujícím grafu č.1 můžeme vidět procentuální vyjádření obyvatel v České republice, kteří trpí určitým typem inkontinence.



Obrázek 1: Graf č. 1 – Typy inkontinence moči vyjádřeny procentuálně (Inkontinence ©2010)

Inkontinence je také dělena do tří stupňů, v lehké, střední a těžké formě.

Stupně dle závažnosti a pomůcky pro určité stupně ideální:

První stupeň – lehká inkontinence

Jedná se únik moči při náhlém a velkém tlaku na břicho, může to být způsobeno i smíchem, kýchnutím, kašlem. Ztráta moči je 50-100 ml během cca 4 hodin.

- Vložky pro ženy – jsou velmi prodyšné, mají suchý povrch díky speciální svrchní vrstvě a superabsorbentu.



Obrázek 2: Dámské inkontinenční vložky pro lehký stupeň inkontinence (Abena)

- Absorpční vložky pro muže – na tyto druhy pánských vložek jsou kladeny stejné základní požadavky jako vložky pro ženy, navíc ale jsou přizpůsobené anatomii mužů.



Obrázek 3: Inkontinenční vložky pro muže pro lehký stupeň inkontinence (Abena)

Druhý stupeň – střední forma inkontinence

Jedná se únik moči při mírném tlaku na břicho, například chůze po schodech, lehká fyzická práce). Ztráta moči je 100-200 ml během cca 4 hodin.

- Vložné plený – Jsou vhodné pro mobilní a ležící pacienty, jsou také velmi prodyšné, což patří k základním požadavkům pro všechny vložky. Tento typ je doporučen používat s fixačními kalhotkami a má přizpůsobený anatomický tvar.



Obrázek 4: Vložné plený pro střední stupeň inkontinence (Abena)

- Navlékací plenkové kalhotky – jsou speciálně pro mobilní pacienty, také jsou velmi prodyšné a je s nimi jednoduchá manipulace, zajišťují komfort a diskrétnost. Tento typ lze použít pro střední i těžkou inkontinence, mají různé tvary dle obvodu boků, kdy jejich přizpůsobený anatomický tvar zabraňuje prosáknutí.



Obrázek 5: Navlékací plenkové kalhotky pro střední inkontinenci (Abena)

Třetí stupeň – těžká inkontinence

Při posledním stupni inkontinence dochází k úniku moči při minimální fyzické námaze bez možnosti jakékoliv kontroly. Ztráta moči je 200-300 ml během cca 4 hodin.

- Plenkové kalhotky – jedná se o stejný typ jako pro pacienty se středním stupněm inkontinence, ale mohou být ještě vylepšeny o možnost opakovaného zapínání.



Obrázek 6: Plenkové kalhotky pro střední až těžkou inkontinenci se zapínáním (Abena)

- Fixační kalhotky – tyto kalhoty mají tu výhodu, že je lze vyprat v pračce, a proto je lze opakovaně používat, navíc se přizpůsobují tělesným tvarům.



Obrázek 7: Fixační kalhotky pro střední až těžkou inkontinenci (Abena)

- Podložky pod nemocné – Jedná se o přímou podložku pod pacienta vůči ochraně lůžka, je zcela nepropustná, má vnější neklouzavou folii. Jádrem podložky musí být zcela savé nebo na bázi superabsorbentu. (*Inkontinence* ©2010)



Obrázek 8: Inkontinenční podložka pod pacienty (Abena)

Léčba inkontinence je možná. Důležité je především nestydět se za tento problém a řešit to s lékařem zavčas, než dojde inkontinence do dalšího stupně, kdy už je léčba obtížnější. Pro léčbu lze provádět Kegelovo cvičení pánevního dna, kdy těmito cviky lze navrátit močovému měchýři a trubici podporu ochablých svalů. Tato léčba je ale účinná pouze tehdy, pokud příčinou inkontinence bylo oslabení svalů pánevního dna, což patří mezi jedny z nejčastějších příčin. V podstatě jde o vědomé stahování svěračů.

Další způsob je hormonální terapie, kdy žena může být po menopauze ohrožena únikem moči z důvodu poklesu estrogenu. V poslední řadě je tu operativní léčba pomocí tzv. TVT pásků, kdy slouží páska jako podpora pro ochablou močovou trubici a odstraní inkontinenci navždy. Není ale vhodná pro těhotné ženy či pro ženy plánující těhotenství. Tento způsob je navíc plně hrazen pojišťovnou.

Jako **prevence** může být právě posilování svalů pánevního dna nebo udržování celkové fyzické kondice. Riziková faktor je obezita. Existují ale také faktory, které nemůžeme ovlivnit, a proto prevence této nemoci není zcela stoprocentní. (Vitalion)

1.2.2 Onemocnění pohybového aparátu

Stárnutí je doprovázeno postupným snižováním výkonnosti a fyzické schopnosti. Svalová síla začíná ubývat, pohyby jsou pomalejší a stále vláčnější.

Tělesné změny stárnoucího organismu postihují především pohybový aparát, což se projevuje na změnách chůze a také postoje. U seniora dochází k omezení kloubní pohyblivosti a snížení počtu svalových vláken. Krok se stále zkracuje a chůze tím zpomaluje.

Podle celosvětových lékařů není skoro polovina osob starších osmdesáti let schopna sejít ze schodů pro své pohybové potíže. (Rozkydal)

Snížená pohyblivost u jedince může být způsobena mnoha následky, zde jsou vypsány ty, které nejčastěji postihují osoby všech věkových kategorií. Rozdělujeme je do kategorií, kdy dochází k dočasné a trvalé snížené pohyblivosti.

Mezi **dočasné** patří snížená pohyblivost zapříčiněna:

- **chirurgickým zákrokem** – dočasná sníženou pohyblivost, kdy se pacienti po zákroku nemohou nebo nemůžou příliš pohybovat,
- **zlomeninou** – častý způsob chvilkové snížené pohyblivosti zasažené lze horní i spodní části těla,
- **pracovním úrazem** – dle vykonávané práce, např. popálení, zlomeniny, úraz na pracovním stroji apod.,

Mezi **trvalé** patří snížená pohyblivost zapříčiněna:

- **parkinsonovou chorobou** – nadměrná ztráta nervových buněk, kdy pacient vůbec není schopný kontrolovat, a navíc ani ovládat svůj pohyb,
- **nemocí** – může se jednat například o rakovinu, která v rozšířené formě způsobuje i sníženou pohyblivost,
- **mozkovými mrtvicemi** – mozek přestává pracovat a po opakovaných mrtvičkách i zapomíná dávat tělu signály k pohybu a pacient může přestat i zcela ovládat a kontrolovat své tělo,
- **stářím** – projevu je ve vyšším věku, ale jedná se o trvalou formu, kterou už nelze vyvrátit, snižuje se výkon mozku a selhávají orgány. (Kryvenková, 2010)

Dle průzkumu Kryvenkové 2010, kdy byl průzkum zaměřen na oděvy pro seniory, kteří už nejsou soběstační a musí být hospitalizováni v nemocničním zařízení se zjistilo, že nejvhodnějším oděvem pro seniory v zařízení je klasická nemocniční pooperační košile Anděl (viz obrázek 9), z průzkumu ovšem plyne, že ošetřovatelé by uvítali zásadní změny v konstrukci košile Anděl vzhledem ke snížené pohyblivosti jedince. Změny, které navrhuji jako nejvýznamnější jsou především prohloubení průkrčníku, jelikož oděv příliš obepíná krk a stává se velmi těsným, také jsou problémem rukávy, bývají někdy úzké a špatně se poté do toho senioři oblékají jak samy, tak i s pomocí ošetřovatele. Úprava, kterou by ošetřovatelé ještě uvítali by byl jiný typ zapínání, mezi návrhy byl například suchý zip, změnu by uvítali především z důvodu, že pokud si uvazují košili Anděl samy senioři, občas si to nevhodně zauzlují a poté musí ošetřovatelé uštíhnout vázání a košile se stávají znehodnocenými.



Obrázek 9: Nemocniční pooperační košile Anděl (Apos Brno)

Z onemocnění pohybového aparátu jsou častá degenerativní onemocnění (artróza, osteoporóza apod.). Jako pohybový aparát se vyznačují především klouby, kosti a svaly.

1.2.2.1 Degenerativní onemocnění kloubů

Mezi nejčastější onemocnění kloubů patří artróza (osteoartróza) či artritida. Klouby se stávají méně ohebnými a pružnými a jsou často postiženy právě artrózou, která zhoršuje jejich pohyblivost a obratnost. Problémy s klouby bývají zapříčiněny obezitou a vadným držením těla. (Rozkydal)

Osteoartróza

Jedná se o degenerativní onemocnění chrupavky a okolních tkání synoviálního kloubu. Ve věku nad 65 let trpí osteoartrózou nadpoloviční část populace, ve věku na 75 let jí trpí 80 % populace.

Dělí se na primární a sekundární. **Primární** začíná po 40. roku věku, zasahuje především drobné klouby na ruku, kyčle, kolenní klouby, bederní a krční páteř. **Sekundární** osteoartróza popisuje stavy opakovaného krvácení do kloubů, zánětlivé procesy, stavy po zlomeninách a po operacích.

Osteoartróza je 2x častější u seniorů trpící obezitou, mnohem více jí trpí ženy. Chrupavka začne ztrácet svou hladkost a lesk, stává se měkčí, je rozvlákněná, matná a někdy nažloutlá.

Mezi důležité příznaky patří:

- Omezení hybnosti,
- Mírné bolesti při změně počasí, které se v pozdějším věku stále zvyšují,
- Ranní ztuhlost,
- Kulhání, snížení délky chůze a stání,
- Zhrubění kontur kloubu a další.

Osteoartróza se dá léčit, a to například omezením zátěže, úpravou životního a pracovního režimu, pravidelným cvičením, snížením váhy, lázeňskou léčbou apod. (Rozkydal)

Artritida

Artritida je degenerativní onemocnění kloubů, které postihuje velké nosné klouby dolních končetin. Nejčastěji postihuje osoby s nadváhou nad 50 let, výjimkou ale nejsou ani mladší osoby.

Rozděluje se na **infekční** a **neinfekční**. Častěji se setkáváme s neinfekčními záněty, kdy je napaden imunitní systém a ničí vlastní tkáň.

Revmatoidní artritida je kloubní onemocnění, které postihuje především ženy středního věku. Nejčastěji jsou postiženy zápěstí a drobné klouby ruky. (Aktivity pro zdraví)

1.2.2.2 Degenerativní onemocnění kostí

Tělesné změny postihují kosti, a to především u ženského pohlaví, kdy po přechodu ubývá kostní hmota. Kosti se stávají křehčími a snadněji se lámou, tento problém se nazývá osteoporóza.

Kosti mohou být postiženy příčinou dědičnosti, vrozených vad, záněty, metabolických chorob (osteoporóza). Existují také případy onemocnění důsledkem nádorových onemocnění.

Osteoporóza

Je to metabolická kostní choroba, která se projevuje řídnutím kostní tkáně. V kostech se vytvoří póry, začne ubývat vápník a ostatní minerály.

Příčinou osteoporózy může být podvýživa, věk, menopauza nebo nedostatek pohybu. Projevuje se především bolestí zad, zmenšením tělesné výšky, sníženou pohyblivostí a vytvořením hrbu. (Aktivity pro zdraví)

Zmíněná onemocnění jako je osteoporóza a osteoartróza jsou také příčinou zhoršení motoriky u seniorů.

Především jemná motorika je v seniorské věku velmi závažným problémem pro samotné oblékání. Může ovlivňovat odívání z hlediska zapínání oděvů, kdy si senioři nejsou schopni ani samy zapnout knoflíky či pouhý zip.

Jemná motorika je řízena aktivitou drobných svalů, jedná se o manipulaci s drobnými předměty, pohyby prstů a uchopování věcí.

Příčiny zhoršení jemné motoriky u seniorů jsou již zmíněná osteoporóza, osteoartróza, svalová atrofie, imobilizační syndrom a další.

Rozvíjet motoriku u seniorů lze pravidelným zapínáním knoflíků na oděv, navlékáním nitě nebo korálek, oblékání ponožek či hraním společenských her či vybarvováním omalovánek. (Vyskotová, 2013)

1.2.3 Kožní problémy

K nejvíce viditelným známkám stárnutí patří především kožní změny. Jsou spojeny s genetickou výbavou a různými faktory, mezi které patří nejenom životní styl, hydratace, stres, pohyb, výživa, alergie, hygiena a péče o pokožku, ale také pití alkoholu a kouření.

Kůže je pro nás velmi důležitá, a proto je nutné ji udržovat v co nejlepším stavu. Pomáhá nám kontrolovat tělesnou teplotu, umožňuje cítit dotyk, tlak a bolest. Lidé staršího věku už jsou ovšem vystaveni vyššímu riziku poranění kůže. Mají kůži tenčí, která se pomaleji regeneruje a hojí. (Adamová, 2015)

Stárnutí kůže se projevuje především sníženou obranyschopností organismu, hormonálními změnami a zpomalením regenerace buněk. Především v zimním období působí nepříznivě nízké venkovní teploty, které se rychle střídají se suchým vzduchem ve vyhřáté místnosti. Kůže se stává u seniorů velmi rychle suchou, na suchou kůži má vliv až 40 % kožních problémů. Stává se oslabenou a zvyšuje se tudíž riziko vniknutí škodlivých látek a mikroorganismů do těla. Velmi důležitou věcí, která chrání pokožku je vitamín E, kůže potřebuje dostatek vitamínů, minerálů a aminokyselin. Podstatná je také konzumace ovoce a zeleniny a dostatečný příjem tekutin. Přímo vitamín E můžeme najít v rostlinných olejích, obilných klíčcích nebo v sóji. (Minczinger).

Mezi nejčastější onemocnění kůže, kterými trpí senioři jsou ekzémy nebo třeba psoriáza neboli lupénka, tvorba bradavic, svrab, omrzliny, plísňe, různé alergie, bakteriální infekce a spousty dalších.

Ekzémy postihují každého jedince. Od úplného novorozence až po dlouhověkého seniora. Atopický ekzém se projevuje různě v různých formách. Hodně forem postihuje především kojence a větší děti. Je ale i forma, která postihuje především dospívající a starší jedince. U této formy se postižená kůže vysušuje a bývá ztlustělá. Nejvíce jsou postiženy loketní a kolenní jamky a zápěstí, ale také krk, hrudník, čelo, prsty a nehty. U této formy se vyskytuje i svědivá začervenalá vyrážka.

Psoriáza neboli lupénka je chronické onemocnění kůže, nehtů a kloubů. Tato vyrážka napadá nejčastěji vlasovou část hlavy, lokty či kolena. Medicína prokázala, že až 15 % pacientů s lupenkou (psoriázou) má vyrážku v tak závažném stavu, že jim to působí velké potíže a omezuje normální život. U cca 5 % se projevují bolesti kloubů a otoky. Příčina této nemoci nejsou zcela jasné. Může to být genetika či vrozené dispozice, stresové situace, ozařování, přemíra alkoholu, kouření, hormonální změny či špatná strava. Velkou roli při vzniku lupénky hraje suchý vzduch, nízké teploty, poranění či spálení kůže, nadměrné holdování alkoholu. Prevence není zcela možná, lze za prevenci považovat vyhýbání se již zmíněným bodům. (Aktivity pro zdraví).



