

## **Технические рекомендации по созданию Школ ухода**

### Содержание

1. Определение. Цели и задачи школ ухода .....	2
2. Рекомендуемый перечень услуг школы.....	3
3. Принципы размещения и функционирования школы.....	7
4. Требования к помещению .....	7
5. Требования к оборудованию и расходным материалам .....	8
6. Требования к персоналу .....	10
7. Рекомендации по тематике и формам проведения занятий.....	12
8. Организация межведомственного взаимодействия .....	13
9. Место школ ухода в системе долговременного ухода и их связь с другими элементами системы .....	14
10. Рекомендации по информированию заинтересованных лиц об услугах школы .....	14
11. Список полезной литературы и ресурсов .....	15
12. Приложение 1. Анкетирование слушателей школы ухода.....	17
13. Приложение 2. Отчет о проведении занятия.....	19
14. Приложение 3. Программы для ухаживающих.....	20

## **1. Определение. Цели и задачи школ ухода**

Школы ухода являются неотъемлемой частью системы долговременного ухода (СДУ). Их работа направлена на развитие надомного ухода и поддержку семей.

Школа ухода (ШУ) – это комплекс мероприятий, направленных на информирование, консультирование и обучение и психологическую поддержку лиц, осуществляющих уход за людьми с выраженным снижением способности к самообслуживанию, необходимым навыкам качественного ухода в соответствии с потребностями нуждающегося в помощи человека.

### ***Формы функционирования школы:***

- стационарная
- выездная
- дистанционная

### ***Цели функционирования школы:***

- 1) Облегчение бремени ухода лицам, осуществляющим его.
- 2) Повышение качества жизни человека, которому необходим уход.
- 3) Предотвращение развития у человека осложнений, связанных с неправильным уходом.

### ***Задачами школы являются:***

- обучение особенностям ухода за людьми с различными дефицитами самообслуживания;
- обучение правилам использования технических и вспомогательных средств реабилитации;
- помощь в организации домашнего пространства для адаптации его к потребностям нуждающегося человека;
- психологическая поддержка ухаживающих.

Психологическая поддержка может быть реализована разными путями (проведение групп поддержки, индивидуальные консультации специалиста, тематические встречи и т.п.), но требует наличия специалиста с психологическим образованием.

Следует подчеркнуть, что обучение ухаживающих правильному уходу позволяет решить ряд косвенных задач: обеспечить непрерывность процесса

реабилитации людям, имеющим потенциал к восстановлению утраченных функций; снизить нагрузку на органы здравоохранения посредством профилактики попадания человека в медицинские организации из-за неправильного ухода.

## 2. Рекомендуемый перечень услуг школы

Для обеспечения максимальной эффективности и доступности для клиентов (лиц, осуществляющих уход) услуг школы предлагается следующий рекомендуемый перечень услуг:

Код социальной услуги	Наименование социальной услуги	Описание социальной услуги и ее объем
-----------------------	--------------------------------	---------------------------------------

### 2. Социально-медицинские услуги:

2.8.	<b>Консультирование по социально-медицинским и санитарно-гигиеническим вопросам</b>	<p>В состав социальной услуги входит:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1). информирование получателей и ухаживающих за ними о методах поддержания и сохранения здоровья, профилактики заболеваний, вопросам возрастной адаптации, формирования навыков здорового образа жизни</li> <li>2). информирование о средствах реабилитации и ухода, способных улучшить качество жизни</li> <li>3). информирование о принципах безопасной организации жилого пространства (квартиры, дома).</li> <li>4). ответы на вопросы получателей услуг.</li> </ol> <p>Норма времени на предоставление социальной услуги – 60 минут. 1 услуга – 1 группа получателей.</p>
2.10	<b>Индивидуальное консультирование получателей по вопросам ухода</b>	<p>В состав социальной услуги входит:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1). получение запроса на тему занятия.</li> <li>2). разработка программы занятия, включающую теоретическую и практическую часть.</li> <li>3). согласование даты, времени, места и продолжительности консультации.</li> <li>4). проведение занятия по заранее согласованной теме.</li> <li>5). получение обратной связи от получателя.</li> </ol> <p>Норма времени на предоставление социальной услуги – до 120 минут. Социальная услуга предоставляется по запросу и может быть оказана в месте постоянного проживания лица, которому требуется уход. 1 услуга – 1 получатель.</p>
2.11	<b>Содействие в проведении консультаций по вопросам ухода по темам, интересующим клиента, профильным специалистом.</b>	<p>В состав социальной услуги входит:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1). получение запроса на тему занятия.</li> <li>2). разработка программы занятия, включающую теоретическую и практическую часть.</li> <li>3). согласование даты, времени и продолжительности консультации с профильным специалистом.</li> <li>4). организация проведения занятия по заранее согласованной теме.</li> <li>5). получение обратной связи от получателя.</li> </ol> <p>Норма времени на предоставление социальной услуги – до 60 минут. Социальная услуга предоставляется по запросу.</p>

		1 услуга – 1 получатель.
2.12.	<b>Проведение аудита помещения, подготовка рекомендаций по его переоборудованию с учетом состояния лица ограничениями жизнедеятельности</b>	<p>В состав социальной услуги входит:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1). посещение по предварительной договоренности с получателем помощи и лицом, осуществляющим уход, помещения, в котором находится (проживает) лицо с ограничениями жизнедеятельности.</li> <li>2). оценка организации помещения с учетом диагноза лица, за которым осуществляют уход.</li> <li>3). информирование о средствах реабилитации и ухода, способных улучшить качество жизни.</li> <li>4). информирование о принципах безопасной организации жилого пространства (квартиры, дома).</li> <li>5). составление в письменном виде рекомендаций по переоборудованию помещения с учетом возможности аренды технических средств реабилитации.</li> <li>6). получение обратной связи от получателей услуги.</li> </ol> <p>Норма времени на предоставление социальной услуги – до 90 минут.</p> <p>Социальная услуга предоставляется по необходимости.</p>

### 3. Социально-психологические услуги:

3.3.	<b>Оказание индивидуальной психологической помощи, в том числе беседы, общение, выслушивание, подбадривание, мотивация к активности, психологическая поддержка жизненного тонаса получателя социальных услуг (для родственников и ЛОУ)</b>	<p>В состав социальной услуги входит:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1). установление очного/заочного контакта с получателем социальных услуг, определение проблем и уровня мотивации к их преодолению, снятие в ходе беседы психологического дискомфорта, повышение самостоятельности и мотивации, оценка положительных результатов самостоятельной работы.</li> </ol> <p>Услуга предоставляется как в ходе личного обращения граждан, так и с использованием телефона доверия, анонимно.</p> <p>Норма времени на предоставление социальной услуги – до 40 минут за одно посещение (обращение) в рабочее время специалиста.</p> <p>Услуга предоставляется по мере возникновения потребности.</p>
3.4.	<b>Очное/заочное психологическое консультирование лиц, осуществляющих уход, в кризисной ситуации</b>	<p>В состав социальной услуги входит:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1). оценка психического состояния обратившегося, выявление причин(-ы) возникновения кризисного состояния.</li> <li>2). активное психологическое воздействие, направленное на стабилизацию эмоционального состояния получателя услуг.</li> <li>3). проведение бесед в целях выхода из сложившейся ситуации.</li> <li>4). оказание помощи обратившемуся в поиске вариантов преодоления кризисной ситуации.</li> </ol> <p>Услуга предоставляется как в ходе личного обращения граждан, так и с использованием телефона доверия, анонимно, по мере необходимости в случае кризисной ситуации.</p> <p>Норма времени на предоставление социальной услуги – до 30 минут за одно посещение (обращение) в рабочее время специалиста.</p>
3.5.	<b>Социально-психологический патронаж за семьями, осуществляющими уход за лицом с ограничениями жизнедеятельности</b>	<p>В состав социальной услуги входит:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1). установление психологического контакта, мотивации на сотрудничество члена семьи, осуществляющего уход за лицом с тяжелыми ограничениями жизнедеятельности.</li> <li>2). социально-психологическая диагностика, выявление потребности и ресурсов семьи.</li> </ol>

		<p>3). обработка полученной информации с целью выявления ведущей проблемы и выбор пути ее коррекции.</p> <p>4). составление программы социального патронажа.</p> <p>5). индивидуальное консультирование получателя услуг.</p> <p>6). проведение диагностики для оценки эффективности социально-психологической помощи, обработка результатов, принятие решения о прекращении или продолжении работы.</p> <p>7). систематический мониторинг не реже 1 раза в месяц для принятия решения о прекращении или продолжении наблюдения.</p> <p>Социальная услуга предоставляется по индивидуальной нуждаемости.</p> <p>Норма времени на предоставление социальной услуги – до 120 минут при первичном посещении (обращении) и до 60 минут при регулярном наблюдении.</p>
--	--	---

#### 4. Социально-педагогические услуги:

4.3	<p><b>Разовое консультирование в открытых<sup>1</sup> группах с изменяемым составом участников по заранее заявленным темам с использованием демонстрационного оборудования и отработкой полученных знаний на практике</b></p>	<p>В состав социальной услуги входит:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1). выбор темы занятия.</li> <li>2). разработка программы занятия, включающей теоретическую и практическую часть</li> <li>3). информирование целевой аудитории о датах, месте, времени и продолжительности занятия</li> <li>4). формирование группы (не более 10 человек в группе)</li> <li>5). проведение занятия по заявленной теме.</li> <li>6). получение обратной связи от участников.</li> </ol> <p>Норма времени на предоставление социальной услуги – до 180 минут.</p> <p>Социальная услуга предоставляется по мере набора групп получателей.</p> <p>Получателями могут быть непосредственно лица с ограничениями жизнедеятельности, а также члены их семей и/или лица, осуществляющие уход.</p> <p>Открытой является группа, состав участников которой может меняться.</p>
4.3.1	<p><b>Консультирование в закрытой<sup>2</sup> группе по заранее составленной программе с использованием демонстрационного оборудования и отработкой полученных знаний на практике.</b></p>	<p>В состав социальной услуги входит:</p> <p>Выбор тем занятий</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2). разработка программы занятия, включающей теоретическую и практическую часть</li> <li>3). информирование целевой аудитории о датах, месте, времени и продолжительности занятия</li> <li>4). формирование группы (не более 10 человек в группе)</li> <li>5). проведение занятия по заявленной теме.</li> <li>6). получение обратной связи от участников.</li> </ol> <p>Социальная услуга предоставляется по мере набора групп получателей.</p> <p>Получателями могут быть непосредственно лица с ограничениями жизнедеятельности, а также члены их семей и/или лица, осуществляющие уход.</p> <p>Закрытой является группа, состав участников которой не расширяется от начала и до конца ее функционирования</p>

#### 7. Услуги в целях повышения коммуникативного потенциала получателей социальных услуг, имеющих ограничения жизнедеятельности, в том числе детей-инвалидов

7.10.	<b>Помощь в подборе средств ухода и технических средств реабилитации нуждающимся</b>	<p>В состав социальной услуги входит:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1). подбор технических средств реабилитации с учетом особенностей состояния здоровья и ограничений жизнедеятельности получателя социальных услуг, места жительства, образа жизни.</li> <li>2). при необходимости – примерка, апробация выбранных средств.</li> <li>3). предоставление краткого информационного материала по навыкам использования, гарантийного сопровождения, замены, постгарантийного ремонта, утилизации технических средств реабилитации;</li> </ol> <p>Норма времени на предоставление социальной услуги / длительности одного занятия – до 60 минут. Социальная услуга предоставляется по факту обращения.</p>
7.11.	<b>Обучение инвалидов (в том числе детей-инвалидов), а также нуждающихся лиц, пользованию средствами ухода и техническими средствами реабилитации</b>	<p>В состав социальной услуги входит:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1). подготовка необходимых наглядных пособий (таблиц, рисунков, схем, карт) для организации обучения.</li> <li>2). проведение практических занятий по обучению пользованию техническими средствами реабилитации в соответствии с согласованным с получателем социальных услуг графиком и планом работы.</li> <li>3). предоставление краткого информационного материала по навыкам использования, гарантийного сопровождения, замены, постгарантийного ремонта, утилизации технических средств реабилитации.</li> <li>4). предоставление консультативных услуг.</li> <li>5). содействие в предоставлении услуг по ремонту технических средств реабилитации.</li> <li>6). проведение других мероприятий по социально-средовой реабилитации.</li> </ol> <p>Норма времени на предоставление социальной услуги / длительности одного занятия – до 60 минут. Социальная услуга предоставляется по факту обращения.</p>

Помимо непосредственно проведения занятий по уходу, те, кто осуществляет уход, могут получить психологическую помощь в школе ухода. Кроме того, все участники ухода могут получить помощь в кризисной ситуации, также возможно предоставление услуги патронажа после консультирования в случаях, когда оно необходимо – например, если ухаживающие не пользуются помощью надомной службы и требуется регулярная наблюдение за состоянием подопечного.

