

Overtema: Egenomsorg	
Egenomsorg er en aktivitet, der vedrører praktiske og hygiejnemæssige handlinger i relation til personen selv.	
Undertema: Klæde sig af og på	Observationen "Egenomsorg (VUM) Bo/Dag" benyttes til dokumentation ift. hvordan borger..... Ift. funktionsevne så overvej fx om borgeren.....
At klæde sig af og på handler både om at tage tøj og sko af og på samt om at få det til at passe til omstændighederne.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Tager selv tøj på ▪ Klæder sig på overkroppen ▪ Klæder sig af på overkroppen ▪ Klæder sig på underkroppen ▪ Klæder sig af på underkroppen ▪ Tager fodtøj af/på ▪ Henter tøj frem fra skabe og skuffer ▪ Åbner og lukker knapper, lynlåse, hægter etc. ▪ Tager kropsbårne hjælpemidler på ▪ Klæder sig på i rigtige rækkefølge, fx inderst før yderst ▪ Planlægger og pakker beklædning ▪ Klæder sig på i overensstemmelse med sociale sammenhænge ▪ Klæder sig på efter vejrforhold
Undertema: Vaske sig	Observationen "Egenomsorg (VUM) Bo/Dag" benyttes til dokumentation ift. hvordan borger..... Ift. funktionsevne så overvej fx om borgeren.....
At vaske sig kan både være vask v. håndvask, brusebad eller karbad	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Vurderer behov for vask ▪ Anvender kropssæbe, shampoo mm. ▪ Vasker hår, Skyller hår, Vasker ansigt, hals og ører, Vasker sig under armene, Udfører intimvask ▪ ▪ Vasker fødder, Vasker hænder, ▪ Tørre sig tilstrækkeligt efter vask og tørre hår
Undertema: Pleje sin krop	Observationen "Egenomsorg (VUM) Bo/Dag" benyttes til dokumentation ift. hvordan borger..... Ift. funktionsevne så overvej fx om borgeren.....
Begrebet rummer fx pleje af hud, ansigt, tænder, hår, negle og kønsdele.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Vurderer behov for pleje af egen krop ▪ Plejer hud med creme ▪ Anvender deodorant ▪ Plejer mindre sår og skrammer ▪ Renser finger- og tånegle, Klipper finger- og tånegle ▪ Børster tænder ▪ Bruger tandtråd ▪ Reder hår ▪ Renser ører ▪ Barberer sig ▪ Plejer skæg
Undertema: Spise	Observationen "Egenomsorg (VUM) Bo/Dag" benyttes til dokumentation ift. hvordan borger..... Ift. funktionsevne så overvej fx om borgeren.....
At spise er en aktivitet af både praktiske færdigheder og af sociale færdigheder.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Spiser på en kulturelt accepteret måde, ▪ Deltager i måltider og festligheder ▪ Spiser i selskab med andre ▪ Skærer eller bryder maden i stykker ▪ Får maden op til munden ▪ Anvender spiseredskaber og hjælpemidler ▪ Åbner emballage ▪ Tager mad på tallerkenen

Undertema: Drikke	Observationen "Egenomsorg (VUM) Bo/Dag" benyttes til dokumentation ift. hvordan borger..... Ift. funktionsevne så overvej fx om borgeren.....
At drikke er en aktivitet af både praktiske færdigheder og af sociale færdigheder.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Drikker på en kulturelt accepteret måde ▪ Drikker i selskab med andre ▪ Holder fast om kop eller glas ▪ Fører kop eller glas op til munden ▪ Håndterer indholdet i kop eller glas ▪ Håndterer kolde og varme drikke ▪ Blander, omrører og skænker drikke ▪ Åbner flasker, dåser og kartoner ▪ Anvender hjælpemidler til indtagelse af drikkevarer
Undertema: Gå på toilettet	Observationen "Egenomsorg (VUM) Bo/Dag" benyttes til dokumentation ift. hvordan borger..... Ift. funktionsevne så overvej fx om borgeren.....
At gå på toilettet handler også om hvordan borgeren kan håndtere evt. kateter mm og den efterfølgende hygiejne.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Fornemmer, at der er behov for toiletbesøg ▪ Reagerer på behov for toiletbesøg ▪ Forflytter sig til og fra toiletsædet ▪ Udfører toiletbesøg, ▪ Tørre sig efter toiletbesøg ▪ Skifter bind, bleer mv. ▪ Vasker hænder efter endt toiletbesøg ▪ Tømmer blærekateter ▪ Skifter kateterpose ▪ Tømmer stomipose ▪ Skifter stomipose
Undertema: Varetage sin seksualitet	Observationen "Egenomsorg (VUM) Bo/Dag" benyttes til dokumentation ift. hvordan borger..... Ift. funktionsevne så overvej fx om borgeren.....
At varetage sin seksualitet handler om, hvorvidt en persons funktionsnedsættelse eller sociale problemer giver begrænsninger i forhold til at udleve ens seksualitet.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Registrerer egne seksuelle behov ▪ Respekterer andres grænser ▪ Udtrykker egne seksuelle behov ▪ Udlever egne seksuelle behov ▪ Udtrykker og udlever sin seksualitet på en kulturelt accepteret måde ▪ Håndterer prævention
Undertema: Dyrke interesse	Observationen "Egenomsorg (VUM) Bo/Dag" benyttes til dokumentation ift. hvordan borger..... Ift. funktionsevne så overvej fx om borgeren.....
Hvordan forstår borger at bruge tid og energi på en bestemt aktivitet eller ting, som borger er optaget af.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Dyrker en interesse, der optager vedkommende ▪ Dyrker en interesse, der gør borgeren glad ▪ Dyrker interessen, når vedkommende har lyst til det, ▪ Bruger tid på sin interesse, der er afstemt efter øvrige gøremål ▪ Følger brugervejledning, handlingsanvisning o. lign. hvis nødvendigt for at dyrke hobbyen ▪ Benytter redskaber, udstyr, produkter m.m. hensigtsmæssigt

<p>Undertemaer: Varetage egen sundhed – fysisk Varetage egen sundhed - psykisk</p>	<p>Observationen ”Egenomsorg (VUM) Bo/Dag” benyttes til dokumentation ift. hvordan borger..... ift. funktionsevne så overvej fx om borgeren.....</p>
<p>At varetage egen sundhed er en handling, der består i at sikre sit velvære, helbred og fysiske og psykiske velbefindende.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Reagerer på helbredsmæssige ændringer ▪ Opsøger professionel hjælp og behandling ved behov ▪ Beskytter sig mod smitsomme sygdomme ▪ Følger medicinsk behandling, Indtager medicin på hensigtsmæssigt tidspunkt ▪ Følger lægelige og andre sundhedsprofessionelles råd om sundhed ▪ Skaber balance mellem søvn og livsførelse ▪ Skaber balance mellem aktivitet og hvile, Har en hensigtsmæssig døgnrytme ▪ Skaber balance mellem kost og livsførelse. Har kendskab til sunde og usunde fødevarer ▪ Beskytter sig mod fysisk og psykisk skadespåvirkning, Håndterer fysisk og psykisk belastning ▪ Skaber balance mellem brug af rusmidler og livsførelse, Undgår misbrug af rusmidler ▪ Undgår rygning og relaterede sundhedsskadelige produkter ▪ Beskytter sig mod hedeslag og solskoldning