Obrázek 10: Lupénka v části loktu (Aktivity pro zdraví)

1.3 Požadavky na oděvy

Oděvy by měli splňovat požadavky jak seniora, tak i ošetřovatele. Rozdělují se poté na soběstačné a nesoběstačné seniory. U nesoběstačných seniorů ošetřovatelé preferují především snadnost oblékání/svlékání, poté komfort. Senioři oproti tomu vyžadují především oděv, ve kterém se budou cítit pohodlně a příjemně a samozřejmostí je i snadné oblékání a svlékání. Oděvy musí splňovat i antibakteriální prvky a musí být v souladu se zdravotním stavem seniora.

1.3.1 Údržba oděvů

Při údržbě textilií je velmi důležitá znalost symbolů, které jsou stanoveny výrobcem s ohledem na nejcitlivější část výrobku.

Dodržením doporučených postupů nedojde ke znehodnocení výrobku, nicméně tyto postupy nezaručují zcela 100 % odstranění skvrn či špíny. (Textil Forum).

Grafické symboly pro údržbu:



- Symbol vaničky značí praní ruční nebo v pračce v domácnosti. Udává maximální teplotu praní ve stupních Celsia, která nesmí být překročena. Ruka ve vaničce znázorňuje ruční praní. Podtržení vaničky udává mírnější zacházení



- Trojúhelník značí, zda se oděvní výrobek dá bělit nebo nelze.



- Čtverec značí různé postupy sušení po praní. Např. kruh uvnitř značí sušení v bubnové sušičce a čáry uvnitř čtverce značí sušení na vzduchu.



- Tvar žehličky bývá doplněn tečkami od jedné do tří, které mají za úkol určovat nastavené teploty od 110 °C až po 200 °C.



- Symbol kruhu poskytuje informace o možných postupech čištění.

U všech symbolů je také velmi důležitý přeškrtnutý znak, který informuje o zákazu použití uvedeného postupu. Na následujícím obrázku č.10 můžeme vidět symboly údržby a ošetřování textilií, kde nám symboly značí např. přesné max. teplotní stupně pro praní, bělení, žehlení, chemické čištění a sušení v bubnové sušičce. (Textil Forum).

SYMBOLY PRO ÚDRŽBU A OŠETŘOVÁNÍ TEXTILIÍ

	KAŽDÝ SYMBOL UDÁVÁ NEJVYŠŠÍ DOPORUČENOU TEPLOTU VODY											
												
PRANÍ	praní v pračce, může se vyvážet, normální mechanické působení, máchání i odstředování	praní v pračce, normální mechanické působení i odstředování	šetrné praní v pračce, mírné mechanické působení, máchání při klesající teplotě vody, mírné odstředování	praní v pračce, normální mechanické působení, máchání i odstředování	šetrné praní v pračce, mírné mechanické působení, máchání při klesající teplotě vody, mírné odstředování	velmi šetrné praní v pračce, mírné mechanické působení, máchání i odstředování, nesmí se ždímat ručně	velmi šetrné praní v pračce, mírné mechanické působení, máchání i odstředování	pouze ruční praní při max. teplotě 40 °C, velmi opatrné zacházení	nesmí se prát, opatrná manipulace v mokřém stavu			
												
BĚLENÍ	může se bělit všemi obvyklými používáními způsoby			může se bělit pouze oxidačními/nechlorovými prostředky			nesmí se bělit					
												
ŽEHLÉNÍ	teplota max. 200 °C		teplota max. 150 °C		teplota max. 110 °C, opatrně s parou		nesmí se žehlit					
												
CHEMICKÉ ČIŠTĚNÍ	může se čistit tetrachlorethenem, monofluorochlormethanem a všemi rozpouštědly uvedenými pod symbolem (P), obvyklé postupy čištění bez omezení	čištění rozpouštědly uvedenými u (P) s omezeným přidáním vody a/nebo omezením mechanickým působením a/nebo omezenou teplotou sušení, velmi mírné postupy čištění, samoobslužné čištění není dovoleno	čištění rozpouštědly jako u (P) s omezeným přidáním vody a/nebo omezením mechanickým působením a/nebo s omezenou teplotou sušení, velmi mírné postupy čištění, samoobslužné čištění není dovoleno	může se čistit pouze trichloroethanem a těžkým benzínem (destilační rozmezí 150 °C a 210 °C, bod vzplanutí 38 °C až 70 °C) obvyklými postupy čištění bez omezení	může se čistit stejnými prostředky jako (P) s omezeným přidáním vody a/nebo omezením mechanického působení a/nebo teploty během čištění a/nebo sušení, samoobslužné čištění není dovoleno	nesmí se chemicky čistit, nesmí se odstraňovat skvrny organickými rozpouštědly						
												
SUŠENÍ V BUBNOVÉ SUŠIČCE	může se sušit v bubnové sušičce při normálním programu			může se sušit v bubnové sušičce při nižší teplotě sušení			nesmí se sušit v bubnové sušičce					

Obrázek 11: Symboly údržby (Textil Forum)

1.3.1.1 Vyvažování textilií

Oděvní materiály jsou velmi namáhány, jak už potními žlázami seniorů, tak vylučovacím systémem, a proto se musí dodržovat jejich hygienická údržba – vyvážka. Textilní výrobky se většinou skládají z různých druhů vláken, a proto je třeba se řídit nejcitlivější složkou.

Vyvařovat lze pouze vysrážené výrobky z nebarvené bavlny a lnu, u nichž jsme si jisti, že se nebudou dále srážet (např. bavlněné a lněné tkaniny). Ostatní materiály jsou na teplotu citlivější, a je nutné se řídit pokyny výrobce. Barevné materiály jsou obecně na teplotu citlivější než bílé. To platí i v případě žehlení nebo sušení výrobku. Při vyvážce se odstraní nečistoty přirozeného původu jako jsou bílkoviny, vosky, tuky apod. Také se ale odstraní i nečistoty získané v průběhu výroby či úpravy textilie, např. oleje a mazací tuk. Odstraněním již zmíněných nečistot stoupá savost materiálu. Účinná vyvážka je také nutná pro zajištění dalšího bělení. Bavlna lze vyvařovat bud vložku, přízi (to je tedy méně časté) nebo nejvíce používané ve formě tkaniny nebo pletenky. Tato vyvážka probíhá zásadně pod tlakem. (Grmolec).

Existují následující způsoby vyvařování oděvních výrobků:

- **Vyvářecí lázeň pro tlakový způsob** – Tato vyvážka probíhá při 120 až 130 °C po dobu 6 až 10 hodin. Na závěr se materiál důkladně vypere. Místo vyvážky lze použít takzvaní alkalické paření. Jedná se o způsob, kdy se textilie naimpregnuje alkalickým vyvářecím roztokem a pak v tlakovém uzavřeném kotli probíhá paření při 110 až 130 °C po dobu cca 60 minut,
- **Vyvážení v plné šíři kontinuálním způsobem** – Založeno na prvotním napuštění zboží vyvářecí lázní předepsaných parametrů a jeho následným odležením v parním prostředí na vhodném typu perforovaného pásu (nosiči) a závěrečným dobrým vypráním,
- **Vyvážení v provazci diskontinuálním způsobem** – Vyváří se za tlaku ve vertikálních nebo horizontálních kotlích, které pracují za tlaku až 300 kPa. Velmi často se používá systém Gebauer, což je vertikální tlakový vyvářecí kotel. Základ tvoří vyvářecí kotel, který má dvojité stěny a dno, topné a chladicí zařízení, čerpadlo s elektromotorem, potrubí a regulační zařízení. Do kotle se naskládá až 3500 kg mat., víko se uzavře, otevře se odvzdušňovací ventil a začne se od spodu stroje napouštět vyvářecí lázeň. Po naplnění stroje lázní se odvzdušňovací ventil uzavře a může začít vlastní tlaková vyvážka, která trvá 6 až 12 hodin. Nakonec se vyvářecí lázeň vypustí, materiál se opláchne horkou a studenou vodou a může se ze stroje vytáhnout. (Grmolec).

1.3.2 Oděvní komfort

U seniorů je velmi důležitý komfort textilií. Je podstatné, aby se senioři v oděvu cítili především pohodlně. Velmi důležitá je snadnost oblékání a svlékání oděvů, na neschopnosti oblékání či svlékání oděvů velmi závisí zdravotní stav jedince a také jeho věk.

Oděvní komfort je souhrn všech vjemů spotřebitele při nošení oděvu. Rozdělujeme ho na komfort senzorický, psychologický, fyziologický, hygieničnost oděvu a zdravotní nezávadnost.

- **Senzorický** komfort (Omak) – Charakteristiky, které ovlivňují pocity při styku textilie s pokožkou,
- **Psychologický** komfort – Vlivy kulturní, sociální, ekonomickém módní, také preferovaná teplota okolí, věk, tradice, zvyky, náboženství apod.,
- **Fyziologický** komfort – Prodyšnost, tepelně izolační vlastnosti, propustnost vodních par, savost a další. (Zelová).

1.3.3 Snadnost oblékání a svlékání

Snadnost samostatného oblékání seniora závisí především na jeho zdravotním stavu, jestli je celkově sám schopný se o sebe starat nebo jestli je připoután k lůžku. Také jsou důležitým faktorem jeho omezení, pokud nemá problémy např. s bolestí zad, rukou a podobné aspekty, které mu brání nebo zhoršují oblékání či svlékání.

V dnešní době už je několik pomůcek, které dokáží seniorům ulehčit oblékat či svlékat si oblečení z těžších částí těla jako jsou např. ponožky.

Problémy s oblékáním ponožek má velká část seniorů, především kvůli problémům se zády, páteří, klouby, kyčlí, problémům s obezitou či seniorům po různém úraze. Textilní pomůcka, kterou můžeme vidět na obrázku č. 11 pomáhá především samotným seniorům při oblékání ponožek či podkolenek.

Jedná se o výrobek z textilu s vnitřní odolnou plastovou vložkou, kdy vnitřní strana zajišťuje dobrou klouzavost nohy při oblékání a vnější hrubší tkanina zabraňuje nechtěnému sklouznutí ponožky. (Žijte kvalitně 2018).



Obrázek 12: Textilní nazouvák ponožek (Žijte kvalitně 2018).

Snadnost oblékání seniora pro pečovatele je velmi důležitá aspekt pro usnadnění či naopak znesnadnění práce pečovatele. Čím je horší seniorům zdravotní stav, problémy s pohyblivostí či pooperační problémy, tím je pro pečovatele náročnější se o seniory neustále starat a vypomáhat jim s každodenním svlékáním a oblékáním. A to se nejedná pouze o základní převlékání oděvů, jde o výpomoc např. při nutnosti použití toalety několikrát za den nebo při podobných základních přirozených aktivitách člověka.

1.3.4 Velikostní sortiment

Velikostní sortiment oděvů pro seniory v maloobchodech i velkoobchodech je nedostačující. Jak velmi hubení senioři, tak i senioři trpící obezitou mají velký problém s nalezením správné velikosti oděvů. Při správném výběru oděvů je důležité znát svoje přesné rozměry.

Především kvůli velkým proporcionálním změnám na lidském těle seniora není zcela možné nalézt oděvy v klasických obchodech. Je třeba vyhledávat speciální prodejny, internetové obchody nebo si oděvy nechat ušít či upravit na míru.

I přesto, že je o módu pro plnoštíhlé na českém trhu velký zájem, věnuje se jí pouze málo českých návrhářů a firem. Běžné konfekce totiž nenabízejí větší velikosti, než je velikost 46, a oděvní výrobky odebírané z okolních zemí nemusí přesně sedět.

Dle portálu pro aktivní seniory bylo zjištěno, že pouze několik oslovených českých firem nabízí oděvy až do čísla 62 a to např. firma Blažek. V kolekcích se větší velikosti objevily u oděvního družstva Moděva Konice. Také česká návrhářka p. Přenosilová šije na míru dámské spodní prádlo, a to konkrétně podprsenky s košíčky až do hloubky M.

2 Praktická část

Cílem experimentu bylo získat připomínky a požadavky od seniorů a pečovatelů na oděvy pro seniory z hlediska jejich snížených motorických schopností a navrhnout co nejvhodnější oděvy pro seniory od nejspodnější po nejsvrchnější oděv.

Pro zjištění výsledků byla zvolena metodika průzkumu pomocí dotazníků. Dotazníky byly vyhotoveny ve dvou verzích. Jedna verze byla určena pro seniory nad 60 let a druhá pro pečovatele o seniory v zařízeních. Tento průzkum byl prováděn v období od ledna do konce března 2018. Obě verze dotazníků byly vyhotoveny jak v tištěné formě, tak i online verzi.

Respondenti pro dotazník pro pečovatele i seniory byly tázáni jak z domovů důchodců, pečovatelských domů, tak i na webových stránkách určených pro seniory či pečovatele, nebo se také velmi zapojili studenti nad 60 let z U3V na TUL.

Celkem z obou dotazníků bylo nasbíráno 351 úspěšně vyplněných dotazníků. Respondentů z verze pro seniory bylo 299 a z verze pro pečovatele 52. Rozdíl v počtech ze získaných respondentů je takto odlišný, protože dotazník pro seniory byl jednodušejí sehnatelný, jelikož jediná podmínka pro možnost vyplnění dotazníku byla věková hranice (60.let), na rozdíl od dotazníků pro pečovatele, které byly určeny přímo pro osoby pracující se seniory v určitém sociálním zařízení.

Dle APSS (Asociace poskytovatelských sociálních služeb) vznikla roku 2017 informace, že situace v ČR s pečovateli začíná být zcela nezvladatelná. Dle těchto informací z jara 2017 připadá na hlavu 1 pečovatele až 30 seniorů. Kdybychom si to tedy dokázali představit vzhledem k poměru mnou získaných respondentů, tak k poměru 299:52 by připadal jeden z mých tázaných 52 pečovatelů na necelých 6 seniorů, což by se jednalo o nadstandard a luxus, který si bohužel nemůže většina sociálních zařízení dovolit, především z hlediska nedostatku zaměstnanců. (Pancer, 2017)

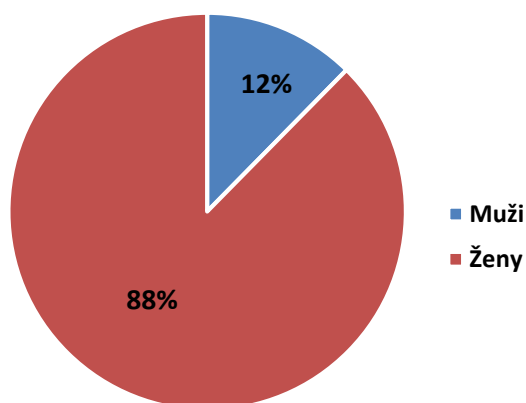
2.1 Vyhodnocení průzkumu

Výsledky byly zpracovány z dat sesbíraných dotazníků. Při vyhodnocování dat z vyplněných dotazníků bylo využito výsečových a pruhových grafů pro přehlednost výsledků. K jednotlivým otázkám jsou přiřazeny grafy s písemným shrnutím zjištěných informací. U výsečových grafů jsou data vyhodnocena procentuálně. U možností více odpovědí u otázky byly zvoleny pruhové grafy pro pochopení a větší přehlednost výsledků.

