

# Péče o potřeby člověka

## Definice potřeby

Život zdravého člověka můžeme charakterizovat jako neustálé uspokojování různých potřeb, které mají pro člověka různou hodnotu. Některé potřeby chápe zdravý člověk jako nutnost (spát, jíst, pít, vyprazdňovat se, ...) a pokud jsou tyto potřeby uspokojeny – jaksí bezděčně, příliš se jimi nezabývá. Jejich uspokojování je automatické (př. potřeba dýchání) a samozřejmé (př. potřeby vyprazdňování). Pokud člověk uspokojí základní potřeby nutné ke každodennímu životu (přežití), je schopen uspokojovat potřeby vyšší (př. potřeby seberealizace).

Jiné životní potřeby jsou životními cíli – přáními – tužbami. Mají trvalé vědomé zaměření, člověk jim věnuje mnoho pozornosti a sil. Zdravý člověk je schopen si své cíle a potřeby sám uspokojovat. Nemocí je narušena nejen vnitřní homeostáza organismu, ale i rovnováha se zevním prostředím. Vystanou nové potřeby a další se zaktualizují. Proto je jedním z cílů ošetrovatelství, aby sestra uměla vyhledávat a uspokojovat potřeby nemocných.

## Různé pohledy na lidské potřeby

- **Biologie** pojímá potřeby jako pud, reflexy, neuvědomělé činnosti vycházející často z automatických reakcí a funkcí organismu. Potřeby jsou pak požadavky na prostředí ( $O_2$ ,  $H_2O$ , živiny atd.) směřující k udržení vnitřní homeostázy, růstu, reprodukci a k udržení tělesného zdraví s jasnými negativními pocity: žízně, hladu, bolesti, tlaku atd. Např.: Nejčastější potřebou je dýchání (16/minuta). Je neuvědomělou automatickou potřebou do té doby, než je omezen přístup  $O_2$  k buňkám. Potom máme všichni stejnou potřebu (pud, reakci) – do 2 minut akutní pocit nedostatku vzduchu –  $O_2$ .
- **Psychologie** – potřeby jsou základní motivační silou důležitou pro život a vývoj člověka. Potřeby jsou stavy nedostatku – jako jistoty, bezpečí, pomoci, lásky, důvěry, úspěchu, svobody; s negativními pocity: strachu, nejistoty, ohrožení smutku, méněcennosti; vedou ke změně chování. Potřeby mají zaměření životních cílů, přání a hodnot – dlouhodobé a vědomé úsilí. Jsou individuální a ovlivněné osobností, věkem, pohlavím, stavem, prostředím, socializací atd.
- **Sociologie** – potřeby vycházejí ze společenských nároků a vztahů různých skupin a společenství.
- **Ekonomie** – potřeby vycházejí z nutnosti (existence) nebo žádosti vlastnit či užívat určité prostředky a peníze.
- **Filozofie** – potřeby vycházejí z různých filozofických a duchovních přístupů k člověku a ke světu. Sledují hodnoty a směr člověka ke světu, životu, přírodě, kosmu, Bohu, ...

## Vznik potřeby

Potřeba je stav organismu charakterizovaný napětím a dynamickou silou, vzniklý z nedostatku či přebytku, směřující k obnovení rovnováhy homeostázy, životní rovnováhy, pohody a plnění svých životních cílů. Pokud dojde k rozkolísání rovnováhy (rovnováhu si lze představit jako miský vah), začneme pociťovat, že nám něco chybí nebo naopak přebývá, máme žízeň, je nám chladno nebo nám např. chybí důležité informace. Přirozeně se snažíme vzniklý nedostatek nebo přebytek napravit tak, abychom zase dospěli k optimální pohodě tzn. měli saturovanou tu či onu potřebu.

## Proces uspokojování potřeb

Přirozeně a cíleně směřujeme naše chování a jednání tak, aby vzniklý nedostatek nebo přebytek byl optimalizovaný a abychom zase dospěli k rovnovážnému stavu, tzn. měli saturovanou tu či onu potřebu.

## Odkazy

### Související články

### Externí odkazy

### Převzato z

### Použitá literatura

MARIE, Šamánková a A KOLEKTIV. *Lidské potřeby ve zdraví a nemoci : aplikované v ošetrovatelském procesu*. - vydání. Grada Publishing a.s., 2011. 136 s. ISBN 9788024773506.

### Reference