Согласно списку услуг, группы слушателей могут быть **открытыми** и **закрытыми**.

<sup>1</sup> – в **открытой группе** состав участников может меняться в зависимости от темы занятий программы. Если слушателю необходима информация по конкретным процедурам или проблемам, связанным с уходом, то он может

записаться и прослушать только ту часть программы, которая соответствует его запросу. Открытые группы более гибки и вариативны для слушателей, но их организация требует больше усилий от социальной службы.

Применительно к данной услуге открытость групп будет выражаться в следующем: например, за месяц школой будет проведено 4 консультации по 4 разным темам, попасть на которые клиент может, записавшись на те из них, что он считает необходимыми.

<sup>2</sup> – в **закрытых группах** состав участников не расширяется с момента начала программы, будучи сформированным до начала цикла занятий.

Применительно к данной услуге закрытая группа будет выглядеть следующим образом: школа объявляет о проведении цикла консультаций по основам ухода за людьми с дефицитом самообслуживания, который будет состоять, например, из 10 консультаций в течение 3 недель; группа желающих набирается 1 раз, ее состав не увеличивается (в т.ч. если кто-то из записавшихся перестает посещать консультации на его место не берут нового человека) до завершения занятий.

Перечень услуг составлен таким образом, чтобы обеспечить наиболее быстрый доступ к знаниям об уходе клиентам с различными жизненными ситуациями. Если человек, узнает о проведении цикла занятий по основам ухода в середине его проведения или о консультации по нужной теме, которая состоится не скоро, он может воспользоваться индивидуальной консультацией, чтобы получить информацию по интересующему его вопросу в текущий момент, не дожидаясь следующего набора в группу.

Список возможных вариантов оказания консультативной помощи, помимо занятий в открытых и закрытых группах, включает услуги выездного консультирования на дому и содействия в получении услуг узкого специалиста, если вопрос, с которым обращаются ухаживающие, выходит за рамки профессиональной квалификации преподавателя школы. В этом случае преподаватель может организовать приглашение и консультацию нужного специалиста.

Также возможно предоставление ряда услуг, которые может оказывать пункт проката – подбор и обучение пользованию ТСР нуждающимся, начиная от 1 группы типизации.

### **3. Принципы размещения и функционирования школы**

Фундаментальным принципом размещения школы ухода является принцип доступности. Она должна быть локализована таким образом, чтобы клиенты могли в разумное время и разумными усилиями ее достичь.

Наиболее рациональным является проведение консультаций школы ухода в местах, располагающих набором технических средств реабилитации (ТСР) и иного демонстрационного оборудования. К таким местам могут относиться:

- социальные учреждения, оказывающие услуги в стационарной форме,
- пункты проката ТСР,
- учреждения здравоохранения (больницы, поликлиники, реабилитационные центры и т.д.),
- образовательные медицинские организации,
- комплексные центры социального обслуживания населения.

В настоящий момент, сочетание социальных сервисов пункта проката ТСР и Школ ухода в одном учреждении является оптимальной моделью, позволяющей оптимизировать материальную базу (для обучения в ШУ использовать оборудование пунктов проката ТСР) и трудовые ресурсы (при отсутствии квалифицированного консультанта в пункте проката привлекать преподавателя ШУ).

Для обеспечения доступа к услугам школы лиц из удаленных районов для проведения занятий могут задействоваться помещения иных учреждений, отвечающие требованиям доступности и безопасности.

#### **4. Требования к помещению для проведения очных занятий**

Приведенные ниже требования носят рекомендательный характер и демонстрируют оптимальную организацию пространства для проведения занятий школы. Отсутствие или несоответствие какого-либо из параметров помещения, рассматриваемого в качестве места проведения занятий, обозначенным не должно становиться непреодолимым препятствием к проведению консультаций школы.

Для группы численностью до 8 человек:			Примечания
1	Метраж	от 25 кв. м	из расчета 2 кв.м/человека, включая преподавателя + кровать + кресло-каталка
2	Посадочные места	10 стульев	важно: именно стульев, посадочные места не должны быть стационарными
3	Мебель	шкаф/стеллаж, тумбочка или прикроватный столик, кровать	для хранения расходных и демонстрационных материалов, тумбочка для демонстрации удобной организации пространства у постели человека с дефицитом самообслуживания



4	Вентиляция и обогрев	обязательное наличие системы вентиляции и отопления	
5	Элементы доступной среды	помещение желательно размещать на 1м этаже здания, имеющем пологий заезд или пандус, а также низкие порожки в дверных проемах	для обеспечения возможности отработки навыков перемещения на кресле-каталке, а также проведения индивидуальных консультаций для маломобильных людей и ухаживающих за ними лиц
6	Гардероб	отдельное помещение/зона или рейл с вешалками	
7	Электричество	2 точки на 220 В	для возможности подключения демонстрационного оборудования

Если какие-то из показателей помещения не соответствуют рекомендуемым, в рамках рекомендаций можно поменять некоторые параметры проведения занятий. Например:

- при наличии помещения меньшей площади уменьшить размер группы;
- хранить расходные и демонстрационные материалы в соседнем помещении или привозить их из других мест на конкретные занятия;
- использовать вместо прикроватного столика иные подходящие по характеристикам предметы мебели и т.д.

Приоритетом в принятии решения о проведении консультаций школы в том или ином помещении должно быть обеспечение доступа клиентов к необходимой информации.

## **5. Требования к оборудованию и расходным материалам**

Школа должна быть оборудована набором ТСП, необходимых при наиболее распространенных ограничениях в самообслуживании, а также расходными материалами, позволяющими получить навыки безопасного и эффективного ухода за нуждающимся в помощи человеком.

Ниже приведены перечни необходимых ТСП и оборудования, а также расходных материалов, рекомендуемых к наличию для проведения занятий. Перечни не являются исчерпывающим и имеют рекомендательный характер.

Примерный перечень необходимых ТСП и оборудования:

<b>Наименование</b>	<b>Количество</b>
Ванна для мытья головы	1 шт.
Доска для пересаживания (скользящая)	1 шт.
Костыли (подмышечные, локтевые)	2 пары
Кровать многофункциональная	1 шт.
Матрас противопролежневый	1 шт.
Накладки на локти и пятки («сапожки»)	2 пары
Поворотный диск («жесткий») для ног	1 шт.

Подушки (холофайбер 50x70)	3 шт.
Приборы столовые	3 комплекта
Пояс для пересаживания	1 шт.
Скользящие простыни	2 шт.
Судно подкладное резиновое	1 шт.
Тумбочка/стол прикроватный	1 шт.
Кофта на молнии	1 шт.
Бинт эластичный универсальный с застежкой многоразового использования	4 шт.
Полотенца махровые (объемные)	2 шт.
Клеенка подкладная 1	1 шт.
Кресло-туалет	1 шт.
Кресло-каталка	1 шт.
Лесенка для подтягивания в кровати	1 шт.
Нагрудник для кормления взрослых	1 шт.
Одеяло холофайбер 140x200	2 шт.
Опора под спину	1 шт.
Поворотная подушка на сиденье («мягкий диск»)	1 шт.
Подушки (холофайбер 70x70)	3 шт.
Поильник	2 шт.
Пояс для перемещения	2 шт.
Расческа деревянная	1 шт.
Роллатор (с колесами на всех опорах)	2 шт.
Сиденье для ванн поворотное	1 шт.
Стул для мытья	1 шт.
Ступеньки в ванную с ручкой	1 шт.
Тазики пластиковые объемом 2 литра разного цвета	2 шт.
Ходунки (без колес)	2 шт.
Штаны на резинке	1 пара

Примерный перечень расходных материалов:

Наименование	Количество
Вата х/б.	1 упаковка
Линейка для измерения ран и пролежней бумажная	4 шт.
Набор повязок для лечения пролежней	3 набора
Нагрудник одноразовый	2 шт.
Образцы специализированной косметики для ухода (лосьон для тела увлажняющий, крем защитный, крем защитный с цинком, пена для мытья очищающая)	1 набор
Подгузники для взрослых разных размеров (маленький, средний, большой, очень большой)	4 упаковки
Подгузники для взрослых полуоткрытые разных размеров	4 упаковки
Набор образцов урологических прокладок	1 набор
Рукавица для мытья	2 шт.
Эластичные фиксирующие трусики (фиксаторы) для подгузников-вкладышей	2 шт.
Подгузники для взрослых открытые разных размеров	5 упаковок
Пеленка одноразовая впитывающая 90X170 см	1 упаковка
Салфетки влажные (упаковка)	1 упаковка
Гигиенические полотенца (упаковка)	1 упаковка
Одноразовые пеленки	1 упаковка
Одноразовые перчатки	1 упаковка
Бинт медицинский эластичный фиксирующийся самоприлипающий	2 шт.
Марлевые салфетки стерильные (упаковка)	4 упаковки

Отдельным элементам оборудования и наименованиям расходных материалов могут быть найдены более доступные альтернативы из числа

подручных средств. Например, альтернативой поильнику может быть пластиковая бутылка из-под воды с «детским» или «спортивным» горлышком, ванна для мытья головы может быть заменена валиками из полотенец и отрезом пластиковой пленки и т.п.

## **6. Требования к персоналу**

Обучение в школах ухода – это обучение взрослых людей, которое имеет следующие особенности:

- 1) готовность к обучению определяется, если человек физически и эмоционально стабилен, выражает потребность в обучении, или озабочен проблемой состояния своего родственника;
- 2) взрослые предпочитают сами управлять и направлять процесс своего обучения, активно в нем участвовать, так же, как и в принятии решения;
- 3) взрослые используют в качестве источника для обучения свой персональный жизненный опыт;
- 4) взрослые учащиеся чаще всего используют проблемно – ориентированный подход: такой способ обучения, когда вначале ставится проблема, а затем проводится поиск необходимой информации и стратегий для ее понимания и разрешения;

Быть преподавателями школы ухода могут две категории специалистов:

- медицинские работники,
- социальные работники или специально подготовленные помощники по уходу

Представителям обеих категорий перед началом деятельности в школе ухода рекомендуется пройти дополнительное обучение для актуализации знаний о современных принципах ухода за людьми с дефицитом самообслуживания.

В случае, если занятия в школе проводит медицинский работник, имеющий среднее или высшее образование, перечень тем консультаций может включать занятия по принципам обработки хронических ран, медицинских инструментов (например, катетеров) и стом, а также другим темам, требующим специальных знаний.

Если занятия ведет специалист без медицинского образования, то перечень тем консультаций ограничивается темами, не связанными с проведением медицинских манипуляций. В этом случае для консультирования клиентов по

таким вопросам должен привлекаться квалифицированный специалист из сферы здравоохранения.

При проведении консультаций, рассказывающих о правах и льготах для инвалидов, оформлении инвалидности, дееспособности и опеки занятия должен вести специалист с соответствующей квалификацией.

Согласно рекомендациям Всемирной организации здравоохранения, преподаватель школы ухода вне зависимости от уровня образования должен уметь:

- 1) адаптировать свое профессиональное поведение к проблемам пациента родственника, имеющего дело с конкретным заболеванием;
- 2) провести как индивидуальную консультацию, так и групповое обучение или обучение семьи;
- 3) приспособлять свое профессиональное поведение к ролям и действиям членов команды, курирующей пациента;
- 4) общаться доброжелательно;
- 5) определять потребности обучающегося;
- 6) учитывать эмоциональное состояние пациента, родственников, этап развития семьи и планы ее развития, представления о заболевании и лечении;
- 7) помогать обучающемуся учиться;
- 8) помогать пациенту родственнику (клиенту) в использовании доступных социальных, экономических и лечебных ресурсов для организации лечения;
- 9) научить семью управлять ее образом жизни;
- 10) научить ухаживающего справляться с критическими ситуациями;
- 11) правильно выбирать методы и способы обучения;
- 12) учитывать в обучении особенности долговременной помощи при конкретном хроническом заболевании;
- 13) периодически оценивать методологию обучения и вносить необходимые изменения.

Оценка программы должна быть рутинной частью любой программы обучения и подготовки ухаживающих. Основным механизмом, позволяющим оценить полезность и результативность программы, может быть обратная связь с клиентами. В Приложении 1 предлагается вариант анкетирования участников занятий с целью выявления дополнительной информации о лицах, за которыми осуществляется уход, анализа программ и услуг школы ухода и работы СДУ в целом. При выборе показателей результатов следует руководствоваться целями

программы. В Приложении 2 – примерный вариант отчета о проведении занятия для заполнения преподавателем школы и последующего анализа.