Dotazník pro seniory obsahoval 11 otázek a pro pečovatele 10 otázek, přesné znění otázek je dostupné v příloze. Forma byla zaškrťavající a zároveň některé otázky byly i s otevřenou odpovědí. U některých otázek bylo k dispozici zvolení i více možností.

2.1.1 Dotazník – verze pro seniory

Otázka č. 1: Pohlaví respondentů:

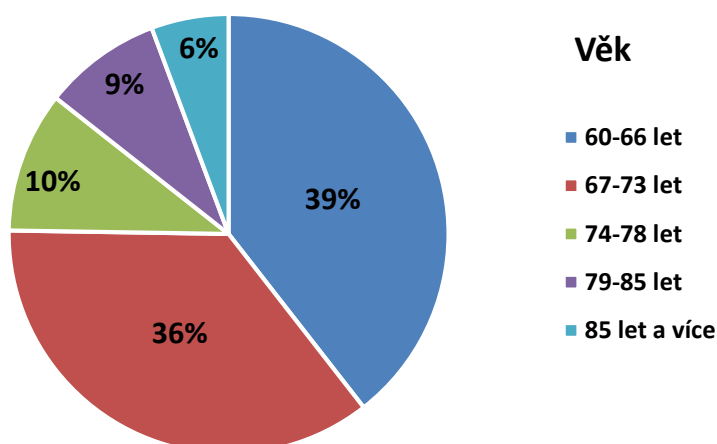


Obrázek 13: Graf č.2 – Pohlaví respondentů

Na dotazník odpovědělo celkem 299 respondentů, z toho 262 žen a 37 mužů.

Rozdíl je zapříčiněn množstvím převažujícího ženského pohlaví v tázaných domovech pro seniory a pečovatelských službách, a také díky větší ochotě ženského pohlaví při vyplňování dotazníků.

Otázka č. 2: Věk respondentů:

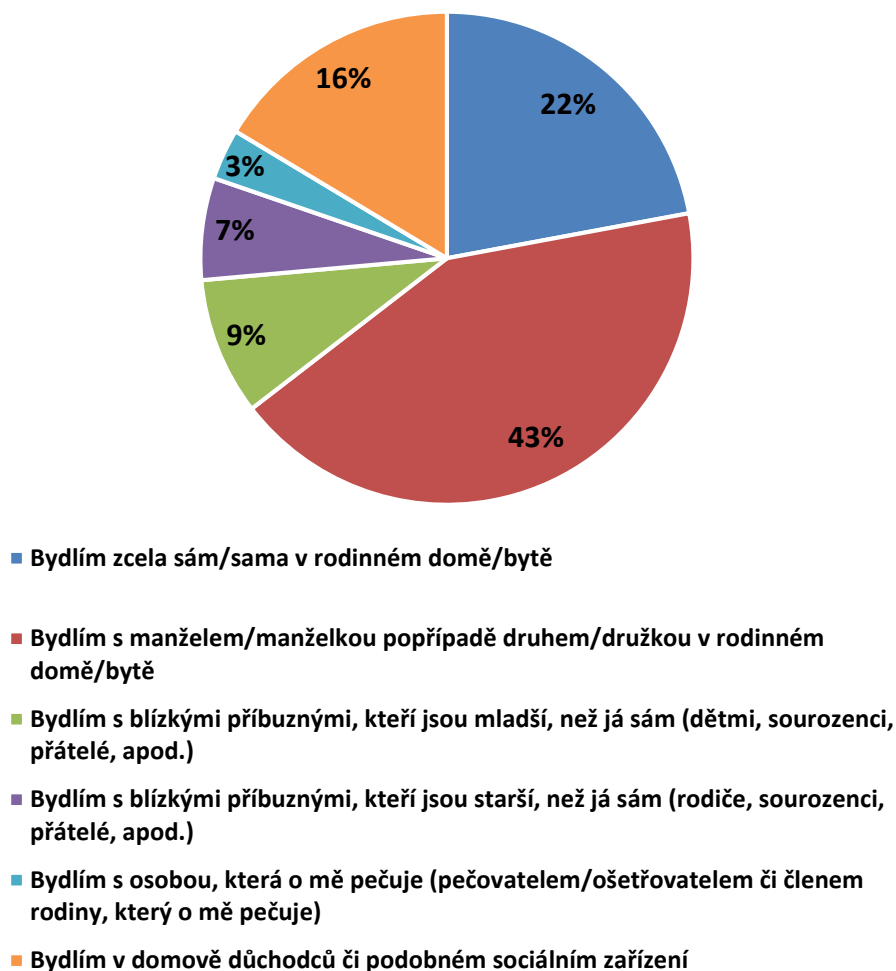


Obrázek 14: Graf č. 3 – Věk respondentů

Nejvíce odpovědělo respondentů nejnižšího seniorského věku, a to v oblasti 60-66 let a hned poté 67-73 let. Nejméně seniorů odpovědělo ve věku nad 85 let, kdy odpovědělo pouhých 6 %. Zapříčiněno je to aktivitou mladších seniorů na internetu, kteří vyplnili větší část dotazníků, než písemné verze ze zařízení (domovy důchodců, pečovatelské domy apod.).

Obecně byly mladší senioři i ochotnější a samy schopní k vyplnění, starší už nebyly tak ochotní a jednalo se spíše o seniory, kteří potřebovali osobní výpomoc s vyplněním.

Otázka č. 3: Momentální situace v bydlení

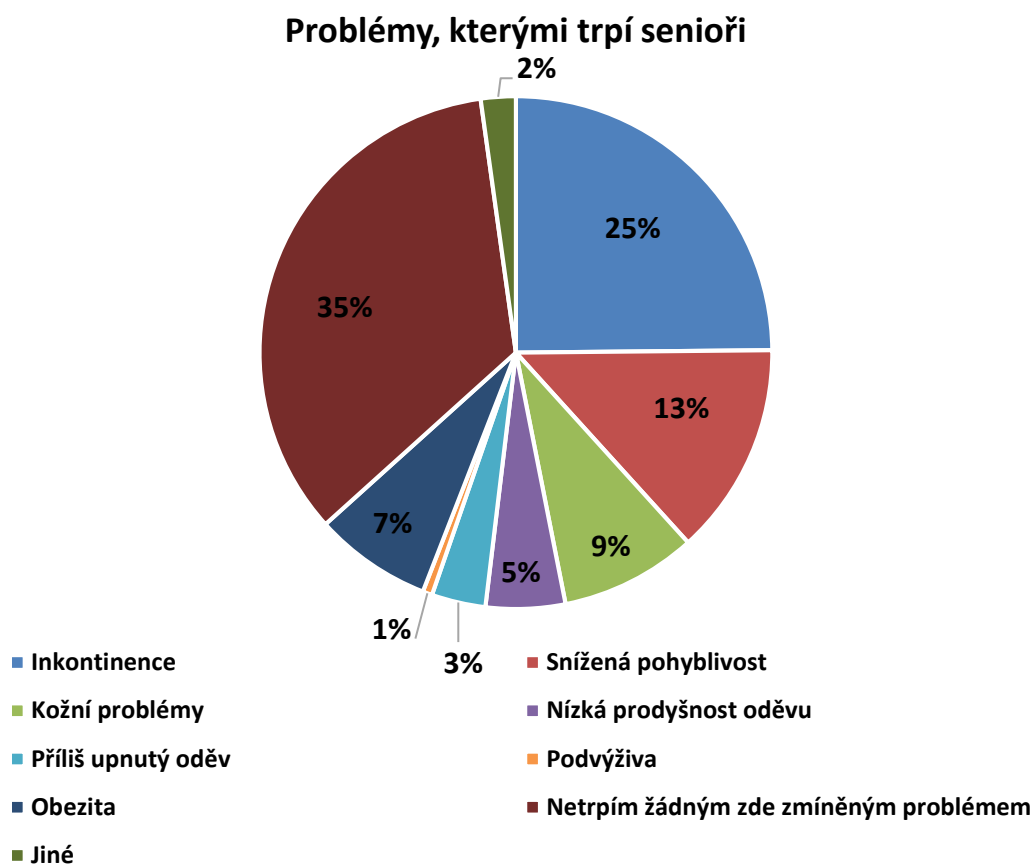


Obrázek 15: Graf č.4 – Momentální situace v bydlení

Z grafu č. 4 je zcela znatelné, že z 299 dotázaných seniorů 43 % respondentů bydlí v rodinném domě či bytě se svým manželem/manželkou či druhem/družkou. 22 % respondentů bydlí zcela samostatně v rodinném domě či bytě. 16 % zahrnuje seniory, kteří žijí v nějakém sociálním zařízení jako jsou domovy důchodců, pečovatelské domy apod. Zbylých 9 a 7 % bydlí s příbuznými, kteří jsou buď mladší nebo starší než oni sami, jedná se především o členy rodiny či blízké přátelé. Poslední 3 % respondentů bydlí s osobu, která o ně pečuje.

Největší podíl respondentů a to 43 % seniorů, kteří bydlí v rodinném domě či bytě se svým manželem/manželkou či druhem/družkou je způsobeno tím, že větší část tázaných byla přímo z těchto podmínek či webových serverů a také z mé blízké rodiny, než osobně ze sociálních zařízení.

Otázka č. 4: Jakými trpíte problémy, které ovlivňují Vaše oblékání/svlékání a celkové užívání oděvů?



Obrázek 16: Graf č.5 – Celkové procentuální shrnutí problémů seniorů

Na tomto grafu č. 5 můžeme vidět procentuální shrnutí nejčastějších problémů seniorů. Respondenti měli možnost zvolit i více možností.

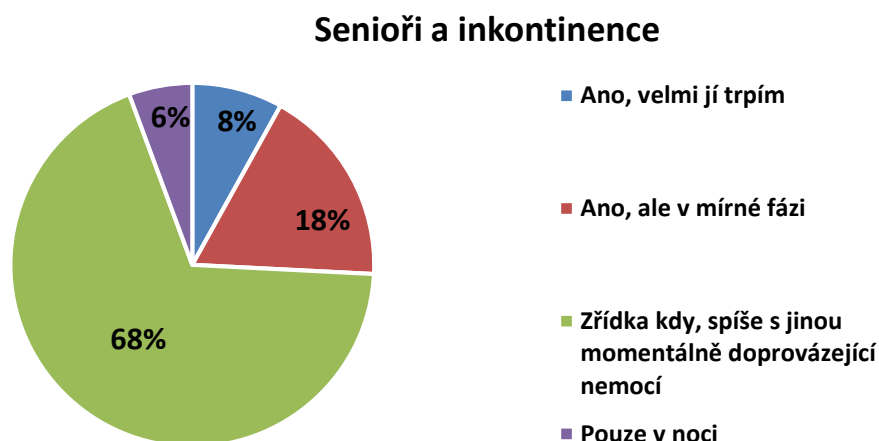
Byl zvolen výsečový graf, aby přehledně vyznačil procenta výskytu problémů. Z grafu je patrné, že nejvíce seniorů, tedy 35 % zvolilo možnost, ve které přiznávají, že ve svém věku zatím netrpí zcela žádným z uvedených ani jiných problémů, který by ovlivňoval jejich odívání. Z takového výsledku vyvozují důsledky, že to takto vyšlo, protože největší procento respondentů bylo nejnižší věkové hranice pro seniora, a opravdu ještě nemusí trpět žádnou z uvedených možností.

Když pomineme těch 35 % respondentů, kteří ničím netrpí, tak nejčastěji byla seniory zvoleno inkontinence, kterou trápí 25 % dotázaných seniorů.

Inkontinencí trpí i mladší lidé než seniorského věku, tudíž to není překvapivý výsledek. Zahrnuje to i senioři, kteří jí trpí mírně či zcela výjimečně.

- 13 % z dotázaných trpí sníženou pohyblivostí, poté byla povinnost zvolit, jestli se jedná o horní část těla či o spodní, kdy výsledky můžeme vidět v grafem č. 6 a 7
- Poté 9 % respondentů trpí kožními problémy
- 5 % trápí nízká prodyšnost oděvů a 3 % příliš upnuté oděvy, které jsou v dispozici na trhu,
- 7 % trpí mírnou nadváhou či obezitou, naopak podvýživou trpí pouze 1 %.

Ve 2 % jsou započítáni respondenti, kteří zvolili možnost „Jiné“. Jednalo se o odpovědi jako např. cukrovka, kdy senioři pocítují zvýšené produkování potu. Také se jednalo o bolesti zad, páteře a kyčlí.



Obrázek 17: Graf č.6 – Senioři trpící inkontinencí

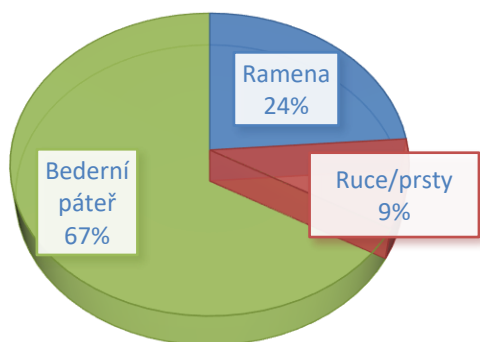
Z grafu č.6, kde vidíme procenta seniorů trpících inkontinencí můžeme usoudit, že 68 % z nich trpí inkontinencí zřídka kdy, spíše výjimečně důsledkem jiné momentálně doprovázející nemoci.

18 % jí trpí, ale v mírné fázi, 8 % přiznává, že je velmi trápí inkontinence a využívá nejrůznější pomůcky. Pouhých 6 % jí trpí pouze v noci.

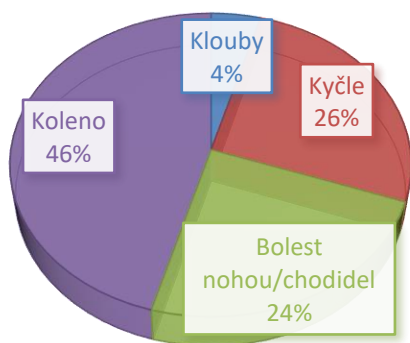
Jak už bylo zmíněno na grafu č.5, kde můžeme vidět, že sníženou pohyblivostí trpí 13 % seniorů. Na následujících grafech č. 7 a 8 vidíme procentuální vyhodnocení problémů seniorů, kteří trpí sníženou pohyblivostí, kdy na levém grafu jsou problémy týkající se horní části těla a na pravém grafu spodní části těla.

