

ПРОГРАММА

**ОБУЧЕНИЯ РОДСТВЕННИКОВ И (ИЛИ) ЛИЦ,
ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИХ УХОД ЗА ГРАЖДАНАМИ,
УТРАТИВШИМИ СПОСОБНОСТЬ К САМООБСЛУЖИВАНИЮ,
ПРИЕМАМ И НАВЫКАМ УХОДА**

с. Агинское, 2025 г.

Содержание

Паспорт программы.....	3
1. Обоснование и актуальность программы.....	4
1.1. Цель и задачи программы.....	5
1.2. Структура программы.....	5
1.3. Категория обучающихся по программе.....	5
1.4. Формы реализации программы.....	6
1.5. Этапы реализации программы.....	6
1.6. Продолжительность программы.....	6
1.7. Ресурсное обеспечение программы.....	6
1.8. Ожидаемые результаты.....	7
2. Содержание программы.....	8
2.1. Учебно-тематический план.....	8
3. Список используемой литературы.....	13

Паспорт программы

Наименование программы	Обучение родственников и (или) лиц, осуществляющих уход за гражданами, утратившими способность к самообслуживанию, приемам и навыкам
Территория реализации	Красноярский край, Саянский район
Кем реализуется программа	Краевое государственное бюджетное учреждение социального обслуживания «Комплексный центр социального обслуживания населения «Саянский»
Адрес	Красноярский край, Саянский район, с. Агинское, ул. Советская, дом 130А
Телефон	8(39142)21-7-78, 8(39142)21-7-67
Адрес электронной почты	kcson_sayany@mail.ru
Руководитель программы	Заведующий социально-реабилитационного отделения для граждан пожилого возраста, инвалидов и детей с ограниченными возможностями
Цель программы	Повышение качества родственного ухода за счет полученных знаний, навыков ухода и использования технических средств реабилитации
Задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> - Обучение социальных работников, родственников и (или) лиц, осуществляющих уход за гражданами, частично или полностью утратившими способность к самообслуживанию, теоретическим и практическим навыкам и приемам ухода; - обучение профилактическим мероприятиям, направленным на снижение осложнений заболеваний, правилам пользования техническими средствами реабилитации; - обучение правилам коммуникации с гражданами пожилого возраста и инвалидами, имеющие заболевания, а также с их социальным окружением; - формирование ответственного отношения к здоровью и соблюдению техники безопасности при осуществлении уходных мероприятий за гражданами пожилого возраста и инвалидами; - обучение правилам организации домашнего пространства для адаптации граждан пожилого возраста и инвалидов; - информирование граждан посредством обеспечения специализированным учебным материалом: памятки, буклеты, информационные листовки и др.
Категория слушателей	<ul style="list-style-type: none"> - социальные работники, осуществляющие уход за гражданами, частично или полностью утратившими способность к самообслуживанию; - лица, осуществляющие неформальный (родственный) уход за гражданами, частично или полностью утратившими способность к самообслуживанию; - граждане (пожилые люди, инвалиды), желающие овладеть навыками самоухода; - участники специальной военной операции и члены их семей, получившие инвалидность.

Форма обучения	– Групповые и индивидуальные занятия (лекции, практические занятия, консультации); – выездные (с выездом специалистов на дом); – дистанционная форма с использованием телекоммуникационных технологий.
Объем программы	17 академических часов
Ожидаемые результаты	Улучшение качества жизни граждан, частично или полностью утратившими способность к самообслуживанию, создание для них благоприятной психологической атмосферы условий для их реабилитации, посредством их обеспечения квалифицированного ухода со стороны родственников и (или) лиц, осуществляющих за ними уход; - оказание гражданам, частично или полностью утратившими способность к самообслуживанию, максимально возможного необходимого ухода; - оказание психологической поддержки родственникам и (или) лицам, осуществляющим уход за гражданами, частично или полностью утратившими способность к самообслуживанию; - формирование у родственников и (или) лиц, осуществляющих уход за гражданами, частично или полностью утратившими способность к самообслуживанию, знаний, умений и навыков по уходу за ними.