## **7. Рекомендации по тематике и формам проведения занятий**

При планировании создания школы и формировании групп клиентов следует учесть несколько важных принципов:

- программа обучения в школе должна быть составлена таким образом, чтобы любой ухаживающий смог получить информацию об особенностях ухода за своим близким с учетом конкретного заболевания. Если заболевание распространенное, то по проблемам ухода за таким пациентом можно проводить групповое обучение;

- при разработке образовательных и учебных программ для лиц, осуществляющих уход за людьми с определенными расстройствами, преподаватели могут рассмотреть возможность сделать это в партнерстве с местными отделениями национальных организаций, таких, как Ассоциация больных деменцией, больных раком и т.д. Эти сообщества могут помочь с организацией обучения, привлечь дополнительно инструкторов, методические или учебные материалы;

- при выборе формы и места проведения обучения важным целевым критерием является степень тяжести состояния и зависимости, функционального расстройства получателя помощи. Степень тяжести состояния подопечного может повлиять на длительность и частоту, а также место проведения занятий. Например, осуществляющие уход за лицами с тяжелыми формами зависимости от посторонней помощи могут предпочесть индивидуальное консультирование на дому. Люди, ухаживающие за близкими в более легком состоянии могут ходить на очные занятия и встречи, получив, таким образом, дополнительную поддержку.

Занятия школы могут проводиться как в очной, так и в заочной (дистанционной) форме, в т.ч. с использованием средств сети Интернет. Стоит особо подчеркнуть, что далеко не все темы занятий целесообразно и возможно проводить в дистанционно. Такая форма консультирования может быть применена лишь в случае, если тема консультации не требует отработки практических навыков, клиент находится в труднодоступной местности, что делает своевременную индивидуальную консультацию невозможной, или в иных исключительных случаях.

В Приложении 3 – рекомендуемые программы для школ ухода по 5 распространенным направлениям ухода, востребованным у ухаживающих.

Приведенный перечень программ не является исчерпывающим и носит рекомендательный характер. В случае потребности у клиента в получении консультации на тему, отсутствующую в программе, персонал школы должен приложить усилия к нахождению нужной информации и/или специалиста, способного проконсультировать клиента.

Программы составлены таким образом, чтобы дать ухаживающему необходимую теоретическую и практическую информацию по узкой теме при оптимальном количестве учебных часов.

## **8. Организация межведомственного взаимодействия**

Функционирование школ в рамках СДУ предполагает наличие активного межведомственного взаимодействия органов социальной защиты с ведомствами, чье участие в деятельности школы может служить более эффективному и полезному для клиентов достижению ее целей.

Непременным условием эффективной работы школы ухода является взаимодействие с местной системой здравоохранения. Взаимодействие может осуществляться по следующим направлениям:

- привлечение экспертов-врачей и медсестер к консультированию клиентов по сложным или редким вопросам;
- использование демонстрационных и расходных материалов учреждений здравоохранения для консультирования клиентов;
- использование помещений учреждений здравоохранения для проведения консультаций.

Помимо системы здравоохранения, для реализации деятельности школы необходимо наладить взаимодействие с учреждениями культуры, спорта и образования. Совместная работа с представителями этих сфер может проводиться в целях обеспечения доступности услуг школы для клиентов. В частности, проведения консультаций школы на базе культурных, спортивных и образовательных учреждений в отдаленных районах региона, где у органов социальной защиты нет пригодных условий для проведения консультаций.

В целях обеспечения высокого качества предоставляемых услуг школе ухода также рекомендуется поддерживать связи с некоммерческими

организациями, занимающимися проблемами людей, нуждающихся в длительном или специализированном уходе. Такие организации часто являются поставщиками актуального мирового опыта в уходе за людьми с различными ограничениями жизнедеятельности и могут помочь школе обогащать ее программы и методики работы с клиентами.

## **9. Место школ ухода в СДУ и их связь с другими элементами системы**

Являясь неотъемлемой частью СДУ, школы ухода должны обмениваться с координационным центром значимой информацией о состоянии своих клиентов и людей, за которыми они осуществляют уход. Координационный центр, в свою очередь, информирует школы о потребности ухаживающих в ее услугах.

В первую очередь об услугах школы должны быть проинформированы близкие людей, состояние здоровья которых резко изменилось за короткий отрезок времени. К ним относятся лица, пережившие различные неотложные состояния, приведшие к значительному ограничению их жизнедеятельности. При выписке из лечебного учреждения они и их близкие должны быть проинформированы о возможности воспользоваться услугами школы и способах это сделать.

Нередки случаи, когда именно школы ухода становятся точкой входа ухаживающих и нуждающихся в уходе в СДУ. Учитывая это, преподаватели школ могут стать первыми должностными лицами, к которым люди обращаются со своей проблемой, поэтому роль персонала в этом социальном сервисе является ключевой.

## **10. Рекомендации по информированию заинтересованных лиц об услугах школы**

Специалисты по планированию программ и практики часто задают вопросы об эффективных стратегиях привлечения лиц, осуществляющих уход, к образовательным и учебным программам. Можно использовать различные стратегии, включая:

- установление прямых контактов с ухаживающими, в частности, в процессе типизации;
- рассылку и размещение объявлений в Интернете, на сайтах лечебных учреждений,
- подготовку теле- и радио объявлений и их включение в телевизионные и радиопрограммы, а также

- выпуск пресс-релизов и установление контактов с авторами местных газет.

## 11. Список полезной литературы и ресурсов

Информация об уходе за людьми с дефицитом самообслуживания постоянно обновляется. Появляются новые средства и технологии ухода. Для оказания качественных услуг персоналу школы необходимо заниматься непрерывным самосовершенствованием.

Ухаживающим лицам также в большинстве случаев необходима информация о заболевании их близкого человека и поддержка, выходящая за рамки возможностей, предоставляемых школой. Для этих целей специалистам и ухаживающим лицам могут быть полезны различные информационные ресурсы и тематическая литература.

### Информационные ресурсы

№	Название	Ссылка	Краткое описание
1	Просветительский проект о паллиативной помощи «Про паллиатив»	<a href="http://pro-palliativ.ru/">http://pro-palliativ.ru/</a>	Портал содержит рекомендации по уходу от различных экспертов, материалы об общении с тяжелобольными людьми и советы по психологической поддержке для ухаживающих.
2	YouTube-канал проекта «Про паллиатив»	<a href="https://www.youtube.com/channel/UCC951hdOhrzmCsVbKs2G8Bw/videos">https://www.youtube.com/channel/UCC951hdOhrzmCsVbKs2G8Bw/videos</a>	На канале размещены записи вебинаров, лекций и видеоинструкций экспертов по уходу и психологов, записи выступлений российских и зарубежных специалистов по паллиативной помощи.
3	Сайт АНО «Помощь пациентам с болезнью Альцгеймера и их семьям»	<a href="https://www.alzrus.org/">https://www.alzrus.org/</a>	Сайт содержит информацию о болезни Альцгеймера и практические советы по общению и уходу за людьми с этим заболеванием, а также расписание проведения «школ заботы» для родственников в Москве и Санкт-Петербурге.
4	Интернет-портал «АСТОМ»	<a href="https://www.astom.ru/">https://www.astom.ru/</a>	Ресурс с информацией и форумом для стомированных людей и их близких. Есть форма для диалога со специалистами.
5	Информационный портал «Мемини»	<a href="https://memini.ru/">https://memini.ru/</a>	Портал содержит информацию о деменции, список упражнений для поддержания когнитивных функций, форум и правовую информацию для ухаживающих.
6	Youtube-канал проекта «Мастерская заботы» фонда помощи хосписам «Вера»	<a href="https://www.youtube.com/channel/UCmMFZV1ZybknauJayLOWvQg/videos">https://www.youtube.com/channel/UCmMFZV1ZybknauJayLOWvQg/videos</a>	На канале размещены записи лекций О.Н. Выговской, посвященных различным аспектам ухода за тяжелобольными людьми.



## Литература

- 1) «Болезнь Паркинсона. Пособие для пациентов и их родственников» под ред. О.С. Левина, М.: МЕДпресс-информ, 2014. 128 с., илл.
- 2) «Тяжелобольной дома: лечение, уход, реабилитация. Хронические болезни.» под ред: Краковяк Петр, Кшижановски Доминик, Модлинська Александра. М.:Издательство «Перо», 2018 г (Издание II).328 с., илл.
- 3) «Уход за ослабленными пожилыми людьми. Российские рекомендации» <https://rosmintrud.ru/uploads/magic/ru-RU/Document-0-8452-src-1524828041.5337.pdf>
- 4) «Поговорим об уходе за тяжелобольным» Лена Андрев. М.: Олимп-Бизнес, 2019 г. 298 с.

## Анкетирование слушателей школы ухода

### Анкета обратной связи:

Уважаемый участник!

Мы стремимся сделать занятия в школе ухода лучше и полезнее, поэтому нам очень важно Ваше мнение. Ответьте, пожалуйста, на несколько вопросов этой анкеты.

1. Была ли Вам полезна данная консультация?

- Да
- Скорее да
- Затрудняюсь ответить
- Скорее нет
- Нет

2. Удобен ли Вам очный формат проведения консультаций?

- Да
- Нет
- Свой ответ \_\_\_\_\_

3. Удобен ли Вам будний день для проведения консультации?

- Да
- Нет, лучше в выходной

4. Комфортно ли для Вас время проведения консультации?

- Да
- Нет, удобнее было бы в \_\_\_\_\_

5. Консультацию на какую(-ие) тему(-ы) Вам хотелось бы получить?

- 1). \_\_\_\_\_
- 2). \_\_\_\_\_
- 3). \_\_\_\_\_

6. Какими ещё другими услугами соцзащиты Вы (Ваш подопечный) пользуетесь:

- Группами дневного пребывания
  - Приходящий соцработник (надомный уход)
  - Прокат технических средств реабилитации
  - Временное помещение нуждающегося в уходе в стационар на короткий период (социальная передышка)
  - Никакими из перечисленных
  - Другое (укажите)
- 

7. Откуда Вы узнали о школе ухода:

- Рассказали в медицинском учреждении;
- Рассказал социальный координатор / соцработник, приходящий на дом / помощник по уходу
- Рассказали в центре социальной защиты
- Рассказали в пункте проката технических средств реабилитации
- Из объявления в медицинском учреждении

- Увидел(-а) на сайте учреждения соцзащиты/медицинского учреждения
- В профильных соцгруппах по проблеме, из форумов или других источников в интернете
- Из других СМИ (телевидение, радио, наружная и другая социальная реклама)

8. Возраст человека, за которым требуется уход:

- До 18 лет
- 18-80 лет
- Старше 80 лет

9. Наличие у него инвалидности:

- Есть инвалидность
- Нет инвалидности

10. Этот человек пользуется техническими средствами реабилитации?

- Да
- Нет

11. С какими проблемами по здоровью связана необходимость ухода (выберите один или несколько пунктов):

- Психические отклонения, деменция, невозможность оставить без присмотра
- Онкологическое заболевание
- ДЦП, травмы и переломы, тяжелые артриты, переломы шейки бедра, подагра и другие нарушения опорно-двигательного аппарата
- Инсульт, инфаркт, патологии сердечно-сосудистой системы
- Другое \_\_\_\_\_

Комментарии

---

---

---

---

Спасибо!

Отчет о проведении занятия

Отчет о проведении занятия школы ухода	
Дата проведения:	ФИО преподавателя
Место проведения (на дому, в школе ухода, в партнерском учреждении (указать наименование и адрес):	
Тема занятия:	Форма проведения (очное/дистанционное):
	Тип (групповое/индивидуальное):
	Продолжительность (ч.):
	Категория (разовое/часть программы)
Использованное оборудование и расходные материалы:	
Список участников:	

## ПРОГРАММА

### «Обучение уходу за человеком при временном ограничении мобильности»

#### Разработчики:

- Ясенская М.А. – к.м.н., руководитель Центра обучения СДУ БФ «Старшие», доцент кафедры паллиативной помощи и долговременного ухода «Академии постдипломного образования ФГБУ «Федеральный научно-клинический центр специализированных видов медицинской помощи и медицинских технологий Федерального медико-биологического агентства России»
- Андрев Л. – преподаватель Центра обучения СДУ БФ «Старшие», ассистент кафедры управления сестринской деятельностью ФГАОУ ВО «Российский университет дружбы народов»
- Белелюбская К.Ф. – Руководитель отдела методологии долговременного ухода Проектного офиса БФ «Старшие»
- Баев Ю. В. – Эксперт направления методологии долговременного ухода Проектного офиса БФ «Старшие»
- Ушакова Ю.К. – Руководитель отдела социальных сервисов Проектного офиса БФ «Старшие»
- Горцева А.В. – Эксперт отдела социальных сервисов Проектного офиса БФ «Старшие»
- Манакова Е.А. – Специалист отдела социальных сервисов Проектного офиса БФ «Старшие»

## 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 ухаживающим семьям, родственникам, близким знакомыми улучшить уход за людьми со стойкими ограничениями жизнедеятельности на дому, а также сохранить свое 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.

В основе данной программы лежат принципы:

- научности (включение в программу современных отечественных и зарубежных разработок в сфере предоставления услуг по уходу за лицами, нуждающимися в постороннем уходе);
- практической направленности (программа предусматривает проведение практических занятий, на которых слушатели получают возможность применить полученные знания).

