



ПРОГРАММА
«Обучение уходу за человеком при временном ограничении мобильности»



ПРОГРАММА

«Обучение уходу за человеком при временном ограничении мобильности»

1. Общая характеристика программы

1.1. Общие положения

Программа предназначена для обучения в Школе ухода родственников и лиц, осуществляющих неформальный уход. Полученные в школе знания и навыки позволят повысить уровень ухода за людьми со стойкими ограничениями жизнедеятельности, а также сохранить своё здоровье.

При составлении Программы был обобщен и использован российский и зарубежный опыт.

При разработке Программы учитывались Российские рекомендации «Уход за ослабленными пожилыми людьми», Рекомендации Министерства просвещения Российской Федерации по дополнению существующих и созданию новых программ подготовки специалистов, участвующих в оказании социальных и медицинских услуг.

1.2. Цель и задачи реализации программы

1.2.1 Цель: сформировать дополнительные знания, умения и навыки у ухаживающих, которые позволят повысить качество ухода за людьми со стойкими ограничениями жизнедеятельности, обеспечат максимально возможную бытовую и социальную поддержку в повседневной жизнедеятельности граждан с полной или частичной утратой способности к самообслуживанию и самих ухаживающих. Научить ухаживающих распознавать, поддерживать и развивать ресурсы на осуществление самообслуживания, самостоятельного передвижения, обеспечения основных жизненных потребностей с учетом заболевания, травм, возраста или наличия инвалидности у подопечных.

1.2.2 Задачи: дать необходимые знания, умения и навыки ухаживающим за людьми нуждающимися в посторонней помощи.

2. Содержание программы и учебно-тематический план

2.1. Категория слушателей

Программа предназначена для специалистов (обслуживающего персонала) организации социального обслуживания, родственников и иных лиц, осуществляющих уход за гражданами, имеющими когнитивные нарушения, в том числе, маломобильными.

Требования к образованию преподавателей

Наличие среднего профессионального или высшего образования в области медицины, психологии, биологии, педагогики, социальной работе, юриспруденции.

Преподавателями курса могут быть: средний медицинский персонал, врачи различной специализации, психологи, гериатры, юристы.

Срок обучения

12 академических часов (без учета возможной консультационной сессии - 2 ак. часа):

- 8 ак. часов – теоретическое обучение (2 занятия по 4 ак. часа);

- 4 ак. часа – практические занятия (тренинги практических навыков 4 ак. часа).

Форма обучения очная

Обучение проводят средний медицинский персонал, врачи различной специализации, психологи, гериатры, юристы.

Для самостоятельного обучения рекомендован список литературы и видеоматериалов по темам для закрепления (не входят в учебные часы программы).

Организация обучения

- **Сбор заявок** на обучение. Осуществляется учреждением, на базе которого организована школа ухода – на основании Заявлений граждан и специалистов, желающих получить соответствующие навыки.
- **Группировка** предварительных **заявок** по тематике обращения для распределения по группам и предварительной записи на занятия/программы школы.
- **Утверждение расписания** занятий программы.
- **Формирование** предварительных групп обучающихся путем контрольного оповещения потенциальных слушателей.

2.1. Содержание учебной программы

Часть I: теоретические занятия

№ п/п	Тема		К-во ак. часов
1	<p>Основные случаи ограничения мобильности. Перелом шейки бедра как частая причина инвалидности. Реабилитация при частичном временном физическом ограничении подвижности. Особенности реабилитации при переломах шейки бедра.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Переломы нижних и верхних конечностей. • Реабилитация при переломах. • Перелом шейки бедра у молодых и пожилых людей. • Опасность инвалидизации человека. • Особенности реабилитации при переломах шейки бедра. 		2
2	<p>Организация пространства для тяжелобольного. Использование технических средств реабилитации при уходе.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Поддерживание самостоятельности. Страхи больных. • Активизация человека и поддержание его самостоятельности. • Безопасность и правильная организация жилого пространства вокруг тяжелобольного. Профилактика падения. <p>Основное и вспомогательное оборудование и его размещение.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Правильная организация душевой (слив в полу, поручни, безопасность в ванной). Оборудование для мытья в ванной. • Оборудование и приспособления для кормления ослабленных пациентов и с частичной физической утратой мобильности. Приспособление для приема пищи. • Использование специальных средств для ухода и гигиенических принадлежностей при уходе за маломобильными. Принципы их подбора и правила использования. • Принятие состояние человеком. Эмоциональная адаптация и страхи больного. 	  	2