V **horní** části těla trpí senioři nejčastěji problémy s bederní páteří, a to 67 % respondentů, poté 24 % má bolesti ramen a zad a 9 % bolest rukou či prstů.

V **dolní** části těla trpí půlka seniorů především problémy s koleny a to 46 %, a poté 26 % bolestí kyčlí, a 24 % seniorů trpí problémy s chodidly a bolestmi nohou. Nejméně seniorů a to 4 % má problémy s klouby.

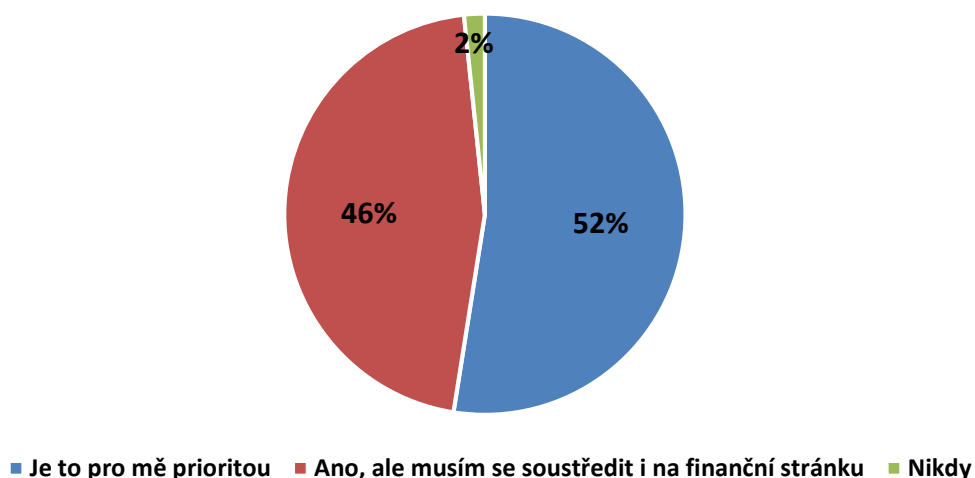


Obrázek 18: Graf č.7 - Problémy seniorů trpící sníženou pohyblivostí horní části těla



Obrázek 19: Graf č.8 - Problémy seniorů trpící sníženou pohyblivostí spodní části těla

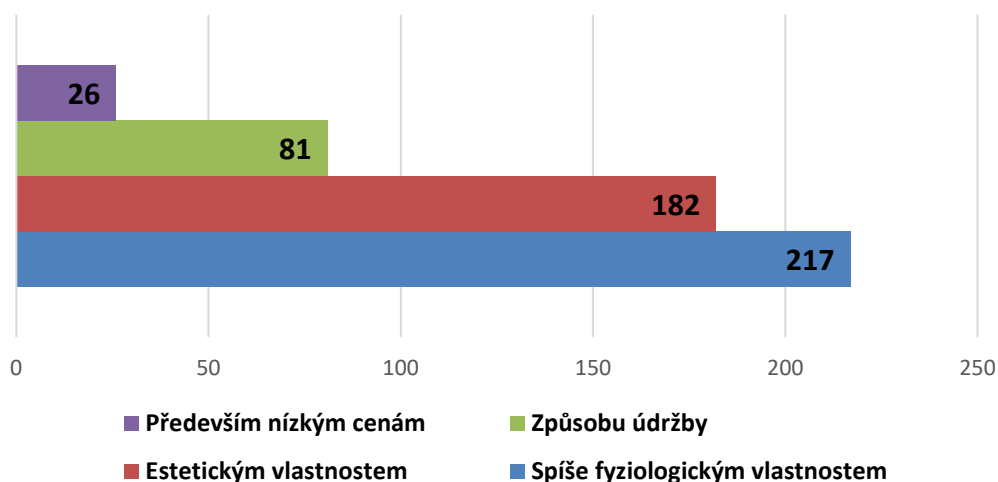
Otázka č. 5: Všímate si při koupi nebo užívání oděvů jeho materiálových vlastností?



Obrázek 20: Graf č.9 – Vší mavost materiálových vlastností

V grafu č. 9 můžeme vidět, že 157 respondentů z 299, což odpovídá 52 % se opravdu snaží vybírat si oděv s největším ohledem na materiálové vlastnosti daného oděvního výrobku. Zbýlých 137 respondentů což vyjadřuje 46 % se ale musí zároveň soustředit i na finanční stránku oděvního výrobku, což znamená, že v několika procentech tohoto čísla může nakonec převládnout finanční stránka oděvního výrobku než jeho materiálové vlastnosti, které by byly ku prospěchu seniora. Zanedbatelných 5 respondentů odpovídá 2 % a to už mohou být senioři, který opravdu nemají k dispozici skoro žádné finanční prostředky nebo je témata ohledně materiálu oděvu, který si chtějí zakoupit vůbec nezajímá.

Otázka č. 6: Čemu dáváte největší přednost při výběru oděvů?



Obrázek 21: Graf č.10 – Přednosti při výběru oděvů

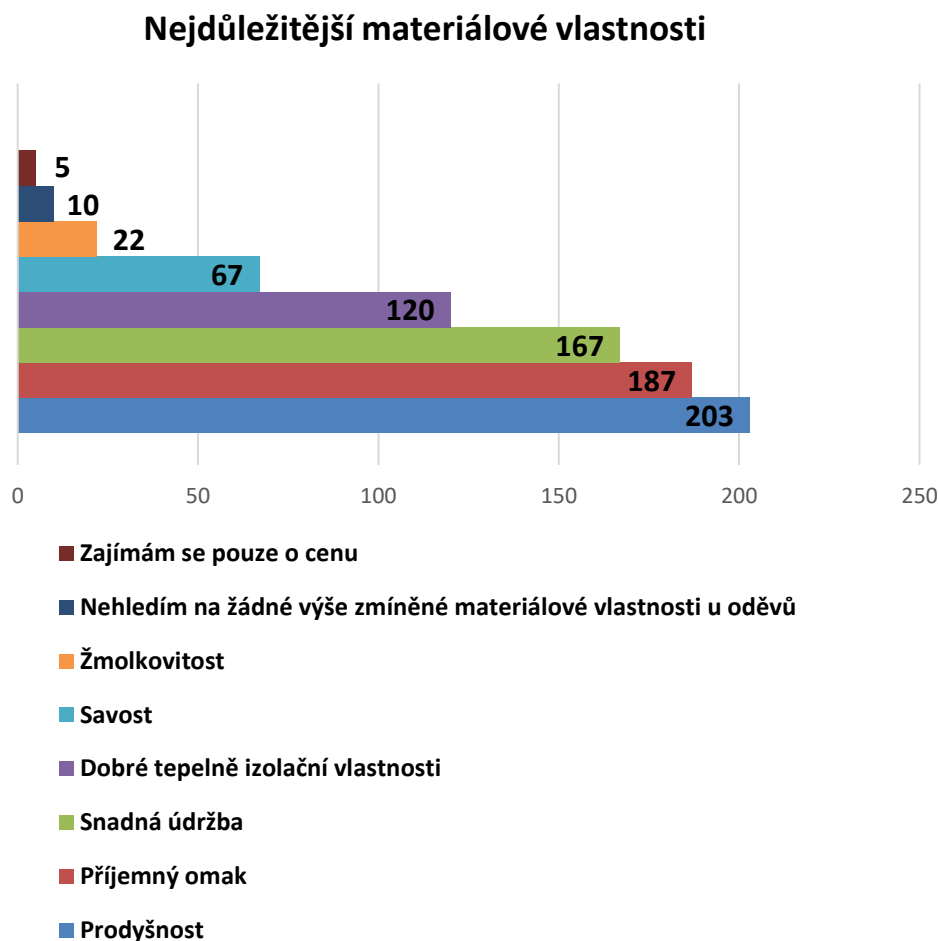
Z pruhového grafu č. 10 vidíme počet, nikoliv procenta respondentů, kteří zvolili určité možnosti. Z grafu je zřejmé, že fyziologické vlastnosti jako jsou například hřejivost, prodyšnost, příjemný omak, savost a mnoho dalších je pro 217 seniorů z 299 (což odpovídá 71 %) nejdůležitější předností. Každopádně 182 seniorů z 299 odpovědělo, že jsou pro ně také velmi důležitým aspektem estetické vlastnosti, jako například barva oděvu, vzor, oděh, nemačkavost apod.

V grafu jsou důležité počty respondentů, které nám ukazují přesný poměr výsledků, protože v této otázce byla možnost zvolení více odpovědí, tudíž velká část respondentů si vybrala více z možností než pouze jednu, které byly nabídnuty.

Usuzuji, že pro seniory jsou důležité jak vlastnosti fyziologické, tak i na podobné úrovni vlastnosti estetické.

Kolem 27 % respondentů (81 seniorů z 299) se také velmi ohlíží na způsoby údržby daného oděvního materiálu. Nejméně respondentů se v první řadě při výběru oděvů ohlíží po nízké ceně.

Otázka č. 7: Jaká materiálová vlastnost u oděvu je pro vás nejdůležitější?

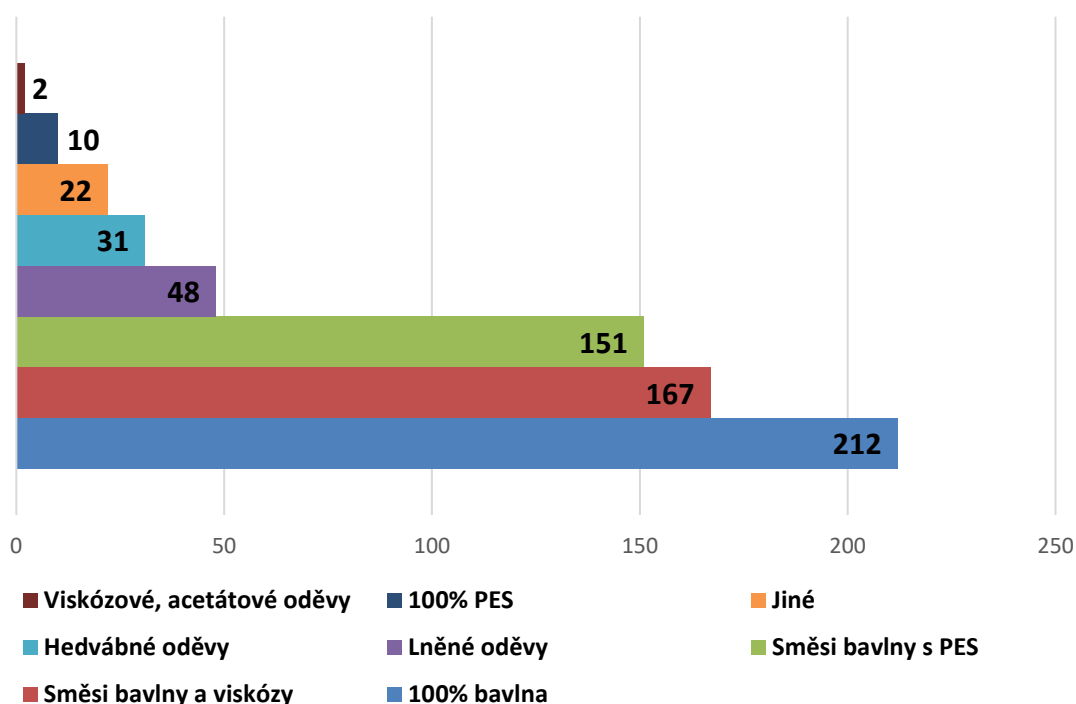


Obrázek 22: Graf č.11 – Nejdůležitější materiálové vlastnosti u oděvu z hlediska seniorů

V pruhovém grafu č. 11 můžeme vidět, že oblíbenost oděvních materiálů u seniorů je řazena vzestupně. Pro nejvíce respondentů je nejdůležitější prodyšnost oděvů, což určitě není překvapivý výsledek. Tento názor má 203 seniorů z 299. 187 seniorů také preferuje příjemný omak. 167 jich chce především snadnou údržbu oděvů a 120 respondentů zvolilo také dobré tepelné izolační vlastnosti.

Za zmínku ještě stojí 67 respondentů, kteří zvolili savost u oděvů, kdy se jedná o seniory trpící především inkontinencí nebo velkým produkovaní potu. 22 respondentů také považuje za důležitou vlastnost, aby oděv byl odolný proti žmolkování. Zbylé počty zahrnují respondenty, kteří se zajímají pouze o cenu nebo je materiálové vlastnosti oděvů příliš nezajímají.

Otázka č. 8: Z jakých oděvních materiálů si nejčastěji kupujete oblečení?



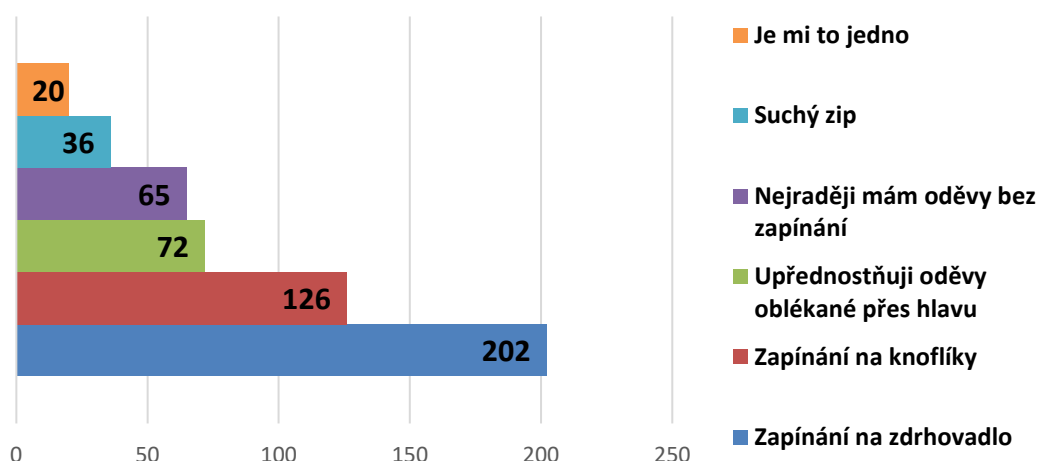
Obrázek 23: Graf č.12 – Nejpreferovanější oděvní materiály

Na grafu č. 12 lze vidět počet zvolených odpovědí od respondentů, kteří měli u této otázky opět možnost volby i více odpovědí. Výrazně nejvíce respondentů a to 212 zvolilo oděvní výrobky ze 100 % bavlny. Následovali především bavlněné směsi, a to nejčastěji směsi bavlny s viskózou a poté hned s polyesterem.

Poté už výrazně méně respondentů a to 48 z 299 zvolilo lněné oděvy, které jim jsou pohodlné a chladí je v letním počasí.

31 respondentů preferuje hedvábné oděvy, a to především na spací jako je např. hedvábné pyžamo. 22x byla zvolena odpověď „Jiné“, ve které byly 10x zvoleny oděvy z vlny, 5x oděvy ze směsi bavlny s elastanem a 4x funkční materiály na sportovní využití jako je například polypropylen. Pouze 3x byl zvolen absolutní nezájem vůči oděvním materiálům.