## **1.2. Цель реализации программы**

Сформировать дополнительные знания, умения и навыки у ухаживающих, которые позволят повысить качество ухода за подопечными на дому, 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 (далее – лица, нуждающиеся в постороннем уходе).

### **Задачи:**

Дать необходимые знания, умения и навыки ухаживающим за людьми, нуждающимися в посторонней помощи.

## **2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **2.1. Учебно-тематический план**

#### **Категория слушателей**

Программа предназначена для родственников, семей или близких знакомых, осуществляющих уход за людьми, имеющими когнитивные нарушения, в том числе, маломобильными.

#### **Требования к образованию преподавателей:**

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

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

**Срок обучения:** 12 академических часов (без учёта возможной консультационной сессии 2 ак. часа\*).

8 ак. часов – очное/дистанционное обучение (теория)

4 ак. часа – очное обучение (практика)

**Форма обучения:** очная/дистанционная.

Теоретическое обучение (обязательные темы) – 2 занятия по 4 ак. часа.

Теоретическое очное обучение может быть заменено на дистанционное при невозможности приезда обучающегося в школу или удалённости школы от места его проживания, при условии наличия оборудования с доступом в сеть интернет и звуковой аппаратуры (наушники, микрофон) у обеих сторон.

Тренинги практических навыков – 4 ак. часа. Очное практическое обучение – занятия по отработке практических навыков ухода, в том числе, с применением специальных технических средств реабилитации и подручных средств.

Обучение проводят преподаватели школы ухода, прошедшие дополнительное профильное обучение, в том числе, получившие сертификаты Центра обучения СДУ фонда «Старость в радость» и/или имеющие документы о прохождении дополнительного профильного профессионального образования.

Самостоятельное обучение – список рекомендованной литературы и видеоматериалов по темам для закрепления, не входит в учебные часы программы.

**Организация обучения:**

- **Сбор заявок** на обучение. Осуществляется учреждением, на базе которого организована школа ухода, путем оповещения населения по максимально возможному количеству каналов распространения информации, включая районные СМИ, учреждения социальной защиты, медицинские и другие профильные учреждения.
- **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.

Группы слушателей могут быть **открытыми** и **закрытыми**.

В **открытой группе** состав участников может меняться в зависимости от темы занятий программы. Если слушателю необходима информация по конкретным процедурам или проблемам, связанным с уходом, то он может записаться и прослушать только ту часть программы, которая соответствует его

запросу. Открытые группы более гибки и вариативны для слушателей, но их организация требует больше усилий от социальной службы.

В **закрытых группах** состав участников не расширяется с момента начала программы, будучи сформированным до начала цикла занятий.

**Самостоятельное обучение** проводится в период преподавания теоретической части с помощью ссылок на видео- и печатные материалы.

\* Занятие «**Консультационная сессия по вопросам участников**» не является обязательным в программе и может быть организовано при наличии специфических запросов у ухаживающих в рамках тематики курса.

Количество оборудования для практики зависит от количества участников. Для группы порядка 8 чел. достаточно по 1 комплекту оборудования, для группы до 14-16 чел. – по 2 комплекта оборудования для обучения. Для посещения практических занятий стоит рекомендовать слушателем комфортную свободную или спортивную одежду, брюки и обувь на низком каблучке с задником или кроссовки.

№ занятия п/п	Наименование раздела (модуля), темы	Всего (ак. часов).	В том числе	
			Теория (лекции, презентации) (ак. часов)	Практические занятия (ак. часов)
<b>Очное/дистанционное обучение: теория</b>				
1 занятие	Основные случаи ограничения мобильности. Перелом шейки бедра как частая причина инвалидизации. Реабилитация при частичном временном физическом ограничении подвижности. Особенности реабилитации при переломах шейки бедра.	<b>2</b>	2	-
	Организация пространства для тяжелобольного. Использование технических средств	<b>2</b>	2	-



	реабилитации при уходе. Поддержание самостоятельности. Страхи больных.			
2 занятие	Осложнения и профилактики при переломах.	1	1	-
	Гигиена при ограничениях мобильности.	2	2	-
	Юридическо-правовые вопросы. Инвалидность.	1	1	
3 занятие	Консультационная сессия по вопросам участников*	(2)	(2)	-
<b>Очное обучение. Практика:</b>				
1 занятие	Перемещение за пределы кровати. Безопасное перемещение в помещении. Сопровождение при передвижении вне дома. Помощь при падении.	2	-	2
	Гигиена и опорожнение. Смена белья, подбор и надевание адсорбирующего белья.	2	-	2
		2	-	2
	<b>Итого</b>	<b>12</b> <b>(14)</b>	<b>8</b> <b>(10)</b>	<b>4</b>

## 2.2. УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА

### ЧАСТЬ I ОЧНАЯ (ДИСТАНЦИОННАЯ): ТЕОРИЯ

№ п/п	Тема	Кол-во ак. часов.	Формы проведения занятия
1	<p>Основные случаи ограничения мобильности. Перелом шейки бедра как частая причина инвалидизации. Реабилитация при частичном временном физическом ограничении подвижности. Особенности реабилитации при переломах шейки бедра.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Переломы нижних и верхних конечностей.</li> </ul> <p>Реабилитация при переломах.</p>	2	Очная/ дистанционная

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Перелом шейки бедра у молодых и пожилых людей. Опасность инвалидизации человека.</li> <li>• Особенности реабилитации при переломах шейки бедра.</li> </ul>		
2	<p>Организация пространства для тяжелобольного. Использование технических средств реабилитации при уходе. Поддержание самостоятельности. Страхи больных.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Активизация человека и поддержание его самостоятельности.</li> <li>• Безопасность и правильная организация жилого пространства вокруг тяжелобольного. Профилактика падений.</li> <li>• Основное и вспомогательное оборудование и его размещение.</li> <li>• Правильная организация душевой (ванной) дома (слив в полу, поручни, безопасность в ванной). Оборудование для мытья в ванной.</li> <li>• Оборудование и приспособления для кормления ослабленных пациентов и с частичной физической утратой. Приспособления для приема пищи.</li> <li>• Использование специальных средств для ухода и гигиенических принадлежностей при уходе за маломобильными. Принципы их подбора и правила использования.</li> <li>• Принятие состояния человеком. Эмоциональная адаптация и страхи больного.</li> </ul>	2	Очная/ дистанционная
3	<p>Осложнения и профилактики при переломах.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Пролежни: профилактика, факторы образования пролежней. Шкала Нортон.</li> <li>• Использование средств для профилактики возникновения пролежней.</li> <li>• Профилактика контрактур.</li> </ul>	1	Очная/ дистанционная
4	<p>Гигиена при ограничениях мобильности.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Мытье – основные принципы.</li> <li>• Мытье в ванной.</li> <li>• Бритье, педикюр и маникюр человека с ограниченной подвижностью.</li> <li>• Интимная гигиена. Правила безопасности и соблюдение достоинства.</li> </ul>	2	Очная/ дистанционная
5	<p>Юридическо-правовые вопросы. Инвалидность.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Оформление инвалидности по физическим ограничениям.</li> <li>• Правовой статус инвалида и положенные льготы.</li> </ul>	1	Очная/ дистанционная
6	Консультационная сессия по запросам участников	2	Очная/ дистанционная

## ЧАСТЬ II ОЧНАЯ: ПРАКТИКА

№ п/п	Тема	Кол-во ак. часов	Формы проведения занятия	Вспомогательные и расходные материалы, оборудование
1	<p>Перемещение за пределы кровати. Безопасное перемещение в помещении.</p> <p>Сопровождение при передвижении вне дома.</p> <p>Помощь при падении.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Золотые» правила перемещения.</li> <li>• Пересадить на край стула/кроватьи.</li> <li>• Пересадить из кровати на стул/в коляску.</li> <li>• Профилактика падения. Поднятие с пола разными способами.</li> <li>• Безопасность при выходе подопечного на улицу. Сопровождение маломобильного при передвижении без и с вспомогательными средствами.</li> </ul>	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. – 1-2 шт., 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.</p> <p>Смена белья, подбор и надевание адсорбирующего белья.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Демонстрация гигиенических процедур по уходу за лицом и телом, мытье головы.</li> <li>• Постановка судна.</li> <li>• Виды абсорбирующего белья, его подбор.</li> <li>• Смена подгузника.</li> <li>• Смена нательного белья.</li> </ul>	2	теоретическое введение + практика	<p>Функциональная кровать или высокая кровать с жестким основанием, с матрасом, бельем, подушкой, одеялом – 1-2 шт., стул с прямой спинкой – 1-2 шт., пояс для перемещения, комплект из 2-х скользящих простыней, доска для перемещения – 1-2 шт., кресло-коляска с поднимающимися 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, рукавицы для мытья немобильных, тапки, перчатки одноразовые, ватные палочки, диски ватные 1 упаковка, лимон 1 шт.,</p>

				растительное масло – 100 мл, ушные палочки – 1 упаковка, кувшин, подгузники 2 шт., другое адсорбирующее белье 1-2 шт., судно 2 шт.
--	--	--	--	--

## СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННЫХ МАТЕРИАЛОВ ПО ТЕМАМ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ИЗУЧЕНИЯ

№	Дополнительные материалы	Длительность в видео	Форма	Ссылка
1	Про паллиатив: памятка «Организация безопасного пространства»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/pamyatka-organizatsiya-bezopasnogo-prostranstva">https://pro-palliativ.ru/library/pamyatka-organizatsiya-bezopasnogo-prostranstva</a>
2	Мастерская заботы: «Применение скользящих простыней в уходе за больным»	10 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=IjavBR1mKpA">https://www.youtube.com/watch?v=IjavBR1mKpA</a>
3	Мастерская заботы: «Применение оборудования при уходе за больными»	14 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=S6_q03_i7gA">https://www.youtube.com/watch?v=S6_q03_i7gA</a>
4	Мастерская заботы: «Использование подгузников и альтернативных средств»	17 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=E9zhReTpGZc">https://www.youtube.com/watch?v=E9zhReTpGZc</a>
5	Л. Андрев «Риски падения. Профилактика падения»	48 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=w7J46mSR0x0&amp;t=1s">https://www.youtube.com/watch?v=w7J46mSR0x0&amp;t=1s</a>
6	Про паллиатив: памятка «Профилактика падений»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/profilaktika-padenij">https://pro-palliativ.ru/library/profilaktika-padenij</a>
7	Ясенская М.А. «Падения у пожилых. Риски падений. Профилактика падений».		Методическая литература	<a href="http://www.gerontology.su/files/pdf/279-pdf.pdf">http://www.gerontology.su/files/pdf/279-pdf.pdf</a>
8	Видеоинструкция Л. Андрев «Как поднять человека с пола»	8 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=j2FE4QbAldQ&amp;t=1s">https://www.youtube.com/watch?v=j2FE4QbAldQ&amp;t=1s</a>
9	Видеоинструкция Л. Андрев «Положение «сидя в кровати» для приема пищи»	5 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=p64fxzdrb8E&amp;t=4s">https://www.youtube.com/watch?v=p64fxzdrb8E&amp;t=4s</a>
10	Видеоинструкция Л. Андрев «Смена нательного белья»	11 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=GaU6WqnVUzk">https://www.youtube.com/watch?v=GaU6WqnVUzk</a>
11	Вебинар Л. Андрев «Гигиена маломобильного человека»	1 ч 2 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=KyowV_7Qg68">https://www.youtube.com/watch?v=KyowV_7Qg68</a>
12	Про паллиатив: памятка «Уход за телом»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-telom">https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-telom</a>
13	Про паллиатив: памятка		Методическая	<a href="https://pro-">https://pro-</a>

	«Интимная гигиена»		литература	<a href="http://palliativ.ru/library/pamyatka-intimnaya-gigiena">palliativ.ru/library/pamyatka-intimnaya-gigiena</a>
14	Видеоинструкция О.Н. Выговской «Гигиена головы»	9 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=VAORNi-YE5s">https://www.youtube.com/watch?v=VAORNi-YE5s</a>
15	Про паллиатив: памятка «Уход за ногтями»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-nogtyami">https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-nogtyami</a>
16	Про паллиатив: памятка «Уход за волосами»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-voilosami">https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-voilosami</a>
17	Мастерская заботы: «Контрактуры у лежачих больных»	13 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=fj-fvRj-m5Q">https://www.youtube.com/watch?v=fj-fvRj-m5Q</a>
18	Мастерская заботы «Профилактика пролежней»	11 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=dFFqS648x1w">https://www.youtube.com/watch?v=dFFqS648x1w</a>
19	Вебинар Л. Андрев «Профилактика возникновения пролежней»	45 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=SiUIMMDGIRU&amp;t=4s">https://www.youtube.com/watch?v=SiUIMMDGIRU&amp;t=4s</a>
20	Видеоинструкция Л. Андрев «Перемещение больного в постели»	4 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=V15sQCKHv2Q">https://www.youtube.com/watch?v=V15sQCKHv2Q</a>
21	Видеоинструкция Л. Андрев «Положение «сидя в кровати»	8 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=xC3DIVPSPiA">https://www.youtube.com/watch?v=xC3DIVPSPiA</a>
22	Мастерская заботы: «Усаживание малоподвижного пациента»	13 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=nr2ThDSzHhI">https://www.youtube.com/watch?v=nr2ThDSzHhI</a>
23	Видеоинструкция Л. Андрев «Как пересадить больного с кровати на стул»	9 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=7iN4VAm35Kc&amp;t=1s">https://www.youtube.com/watch?v=7iN4VAm35Kc&amp;t=1s</a>