1. Обоснование и актуальность программы

Проблема старения в современном обществе становится все более актуальной и значимой, так как с каждым днем количество людей пожилого возраста, имеющих серьезные ограничения жизнедеятельности, неуклонно растет. К сожалению, до сих пор многие осложнения у пожилых и инвалидов связаны с проблемами ухода. Поэтому важность ухода за больными сегодня, в век бурного научно-технического прогресса, является наиболее актуальным направлением для социального обслуживания и требует практического решения.

Уход за гражданами, полностью или частично утратившими способность к самообслуживанию, сложное и ответственное дело, которое требует знаний и отработанных навыков, и чаще всего забота о них ложится на плечи неподготовленных родственников. Отсутствие информированности населения о наличии технических средств реабилитации, облегчающих уход за больными, невозможность получить навыки ухода по месту проживания, зачастую приводят к решению о помещении близкого человека в специализированное учреждение, вопреки интересам семьи, вызывая стресс и психологические расстройства, как у больного, так и у родственников.

Для человека, который в силу преклонного возраста или тяжелой болезни утрачивает способность обслуживать себя, когда даже самые банальные и обычно незаметные действия, такие как, прием пищи, умывание, смена положения тела, сделать самому не под силу, очень важна продуманная организация пространства квартиры, квалифицированная помощь ухаживающего, знающего, как перевернуть или посадить больного, не причиняя ему боли и не доставляя душевного дискомфорта, как поддержать добрым словом.

Программа «Обучения родственников и (или) лиц, осуществляющих уход за гражданами, утратившими способность к самообслуживанию, приемам и навыкам ухода» включает: изучение теоретических основ и практическое освоение навыков общего ухода, профилактики осложнений, методов самообслуживания, правил гигиенического ухода, питания, кормления и т.д. На занятиях отрабатываются практические навыки по уходу за лежачими клиентами: проведение процедур по личной гигиены, профилактика пролежней и осложнений. Данные мероприятия направлены на создание не только комфортной обстановки для больного, но и для облегчения процесса ухода для родственников.

1.1. Цель и задачи программы

Цель программы:

- повышение качества родственного ухода за счет полученных знаний, навыков ухода и использования технических средств реабилитации.

Задачи программы:

- Обучение социальных работников, родственников и (или) лиц, осуществляющих уход за гражданами, частично или полностью утратившими способность к самообслуживанию, теоретическим и практическим навыкам и приемам ухода;
- обучение профилактическим мероприятиям, направленных на снижение осложнений заболеваний, правилам пользования техническими средствами реабилитации;
- обучение правилам коммуникации с гражданами пожилого возраста и инвалидами, имеющие заболевания, а также с их социальным окружением;
- формирование ответственного отношения к здоровью и соблюдению техники безопасности при осуществлении уходовых мероприятий за гражданами пожилого возраста и инвалидами;
- обучение правилам организации домашнего пространства для адаптации граждан пожилого возраста и инвалидов;
- информирование граждан посредством обеспечения специализированным учебным материалом: памятки, буклеты, информационные листовки и др.

1.2 . Структура программы

Программа обучения родственников и (или) лиц, осуществляющих уход за гражданами, частично или полностью утратившими способность к самообслуживанию, представлена отдельными модулями, тематика которых содержит теоретическую и практическую части, которые направлены на формирование и расширение знаний о методах и приемах ухода за гражданами, частично или полностью утратившими способность к самообслуживанию. В процессе реализации программы рекомендуется ориентироваться на состав группы, опираясь на ее опыт и уровень базовых знаний, уровень подготовленности обучаемых. Темы занятий могут быть скорректированы в зависимости от рекомендаций и запросов, поступающих от обучающихся.

1.3. Категория обучающихся по программе

К категориям граждан, имеющих право на обучение по программе относятся:

- социальные работники, осуществляющие уход за гражданами, частично или полностью утратившими способность к самообслуживанию;

- лица, осуществляющие неформальный (родственный) уход за гражданами, частично или полностью утратившими способность к самообслуживанию;
- граждане (пожилые люди, инвалиды), желающие овладеть навыками самоухода;
- участники специальной военной операции и члены их семей, получившие инвалидность.

1.4. Формы реализации программы

- Обучение и консультирование по программе осуществляется в следующих формах:
- групповые и индивидуальные обучающие занятия (лекции, практические занятия, консультации);
 - выездные (с выездом специалистов на дом);
 - дистанционная форма с использованием телекоммуникационных технологий.

В процессе обучения данные формы могут сочетаться с учетом пожеланий лиц, осуществляющих уход.