Otázka č. 9: Jaký je Váš nejvhodnější způsob zapínání u oděvů?



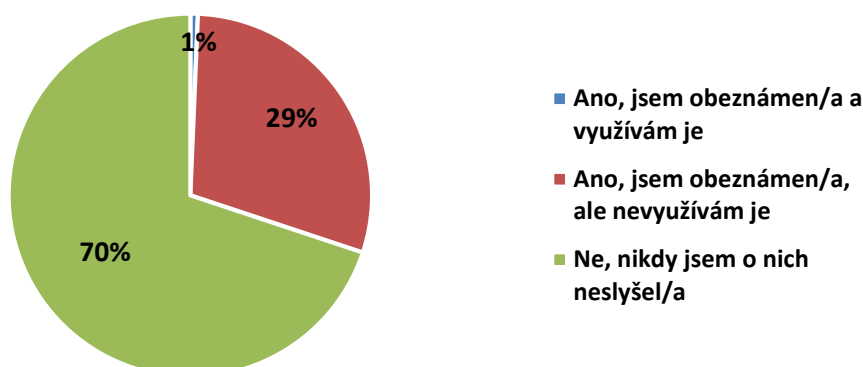
Obrázek 24: Graf č.13 - Nejvhodnější způsob zapínání

Co se týče zapínání oděvů, tak většina respondentů, a to 202 z 299 upřednostňuje zapínání oděvů na zdrhovadlo. 126 jich také zvolilo zapínání oděvů na knoflíky.

Už vcelku podobný si počet a to 72 a 65 respondentů dává přednost oděvů bez zapínání či rovnou oděvům, které se oblékají přes hlavu. Předpokládáme, že tyto odpovědi byly od nejmladší generace seniorů, jelikož to jsou senioři, kteří mají ještě nejméně problémů omezujících jejich pohyb při odívání, tudíž stále mají zájem a schopnost si oděvy oblékat/svlékat přes hlavu.

36 jich preferuje oděvy na jednoduchý princip suchého zipu. 20 seniorů nepreferuje žádný typ zapínání.

Otázka č. 10: Jste obeznám/a s oděvy přímo určenými pro seniory trpící zdravotními problémy a využíváte jich?



Obrázek 25: Graf č.14 - Informovanost o oděvech přímo určených pro seniory

70 % respondentů, což dělá 209 seniorů z 299 nezná žádný oděv určen přímo pro seniory trpící zdravotními problémy nebo se s ním aspoň do této doby nesetkala. Může to být zapříčiněno opět výsledky od nejnižších věkových hranic, kdy se jedná především o seniory, kteří ještě netrpí vážnými problémy a nemusejí se zatím o takové věci příliš zajímat.

29 % respondentů - 88 seniorů je s nimi obeznámena, ale zatím neměla příležitost jich využít. A zbylé 1 %, což připadá na 2 seniory z 299 je s nimi obeznámena a plně je využívá. První respondent poznamenal, že využívá zdravotní ponožky s extra jemným svěrem lemu, které seniorovi vyhovují především kvůli výskytu křečových žil na nohách. Tyto zdravotní ponožky můžeme vidět na obrázku č.26. Druhý senior odpověděl, že využívá inkontinenční plavky, protože trpí velkým únikem moči a má oblibu ve vodních aktivitách. Plavky pro inkontinenční jsou viditelné na obrázku č.27



Obrázek 26: Zdravotní ponožky s extra jemným svěrem lemu (Klepok)



Obrázek 27: Inkontinenční plavky pro ženy (Apos Brno)

Otázka č. 11: Jaké požadavky a speciální požadavky byste si přál/přála pro Vaše oděvy vzhledem k Vaším problémům?

Tato otázka byla formulována pouze otevřenou odpovědí, kdy respondenti-senioři odpovídali, jestli mají nějaké požadavky či nároky na oděvy, popřípadě co jich chybí nebo by požadovali po oděvním průmyslu vzhledem k jejich problémům. Odpovědi jsou řazeny od nejvíce žádaných požadavků seniorů po nejméně zmíněné.

Jelikož otázka byla povinná k vyplnění, jako každá jiná, tak 143 respondentů z 299 odpovědělo, že zatím netrpí žádným problémem a nemá žádné specifické požadavky na oděvy. 143 respondentů odpovídá 48 %, což je skoro polovina z tázaných. Jak už bylo v práci jednou zmíněno, není to překvapivé, protože nejvíce % respondentů bylo z nejnižší věkové kategorie, tudíž nemusí mít vzhledem k jejich vcelku nízkému věku pro seniory ještě žádný problém či požadavek.

Zbylých 52 % respondentů mělo určité požadavky či nároky na oděvní průmysl.

- 24 respondentů z 299 by si přálo modernější vzhled oděvů pro starší generaci. Velké množství oděvů v obchodech je dle nich příliš pro mladé nebo působí až moc odvážně. Chtěli by, aby se nezapomínalo na eleganci, vkus a moderní pohled na odívání seniorů,
- 11 respondentů má problém s výběrem své přesné velikosti. Pociťují nedostatek oděvů pro menší a hubené postavy. Chybí jim především velikost XS a S v módě pro starší seniory. Důsledkem tohoto nedostatku jsou poté nuceni nakupovat v dětských velikostech, kdy ale oděvy mají příliš výrazné vzory, barvy apod.,

- 10 seniorů by si u oděvů představovalo především lepší a jednodušší údržbu oděvů, nejlépe co nejvíce oděvních výrobků s nežehlivou úpravou,
- 8 respondentů požaduje větší množství oděvů, které mají vysokou prodyšnost, přijde jim, že na trhu není pro ně dostatek takových oděvů,
- 6 respondentů mají požadavek pro oděvy, které by měly zvýšenou hřejivost nejlépe v určitých partiích jako jsou např. záda, podbřiško, boky apod.), aby se vyvarovali prochladnutí těla. Tento požadavek spojuje i dalších 6 tázaných, kteří chtějí větší výběr kalhot, které mají vyšší pas, přijde jim, že na trhu převažují oděvy pro spodní část těla s příliš sníženým pasem,
- Dalších také 6 respondentů zase naopak požaduje větší výběr oděvů ve větších velikostech, tím je myšleno velikosti především 48 a více. Ve většině obchodech mají problém s nalezením větších velikostí a naopak obchody, které se specializují na velké velikosti jsou některým seniorům už cenově nedostupné,
- Dalších 5 respondentů má problém s nalezením oděvů, které se vyznačují dostatečnou pohodlností vzhledem k jejich zdravotním problémům.
- 4 respondenti by preferovali delší rukávy u oděvů, než jaké jsou nabízené, nejspíše se jedná o osoby, které jsou vyšší postavy a hůře shánějí oděvy,
- Další 4 respondenti by si přáli oděvy pro horní část těla, a to nejčastěji halenky a trička delších střihů, když už nějaký oděvní výrobek jim na trhu vyhovuje, není dostatečné střihové délky, kvůli například nachladnutí zad,

Poté už se jednalo o velmi malá procenta tázaných, která ale také stojí za zmínku.

- Jedná se pouze o 2 seniory, kteří pocítují nedostatek výběru oděvů pro seniory sportovce. Na trhu je příliš mnoho sportovních oděvů příliš barevných a živých kombinací jako jsou například neonové barvy.
- Poslední 2 respondenti zmínili, že oděvy především pro horní části těla jako trička, tuniky apod. jsou s příliš výraznými nápisy, korálky, třpytivými ozdobami apod.

Zbytek z 299 respondentů, tudíž 82 seniorů odpovídá necelým 28 % tázaným, kteří uvedli odpovědi, které byly zcestné a nebyly by pro tuto práci nikterak prospěšné.

2.1.2 Dotazník – verze pro pečovatele

Otázka č. 1: Pohlaví respondentů:

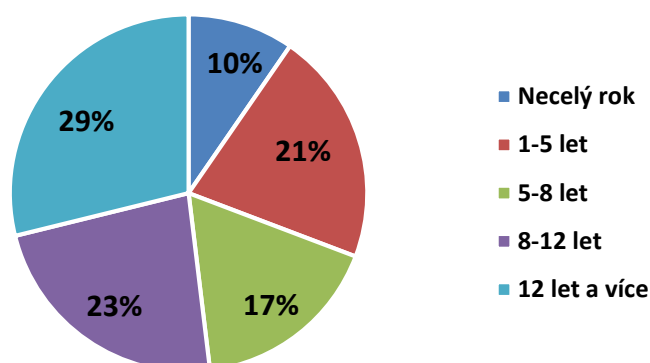


Obrázek 28: Graf č.15 – Pohlaví pečovatelů

Na tento dotazník odpovědělo celkem 52 respondentů, jednalo se o samé ženy.

V České republice převládá v povolání pečovatelů o seniory většinou ženské pohlaví, tudíž se nejedná o nikterak překvapivý výsledek.

Otázka č. 2: Jak dlouho už vykonáváte tuto práci?



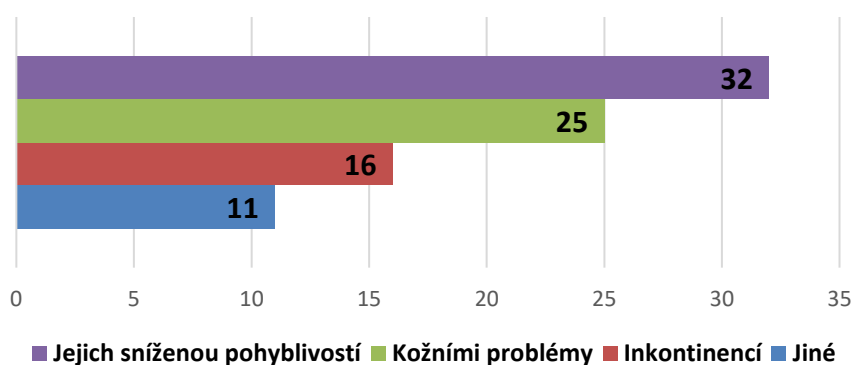
Obrázek 29: Graf č.16 – Procentuální vyjádření počtu let jednotlivého pečovatele v zaměstnání

Nejvíce respondentů byli ti nejdéle zaměstnaní, kteří v této zaměstnání pracují 12 a více let, tudíž už mají za sebou dlouholetou praxi. Jednalo se o 15 pečovatelů z 52, tudíž 29 %. Poté 23 % respondentů, což odpovídá 12 pečovatelům z 52 bylo v zaměstnání 8-12 let.

Nejméně % mají zaměstnanci, kteří vykonávají práci v sociálním zařízení méně než 1 rok.

Z výsledků tohoto grafu můžeme říci, že respondenti pro tento dotazník jsou ti nejvíce zkušenější v oboru, jelikož dle procentuálního vyjádření v grafu jsou nejvíce zvoleny odpovědi od nejvyššího počtu odpracovaných let v sociálním zařízení po nejnižší.

Otázka č. 3: Jaké jsou nejčastější problémy, se kterými se setkáváte u seniorů vzhledem k jejich používání oděvů či pomoci při oblékání/svlékání oděvů?



Obrázek 30: Graf č.17 – Nejčastější problémy, se kterými se setkávají pečovateli u seniorů

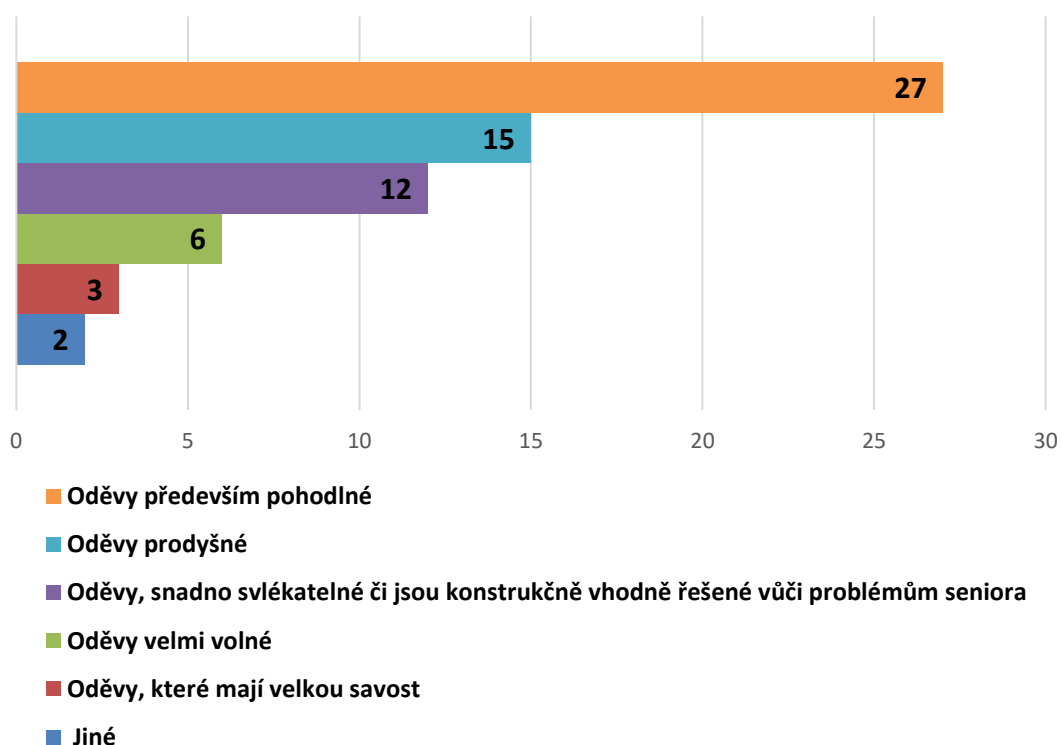
Tato otázka č. 3 pro pečovatele byla s volbou více možností, a proto byl zvolen pruhový graf.

Na grafu můžeme vidět, že 32 respondentů z 52 poukázalo na to, že nejvíce seniory trápí jejich snížená pohyblivost. Senioři, kteří jsou v některém se sociálních zařízení tam mohou být také umístěni právě z tohoto důvodu, kvůli těmto problémům, že se o sebe nedokázali sami postarat a museli vyhledat odbornou výpomoc.

25 pečovatelů z 52 uvedlo jako další závažný fakt kožní problémy, se kterými se potýká velké množství seniorů. Nejméně seniorů, tedy 16 dle názoru pečovatelů v zařízení trpí inkontinencí.

11 pečovatelů, kteří zvolili také možnost „Jiné“ uvedli, že senioři, kterým jsou oděvy dodávány od rodinných příslušníků mají špatnou velikost oblečení, a proto se jim oděvy někdy špatně svlékají či oblékají, jsou jim těsné a cítí se v nich nepohodlně. Pečovatelé také uvedli, že oděvy, kteří si senioři přivezou s sebou nebo dostanou od rodiny nejsou vůbec prodyšné a neplní žádnou materiálovou vlastnost vzhledem k jejich problémům.