## ПРОГРАММА

### «Обучение уходу за лицами с когнитивными нарушениями»

#### Разработчики:

- Ясенская М.А. – к.м.н., руководитель Центра обучения СДУ БФ «Старшие», доцент кафедры паллиативной помощи и долговременного ухода «Академии постдипломного образования ФГБУ «Федеральный научно-клинический центр специализированных видов медицинской помощи и медицинских технологий Федерального медико-биологического агентства России»
- Андрев Л. – преподаватель Центра обучения СДУ БФ «Старшие», ассистент кафедры управления сестринской деятельностью ФГАОУ ВО «Российский университет дружбы народов»
- Белелюбская К.Ф. – Руководитель отдела методологии долговременного ухода Проектного офиса БФ «Старшие»
- Баев Ю. В. – Эксперт направления методологии долговременного ухода Проектного офиса БФ «Старшие»
- Ушакова Ю.К. – Руководитель отдела социальных сервисов Проектного офиса БФ «Старшие»
- Горцева А.В. – Эксперт отдела социальных сервисов Проектного офиса БФ «Старшие»
- Манакова Е.А. – Специалист отдела социальных сервисов Проектного офиса БФ «Старшие»

## 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

### 1.3. Общие положения

Программа предназначена для обучения в Школе ухода родственников и лиц, осуществляющих неформальный уход. Полученные в школе знания и навыки позволят ухаживающим семьям, родственникам, близким знакомыми улучшить уход за людьми со стойкими ограничениями жизнедеятельности на дому, а также сохранить свое 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.

В основе данной программы лежат принципы:

- научности (включение в программу современных отечественных и зарубежных разработок в сфере предоставления услуг по уходу за лицами, нуждающимися в постороннем уходе);
- практической направленности (программа предусматривает проведение практических занятий, на которых слушатели получают возможность применить полученные знания).

#### **1.4. Цель реализации программы**

Сформировать дополнительные знания, умения и навыки у ухаживающих, которые позволят повысить качество ухода за подопечными на дому, 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 (далее – лица, нуждающиеся в постороннем уходе).

#### **Задачи:**

Дать необходимые знания, умения и навыки ухаживающим за людьми, нуждающимися в посторонней помощи.

## **2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **2.1. Учебно-тематический план**

#### **Категория слушателей**

Программа предназначена для родственников, семей или близких знакомых, осуществляющих уход за людьми, имеющими когнитивные нарушения, в том числе, маломобильными.

#### **Требования к образованию преподавателей:**

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

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

**Срок обучения:** 10 академических часов (без учёта возможной консультационной сессии 2 ак. часа\*) – очное/дистанционное обучение (теория)

**Форма обучения:** очная/дистанционная.

Теоретическое обучение (обязательные темы) – 2 занятия по 4 ак. часов и 1 занятие – 2 ак. часа.

Теоретическое очное обучение может быть заменено на дистанционное при невозможности приезда обучающегося в школу или удалённости школы от места его проживания, при условии наличия оборудования с доступом в сеть интернет и звуковой аппаратуры (наушники, микрофон) у обеих сторон.

Обучение проводят преподаватели школы ухода, прошедшие дополнительное профильное обучение, в том числе, получившие сертификаты Центра обучения СДУ фонда «Старость в радость» и/или имеющие документы о прохождении дополнительного профильного профессионального образования.

К обучению темам, касающимся психологии (темы 1-3) рекомендуется привлекать дипломированных психологов, для обсуждения юридическо-правовых вопросов (тема 8) – юриста.

Самостоятельное обучение – список рекомендованной литературы и видеоматериалов по темам для закрепления, не входит в учебные часы программы.

**Организация обучения:**

- **Сбор заявок** на обучение. Осуществляется учреждением, на базе которого организована школа ухода, путем оповещения населения по максимально возможному количеству каналов распространения информации, включая районные СМИ, учреждения социальной защиты, медицинские и другие профильные учреждения.
- **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.

Группы слушателей могут быть **открытыми** и **закрытыми**.

В **открытой группе** состав участников может меняться в зависимости от темы занятий программы. Если слушателю необходима информация по конкретным процедурам или проблемам, связанным с уходом, то он может записаться и прослушать только ту часть программы, которая соответствует его запросу. Открытые группы более гибки и вариативны для слушателей, но их организация требует больше усилий от социальной службы.

В **закрытых группах** состав участников не расширяется с момента начала программы, будучи сформированным до начала цикла занятий.



**Самостоятельное обучение** проводится в период преподавания теоретической части с помощью ссылок на видео- и печатные материалы.

\* Тема «**Консультационная сессия по вопросам участников**» не является обязательным в программе и может быть организовано при наличии специфических запросов у ухаживающих в рамках тематики курса.

№ занятия п/п	Наименование раздела (модуля), темы	Всего(ак.часов).	В том числе	
			Теория (лекции, презентации) (ак. часов)	Практические занятия (ак. часов)
<b>Очное/дистанционное обучение: теория</b>				
1 занятие	Когнитивные нарушения у пожилых. Деменция. Болезнь Альцгеймера.	<b>1</b>	1	-
	Особенности коммуникации с человеком, имеющим когнитивные нарушения	<b>1</b>	1	-
	Психологические проблемы, возникающие при длительном уходе за больным с деменцией.	<b>2</b>	2	-
2занятие	Основы ухода за подопечным с деменцией на дому.	<b>1</b>	1	-
	Организация комфортного пространства для больного с деменцией. Безопасность подопечного и ухаживающих.	<b>2</b>	2	-
	Особенности питания и процесса кормления больных с деменцией.	<b>1</b>	1	-
3занятие	Организация продуктивного досуга подопечного. Поддержание физической активности.	<b>1</b>	1	-

	Юридическо-правовые вопросы, связанные с диагнозом деменция.	1	1	
	Консультационная сессия по вопросам участников*	(2)	(2)	
	<b>Итого</b>	<b>10 (12)</b>	10 (12)	

2.2.  
УЧ  
ЕБ  
НА  
Я

## ПРОГРАММА

### ОЧНАЯ (ДИСТАНЦИОННАЯ)

№ п/п	Тема	Кол-во ак. часов	Формы проведения занятия
1	Когнитивные нарушения у пожилых. Деменция. Болезнь Альцгеймера. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Основные причины, симптомы и признаки деменции.</li> <li>• Стадии болезни.</li> <li>• Болезнь Альцгеймера.</li> </ul>	1	Очная/ дистанционная
2	Психологические проблемы, возникающие при длительном уходе за больным с деменцией. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Особенности различных состояний при деменции. Депрессия.</li> <li>• Принятие состояния больным.</li> <li>• Эмоциональное выгорание ухаживающего: риски, профилактика, симптомы.</li> </ul>	1	Очная/ дистанционная
3	Особенности коммуникации с человеком, имеющим когнитивные нарушения. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Особенности поведения и общения.</li> <li>• Соблюдение достоинства подопечного и ухаживающего.</li> <li>• Зоны близости в общении.</li> <li>• Позитивная коммуникация.</li> <li>• Агрессивное поведение больного.</li> <li>• Бред, галлюцинации и делирий.</li> <li>• Афазия и расстройства речи.</li> <li>• Невербальное общение.</li> <li>• Тест сохранности психологического статуса.</li> <li>• Работа с биографией.</li> </ul>	2	Очная/ дистанционная
4	Основы ухода за подопечным с деменцией на дому. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Режим и распорядок дня.</li> <li>• Организация и помощь в приёме лекарственных средств.</li> <li>• Помощь в самообслуживании.</li> </ul>	1	Очная/ дистанционная

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Мониторинг состояния здоровья.</li> <li>• Домашняя документация: что записывают ухаживающие.</li> </ul>		
5	<p>Организация комфортного пространства для больного с деменцией. Безопасность подопечного и ухаживающих.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Адаптация пространства к потребностям больного с деменцией (маркировка помещений и предметов, календарь, напоминание о времени, важные контакты под рукой).</li> <li>• Технические средства и материалы для помощи в уходе.</li> <li>• Безопасность перемещения по дому. Профилактика падений.</li> <li>• Безопасность душевой/ванной и при пользовании электроприборами.</li> <li>• Риски и безопасность при выходе из дома (адреса и телефоны в карманах, маркировка одежды).</li> </ul>	2	Очная/ дистанционная
6	<p>Особенности питания и процесса кормления больных с деменцией.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Особенности питания больных с деменцией. Диета.</li> <li>• Аппетит. Недоедание: причины, симптомы и последствия.</li> <li>• Приготовление пищи с учетом индивидуальной потребности человека.</li> <li>• Процесс кормления ослабленных больных и больных с нарушенной функцией глотания. Подготовка к кормлению, риски.</li> </ul>	1	Очная/ дистанционная
7	<p>Организация продуктивного досуга больного. Поддержание физической активности.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Поддержание самостоятельности и активности больного.</li> <li>• Физическая нагрузка. Чередование активностей.</li> </ul>	1	Очная/ дистанционная
8	<p>Юридическо-правовые вопросы, связанные с диагнозом деменция.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Оформление инвалидности.</li> <li>• Правовой статус инвалида и положенные льготы.</li> <li>• Дееспособность при когнитивных нарушениях.</li> <li>• Оформление недееспособности. Опекунство.</li> </ul>	1	Очная/ дистанционная
9	<p>Консультационная сессия по вопросам участников</p>	2	Очная/ дистанционная

## СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННЫХ МАТЕРИАЛОВ ПО ТЕМАМ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ИЗУЧЕНИЯ

№	Дополнительные материалы	Длительность в видео	Форма	Ссылка
1	Мастерская заботы: «Деменция. Часть 1. Диагностика и принципы общения»	16 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=R7nAnnx20_o">https://www.youtube.com/watch?v=R7nAnnx20_o</a>
2	Мастерская заботы: «Деменция. Часть 2. Особенности заболевания и советы по уходу»	27 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ybBpLvUqpb_c">https://www.youtube.com/watch?v=ybBpLvUqpb_c</a>
3	Вебинар Л. Андрей «Уход за больным с деменцией: проблемы коммуникации»	48 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=5SQGHJuubQw">https://www.youtube.com/watch?v=5SQGHJuubQw</a>
4	Курс видеоуроков MemoryHelp (необходима регистрация на сайте для доступа к материалам)	29 видеоуроков по 3-7 мин	Обучающие видео	<a href="https://www.memoryhelp.ru/?fbclid=IwAR0kp4njM33-M5_e4-cJBSfW4uCrX2O3u71oKs1XXLsUFAaxyp05sIdi0vE">https://www.memoryhelp.ru/?fbclid=IwAR0kp4njM33-M5_e4-cJBSfW4uCrX2O3u71oKs1XXLsUFAaxyp05sIdi0vE</a>
5	Материалы портала Memini.ru, раздел «Упражнения»		Методические рекомендации	<a href="https://memini.ru/exercises">https://memini.ru/exercises</a>
6	Книга «Поговорим о деменции», Лора Уэймен		Пособие	<a href="https://www.olbuss.ru/catalog/pogovorim-o-dementsii-v-pomoshch-ukhazhivayushchim-zaljudmi-s-poterey-pamyati-boleznyu-altsgeymera/">https://www.olbuss.ru/catalog/pogovorim-o-dementsii-v-pomoshch-ukhazhivayushchim-zaljudmi-s-poterey-pamyati-boleznyu-altsgeymera/</a>

## ПРОГРАММА

### «Обучение уходу за человеком после инсульта»

#### Разработчики:

- Ясенская М.А. – к.м.н., руководитель Центра обучения СДУ БФ «Старшие», доцент кафедры паллиативной помощи и долговременного ухода «Академии постдипломного образования ФГБУ «Федеральный научно-клинический центр специализированных видов медицинской помощи и медицинских технологий Федерального медико-биологического агентства России»
- Андрев Л. – преподаватель Центра обучения СДУ БФ «Старшие», ассистент кафедры управления сестринской деятельностью ФГАОУ ВО «Российский университет дружбы народов»
- Белелюбская К.Ф. – Руководитель отдела методологии долговременного ухода Проектного офиса БФ «Старшие»
- Баев Ю. В. – Эксперт направления методологии долговременного ухода Проектного офиса БФ «Старшие»
- Ушакова Ю.К. – Руководитель отдела социальных сервисов Проектного офиса БФ «Старшие»
- Горцева А.В. – Эксперт отдела социальных сервисов Проектного офиса БФ «Старшие»
- Манакова Е.А. – Специалист отдела социальных сервисов Проектного офиса БФ «Старшие»

## 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 ухаживающим семьям, родственникам, близким знакомыми улучшить уход за людьми со стойкими ограничениями жизнедеятельности на дому, а также сохранить свое 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.