3	<p>Осложнения и профилактика при переломах.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Пролезни: профилактика, факторы образования пролежней. Шкала Нортон. • Использование средств для профилактики возникновения пролежней. • Профилактика контрактур. 	<p>Шкала оценки интенсивности боли</p>  	1
4	<p>Гигиена при ограничениях мобильности</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мытье - основные принципы. • Мытье в ванной. • Бритье, педикюр и маникюр человека с ограниченной подвижностью. • Интимная гигиена. Правила безопасности и соблюдение достоинства. 	 	2
5	<p>Юридическо-правовые вопросы. Инвалидность.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Оформление инвалидности по физическим ограничениям. • Правовой статус инвалида и положенные льготы. 		1
6	Консультационная сессия по запросам участников		2
ИТОГО часов:			8/2к

Часть II: практика

№ п/п	Тема	Кол-во ак. часов	Форма проведения занятия	Вспомогательные и расходные материалы, оборудование
1	<p>Перемещение за пределы кровати. Безопасное перемещение в помещении. Сопровождение при передвижении вне помещения. Помощь при падении.</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Золотые» правила перемещения • Пересадить на край стула/кровати • Пересадить из кровати на стул/ в коляску • Профилактика падения. <p>Поднятие с пола разными способами.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Безопасность при выходе подопечного на улицу. <p>Сопровождение маломобильного при передвижении без и с вспомогательными средствами.</p>	2	Теоретическое Введение + практика	<p>Функциональная кровать или высокая кровать с жестким основанием, матрасом, бельем, подушкой, одеялом 1-2 шт.; стулья с прямой спинкой по количеству участников, пояс для перемещения, комплект из 2-х скользящих простыней; доска для перемещения 1-2шт.; кресло-коляска инвалидная с подлокотниками; прикроватный столик.</p> <p>Ходунки / роллаторы, трость 4-х палая.</p> <p>Подушки для позиционирования: большие 50x70 см по 4 шт. на кровать; маленькие 50x50 см по 2 шт. на кровать</p>
2	<p>Гигиена и опорожнение. Смена белья, подбор и надевание адсорбирующего белья.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Демонстрация гигиенических процедур по уходу за лицом и телом, мытья головы. • Постановка судна • Виды абсорбирующего белья, его подбор. • Смена подгузника. • Смена нательного белья. 	2	Теоретическое Введение + практика	<p>Функциональная кровать или высокая кровать с жестким основанием, матрасом, бельем, подушкой, одеялом 1-2 шт.; стулья с прямой спинкой 1-2 шт.; пояс для перемещения; комплект из 2-х скользящих простыней; доска для перемещения 1-2шт.; кресло-коляска с поднимающими подлокотниками 1-2 шт.</p> <p>Для демонстрации мытья: лосьон для тела/гель для душа; ванночка для мытья головы; сидение для душа; подставка для ванной; рукавица для мытья немобильных; тазик; перчатки одноразовые, ватные палочки, диски ватные -1 упаковка, лимон 1 шт., растительное масло -100 мл, ушные палочки 1 упаковка, кувшин, подгузники -2 шт., другое адсорбирующее белье 1-2 шт., судно 2 шт.</p>
ИТОГО часов:		4		

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННЫХ МАТЕРИАЛОВ ПО ТЕМАМ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ИЗУЧЕНИЯ