Otázka č. 4: Jaké byste doporučila vhodné oděvy pro seniory, se kterými momentálně pracujete, vzhledem k jejich zdravotním problémům?



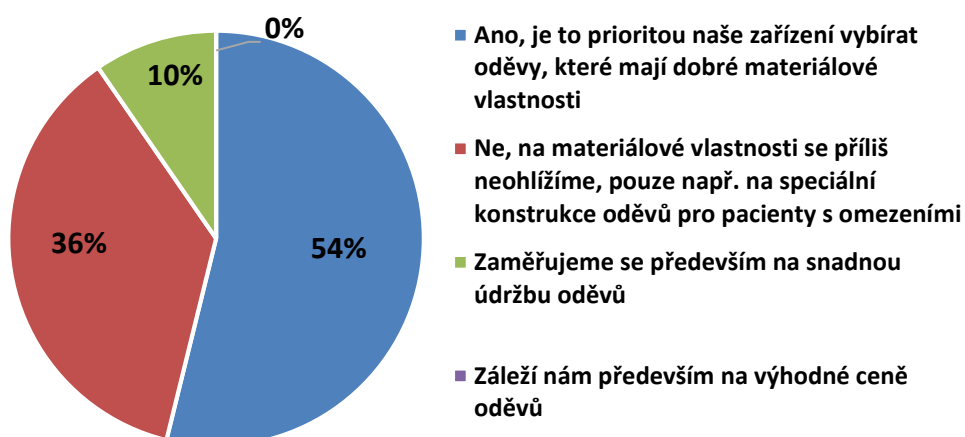
Obrázek 31: Graf č.18 – Doporučení vhodných oděvů pro seniory

U otázky č. 4 byla také možnost volby více možností, kterou využila většina respondentů.

Nejvíce respondentů tedy 27 z 52, což i odpovídá 52 % respondentů, tudíž větší polovině uvádí, že by pro seniory nejlépe doporučili oděvy především co nejvíce pohodlné. 15 a 12 pečovatelů uvádí jako hlavní přednost prodyšnost oděvů a jejich snadné oblékání/svlékání či konstrukčně vhodně řešené oděvy vzhledem k problémům seniora. 6 pečovatelů si přeje volnější oděvy pro seniory, což je dle mého názoru důsledek již zmíněné špatné velikosti oděvů, které mají senioři k dispozici od rodinných příslušníků. Pouhý 3 pečovatelé uvádějí potřebu oděvů s větší savostí, nejspíše pro klienty s vysokým stupněm inkontinence.

2 respondenti, kteří zvolili možnost „Jiné“ napsali do otevřené odpovědi, že by požadovali oděvy zcela bez zapínání nebo s více prohloubeným průkrčníkem u krku.

Otázka č. 5: Zaměřujete se ve Vašem zařízení na výběr oděvů dle problémů seniorů?

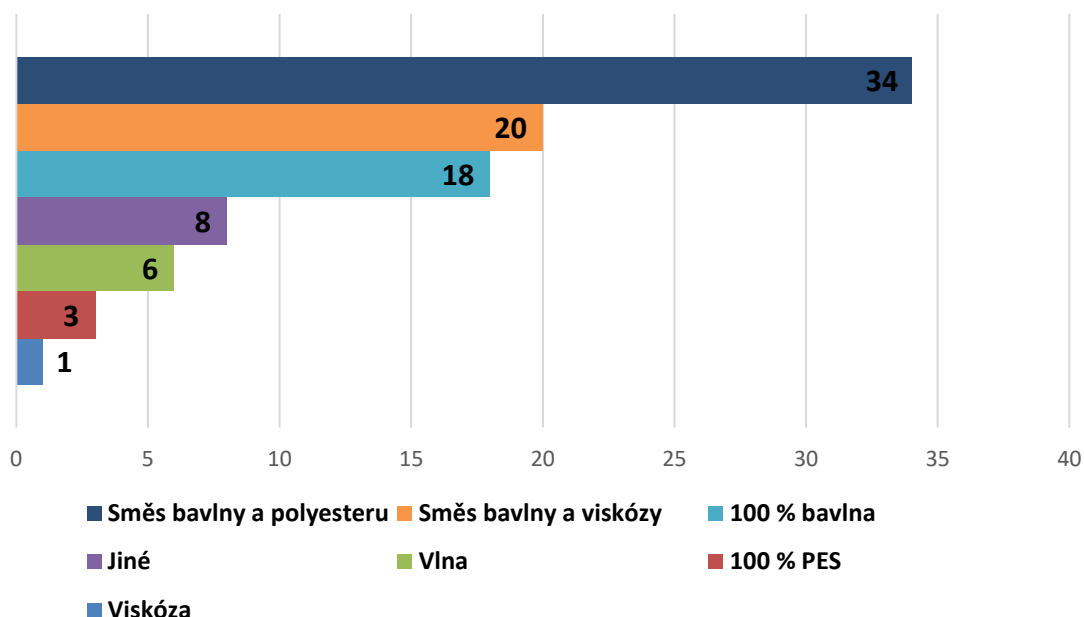


Obrázek 32: Graf č.19 – Zaměření na výběr oděvů dle problémů seniora

Z tohoto výšečového grafu č. 19 jsme zjistili, že více než půlka pečovatelů ze zařízení (54%) má jako prioritu vybírat oděvy do zařízení, především s ohledem na materiálové vlastnosti. 36 % pečovatelů uvádí, že v jejich zařízení se na ně neohlíží, ale dle osobní konzultace jsem zjistila, že byla tato odpověď zvolena právě pro to, že v těchto zařízeních, konkrétně pečovatelském domě oděvy pro seniory dodává rodina, tudíž s tím nemají zkušenosti a nebyly si jisti odpovědí.

10 % se zaměřuje na prvním místě při koupi oděvů na snadnou údržbu oděvních výrobků. Nikdo z respondentů nezvolil možnost preference výhodné ceny oděvů.

Otázka č. 6: Z jakých materiálů jsou v zařízení, ve kterém pracujete vyrobeny oděvy pro seniory?



Obrázek 33: Graf č.20 – Materiály, ze kterých jsou vyrobeny oděvy pro seniory v zařízení

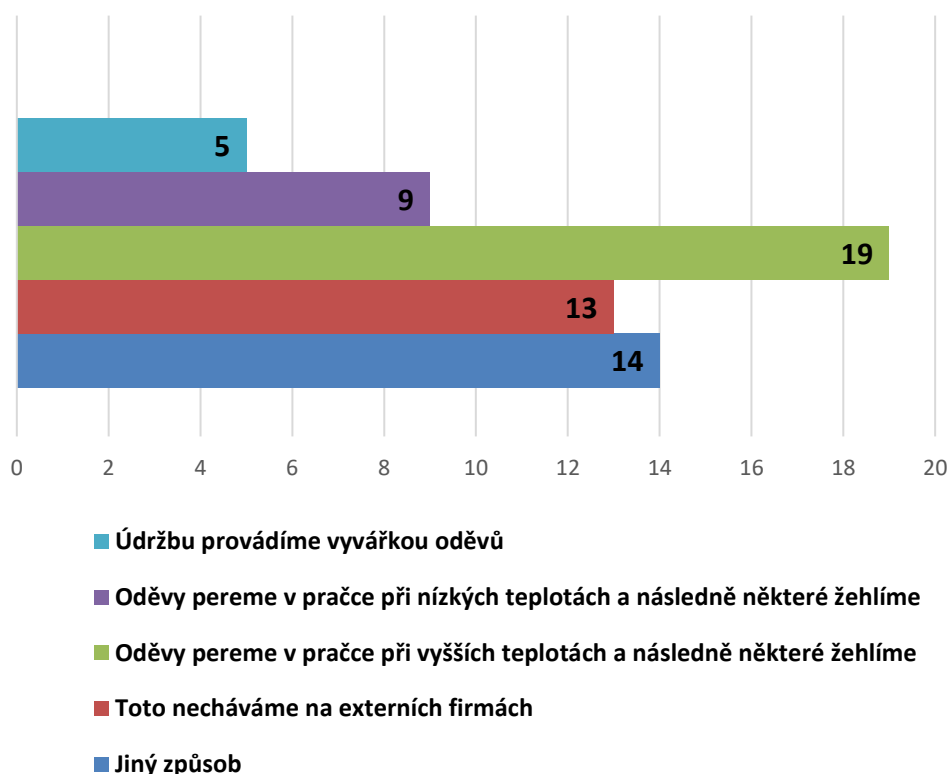
Výrazně největší množství a to 34 pečovatelů vybralo možnost směsi bavlny s polyesterem.

Poté na velmi podobné rovině je 20 hlasů od pečovatelů pro směs bavlny a viskózy 18 pro 100 % bavlnu. Ti, u kterých byly zvoleny výrobky ze 100 % bavlny, se jednalo především o lůžkoviny, protože to zvolili již zmíněný respondenti, kteří nemají v zařízení oblečení přímo pro seniory, tak zvolili materiál lůžkovin a podobných materiálů.

8 pečovatelů, kteří si vybrali možnost „Jiné“ zmínili, že nezvládají konstruktivně odpovědět z hlediska dovozu oděvů samotnými seniory/rodinou seniora.

Zbylá čísla už jsou velmi malá, za zmínku ještě stojí vlna, kdy tím byly myšleny především vlněné svetry a deky, které pomáhají seniorům trpící zimou, a dokážou je více zahřát.

Otázka č. 7: Jak probíhá údržba materiálů v zařízení, ve kterém pracujete?



Obrázek 34: Graf č.21 – Údržba materiálů v zařízení

Graf. č. 21 vyjadřuje výsledky u kterých byla možnost zvolené i více odpovědí.

Nejvíce byla zvolena možnost praní oděvů v pračce při vyšších teplotách a to 19 pečovateli. 9 pečovateli zvolilo praní v pračce při nízkých teplotách a následné žehlení.

13 pečovateli uvádí, že v zařízení, ve kterém pracují dávají oděvy externím firmám, které jim oděvy vyperou a vyčistí a poté zase dovezou. Tato možnost byla zvolena v zařízeních z menších měst nebo vesnic, kde se jim vyplácí lůžkoviny a podobné oděvní materiály vozit externím firmám, protože mají málo výrobků a myslí si, že by se jim nevyplatilo investovat do pracích a čistících zařízení.

14 pečovateli zvolilo možnost „Jiné“, kdy uvedli, že mají v zařízení velkou vlastní prádelnu, kde se jiné pracovnice starají o oděvy, tudíž nemají o údržbě oděvů přesnější informace.

A pouhých 5 pečovateli přiznává, že ví o tom, že údržba některých materiálů je prováděna vyvářkou. Jedná se především o lůžkoviny jako bavlnění povlečení a polštáře, o kterém vědí, že se v zařízení vyvařuje.

Otázka č. 8: Kdo zajišťuje oděvy pro seniory, které jsou do Vašeho zařízení dodávány?

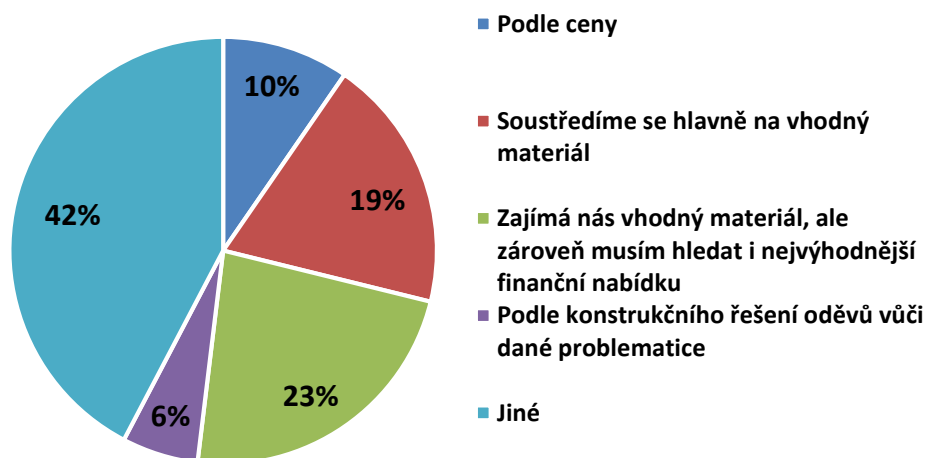
Tato otázka byla položena formou otevřené odpovědi.

32 pečovateli z 52 (tudiž více než polovina tázaných) odpověděla, že oděvy pro seniory zajišťují jejich rodinní příslušníci a pokud senior nikoho takového nemá, náleží tato povinnost sociální službě.

12 respondentů uvádí, že oděvy pro seniory, inkontinenční pomůcky, overaly, košile Anděl a podobné oděvní výrobky objednávají z internetových obchodů, někteří uvedli i stránky APOS, 2P servis, kde objednávají spíše pomůcky, pyžama apod., nebo Abena, kde nakupují inkontinenční pomůcky. Na jiných nespecifikovaných internetových obchodech nakupují především lůžkoviny.

8 respondentů nemá absolutní přehled o tom, kdo zajišťuje oděvy do zařízení a do dotazníky tudíž nezahrnuly přesnou odpověď.

Otázka č. 9: Podle jakých kritérií vybíráte oděvy od výrobce/firmy dle předešlé otázky č. 8?



Obrázek 35: Graf č.22 – Kritéria výběru oděvů

Nejvíce a to 42 % respondentů zvolilo odpověď „Jiné“.

Jak už tito respondenti uvedli v předešlé otázce č.8, že oděvy zařizují rodinný příslušníci/sociální služba, tak těchto 42 % respondentů nemá o těchto kritériích výběru oděvů do zařízení žádné informace.

23 % respondentů uvedlo, že je zajímavá vhodný materiál, ale zároveň se snaží hledat tu nejvýhodnější finanční nabídku na trhu.

V 19 % zařízeních se soustředí hlavně na vhodný materiál, finance nejsou prioritním znakem. 10 % se musí soustředit hlavně na cenu, ta je pro ně rozhodující, na materiálové vlastnosti se příliš neohlíží, a 6 % zařízeních se zaměřuje především na výběr oděvů podle konstrukčního řešení oděvů vůči dané problematice.

Otázka č. 10: Jaké vlastnosti a speciální požadavky byste si vy osobně přál/přála na oděvy pro seniory vzhledem k jejich problémům?

Tato otázka byla formulována otevřenou odpovědí. Odpovědělo všech 52 respondentů a to následovně:

- 19 pečovatelů napsalo, že by chtělo oděvy především více pohodlné, žádné velké aplikace na oděvech, nebo nepříjemné až kousavé materiály,
- Dalších také 19 respondentů si jako nejlepší možný prvek pro oděvy pro seniory představuje především prodyšnost, pro některé je důležitou vlastností savost, ale to se spíše jedná o seniory trpící inkontinencí, kteří aspoň dle pečovatelů nepoužívají dostatečně hygienické pomůcky, aby tomuto problému předešli a raději si přejí nezvladatelnou pomoc od samotné spodní vrstvy oděvního materiálu,
- 8 pečovatelů by si přálo oděvy hlavně s dobrým svlékáním a oblékáním. Tudiž pro starší generaci určitě nepreferují oděvy oblékané/svlékané přes hlavu,
- 6 pečovatelů si pro seniory nepřeje oděvní výrobky z umělých textilních vláken, velmi se v tom potí.