В основе данной программы лежат принципы:

- научности (включение в программу современных отечественных и зарубежных разработок в сфере предоставления услуг по уходу за лицами, нуждающимися в постороннем уходе);
- практической направленности (программа предусматривает проведение практических занятий, на которых слушатели получают возможность применить полученные знания).

## **1.2. Цель реализации программы**

Сформировать дополнительные знания, умения и навыки у ухаживающих, которые позволят повысить качество ухода за подопечными на дому, 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 (далее – лица, нуждающиеся в постороннем уходе).

### **Задачи:**

Дать необходимые знания, умения и навыки ухаживающим за людьми, нуждающимися в посторонней помощи.

## **2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **2.1. Учебно-тематический план**

#### **Категория слушателей**

Программа предназначена для родственников, семей или близких знакомых, осуществляющих уход за людьми, имеющими когнитивные нарушения, в том числе, маломобильными.

#### **Требования к образованию преподавателей:**

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

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

**Срок обучения:** 20 академических часов (без учёта возможной консультационной сессии 2 ак. часа\*).

12 ак. часов – очное/дистанционное обучение (теория)

6 ак. часов – очное обучение (практика)

**Форма обучения:** очная/дистанционная.

Теоретическое обучение (обязательные темы) – 3 занятия по 4 ак. часов и 1 занятие – 2 ак. часа.

Теоретическое очное обучение может быть заменено на дистанционное при невозможности приезда обучающегося в школу или удалённости школы от места его проживания, при условии наличия оборудования с доступом в сеть интернет и звуковой аппаратуры (наушники, микрофон) у обеих сторон.

Тренинги практических навыков – 6 ак. часов. Очное практическое обучение – занятия по отработке практических навыков ухода, в том числе, с применением специальных технических средств реабилитации и подручных средств.

Обучение проводят преподаватели школы ухода, прошедшие дополнительное профильное обучение, в том числе, получившие сертификаты Центра обучения СДУ фонда «Старость в радость» и/или имеющие документы о прохождении дополнительного профильного профессионального образования.

Самостоятельное обучение – список рекомендованной литературы и видеоматериалов по темам для закрепления, не входит в учебные часы программы.

**Организация обучения:**

- **Сбор заявок** на обучение. Осуществляется учреждением, на базе которого организована школа ухода, путем оповещения населения по максимально возможному количеству каналов распространения информации, включая районные СМИ, учреждения социальной защиты, медицинские и другие профильные учреждения.
- **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.

Группы слушателей могут быть **открытыми** и **закрытыми**.

В **открытой группе** состав участников может меняться в зависимости от темы занятий программы. Если слушателю необходима информация по конкретным процедурам или проблемам, связанным с уходом, то он может

записаться и прослушать только ту часть программы, которая соответствует его запросу. Открытые группы более гибки и вариативны для слушателей, но их организация требует больше усилий от социальной службы.

В **закрытых группах** состав участников не расширяется с момента начала программы, будучи сформированным до начала цикла занятий.

**Самостоятельное обучение** проводится в период преподавания теоретической части с помощью ссылок на видео- и печатные материалы.

\* Занятие «**Консультационная сессия по вопросам участников**» не является обязательным в программе и может быть организовано при наличии специфических запросов у ухаживающих в рамках тематики курса.

Количество оборудования для практики зависит от количества участников. Для группы порядка 8 чел. достаточно по 1 комплекту оборудования, для группы до 14-16 чел. – по 2 комплекта оборудования для обучения. Для посещения практических занятий стоит рекомендовать слушателем комфортную свободную или спортивную одежду, брюки и обувь на низком каблуке с задником или кроссовки.

№ занятия п/п	Наименование раздела (модуля), темы	Всего (ак. часов).	В том числе	
			Теория (лекции, презентации) (ак. часов)	Практические занятия (ак. часов)
<b>Очное/дистанционное обучение: теория</b>				
1 занятие	Инсульт. Виды инсультов. Последствия инсультов и реабилитация.	<b>1</b>	1	-
	Психологические проблемы после инсульта. Общение с пациентом. Альтернативная коммуникация.	<b>1</b>	1	-
	Организация комфортного пространства при частичной утрате подвижности. Использование технических средств реабилитации при уходе.	<b>2</b>	2	-



	Поддержание самостоятельности.			
2 занятие	Осложнения и профилактики после инсульта. Ведение документации.	4	4	-
3 занятие	Организация питания и кормление при ограничении подвижности.	1	1	-
	Гигиена и опорожнение у маломобильных людей.	1	1	-
4 занятие	Юридическо-правовые вопросы. Инвалидность.	2	2	
	Консультационная сессия по вопросам участников*	(2)	(2)	-
<b>Очное обучение. Практика:</b>				
1 занятие	Перемещение маломобильного в пределах кровати. Позиционирование в кровати. Перемещение за пределы кровати. Безопасное перемещение в помещении. Сопровождение при передвижении вне дома. Помощь при падении.	3	-	3
2 занятие	Приготовление к кормлению. Гигиена и опорожнение. Смена белья, подбор и надевание адсорбирующего белья.	3	-	3
	<b>Итого</b>	<b>18 (20)</b>	<b>12(14)</b>	<b>6</b>

## 2.2. УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА

### ЧАСТЬ I ОЧНАЯ (ДИСТАНЦИОННАЯ): ТЕОРИЯ

№ п/п	Тема	Кол-во ак. часов.	Формы проведения занятия
1	Инсульт. Виды инсультов. Последствия инсультов и реабилитация. • Виды инсультов и их последствия.	1	Очная/ дистанционная

	<p>Постинсультные состояния.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Реабилитация после инсульта. Концепция Бобат-терапии.</li> </ul>		
2	<p>Психологические проблемы после инсульта. Общение с пациентом. Альтернативная коммуникация.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Особенности различных состояний подопечного. Депрессия. Принятие своего состояния больным.</li> <li>• Общаться = ухаживать. Соблюдение достоинства подопечного и ухаживающего.</li> <li>• Расстройства речи и невербальное общение. Афазия. Альтернативная коммуникация, язык жестов.</li> </ul>	1	Очная/ дистанционная
3	<p>Организация комфортного пространства при частичной утрате подвижности. Использование технических средств реабилитации при уходе. Поддержание самостоятельности.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Активизация человека и поддержание его самостоятельности.</li> <li>• Безопасность и правильная организация жилого пространства вокруг тяжелобольного. Профилактика падений.</li> <li>• Основное и вспомогательное оборудование и его размещение.</li> <li>• Правильная организация душевой (ванной) дома (слив в полу, поручни, безопасность в ванной). Оборудование для мытья в ванной.</li> <li>• Использование специальных средств для ухода при уходе за маломобильными людьми. Принципы их подбора и правила использования.</li> </ul>	2	Очная/ дистанционная
4	<p>Осложнения и профилактики после инсульта. Ведение документации.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ведение документации, или что записывают ухаживающие.</li> <li>• Физиологические показатели, нуждающиеся в контроле.</li> <li>• Профилактика повторных инсультов</li> <li>• Пролежни: профилактика, факторы образования пролежней. Шкала Нортон.</li> <li>• Использование противопролежневого матраса, средств для профилактики возникновения пролежней.</li> <li>• Профилактика пневмонии.</li> <li>• Профилактика тромбозов.</li> <li>• Дисфагия (нарушение глотания). Профилактика аспирации и первая помощь при аспирации.</li> <li>• Другие факторы, на которые стоит обращать внимание после инсульта.</li> </ul>	4	Очная/ дистанционная

5	<p>Организация питания и кормление при ограничении подвижности.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подходы к организации питания маломобильных людей дома.</li> <li>• Оборудование и приспособления для кормления ослабленных пациентов и пациентов с физическими ограничениями. Приспособления для приема пищи.</li> <li>• Кормление через назогастральный зонд или стому при нарушении глотания.</li> <li>• Аппетит. Недоедание: причины, симптомы и последствия.</li> <li>• Прием пищи в кровати.</li> </ul>	2	Очная/ дистанционная
6	<p>Гигиена и опорожнение у маломобильных людей.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Мытье – основные принципы.</li> <li>• Мытье в ванной.</li> <li>• Бритье человека с ограниченной подвижностью.</li> <li>• Маникюр.</li> <li>• Педикюр.</li> <li>• Интимная гигиена. Правила безопасности и соблюдение достоинства.</li> <li>• Смена постельного белья.</li> <li>• Смена нательного белья.</li> <li>• Адаптированная одежда.</li> </ul>	2	Очная/ дистанционная
7	<p>Юридическо-правовые вопросы. Инвалидность. Опекунство.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Оформление инвалидности при инсульте.</li> <li>• Правовой статус инвалида и положенные льготы.</li> <li>• Дееспособность и недееспособность. Опекунство.</li> </ul>		
8	Консультационная сессия по запросам участников	2	Очная/ дистанционная

## ЧАСТЬ II ОЧНАЯ: ПРАКТИКА

№ п/п	Тема	Кол-во ак. часов	Формы проведения занятия	Вспомогательные и расходные материалы, оборудование
1	<p>Перемещение маломобильного в пределах кровати. Позиционирование в кровати. Перемещение за пределы кровати. Безопасное перемещение в помещении. Сопровождение при передвижении вне дома. Помощь при падении.</p>	3	теоретическое введение + практика	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

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Перемещение больных с гемипарезом</li> <li>• Перемещение больных с тетрапарезом</li> <li>• «Золотые» правила перемещения.</li> <li>• Возможности функциональной кровати.</li> <li>• Перемещение человека в пределах кровати с и без вспомогательного оборудования.</li> <li>• Позиционирование пациента в постели: 30 градусов на боку, 135 градусов на боку.</li> <li>• Повернуть человека на бок.</li> <li>• Посадить на край кровати.</li> <li>• Перемещение с края на край кровати (по горизонтали).</li> <li>• Пересадить на край стула/кровати.</li> <li>• Пересадить из кровати на стул/в коляску.</li> <li>• Профилактика падения. Поднятие с пола разными способами.</li> <li>• Безопасность при выходе подопечного на улицу. Сопровождение маломобильного при передвижении без и с вспомогательными средствами.</li> </ul>			<p>перемещения. – 1-2 шт. Кресло-коляска инвалидная с подлокотниками. Подушки для позиционирования: большие 50x70 см по 4 шт. на кровать, маленькие 50x50 см по 2 шт. на кровать; прикроватный столик.</p>
2	<p>Приготовление к кормлению. Гигиена и опорожнение. Смена белья, подбор и надевание адсорбирующего белья.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Перемещение к изголовью кровати.</li> <li>• Подтягивание человека к изголовью кровати для кормления.</li> <li>• Позиционирование человека в постели для кормления на функциональной и нефункциональной кровати.</li> <li>• Демонстрация</li> </ul>	3	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. – 1-2 шт., кресло-коляска инвалидная с подлокотниками. Подушки для</p>

	<p>гигиенических процедур по уходу за лицом и телом, мытья головы.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Постановка судна.</li> <li>• Виды абсорбирующего белья, его подбор.</li> <li>• Смена подгузника.</li> <li>• Смена нательного белья.</li> <li>• Смена постельного белья.</li> </ul>		<p>позиционирования: большие 50x70 см по 4 шт. на кровать, маленькие 50x50 см по 2 шт. на кровать; прикроватный столик. Для демонстрации мытья: лосьон для тела/гель для душа, ванночка для мытья головы, сидение для душа, подставка для ванной, рукавицы для мытья немобильных, тапки, 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. Для демонстрации кормления: демонстрационное оборудование для маломобильных (поильники, ложки с утолщенной ручкой и т.д), йогурт и сок по 2 шт., печенье 1 пачка.</p>
--	--	--	---

## СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННЫХ МАТЕРИАЛОВ ПО ТЕМАМ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ИЗУЧЕНИЯ

№	Дополнительные материалы	Длительность видео	Форма	Ссылка
1	Л. Андрев «Основы ухода за тяжелобольным человеком»	1 ч 05 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=lMh9zlfUq-k">https://www.youtube.com/watch?v=lMh9zlfUq-k</a>
2	Л. Андрев «Уход за тяжелобольным: проблемы коммуникации»	48 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=DU_7XyUORWc">https://www.youtube.com/watch?v=DU_7XyUORWc</a>
3	Видеоинструкция Л. Андрев «Правила ухода за лежачим больным»	6 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=RAKusf_C04M">https://www.youtube.com/watch?v=RAKusf_C04M</a>
4	Про паллиатив: памятка «Организация безопасного пространства»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/pamyatka-organizatsiya-bezopasnogo-prostranstva">https://pro-palliativ.ru/library/pamyatka-organizatsiya-bezopasnogo-prostranstva</a>
5	Мастерская заботы: «Применение скользящих	10 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=JavBR1mKpA">https://www.youtube.com/watch?v=JavBR1mKpA</a>