№ п/п	Дополнительные материалы	Длительность видео	Форма	Ссылка
1	Про паллиатив: памятка «Организация безопасного пространства»		Методическая литература	https://pro-palliativ.ru/library/pamyatka-organizatsiya-bezopasnogo-prostranstva
2	Мастерская заботы: «Применение скользящих простыней в уходе за больными»	10 мин	Обучающее видео	https://www.youtube.com/watch?v=IJaVBRImKpA
3	Мастерская заботы: «Применение оборудования при уходе за больными»	14 мин	Обучающее видео	https://www.youtube.com/watch?v=S6_q03_i7gA
4	Мастерская заботы: «Использование подгузников и альтернативных средств»	17 мин	Обучающее видео	https://www.youtube.com/watch?v=E9zhReTpGZc
5	Л.Андрев «Риски падения. Профилактика падения»	48 мин	Обучающее видео	https://www.youtube.com/watch?v=w7J46mSR0x0&t=ls
6	Про паллиатив: памятка «Профилактика падения»		Методическая литература	https://pro-palliativ.ru/library/protilaktika-padenij
7	Ясенская М.А. «Падения у пожилых. Риски падений. Профилактика падения».		Методическая литература	https://www.gerontology.su/files/pdf/279-pdf.pdf
8	Видеоинструктаж Л.Андрев «Как поднять человека с пола»	8 мин	Обучающее видео	https://www.youtube.com/watch?v=j2FE4QbAldQ&t=ls
9	Видеоинструктаж Л.Андрев «Положение «сидя в кровати» для приема пищи»	5 мин	Обучающее видео	https://www.youtube.com/watch?v=p64fxzdrb8E&t=4s
10	Видеоинструктаж Л.Андрев «Смена постельного белья»	11 мин	Обучающее видео	https://www.youtube.com/watch?v=GaU6WqnVUzk
11	Вебинар Л.Андрев «Гигиена маломобильного человека»	1ч2мин	Обучающее видео	https://www.youtube.com/watch?v=KyowV_7Qg68
12	Про паллиатив: памятка «Уход за телом»		Методическая литература	https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-telom
13	Про паллиатив: памятка «Интимная гигиена»		Методическая литература	https://pro-palliativ.ru/library/pamyatka-intimnaya-gigiena
14	Видеоинструкция О.Н. Выготской «Гигиена головы»	9 мин	Обучающее видео	https://www.youtube.com/watch?v=VAORNi-YESs
15	Про паллиатив: памятка «Уход за ногами»		Методическая литература	https://pro-palliativ.ru/library/uhod-zanogtyami

16	Про паллиатив: памятка «Уход за волосами»		Методическая литература	https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-voilosami
17	Мастерская заботы: «Контрактуры у лежачих больных»	13 мин	Обучающее видео	https://www.youtube.com/watch?v=fj-fvRj-m5Q
18	Мастерская заботы: «Профилактика пролежней»	11 мин	Обучающее видео	https://www.youtube.com/watch?v=dFFqS648xlw
19	Вебинар Л.Андрев «Профилактика возникновения пролежней»	45 мин	Обучающее видео	https://www.youtube.com/watch?v=SiUiMMDGIRU&t=4s
20	Видеоинструктаж Л.Андрев «Перемещение больного в постели»	4 мин	Обучающее видео	https://www.youtube.com/watch?v=VI5sQCKHv2Q
21	Видеоинструктаж Л.Андрев «Положение «сидя в кровати»	8 мин	Обучающее видео	https://www.youtube.com/watch?v=xC3DIVPSPiA
22	Мастерская заботы: «Усаживание малоподвижного пациента»	13 мин	Обучающее видео	https://www.youtube.com/watch?v=nr2ThDSzHhI
23	Видеоинструктаж Л.Андрев «Как пересадить больного с кровати на стул»	9 мин	Обучающее видео	https://www.youtube.com/watch?v=7iN4VAm35Kc&t=ls