2.2 Navrhnutí vhodných oděvů pro seniory

Dle odpovědí ze dvou verzí dotazníku byly získány připomínky a požadavky na oděvy od seniorů a pečovateli. Výsledky byly zhodnoceny a byly navrženy oděvy od nejspodnější po nejsvrchnější vrstvu oděvu pro ženské i mužské pohlaví seniorského věku z odpovědí získaných od seniorů a od pečovateli.

2.2.1 Pohled seniorů a pečovateli

Většina respondentů-seniorů byly ženy, tedy 88 % a to nejnižších věkových kategorií, tedy 60-73 let.

Nejvhodnější oděvy pro seniory dle získaných odpovědí od seniorů by byly oděvy především prodyšné, musí mít příjemný omak a velmi snadno udržovatelné. Nejlépe ze 100 % bavlny nebo jejich směsí. Zapínání oděvů nejlépe na zdrhovadlo, knoflíky či oděvy oblékané přes hlavu.

Hlavním bodem při rozhodování seniora o výběru oděvů jsou fyziologické vlastnosti, ale jsou pro ně velmi důležité i vlastnosti estetické. Oděvy by neměli mít žádné velké aplikace. Žádné třpytky, flitry, velké znaky nebo písmena či dokonce text. Musí být přiměřené, vkusné, ale zároveň to také musí být oděvy odpovídající současné módě.

Z pohledu pečovateli jsou důležité podobné aspekty jako pro seniory samotné. Aby se senior cítil v oděvu především pohodlně a oděvy byl prodyšný.

Pečovatelé se ale soustředí hlavně na fyziologické vlastnosti, nikoliv tolik na estetické. Materiálově se opět jedná o bavlnu či její směsí. Z výsledků průzkumu ale 32 pečovateli z 52 nemůže ovlivnit oděvy pro seniory, mohou pouze poradit rodinným příslušníkům. Každopádně si přejí pro seniory to nejlepší, ale když senior dostane neprodyšný oděv, která navíc není z přírodních materiálů, tak s tím tato část pečovateli není oprávněna nic udělat, mají nárok pouze na radu.

Co se týče ostatních textilních výrobků, které jsou k dispozici pro seniory v zařízeních jsou to např. lůžkoviny. Většinou jsou ze 100 % bavlny, především bílé barvy, někdy i s modrým zdravotnickým pruhem. U tohoto typu textilie je velmi důležitá vyvážka, která je u 100 % bavlny možná, tudíž jsou tyto lůžkoviny do zařízení pro seniory velmi vyhledávány.

2.2.2 Spodní vrstva oděvů

Spodní vrstva oděvů se nosí přímo na těle. Musí splňovat základní hygienické požadavky odívání.

Pro seniory ženského pohlaví jsou nejvhodnější **bavlněné dámské kalhotky**, které se vyznačují vysokou pevností, prodyšností, snadnou údržbou, měkkým omakem, dobrou savostí a nedráždí pokožku. Lemy nohaviček by měli mít především pružné a nejlépe co nejtenčí.

Vhodné jsou také kalhotky zcela **bezešvé**, které jsou většinou vyráběny z bavlny s elastanem či modalem. Tento typ dámských kalhotek je velmi oblíbený především kvůli jeho velké pohodlnosti a pružnosti. Jsou také dostupné s vyšším pasem.



Obrázek 36: Bezešvé dámské kalhotky (Triola)

Také je důležité přehodnotit estetické vlastnosti, je důležité využívat barvy spodního prádla s ohledem k vrchní vrstvě oděvů, není vhodné používat výrazné barevné odstíny a pod slabší a tenčí vrchní vrstvy využívat tělových odstínů nejlépe bezešvého spodního prádla. U žen už jsou pouze individuální případné krajky, vzory a malé aplikace. U těchto aspektů záleží na věku, a především osobním pocitu.

Pro seniory mužského pohlaví jsou vhodné **trenky** klasického či volnějšího střihu, **boxerky** nebo **slipy**. U pánského spodního prádla není tak důležité dbát na barevné odstíny a jiné estetické vlastnosti, nevhodné jsou opět písmena či nápisy. Z hlediska estetičnosti nejsou takové nároky jako na dámské spodní prádlo.

Opět se jedná nejlépe o bavlněné spodní prádlo či o její směs s modalem nebo elastanem, které mají stejné fyziologické vlastnosti jako u ženského spodního prádla. Pánské spodní prádlo by mělo být také především pohodlné, může obsahovat např. ionty stříbra pro lepší antibakteriální úpravu nebo ploché švy pro zvýšení pohodlí.

Senioři, kteří už nejsou zcela soběstační nebo mají zdravotní potíže s únikem moči (inkontinencí) mohou využívat řadu **inkontinenčních pomůcek**. Všechny tyto pomůcky jsou přehledně vypsány z teoretické části práce, stručně se ale jedná o nejružnější vložky pro ženy i muže, pleny či plenkové kalhotky, fixační kalhotky, podložky pro inkontinenční apod. Obě pohlaví se musí řídit především stupněm inkontinence kterým trpí, aby zvolili vhodné pomůcky pro ně samotné.

Další spodní vrstvou pro oboje pohlaví jsou **ponožky**. U ponožek je důležitá opět pohodlnost, v zimním období tepelně izolační vlastnosti a také především ochrana proti otlakům na nohou a jiným zdravotním problémům.

Ponožky mohou být z bavlny či jejich směsí. Vhodné jsou také s ionty stříbra kvůli své antibakteriální úpravě. Velmi důležitý u seniorů je zpravidla jemný svěr lemu, aby se co nejvíce zabránilo otlakům na nohou a příliš obepnutému oděvu. Právě díky jemnému zdravotnímu lemu je zajištěno správné prokrvení a prohřátí nohou. Ponožky také mohou mít extra jemnou řetízkovou špici.

Velmi oblíbené jsou také ponožky z bambusového vlákna. Ponožky s bambusovým vláknem mají totiž o 50 % vyšší savost než ponožky bavlněné. Díky bambusovým ponožkám lze předcházet problémům s vysušenou kůží nebo zápachu. Jsou příjemně měkké a velmi odolné. Také díky svým termoregulačním vlastnostem v zimě hřejí a v létě naopak příjemně chladí.

Mezi další spodní vrstvu vrchní části těla pro dámy patří **podprsenky**. Žena se musí cítit pohodlně, ňadra by neměla být převislá a neměla by přetékat ven z košíčků. Správně padnoucí podprsenka je základ ženského odívání, ovlivňuje vzhled celé postavy. Časté jsou podprsenky z polyamidu a elastanu, který je pružný. U podprsenek je velmi důležité znát svůj obvod a mít správnou velikost.

Na obr. 37 můžeme vidět nevyztuženou podprsenku bez kostic od firmy Triola, která je vhodná především pro ženy, které mají velká ňadra.



Obrázek 37: Bezešvá podprsenka bez kostic (Triola)

Vhodné jsou podprsenky především nevyztužené se širšími ramínky a také mohou být i s kosticemi, které sice snižují pohodlnost, ale především opravdu těžká ňadra udrží pevná, nikoliv v povislém stavu, což poté směřuje např. k bolesti zad. Košíčky mohou být bezešvé nebo se švy, kdy u velkých a těžkých ňader je preferovaný šev na středu, kvůli správnému rozložení váhy ňader, a tak se uleví šíji a zádočným svalům. Vhodné je také využívat sportovní podprsenky především pro jejich pohodlnost.

Pro spodní vrstvu vrchní části těla jsou pány stále vyhledávány **nátělníky**. Nátělníky mohou být opět i bezešvé pro zajištění maximální pohodlnosti. Vhodným materiálem může být i bavlna, ale ta má vyšší savost, tudíž nemá vlastnosti jako funkční materiály jako jsou například polypropylen nebo polyester, které zajišťují ten správný odvod potu. Záleží už poté na účelu použití nátělníku.

2.2.3 Vrchní vrstva oděvů

Vrchní oděv je zpravidla nošen na spodní oděv. U vrchního oděvu jak pro horní, tak i dolní část těla je u obou pohlaví opět důležité zvolit správnou velikost.

Oděv by měl být dostatečně dlouhý, aby nedocházelo k prochladnutí zadních partií. Neměl by být příliš upnutý s ohledem na typ postavy. Měl by mít dostatečně prohloubený a přizpůsobený průkrčník, především pokud se jedná o oděvy oblékané přes hlavu. Je důležité vybírat oděvy především z kvalitních materiálů, dávat přednost fyziologickým vlastnostem a najít správný kompromis mezi vlastnostmi a cenou. Jelikož má několik seniorů problémy s financemi, tak se to poté odráží na jejich odívání, záleží jim pouze na výhodné ceně, a o kvalitu se nezajímají. U starších žen i mužů nejsou na oděvech vhodná velká písmena, nápisy nebo dokonce text. Různé decentní malé aplikace na oděvech už jsou zcela na pocitu seniora.

Co se týče vrchních oděvů pro spodní část těla jako jsou např. kalhoty, sukně apod. tak by měli být z materiálů především prodyšných s příjemným omakem. Poté už podle typu materiálu s nízkou mačkavostí, žmolkovitostí a nejlépe i s nežehlivou úpravou.

Podle typu postavy lze upřednostňovat oděvy pro spodní část těla které mají elastický pas, zabránujeme tím možným otlakům v oblasti břicha a případné nepohodlnosti. Také jsou vhodné oděvy se zvýšeným pasem u kalhot. I pro tuto vrstvu oděvů je pro seniory důležité, aby oděvy byly modernějšího vzhledu a střihu, nikoliv příliš odvážné, ale také ve výraznějších a modernějších barvách

2.2.4 Svrchní vrstva oděvů

Svrchní oděv tvoří nejvrchnější vrstvu oblečení a je zpravidla nošen na vrchní vrstvě. Jedná se o **bundy, kabáty, saka** apod.

Podle účelu použití může tato vrstva také chránit před deštěm, větrem a dalšími vnějšími vlivy a udržet je bezpečně od těla. Pro aktivní seniory jsou vhodné softshellové nebo outdoorové bundy, které splňují základní požadavky funkčních materiálů.

Kromě funkčních materiálů jsou také vhodné kabáty či bundy splňující především tepelně izolační vlastnosti. Několik procent seniorů by si dokonce přálo svrchní oděvy se zvýšenou hřejivostí v určitých partiích, jako jsou např. záda, boky nebo podbříško. Docílit by se toho dalo např. všítním většího množství oděvního materiálu na místo určení, který splňuje vysoké tepelně izolační vlastnosti.

Některé péřové bundy jsou velmi teplé a zároveň velmi lehké. Váha svrchní vrstvy je pro seniory jedním z důležitých aspektů při výběru, protože není vhodné, aby oděvy svrchní vrstvy byly příliš těžké, a nezatěžovali seniory. Materiálově to může být polyester, polypropylen a další. Také je podstatný střih bundy/kabátu, který by měl být dostatečně volný a pohodlný.

Závěr

První část práce byla zaměřena čistě na teoretická východiska o dané problematice seniorů. Její druhá část je věnována dotazníkovému šetření a navrhnutí nejvhodnějších oděvů pro seniory, jak z hlediska seniorů, tak z hlediska pečovatelů.

Cílem bakalářské práce bylo získat připomínky a požadavky na oděvy z hlediska seniorů a z hlediska pečovatelů. Na základě těchto požadavků navrhnout co nejvhodnější oděvy pro seniory.

Nejdříve bylo nutné dotazníky vyhodnotit pomocí přehledných grafů a stručného popisu daného tématu, který je udán na grafu. Na základě výsledků z těchto požadavků byly navrženy co nejvhodnější oděvy od nejspodnější až po nejsvrchnější vrstvu oděvů pro seniora z hlediska jak seniorů, tak i pečovatelů.

Použitá literatura

Abena [online]. [cit. 2018-04-16], Dostupné z: <https://www.abena.cz/inkontinence/>

Aktivita pro zdraví ©2013, Kožní problémy [online]. [cit. 2018-04-16], Dostupné z: <http://www.aktivitaprozdravi.cz/zdravotni-problemy/kozni-problemy/kozni-onemocneni-prehled>

Aktivita pro zdraví, Osteoporóza [online]. [cit. 2018-04-25], Dostupné z: <http://www.aktivitaprozdravi.cz/zdravotni-problemy/osteoporoza>

Apos Brno, Plavky pro inkontinenční [online]. [cit. 2018-04-20], Dostupné z: http://aposbrno.cz/katalog.php?kategorie=Od%C4%9Bvy%20pro%20pacienty&id_kat=47&podkategorie=plavky%20pro%20inkontinentn%C3%AD&id_podkat=179

ČERMÁK, Aleš, PACÍK, Dalibor, 2016. *Inkontinence moči*. 1. vydání. Praha: Triton, 119 s. Edukace (Hanex) ISBN 80-725-4875-1.

ČEVELA, Rostislav, KALVACH, Zdeněk, ČELEDOVÁ, Libuše. 2012. *Sociální gerontologie: úvod do problematiky*. 1. vydání. Praha: Grada, 2012, ISBN 978-80-247-4544-2.

GRMOLEC Josef, Vyvářka [online]. [cit. 2018-04-14], Dostupné z: <http://www.skolertextilu.cz/elearning/481/zaklady-textilnich-technologii/zuslechtovani-textilili/Vyvarka.html>

HOLCZEROVÁ, Vladimíra, DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar. 2013.

Volnočasové aktivity pro seniory. Praha: Grada, 2013, ISBN 978-80-247-4697-5.

ICS – International Continence Society, Mezinárodní společnost pro inkontinenci [online]. [cit. 2017-09-30], Dostupné z: <https://www.ics.org/>

Inkontinence ©2010 [online]. [cit. 2017-10-06], Dostupné z: <http://www.inkontinence-info.cz/>

JAROŠOVÁ, Darja. 2006. *Péče o seniory*. Ostrava: Ostravská univerzita, 2006. ISBN 80-7368-110-2.

Klepok [online]. [cit. 2018-04-14], Dostupné z: https://www.klepok.cz/Ponozky-se-zravotnim-lemem-hnede-d149_1022484712.htm

KRYVENKOVÁ, Taťána, 2010. *Konstrukční řešení a technologie hotovení oděvů pro horní část těla pro osoby se sníženou pohyblivostí*. TUL, 2010. [cit. 2017-10-08], Dostupné z: <http://knihovna-opac.tul.cz/externalResources/theses/16529?type=0>

MALÍKOVÁ, Eva. 2011. *Péče o seniory v pobytových sociálních zařízeních*. Praha: Grada, 2011, ISBN 978-80-247-3148-3

MILLER Kelli, ©2016. *Choosing the right clothes for sensitive skin*. Healthgrades Operating Company, 2016. [cit. 2017-10-09], Dostupné z: <https://healthguides.healthgrades.com/soothing-your-sensitive-skin/choosing-the-right-clothes-for-sensitive-skin>

MINCZINGER Klára, Až 40 % kožních problémů způsobuje suchá pokožka, dopřejme tělu vitamín E a olivový olej, [online]. [cit. 2018-04-16], Dostupné z: <http://www.mednews.cz/cz/aktuality/15587/az-40-koznich-problemu-zpusobuje-sucha-pokozka-doprejme-telu-vitamin-e-a-olivovy-olej>

MLÝNKOVÁ Jana, 2011. *Péče o staré občany*. Praha: Grada Publishing, 2011, ISBN 978-80-247-7099-4.