1.5. Этапы реализации программы

Этапы программы:

1. Организационный – планирование, координирование работы по программе, а также информирование населения о функционировании Школы родственного ухода через официальной сайт Учреждения в сети Интернет, на страницах в социальных сетях (ВКонтакте, Одноклассники), в средствах массовой информации, в учреждениях здравоохранения, администрациях сельских поселений.

2. Практический – презентации/демонстрация обучающего материала, лекции, беседы, разъяснения и консультирование слушателей, проведение практического обучения.

3. Аналитический - опрос (анкетирование) слушателей, анализ годовых показателей работы по программе, прогнозирование дальнейшей обучающей деятельности.

Программа реализуется в соответствии с учебно-тематическим планом.

1.6. Продолжительность программы

Обучение слушателей осуществляется в соответствии с учебно-тематическим планом.

Программа составляет 17 академических часов.

1.7. Ресурсное обеспечение программы

Кадровые ресурсы:

Ответственное лицо	Роль в реализации программы
Заместитель директора	Осуществление контроля за реализацией программы
Заведующий социально-реабилитационного отделения для граждан пожилого возраста, инвалидов и детей с ограниченными возможностями	Координатор программы (лицо ответственное за реализацию программы), осуществление контроля над обеспечением учебного процесса сотрудниками, участвующими в программе в качестве преподавательского состава; ведение планово-отчетной документации

Методист	Осуществление методического сопровождения программы: подбор специализированной литературы, консультирование обучающего персонала при подготовке учебного материала, внесение (при необходимости) в программу изменений, связанных с практической реализацией и перспективой развития программы
Сотрудники, участвующие в программе в качестве преподавательского состава (медицинская сестра по массажу, специалист по социальной реабилитации, специалист по социальной работе, социальный педагог, инструктор по адаптивной физической культуре, педагог-психолог, культурорганизатор)	Подготовка обучающего материала, проведение лекционных, практических занятий, подготовка и сдача отчетов в рамках обучающих занятий

Информационные ресурсы:

Информационное освещение деятельности Школы родственного ухода в рамках программы через официальной сайт Учреждения в сети Интернет, на страницах в социальных сетях (ВКонтакте, Одноклассники), в средствах массовой информации, в учреждениях здравоохранения, администрациях сельских поселений и др.

Методические ресурсы:

Обеспечение методического сопровождения программы через подбор необходимой специализированной литературы для проведения тематических занятий (обучающая литература, наглядные пособия, памятки, презентационные материалы и т.д.).

1.8. Ожидаемые результаты

- Улучшение качества жизни граждан, частично или полностью утратившим способность к самообслуживанию, создание для них благоприятной психологической атмосферы условий для их реабилитации, посредством их обеспечения квалифицированного ухода со стороны родственников и (или) лиц, осуществляющих за ними уход:
 - оказание гражданам, частично или полностью утратившим способность к самообслуживанию, максимально возможного необходимого ухода;
 - оказание психологической поддержки родственникам и (или) лицам, осуществляющим уход за гражданами, частично или полностью утратившими способность к самообслуживанию;
 - формирование у родственников и (или) лиц, осуществляющих уход за гражданами, частично или полностью утратившими способность к самообслуживанию, знаний, умений и навыков по уходу за ними.

2. Содержание программы

2.1. Учебно-тематический план

Наименование модулей и тем	Количество часов, форма	Ответственный специалист (должность)
Модуль 1. Понятие ухода и его значимость		
Тема 1.1 Организация пространства в доме.	1 ак.ч./лекция	специалист по социальной реабилитации
Тема 1.2 Профилактика падений.	1 ак.ч./лекция	медицинская сестра по массажу
Тема 1.3 Подбор и правильное использование ТСР.	1 ак.ч./лекция практическое занятие	специалист по социальной работе
Модуль 2. Личная гигиена, методы дезинфекции		
Тема 2.1 Гигиена маломобильного человека, методы дезинфекции.	1 ак.ч./лекция	специалист по социальной реабилитации
Тема 2.2 Гигиенические процедуры у маломобильных подопечных: принятие душа, ванны, туалета.	0,5 ак.ч./лекция	специалист по социальной работе
Тема 2.3 Уход за полостью рта, зубными протезами.	0,5 ак.ч./лекция	медицинская сестра по массажу
Тема 2.4 Уход за лицом: глазами, носом, ушами.	0,5 ак.ч./лекция	
Тема 2.5 Интимная гигиена. Правила безопасности и соблюдение достоинства.	0,5 ак.ч./лекция	
Тема 2.6 Профилактика пролежней.	1 ак.ч./лекция	специалист по социальной работе
Тема 2.7 Мытье головы.	0,5 ак.ч./лекция	
Модуль 3. Основы рационального питания, лечебная физкультура		
Тема 3.1 Питание и питьевой режим маломобильного человека. Оборудование и приспособления для лежащих больных.	1 ак.ч./лекция практическое занятие	специалист по социальной реабилитации специалист по социальной работе
Тема 3.2 Двигательная активность людей пожилого	1 ак.ч./лекция практическое занятие	инструктор по адаптивной физкультуре

