

Chcete se seniorem mluvit o domácí péči? Zjistěte, jaké obavy může mít

24.8.2026 - | Charita ČR

„Ještě to zvládnou sám.“ „Nechci doma cizího člověka.“ Za odmítáním domácí péče mohou stát nejrůznější obavy. Pokud chcete se svým blízkým téma pomoci otevřít, může být užitečné nejprve porozumět tomu, jak celou situaci vnímá on. Jaké překážky nejčastěji pozorují pracovníci Charity, kteří se seniory a jejich blízkými pracují?

Možná už nějakou dobu pozorujete, že maminka nezvládá nákupy jako dřív, tatínkovi dělá problém dojít si k lékaři nebo je pro ně stále náročnější postarat se o domácnost. Vám připadá samozřejmé začít hledat pomoc. Jenže když o ní začnete mluvit, narazíte na odmítnutí.

To, co rodina vnímá jako praktické řešení, totiž může senior vidět úplně jinak, jako důkaz, že něco přestává zvládat, zásah do soukromí nebo ohrožení dosavadního způsobu života. Za větou „já žádnou pomoc nepotřebuji“ proto nemusí být jen neochota něco měnit.

1. Obava ze ztráty samostatnosti

Pro člověka, který byl celý život zvyklý rozhodovat sám o sobě, může být těžké připustit, že některé věci už nezvládá jako dřív.

Mezi nejčastější překážky patří obava ze ztráty samostatnosti. Často se setkáváme s přesvědčením, že jsou na tom senioři ještě dobře a pomoc nepotřebují, přestože každodenní činnosti už zvládají jen s obtížemi,

popisuje **Kristina Komoňová**, pastorační asistentka Charity Veselí nad Moravou.

Samostatnost přitom není jen otázkou toho, co člověk fyzicky zvládne. Souvisí také s pocitem, že stále rozhoduje o svém životě. Přijetí pomoci proto může senior vnímat jako mnohem větší změnu, než jakou v ní vidí jeho okolí.

Smyslem domácí péče je pomáhat tam, kde už člověku vlastní síly nestačí, ne přebírat to, co stále zvládá sám. Díky tomu si může co nejdéle zachovat svou soběstačnost a zůstat doma.

2. Strach z cizího člověka i změny dosavadního života

Domov je velmi osobní prostor. Máme v něm své věci, svůj rytmus i své soukromí. Představa, že do něj začne pravidelně přicházet někdo neznámý, proto může vyvolávat nejistotu.

Někteří senioři se bojí vpustit do svého domova cizího člověka, nebo si myslí, že budou muset změnit svůj způsob života,

říká **Kristina Komoňová**.

Za odmítnutím tak nemusí stát samotná neochota přijmout pomoc, ale spíš obava z neznámého a z toho, nakolik se kvůli službě změní seniorův každodenní život.

3. Obavy z finanční náročnosti

Překážkou může být také nejistota, kolik bude služba stát a zda si ji senior nebo jeho rodina mohou dovolit. Cena se přitom liší podle toho, jaký druh pomoci člověk potřebuje.

- **Domácí zdravotní péče** – pokud ji předepíše lékař a jsou splněny podmínky zdravotní pojišťovny, je **hrazena z veřejného zdravotního pojištění** a pacient za ni neplatí.
- **Sociální služby** – například pečovatelskou službu nebo osobní asistenci si klient **hradí sám**, cena se odvíjí od druhu služby a rozsahu potřebné pomoci. Maximální výši úhrad u registrovaných sociálních služeb stanovuje vyhláška. S jejich úhradou může pomoci **příspěvek na péči**, pokud na něj má člověk nárok.

Před využitím služby je proto dobré zjistit nejen její cenu, ale také to, zda je možné náklady hradit ze zdravotního pojištění, příspěvku na péči nebo jiným způsobem.

4. Pocit, že rodina musí všechno zvládnout sama

Překážky se netýkají jen seniorů. Velký tlak na sebe mohou vytvářet také jejich blízcí.

Často se setkáváme s přesvědčením pečujících, že by měli péči o svého blízkého zvládnout sami a požádat o pomoc může být vnímáno jako určité selhání. Roli někdy hraje také obava z reakce okolí nebo sousedů,

říká **Eva Daňková**, koordinátorka Centra pro podporu pečujících osob Charity Zábřeh.

Podle ní mají někteří pečující také pocit, že pokud pobírají příspěvek na péči, měli by veškerou péči zajistit vlastními silami.

Je proto důležité připomínat, že využití profesionální pomoci není známkou nezvládnutí situace, ale naopak může přispět k tomu, aby byla péče dlouhodobě udržitelná a kvalitní.

Péče o blízkého může trvat měsíce i roky a postupně se stávat náročnější. Zapojení profesionální pomoci proto nemusí znamenat, že se rodina přestává starat. Může jí naopak umožnit uchovat si síly a být svému blízkému nablízku dlouhodobě.

5. Nejasnosti v tom, jakou pomoc vlastně hledat

Ne všude se přitom pracovníci Charity setkávají s tím, že by senioři pomoc odmítali.

Pokud jde o reakci seniorů a jejich rodinných příslušníků na potřebu pomoci, z naší zkušenosti se za ni většinou nestydí a službu běžně poptávají. Potřebu pomoci zpravidla vnímají pragmaticky, jako možnost zůstat co nejdéle ve svém domácím prostředí,

popisuje **Petr Malík**, projektový manažer Charity Prachatice-Vimperk.

Překážkou pak může být spíš nedostatečná orientace v jednotlivých službách. Rodina ví, že potřebuje pomoc, ale neví, zda hledat zdravotní sestru, pečovatelskou službu, osobní asistenci nebo jinou formu podpory. Petr Malík upozorňuje například na to, že klienti a jejich rodiny často nerozlišují mezi zdravotní a sociální službou.

Zdravotní, nebo sociální péče?

Zjednodušeně řečeno, **domácí zdravotní péče řeší zdravotní úkony**, například převazy, aplikaci injekcí nebo další odbornou péči indikovanou lékařem.

Sociální služby naopak pomáhají se zvládáním každodenního života, například s hygienou, oblékáním, jídlom nebo chodem domácnosti.

V praxi se ale potřeby člověka často prolínají. Více o zdravotně-sociálním pomezí a o tom, proč může komplikovat péči o člověka doma, uslyšíte v [podcastu ChariTALK](#).

Není přitom potřeba vyznat se ve všech možnostech předem. S orientací v dostupných službách a hledáním vhodné pomoci pro konkrétní situaci mohou seniorovi i jeho blízkým pomoci **charitní odborné poradny**.

Za odmítáním pomoci zkuste nejprve hledat důvod

Profesionální pomoc nemusí znamenat ztrátu samostatnosti ani selhání rodiny. Naopak může seniorovi pomoci zůstat déle doma a jeho blízkým péči dlouhodobě zvládat.

Pokud se váš blízký pomoci brání, zkuste proto nejprve zjistit proč. To, co může působit jako tvrdohlavost, může být ve skutečnosti obavou ze ztráty něčeho, co je pro něj důležité.

Jak ale téma pomoci otevřít citlivě a s respektem? Přečtěte si [praktické tipy, jak se seniorem o přijetí pomoci mluvit](#).

<https://www.charita.cz/jak-pomahame/pece-o-pecujici/chcete-se-seniorem-mluvit-o-domaci-peci-zjiste-te-jake-obavy-muze-mit>