PANCER Václav, Jeden pečovatel i na třicet klientů, mzda 18 tisíc. Domovy pro seniory hrozí omezováním péče. Česká televize [online]. 27.4. 2017 [cit. 2018-04-07]. Dostupné z: <http://www.ceskatelevize.cz/ct24/domaci/2099429-jeden-pecovatel-i-na-tricet-klientu-mzda-18-tisic-domovy-pro-seniory-hrozi-omezovanim>

ROZKYDAL Z., *Degenerativní onemocnění kloubů*, 2016, [online]. [cit. 2018-04-25], Dostupné v pdf: <file:///C:/Users/Hp/Downloads/11-degenerativni-onemocneni-kloubu-2016.pdf>

Textil Forum [online]. [cit. 2018-04-14], Dostupné z: <https://www.textilforum.cz/slozeni-a-udrzba-latek>

TOPINKOVÁ Eva, *Geriatrická klinika VFN a 1. LF UK* [online]. [cit. 2018-04-25], Dostupné z: <http://www.vfn.cz/priloha/5240069cab5d4/nejcastejsi-potize-senioru.pdf>

Triola, *České dámské a pánské spodní prádlo* [online]. [cit. 2018-05-02], Dostupné z: <https://www.triola.cz/>

Vitalion, *Inkontinence* [online]. [cit. 2018-04-27], Dostupné z: <https://nemoci.vitalion.cz/inkontinence/>

VYSKOTOVÁ, Jana, MACHÁČKOVÁ Kateřina. 2013 *Jemná motorika: vývoj, motorická kontrola, hodnocení a testování*. 1.vydání. Praha: Grada, 176 stran. ISBN 978-80-247-4698-2.

ZELOVÁ Katarína, *Výrobě oděvů (ODE)*, [online]. [cit. 2018-04-14], Dostupné z: <https://elearning.tul.cz/>

Žijte kvalitně – zdravotní pomůcky nejen pro seniory ©2018 [online]. [cit. 2018-04-15], Dostupné z: <https://www.zijtekvalitne.cz/nazouvaky-ponozek/nazouvak-ponozek-textilni-s-plastovou-vlozkou/>

Seznam obrázků:

Obrázek 1: Graf č. 1 – Typy inkontinence moči vyjádřeny procentuálně (Inkontinence ©2010)	16
Obrázek 2: Dámské inkontinenční vložky pro lehký stupeň inkontinence (Abena)	16
Obrázek 3: Inkontinenční vložky pro muže pro lehký stupeň inkontinence (Abena)	17
Obrázek 4: Vložné pleny pro střední stupeň inkontinence (Abena)	17
Obrázek 5: Navlékací plenkové kalhotky pro střední inkontinenci (Abena)	17
Obrázek 6: Plenkové kalhotky pro střední až těžkou inkontinenci se zapínáním (Abena)	18
Obrázek 7: Fixační kalhotky pro střední až těžkou inkontinenci (Abena)	18
Obrázek 8: Inkontinenční podložka pod pacienty (Abena)	18
Obrázek 9: Nemocniční pooperační košile Anděl (Apos Brno)	21
Obrázek 10: Lupénka v části loktu	25
Obrázek 11: Symboly údržby (Textil Forum)	27
Obrázek 12: Textilní nazouvák ponožek (Žijte kvalitně 2018)	30
Obrázek 13: Graf č.2 – Pohlaví respondentů	32
Obrázek 14: Graf č. 3 – Věk respondentů	33
Obrázek 15: Graf č.4 – Momentální situace v bydlení	34
Obrázek 16: Graf č.5 – Celkové procentuální shrnutí problémů seniorů	35
Obrázek 17: Graf č.6 – Senioři trpící inkontinencí	36
Obrázek 18: Graf č.7 - Problémy seniorů trpící sníženou pohyblivostí horní části těla	37
Obrázek 19: Graf č.8 - Problémy seniorů trpící sníženou pohyblivostí spodní části těla	37
Obrázek 20: Graf č.9 – Všímavost materiálových vlastností	38
Obrázek 21: Graf č.10 – Přednosti při výběru oděvů	39
Obrázek 22: Graf č.11 – Nejdůležitější materiálové vlastnosti u oděvu z hlediska seniorů	40
Obrázek 23: Graf č.12 – Nejpreferovanější oděvní materiály	41
Obrázek 24: Graf č.13 - Nejvhodnější způsob zapínání	42
Obrázek 25: Graf č.14 - Informovanost o oděvech přímo určených pro seniory	43
Obrázek 26: Zdravotní ponožky s extra jemným svěrem lemu (Klepok)	43
Obrázek 27: Inkontinenční plavky pro ženy (Apos Brno)	44
Obrázek 28: Graf č.15 – Pohlaví pečovatelů	46
Obrázek 29: Graf č.16 – Procentuální vyjádření počtu let jednotlivého pečovatele v zaměstnání	47
Obrázek 30: Graf č.17 – Nejčastější problémy, se kterými se setkávají pečovateli u seniorů	47
Obrázek 31: Graf č.18 – Doporučení vhodných oděvů pro seniory	48
Obrázek 32: Graf č.19 – Zaměření na výběr oděvů dle problémů seniora	49
Obrázek 33: Graf č.20 – Materiály, ze kterých jsou vyrobeny oděvy pro seniory v zařízení	50

Obrázek 34: Graf č.21 – Údržba materiálů v zařízení.....	51
Obrázek 35: Graf č.22 – Kritéria výběru oděvů.....	52
Obrázek 36: Bezešvé dámské kalhotky (Triola)	55
Obrázek 37: Bezešvá podprsenka bez kostic (Triola).....	57

Příloha

Příloha č.1: Dotazník – verze pro seniory

Dobrý den,

Jmenuji se Tereza Blahůtová a jsem studentkou třetího ročníku Fakulty textilní Technické univerzity v Liberci. Chtěla bych Vás požádat o vyplnění dotazníku, jehož výsledky budou sloužit jako podklad pro zpracování praktické části mé bakalářské práce na téma „Oděvy pro seniory“. Dotazník je **zcela anonymní**, prosím o upřímné a pravdivé informace.

Vámi vybrané odpovědi prosím **zakroužkujte**, pokud není jinak zmíněno, tak prosím zvolte pouze **jednu odpověď**.

Děkuji za Váš čas,
Tereza Blahůtová.

1) Pohlaví:

- a) Žena
- b) Muž

2) Věková kategorie:

- a) 60-66 let
- b) 67-73 let
- c) 74-78 let
- d) 79-85 let
- e) 85 let a více

3) Vaše momentální situace v bydlení? (Lze označit i více odpovědí)

- a) Bydlím zcela sám/sama v rodinném domě/bytě
- b) Bydlím s manželem/manželkou popřípadě druhem/družkou
- c) Bydlím s blízkými příbuznými, kteří jsou mladší než já sám (dětmi, sourozenci, přátelé apod.)
- d) Bydlím s blízkými příbuznými, kteří jsou starší než já (rodiče, sourozenci, přátelé apod.)

- e) Bydlím s osobou, která o mě pečuje (pečovatelem/ošetřovatelem či členem rodiny, který o mě pečuje)
- f) Bydlím v domově důchodců či podobném sociálním zařízení

4) Jakými trpíte problémy, které ovlivňují Vaše oblékání/svlékání a celkové užívání oděvů? (Lze označit i více odpovědí).

- a) Trpím inkontinencí (únikem moči)
 - a. Ano velmi
 - b. Ano, ale v mírné fázi
 - c. Pouze v noci
 - d. Zřídka kdy, spíše výjimečně, např. při kýchnutí nebo pouze s příznakem jiné momentálně doprovázející nemoci
 - e. Nikoliv
- b) Sníženou pohyblivostí – prosím vyberte jednu ze dvou možností a doplňte, které přesné části těla se problém týká.
 - a. Horní části těla -
 - b. Dolní části těla -
- c) Kožními problémy
- d) Nízká prodyšnost oděvu
- e) Příliš upnutý oděv
- f) Podvýživou
- g) Obezitou
- h) Jiné – doplňte

5) Všímate si při koupi nebo užívání oděvů jeho materiálových vlastností?

- a) Je to pro mě prioritou
- b) Ano, ale musím se soustředit i na finanční stránku
- c) Nikdy

6) Čemu dáváte největší přednost při výběru oděvů?

- a) Především nízkým cenám
- b) Spíše fyziologickým vlastnostem – příjemnému omaku, hřejivosti, savosti, prodyšnosti apod.
- c) Estetickým vlastnostem – barva, vzor, oděr, nemačkavost apod.
- d) Způsobu údržby "

7) Jaká materiálová vlastnost u oděvu je pro vás nejdůležitější? (Lze označit i více možností)

- a) Příjemný omak
- b) Prodyšnost
- c) Savost
- d) Žmolkovitost
- e) Snadná údržba
- f) Dobré tepelně izolační vlastnosti
- g) Nehledím na žádné výše zmíněné materiálové vlastnosti u oděvu
- h) Zajímám se pouze o cenu
- i) Doplníte, na co se zaměřujete vy, při výběru oděvu, pokud jste si nevybrali z předešlých možností

.....
.....

8) Z jakých oděvních materiálů si nejčastěji kupujete oblečení? (Lze označit i více odpovědí)

- a) 100 % bavlna
 - b) Směsi bavlny a viskózy
 - c) Směsi bavlny s polyesterem
 - d) 100 % polyester
 - e) Viskózové, acetátové oděvy
 - f) Lněné oděvy
 - g) Hedvábné oděvy
 - h) Jiné – doplňte
-

9) Jaký je pro Vás nejvhodnější způsob zapínání u oděvů? (Lze označit i více odpovědí)

- a) Zapínání oděvů na zip
- b) Zapínání na knoflíky
- c) Suchý zip
- d) Nejraději mám oděvy bez zapínání
- e) Upřednostňuji oděvy oblékané přes hlavu
- f) Jiné – doplňte

10) Jste obeznámen/a s oděvy přímo určenými pro seniory trpící zdravotními problémy a využíváte jich?

- a) Ano, jsem obeznámen/a, a využívám je
Prosím doplňte název oděvu, který používáte
.....
.....
.....
- b) Ano, jsem obeznámen/a, ale nepoužívám je
- c) Ne, nikdy jsem o nich neslyšel/a

11) Jaké vlastnosti a speciální požadavky byste si přál/přála pro Vaše oděvy vzhledem k Vaším problémům?

.....
.....
.....
.....

Příloha č.2: Dotazník – verze pro pečovatele

Dobrý den,

Jmenuji se Tereza Blahůtová a jsem studentkou třetího ročníku Fakulty textilní Technické univerzity v Liberci. Chtěla bych Vás požádat o vyplnění dotazníku, jehož výsledky budou sloužit jako podklad pro zpracování praktické části mé bakalářské práce na téma „Oděvy pro seniory“. Dotazník je **zcela anonymní**, prosím o upřímné a pravdivé informace.

Vámi vybrané odpovědi prosím **zakroužkujte**, pokud není jinak zmíněno, tak prosím zvolte pouze **jednu odpověď**.

Děkuji za Váš čas,
Tereza Blahůtová.

1) Pohlaví:

- a) Žena
- b) Muž

2) Jak dlouho už vykonáváte tuto práci?

- a) Necelý rok
- b) 1-5 let
- c) 5-8 let
- d) 8-12 let
- e) 12 let a více

3) Jaké jsou nejčastější problémy, se kterými se setkáváte u seniorů vzhledem k jejich používání oděvů či pomoci při oblékání/svlékání oděvů? (Lze označit i více odpovědí)

- a) Jejich snížená pohyblivost
- b) Inkontinence (únik moči)
- c) Kožní problémy
- d) Jiné – doplňte.....

4) Jaké byste doporučila vhodné oděvy pro seniory, se kterými momentálně pracujete, vzhledem k jejich zdravotním problémům? (Lze označit i více odpovědí)

- a) Oděvy, které mají velkou savost
- b) Oděvy prodyšné
- c) Oděvy velmi volné
- d) Oděvy především pohodlné
- e) Oděvy, které jdou snadno oblékat/svlékat či jsou konstrukčně vhodně řešené vůči problémům seniora
- f) Jiné – doplňte
-

5) Zaměřujete se ve Vašem zařízení na výběr oděvů dle problémů seniorů?

- a) Ano, je to prioritou našeho zařízení vybírat oděvy, které mají dobré materiálové vlastnosti (např. dobrou savost, prodyšnost, komfort apod.)
- b) Ne, na materiálové vlastnosti se příliš neohlížíme, pouze např. na speciální konstrukce oděvů pro pacienty s omezeními.
- c) Záleží nám především na výhodné ceně oděvů
- d) Zaměřujeme se především na snadnou údržbu oděvů

6) Z jakých materiálů jsou v zařízení, ve kterém pracujete vyrobeny oděvy pro seniory? (Lze označit i více odpovědí)

- a) Z 100 % bavlny
- b) Ze směsi bavlny a viskózy
- c) Ze směsi bavlny a polyesteru
- d) 100 % polyester
- e) Z viskózy
- f) Z vlny
- g) Jiné – doplňte jiný materiál či směsi materiálů
-
-

7) Jak probíhá údržba materiálů v zařízení, ve kterém pracujete? (Lze označit i více odpovědí)

- a) Oděvy pereme v pračce při nízkých teplotách a následně některé žehlíme
- b) Oděvy pereme v pračce při vyšších teplotách a následně některé žehlíme
- c) Údržbu provádíme vyvářkou oděvů
- d) Toto necháváme na externích firmách, které se nám o oděvy postarají
- e) Jiný způsob – doplňte

.....
.....

8) Kdo zajišťuje oděvy pro seniory, které jsou do Vašeho zařízení dodávány?

(Vyplňte prosím přesný název výrobce či firmy a zemi, odkud je Vám zboží dodáváno)

.....
.....
.....

9) Podle jakých kritérií vybíráte oděvy od výrobce/firmy dle předešlé otázky č. 8?

- a) Především podle ceny
- b) Soustředíme se hlavně na vhodný materiál
- c) Zajímá nás vhodný materiál, ale zároveň musíme hledat i nejvýhodnější finanční nabídku
- d) Podle konstrukčního řešení oděvu vůči dané problematice
- e) Jiné – doplňte

.....
.....

10) Jaké vlastnosti a speciální požadavky byste si vy osobně přál/přála na oděvy pro seniory vzhledem k jejich problémům?

.....
.....