возраста, оказание помощи при перемещении в пространстве Тема 3.3 Гимнастика для маломобильных и граждан пожилого возраста	1 ак.ч./лекция практическое занятие	
Модуль 4. Методы контроля за состоянием здоровья		
Тема 4.1 Методы контроля за состоянием здоровья маломобильных граждан. Тема 4.2 Простые медицинские манипуляции.	1 ак.ч./лекция практическое занятие 0,5 ак.ч./лекция практическое занятие	медицинская сестра по массажу
Модуль 5. Особенности взаимодействия с гражданами пожилого возраста и инвалидами		
Тема 5.1 Этика общения с гражданами пожилого возраста и инвалидами. Тема 5.2 Медитация для глубокого расслабления и снятия стресса Тема 5.3 Профилактика эмоционального выгорания у лиц, осуществляющих уход.	1 ак.ч./лекция 1 ак.ч./лекция 1 ак.ч./лекция практическое занятие	педагог-психолог
Модуль 6. Технические средства реабилитации для граждан, нуждающихся в уходе		
Тема 6.1 Перемещение и транспортировка пациентов. ТСП для помощи в перемещении человека. Тема 6.2 Особенности ухода за больными после инсульта, инфаркта, при переломе шейки бедра.	1 ак.ч./лекция практическое занятие 1 ак.ч./лекция	специалист по социальной работе медицинская сестра по массажу
Итого:	17 ак.ч.	

Модуль 1. Понятие ухода и его значимость

Тема 1.1 Организация пространства в доме.

Общее понятие ухода. Основные цели, задачи и принципы ухода.

Создание комфортного пространства для граждан, нуждающихся в уходе.

Тема 1.2 Профилактика падений.

Соблюдение правил для исключения падений граждан, нуждающихся в уходе.

Тема 1.3 Подбор и правильное использование ТСР.

Понятие, предназначение и виды ТСР. Основные правила подбора и пользование техническими средствами реабилитации для восстановления способности к передвижению. Индивидуальность подбора технических средств реабилитации с учетом социальных критериев человека с ограниченными возможностями здоровья.

Трости опорные. Основная функция трости. Модели трости. Правильный подбор трости по длине. Главные правила безопасности при использовании трости. Уход за тростью.

Костыли. Виды костылей. Как правильно передвигаться с помощью костылей. Как правильно сесть (встать) со стула, спускаться (подниматься) по лестнице) на костылях.

Опора-ходунки. Виды ходунков. Как правильно передвигаться, используя ходунки. Главные правила безопасности при использовании ходунков.

Кресла-коляски. Виды и функции кресел-колясок. Общие правила использования креслом-коляской. Самостоятельное управление инвалидной коляской. Сопровождение человека в инвалидной коляске. Основные приемы пользования креслом-коляской.

Многофункциональные кровати. Виды и возможности многофункциональных кроватей. Правила использования и техника безопасности при использовании многофункциональных кроватей. Правила ухода за многофункциональными кроватями.

Модуль 2. Личная гигиена, методы дезинфекции

Тема 2.1 Гигиена маломобильного человека, методы дезинфекции.

Личная гигиена. Смена постельного и нательного белья, переодевание при различных видах и типах ограниченной мобильности.

Тема 2.2 Гигиенические процедуры у маломобильных подопечных: принятие душа, ванны, туалета.

Мытье пациента в постели, в ванне. Помощь в использовании судном.

Использование вспомогательного оборудования.