	простыней в уходе за больным»			
6	Мастерская заботы: «Применение оборудования при уходе за больными»	14 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=S6_q03_i7gA">https://www.youtube.com/watch?v=S6_q03_i7gA</a>
7	Мастерская заботы: «Использование подгузников и альтернативных средств»	17 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=E9zhReTpGZc">https://www.youtube.com/watch?v=E9zhReTpGZc</a>
8	Л. Андрев «Риски падения. Профилактика падения»	48 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=w7J46mSR0x0&amp;t=1s">https://www.youtube.com/watch?v=w7J46mSR0x0&amp;t=1s</a>
9	Про паллиатив: памятка «Профилактика падений»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/profilaktika-padenij">https://pro-palliativ.ru/library/profilaktika-padenij</a>
10	Ясенская М.А. «Падения у пожилых. Риски падений. Профилактика падений».		Методическая литература	<a href="http://www.gerontology.su/files/pdf/279-pdf.pdf">http://www.gerontology.su/files/pdf/279-pdf.pdf</a>
11	Мастерская заботы: «Питание больных»	19 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=R0GNz1-dk9g">https://www.youtube.com/watch?v=R0GNz1-dk9g</a>
12	Про паллиатив: памятка «Кормление тяжелобольного человека»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/kormlenie-tyazhelobolnogo-cheloveka">https://pro-palliativ.ru/library/kormlenie-tyazhelobolnogo-cheloveka</a>
13	Видеоинструкция Л. Андрев «Положение «сидя в кровати» для приема пищи»	5 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=p64fxzdrb8E&amp;t=4s">https://www.youtube.com/watch?v=p64fxzdrb8E&amp;t=4s</a>
14	Мастерская заботы: «Одежда для лежачих пациентов»	9 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=0KxGPeMVxv8">https://www.youtube.com/watch?v=0KxGPeMVxv8</a>
15	Вебинар Л. Андрев «Гигиена маломобильного человека»	1 ч 2 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=KyowV_7Qg68">https://www.youtube.com/watch?v=KyowV_7Qg68</a>
16	Про паллиатив: памятка «Уход за телом»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-telom">https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-telom</a>
17	Про паллиатив: памятка «Уход за ушами, глазами, носом и полостью рта»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-ushami-glazami-i-nosom">https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-ushami-glazami-i-nosom</a>
18	Вебинар Л. Андрев «Постельный режим. Риски и осложнения. Часть 1: контрактуры, интертриго, обезвоживание»	45 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=9LiHtEOjdYY">https://www.youtube.com/watch?v=9LiHtEOjdYY</a>
19	Вебинар Л. Андрев «Постельный режим. Риски и осложнения. Часть 2: тромбозы, обстипация, кандидоз»	1 ч. 3 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ARIVkEKXq8">https://www.youtube.com/watch?v=ARIVkEKXq8</a>
20	Мастерская заботы: «Тромбозы у лежачих больных»	21 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=_gPsGbdffuo">https://www.youtube.com/watch?v=_gPsGbdffuo</a>
21	Мастерская заботы: «Профилактика застойных пневмоний у лежачих больных»	9 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=kB_Mn7Y8WKA">https://www.youtube.com/watch?v=kB_Mn7Y8WKA</a>
22	Мастерская заботы: «Контрактуры у лежачих больных»	13 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=fj-fvRj-m5Q">https://www.youtube.com/watch?v=fj-fvRj-m5Q</a>
23	Мастерская заботы «Профилактика пролежней»	11 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=dFFqS648xlw">https://www.youtube.com/watch?v=dFFqS648xlw</a>
24	Вебинар Л. Андрев «Профилактика возникновения пролежней»	45 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=SiUiMMDGIRU&amp;t=4s">https://www.youtube.com/watch?v=SiUiMMDGIRU&amp;t=4s</a>

2 5	Про паллиатив: памятка «Профилактика и лечение пролежней»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/profilaktika-i-lechenie-prolezhnej">https://pro-palliativ.ru/library/profilaktika-i-lechenie-prolezhnej</a>
2 6	Про паллиатив: памятка «Профилактика и лечение пролежней. Памятка специалистам»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/profilaktika-i-lechenie-prolezhnej-pamyatka-spetsialistam">https://pro-palliativ.ru/library/profilaktika-i-lechenie-prolezhnej-pamyatka-spetsialistam</a>
2 7	Видеоинструкция Л. Андрев «Перемещение больного в постели»	4 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=V15sQCKHv2Q">https://www.youtube.com/watch?v=V15sQCKHv2Q</a>
2 8	Видеоинструкция Л. Андрев «Положение больного на спине»	5 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=wEzwo-rh9kM">https://www.youtube.com/watch?v=wEzwo-rh9kM</a>
2 9	Видеоинструкция Л. Андрев «Положение больного на боку»	4 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=V15sQCKHv2Q">https://www.youtube.com/watch?v=V15sQCKHv2Q</a>
3 0	Видеоинструкция О.Н. Выговская «Поворот больного на бок»	5 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ZQSHWn5SE3k">https://www.youtube.com/watch?v=ZQSHWn5SE3k</a>
3 1	Видеоинструкция Л. Андрев «Положение «сидя в кровати»	8 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=xC3DIVPSPiA">https://www.youtube.com/watch?v=xC3DIVPSPiA</a>
3 2	Мастерская заботы: «Усаживание малоподвижного пациента»	13 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=nr2ThDSzHhI">https://www.youtube.com/watch?v=nr2ThDSzHhI</a>
3 3	Видеоинструкция Л. Андрев «Как пересадить больного с кровати на стул»	9 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=7iN4VAm35Kc&amp;t=1s">https://www.youtube.com/watch?v=7iN4VAm35Kc&amp;t=1s</a>
3 4	Памятка «Жизнь со стомой»		Методическая литература	<a href="https://www.astom.ru/sites/default/files/astom_doc/life_with_stoma_new.pdf">https://www.astom.ru/sites/default/files/astom_doc/life_with_stoma_new.pdf</a>

## ПРОГРАММА

### «Обучение уходу за больным с сахарным диабетом»

#### Разработчики:

- Ясенская М.А. – к.м.н., руководитель Центра обучения СДУ БФ «Старшие», доцент кафедры паллиативной помощи и долговременного ухода «Академии постдипломного образования ФГБУ «Федеральный научно-клинический центр специализированных видов медицинской помощи и медицинских технологий Федерального медико-биологического агентства России»
- Андрев Л. – преподаватель Центра обучения СДУ БФ «Старшие», ассистент кафедры управления сестринской деятельностью ФГАОУ ВО «Российский университет дружбы народов»
- Белелюбская К.Ф. – Руководитель отдела методологии долговременного ухода Проектного офиса БФ «Старшие»
- Баев Ю. В. – Эксперт направления методологии долговременного ухода Проектного офиса БФ «Старшие»
- Ушакова Ю.К. – Руководитель отдела социальных сервисов Проектного офиса БФ «Старшие»
- Горцева А.В. – Эксперт отдела социальных сервисов Проектного офиса БФ «Старшие»
- Манакова Е.А. – Специалист отдела социальных сервисов Проектного офиса БФ «Старшие»

## 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

### 1.3. Общие положения

Программа предназначена для обучения в Школе ухода родственников и лиц, осуществляющих неформальный уход. Полученные в школе знания и навыки позволят ухаживающим семьям, родственникам, близким знакомыми улучшить уход за людьми со стойкими ограничениями жизнедеятельности на дому, а также сохранить свое 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.

В основе данной программы лежат принципы:

- научности (включение в программу современных отечественных и зарубежных разработок в сфере предоставления услуг по уходу за лицами, нуждающимися в постороннем уходе);
- практической направленности (программа предусматривает проведение практических занятий, на которых слушатели получают возможность применить полученные знания).

#### **1.4. Цель реализации программы**

2. Сформировать дополнительные знания, умения и навыки у ухаживающих, которые позволят повысить качество ухода за подопечными на дому, 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 (далее – лица, нуждающиеся в постороннем уходе).

#### **Задачи:**

Дать необходимые знания, умения и навыки ухаживающим за людьми, нуждающимися в посторонней помощи.

## **2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **2.1. Учебно-тематический план**

#### **Категория слушателей**

Программа предназначена для родственников, семей или близких знакомых, осуществляющих уход за людьми, имеющими когнитивные нарушения, в том числе, маломобильными.

#### **Требования к образованию преподавателей:**

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

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

**Срок обучения:** 7 академических часов (без учёта возможной консультационной сессии 1 ак. час\*).

5 ак. часов – очное/дистанционное обучение (теория)

2 ак. часов – очное обучение (практика).

**Форма обучения:** очная/дистанционная.

Теоретическое обучение (обязательные темы) – 1 занятие на 3 ак. часа и 1 занятие – 2 ак. часа.

Теоретическое очное обучение может быть заменено на дистанционное при невозможности приезда обучающегося в школу или удалённости школы от места его проживания, при условии наличия оборудования с доступом в сеть интернет и звуковой аппаратуры (наушники, микрофон) у обеих сторон.

Тренинги практических навыков – 2 ак. часа. Очное практическое обучение – занятия по отработке практических навыков ухода, в том числе, с применением специальных технических средств реабилитации и подручных средств.

Обучение проводят преподаватели школы ухода, прошедшие дополнительное профильное обучение, в том числе, получившие сертификаты Центра обучения СДУ фонда «Старость в радость» и/или имеющие документы о прохождении дополнительного профильного профессионального образования.

**Организация обучения:**

- **Сбор заявок** на обучение. Осуществляется учреждением, на базе которого организована школа ухода, путем оповещения населения по максимально возможному количеству каналов распространения информации, включая районные СМИ, учреждения социальной защиты, медицинские и другие профильные учреждения.
- **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.

Группы слушателей могут быть **открытыми** и **закрытыми**.

В **открытой группе** состав участников может меняться в зависимости от темы занятий программы. Если слушателю необходима информация по конкретным процедурам или проблемам, связанным с уходом, то он может записаться и прослушать только ту часть программы, которая соответствует его запросу. Открытые группы более гибки и вариативны для слушателей, но их организация требует больше усилий от социальной службы.

В закрытых группах состав участников не расширяется с момента начала программы, будучи сформированным до начала цикла занятий.

\* Занятие «Консультационная сессия по вопросам участников» не является обязательным в программе и может быть организовано при наличии специфических запросов у ухаживающих в рамках тематики курса.

\*\* Практические темы «Экстренная помощь» и «Как правильно делать инъекции при сахарном диабете» может проводить только специалист с медицинским образованием.

Количество оборудования для практики зависит от количества участников. Для группы порядка 8 чел. достаточно по 1 комплекту оборудования, для группы до 14-16 чел. – по 2 комплекта оборудования для обучения. Для посещения практических занятий стоит рекомендовать слушателем комфортную свободную или спортивную одежду, брюки и обувь на низком каблуке с задником или кроссовки.

№ занятия п/п	Наименование раздела (модуля), темы	Всего (ак. часов).	В том числе	
			Теория (лекции, презентации) (ак. часов)	Практические занятия (ак. часов)
<b>Очное/дистанционное обучение: теория</b>				
1 занятие	2 типа сахарного диабета: гипер- и гипогликемия. Особенности каждого типа. Контроль показателей сахара в крови. Опасные состояния при сахарном диабете.	<b>1</b>	1	-
	Экстренная помощь при кризисах у больного сахарным диабетом.**	<b>1</b>	1	-
	Особенности общего состояния при сахарном диабете. Подход к питанию, диабетическая диета.	<b>1</b>	1	-

Занятие 2	Диабетическая стопа при сахарном диабете. Уход и профилактика осложнений.	2	2	-
	Консультационная сессия по вопросам участников*	(1)	(1)	-
<b>Очное обучение. Практика:</b>				
1 занятие	Снятие контрольных показателей сахара в крови.	1	-	1
	Как правильно делать инъекции при сахарном диабете.**	1	-	1
	<b>Итого</b>	<b>7 (8)</b>	<b>5 (6)</b>	<b>2</b>

## 2.2. УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА

### ЧАСТЬ I ОЧНАЯ (ДИСТАНЦИОННАЯ): ТЕОРИЯ

№ п/п	Тема	Кол-во ак. часов.	Формы проведения занятия
1	2 типа сахарного диабета: гипер- и гипогликемия. Особенности каждого типа. Контроль показателей сахара в крови. Опасные состояния при сахарном диабете.	1	Очная/ дистанционная
2	Экстренная помощь при кризисах у больного сахарным диабетом.** <ul style="list-style-type: none"> <li>• Экстренная помощь при гипогликемическом состоянии.</li> <li>• Экстренная помощь при гипергликемическом состоянии.</li> </ul>	1	Очная/ дистанционная
3	Особенности общего состояния при сахарном диабете. Подход к питанию, диабетическая диета. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Хроническое изменение работы внутренних органов при сахарном диабете: ноги, почки, зрение, сердечно-сосудистая система.</li> <li>• Поддержка физического состояния больного, профилактики.</li> <li>• Правильный подход к питанию при сахарном диабете. Режим питания.</li> <li>• Диета при сахарном диабете. Контроль количества углеводов.</li> </ul>	1	Очная/ дистанционная
4	Диабетическая стопа при сахарном диабете. Уход и профилактика осложнений.	2	Очная/ дистанционная

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Виды диабетической стопы. Стадии заболевания.</li> <li>• Причины появления. Профилактика. Правильный подбор обуви при диабете.</li> <li>• Первые признаки и симптомы диабетической стопы.</li> <li>• Уход за диабетической стопой. Предотвращение осложнений.</li> </ul>		
5	Консультационная сессия по запросам участников	1	Очная/ дистанционная

## ЧАСТЬ II ОЧНАЯ: ПРАКТИКА

№ п/п	Тема	Кол-во ак. часов	Формы проведения занятия	Вспомогательные и расходные материалы, оборудование
1	<p>Снятие контрольных показателей сахара в крови.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Глюкометр. Виды.</li> <li>• Как и когда правильно замерять показатели крови.</li> </ul>	1	теоретическое введение + практика	Глюкометр портативный домашний (разные виды при наличии), одноразовый глюкометр.
2	<p>Как правильно делать инъекции при сахарном диабете.**</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Инъекционные инструменты и материалы, их правильная подготовка к инъекции.</li> <li>• Процедура инъекции.</li> </ul>	1	теоретическое введение + практика	Специальные инсулиновые шприцы, градуировка которых позволяет соблюдать дозировку до 2 ЕД; шприц-ручка – «пенфил», для введения; инсулиновая помпа; ватный тампон или диск, спиртовой раствор-антисептик.