Тема 2.3 Уход за полостью рта, зубными протезами.

Уход за полостью рта, зубными протезами.

Тема 2.4 Уход за лицом: глазами, носом, ушами.

Утренний туалет глаз, уход за полостью носа, ушами.

Тема 2.5 Интимная гигиена. Правила безопасности и соблюдение достоинства.

Интимная гигиена женщин. Интимная гигиена мужчин. Правила безопасности и соблюдение достоинства.

Тема 2.6 Профилактика пролежней.

Причины и зоны риска образования пролежней. Методы профилактики, основные правила предотвращения пролежней.

Тема 2.7 Мытье головы.

Уход за волосами. Бритье. Использование вспомогательного оборудования.

Модуль 3. Основы рационального питания, лечебная физкультура

Тема 3.1 Питание и питьевой режим маломобильного человека. Оборудование и приспособления для лежачих больных.

Организация питания. Процесс кормления подопечного. Средства малой реабилитации при кормлении. Особенности приема пищи при нарушенном глотании. Особенности приема пищи при различных видах и типах ограниченной мобильности. Кормление лежачего пациента. Кормление частично маломобильного пациента. Питьевой режим. Оборудование и приспособления для лежачих больных.

Тема 3.2 Двигательная активность людей пожилого возраста, оказание помощи при перемещении в пространстве.

Физическая активность и лечебная физкультура. Виды физической активности для пожилых и других маломобильных граждан, обслуживающих себя самостоятельно. Оказание помощи при перемещении.

Тема 3.3 Гимнастика для маломобильных и граждан пожилого возраста.

Адаптация организма маломобильных и граждан пожилого возраста к физическим нагрузкам, для улучшения работы сердечно-сосудистой, вегетативной, нервной и мышечной систем.

Модуль 4. Методы контроля за состоянием здоровья

Тема 4.1 Методы контроля за состоянием здоровья маломобильных граждан.

Измерение артериального давления, температуры тела, частоты дыхания, пульса. Наблюдение за весом, кожным покровом и физиологическими отправлениями.

Тема 4.2 Простые медицинские манипуляции.

Физиотерапевтические процедуры дома. Компресс, горчичники.

Модуль 5. Особенности взаимодействия с гражданами пожилого возраста и инвалидами

Тема 5.1 Этика общения с гражданами пожилого возраста, инвалидами.

Особенности общения с гражданами пожилого возраста. Особенности общения с гражданами, имеющими различные нарушения (слух, зрение, опорно-двигательный аппарат, ментальные особенности).

Тема 5.2 Медитация для глубокого расслабления и снятия стресса

Понятие медитации. Зачем она нужна и как правильно проводить медитацию.

Тема 5.3 Профилактика эмоционального выгорания у лиц, осуществляющих уход.

Понятие эмоционального выгорания, причины, виды, первые симптомы. Профилактика эмоционального выгорания.

Модуль 6. Технические средства реабилитации для граждан, нуждающихся в уходе

Тема 6.1 Перемещение и транспортировка пациентов. ТСР для помощи в перемещении человека.

Различные виды перемещений: транспортировка на кресле-коляске, передвижение с ходунками. Техники помощи при перемещении и сопровождении: передвижение с поддержкой сзади (за плечи, за талию); передвижение с двух сторонней помощью. Перемещение человека с кровати на стул, со стула в туалет и обратно, переворачивание в кровати. Использование вспомогательного оборудования для перемещения.

Тема 6.2 Особенности ухода за больными после инсульта, инфаркта, при переломе шейки бедра.

Основные методы реабилитации после инсульта, инфаркта. Уменьшение риска последующих инсультов, инфарктов. Виды переломом шейки бедра. Основные принципы ухода за больным с переломом шейки бедра.

Список используемой литературы

1. Уход за ослабленными пожилыми людьми. Российские рекомендации. – М.: Человек, 2018. - 224 с., ил. 47
2. Школа патронажа ухода за гражданами с ограниченными функциональными возможностями в учреждениях социального обслуживания и в домашних условиях: методические рекомендации для специалистов учреждения социального обслуживания и родственников. – Красноярск, 2018. – 53 с.
2. Организация работы школ родственного ухода за гражданами, утратившими способность к самообслуживанию: методическое пособие. – Красноярск, 2021. – 160 с.