## ПРОГРАММА

### «Обучение уходу за тяжелобольными людьми»

#### Разработчики:

- Ясенская М.А. – к.м.н., руководитель Центра обучения СДУ БФ «Старшие», доцент кафедры паллиативной помощи и долговременного ухода «Академии постдипломного образования ФГБУ «Федеральный научно-клинический центр специализированных видов медицинской помощи и медицинских технологий Федерального медико-биологического агентства России»
- Андрев Л. – преподаватель Центра обучения СДУ БФ «Старшие», ассистент кафедры управления сестринской деятельностью ФГАОУ ВО «Российский университет дружбы народов»
- Белелюбская К.Ф. – Руководитель отдела методологии долговременного ухода Проектного офиса БФ «Старшие»
- Баев Ю. В. – Эксперт направления методологии долговременного ухода Проектного офиса БФ «Старшие»
- Ушакова Ю.К. – Руководитель отдела социальных сервисов Проектного офиса БФ «Старшие»
- Горцева А.В. – Эксперт отдела социальных сервисов Проектного офиса БФ «Старшие»
- Манакова Е.А. – Специалист отдела социальных сервисов Проектного офиса БФ «Старшие»

## 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

### 2.1. Общие положения

Программа предназначена для обучения в Школе ухода родственников и лиц, осуществляющих неформальный уход. Полученные в школе знания и навыки позволят ухаживающим семьям, родственникам, близким знакомыми

улучшить уход за людьми со стойкими ограничениями жизнедеятельности на дому, а также сохранить свое 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.

В основе данной программы лежат принципы:

- научности (включение в программу современных отечественных и зарубежных разработок в сфере предоставления услуг по уходу за лицами, нуждающимися в постороннем уходе);
- практической направленности (программа предусматривает проведение практических занятий, на которых слушатели получают возможность применить полученные знания).

## **2.2. Цель реализации программы**

Сформировать дополнительные знания, умения и навыки у ухаживающих, которые позволят повысить качество ухода за подопечными на дому, 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 (далее – лица, нуждающиеся в постороннем уходе).

### **Задачи:**

Дать необходимые знания, умения и навыки ухаживающим за людьми, нуждающимися в посторонней помощи.

## **2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **2.1. Учебно-тематический план**

#### **Категория слушателей**

Программа предназначена для родственников, семей или близких знакомых, осуществляющих уход за людьми, имеющими когнитивные нарушения, в том числе, маломобильными.

#### **Требования к образованию преподавателей:**

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

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

**Срок обучения:** 24 академических часа (без учёта возможной консультационной сессии 2 ак. часа\* и сессии «Уход за стомированными пациентами. Подбор стом»\*\*).

16 ак. часов – очное/дистанционное обучение (теория)

8 ак. часов – очное обучение (практика)

**Форма обучения:** очная/дистанционная.

Теоретическое обучение (обязательные темы) – 3 занятия по 4 ак. часа и 2 занятие по 2 ак. часа.

Теоретическое очное обучение может быть заменено на дистанционное при невозможности приезда обучающегося в школу или удалённости школы от места его проживания, при условии наличия оборудования с доступом в сеть интернет и звуковой аппаратуры (наушники, микрофон) у обеих сторон.

Тренинги практических навыков – 8 ак. часов. Очное практическое обучение – занятия по отработке практических навыков ухода, в том числе, с применением специальных технических средств реабилитации и подручных средств.

Обучение проводят преподаватели школы ухода, прошедшие дополнительное профильное обучение, в том числе, получившие сертификаты Центра обучения СДУ фонда «Старость в радость» и/или имеющие документы о прохождении дополнительного профильного профессионального образования.

Самостоятельное обучение – список рекомендованной литературы и видеоматериалов по темам для закрепления, не входит в учебные часы программы.

**Организация обучения:**

- **Сбор заявок** на обучение. Осуществляется учреждением, на базе которого организована школа ухода, путем оповещения населения по максимально возможному количеству каналов распространения информации, включая районные СМИ, учреждения социальной защиты, медицинские и другие профильные учреждения.
- **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.



Группы слушателей могут быть **открытыми** и **закрытыми**.

В **открытой группе** состав участников может меняться в зависимости от темы занятий программы. Если слушателю необходима информация по конкретным процедурам или проблемам, связанным с уходом, то он может записаться и прослушать только ту часть программы, которая соответствует его запросу. Открытые группы более гибки и вариативны для слушателей, но их организация требует больше усилий от социальной службы.

В **закрытых группах** состав участников не расширяется с момента начала программы, будучи сформированным до начала цикла занятий.

**Самостоятельное обучение** проводится в период преподавания теоретической части с помощью ссылок на видео- и печатные материалы.

\* Занятие **«Консультационная сессия по вопросам участников»** не является обязательным в программе и может быть организовано при наличии специфических запросов у ухаживающих в рамках тематики курса.

\*\* Занятие **«Уход за стомированными пациентами. Подбор стом»** имеет смысл проводить только при наличии запроса от ухаживающих за стомированными гражданами, преподавать в этой тематике может только специалист с медицинским образованием.

Количество оборудования для практики зависит от количества участников. Для группы порядка 8 чел. достаточно по 1 комплекту оборудования, для группы до 14-16 чел. – по 2 комплекта оборудования для обучения. Для посещения практических занятий стоит рекомендовать слушателем комфортную свободную или спортивную одежду, брюки и обувь на низком каблуке с задником или кроссовки.

№ занятия п/п	Наименование раздела (модуля), темы	Всего (ак. часов).	В том числе	
			Теория (лекции, презентации) (ак. часов)	Практические занятия (ак. часов)
<b>Очное/дистанционное обучение: теория</b>				
1 занятие	Основные принципы ухода за тяжелобольным человеком. Паллиативный уход.	<b>1</b>	1	-

	Особенности коммуникации с человеком, имеющим тяжёлые ограничения жизнедеятельности.	1	1	-
	Психологические проблемы, возникающие при длительном уходе. Эмоциональное выгорание ухаживающего.	2	2	-
2 занятие	Организация пространства для тяжелобольного. Использование технических средств реабилитации при уходе. Поддержание самостоятельности.	2	2	-
	Организация питания и кормление тяжелобольного.	2	2	-
3 занятие	Осложнения и профилактики у маломобильных граждан. Ведение документации.	4	4	-
4 занятие	Гигиена и опорожнение у маломобильных людей.	2	2	-
	Уход за стомированными пациентами. Подбор стом**.	(2)	(2)	-
5 занятие	Юридическо-правовые вопросы. Инвалидность. Опекунство.	2	2	
	Консультационная сессия по вопросам участников*	(2)	(2)	-
<b>Очное обучение. Практика:</b>				
1 занятие	Перемещение маломобильного в пределах кровати. Позиционирование в кровати.	2	-	2
	Перемещение за пределы кровати. Безопасное перемещение в помещении. Сопровождение при	2	-	2

	передвижении вне дома. Помощь при падении.			
2 занятие	Кормление маломобильных. Перемещение при кормлении.	2	-	2
	Гигиена и опорожнение. Смена белья, подбор и надевание адсорбирующего белья.	2	-	2
	<b>Итого</b>	<b>24 (28)</b>	<b>16 (20)</b>	<b>8</b>

## 2.2. УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА

### ЧАСТЬ I ОЧНАЯ (ДИСТАНЦИОННАЯ): ТЕОРИЯ

№ п/п	Тема	Кол-во ак. часов.	Формы проведения занятия
1	<p>Основные принципы ухода за тяжелобольным человеком. Паллиативный уход.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Искусство ухода.</li> <li>Иерархия потребностей (по А. Маслоу).</li> <li>Принципы ухода (по М. Кровинкель).</li> <li>Система ухода.</li> <li>Паллиатив: помощь = уход.</li> </ul>	1	Очная/ дистанционная
2	<p>Особенности коммуникации с человеком, имеющим тяжёлые ограничения жизнедеятельности.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Общаться = ухаживать.</li> <li>Соблюдение достоинства подопечного и ухаживающего.</li> <li>Проблемы коммуникации. Риски недооценки коммуникативных проблем.</li> <li>Зоны близости в общении.</li> <li>Позитивная коммуникация.</li> <li>Расстройства речи и невербальное общение.</li> </ul>	1	Очная/ дистанционная
3	<p>Психологические проблемы, возникающие при длительном уходе. Эмоциональное выгорание ухаживающего.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Эмоциональное выгорание ухаживающего: риски, профилактика, симптомы.</li> <li>Особенности различных состояний подопечного. Депрессия. Принятие состояния больным.</li> </ul>	2	Очная/ дистанционная
4	<p>Организация пространства для тяжелобольного. Использование технических средств</p>	2	Очная/ дистанционная

	<p>реабилитации при уходе. Поддержание самостоятельности.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Активизация человека и поддержание его самостоятельности.</li> <li>• Безопасность и правильная организация жилого пространства вокруг тяжелобольного. Профилактика падений.</li> <li>• Основное и вспомогательное оборудование и его размещение. Противопрележневый матрас и его использование.</li> <li>• Правильная организация душевой (ванной) дома (слив в полу, поручни, безопасность в ванной). Оборудование для мытья в ванной.</li> <li>• Использование специальных средств для ухода и гигиенических принадлежностей при уходе за маломобильными. Принципы их подбора и правила использования.</li> </ul>		
5	<p>Организация питания и кормление тяжелобольного.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подходы к организации питания маломобильных, немобильных людей дома.</li> <li>• Аппетит. Недоедание: причины, симптомы и последствия.</li> <li>• Основные требования к пище для лежачего больного.</li> <li>• Подготовка к кормлению. Процесс кормления. Прием пищи в кровати.</li> <li>• Оборудование и приспособления для кормления ослабленных пациентов и пациентов с физическими ограничениями. Приспособления для приема пищи.</li> <li>• Риски при кормлении. Правила кормления человека с риском аспирации.</li> </ul>	2	Очная/ дистанционная
6	<p>Осложнения и профилактики у маломобильных граждан. Ведение документации.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Систематизация домашнего ухода. Важность ведения документации.</li> <li>• Ведение документации, или что записывают ухаживающие.</li> <li>• Физиологические показатели, нуждающиеся в контроле.</li> <li>• Пролезни: профилактика, факторы образования пролежней. Шкала Нортон.</li> <li>• Использование противопрележневого матраса, средств для профилактики возникновения пролежней.</li> <li>• Лечение пролежней. Стадии образования и заживления.</li> <li>• Профилактика пневмонии.</li> </ul>	4	Очная/ дистанционная

	<ul style="list-style-type: none"> <li>Профилактика тромбозов.</li> <li>Профилактика контрактур.</li> <li>Профилактика обстипации.</li> <li>Профилактика интертриго.</li> <li>Предотвращение обезвоживания.</li> <li>Профилактика аспирации.</li> </ul>		
7	<p>Гигиена и опорожнение у маломобильных людей.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Мытье – основные принципы.</li> <li>Мытье в ванной.</li> <li>Мытье головы в кровати.</li> <li>Уход за лицом, полостью рта, зубными протезами, ушной раковиной.</li> <li>Бритье человека с ограниченной подвижностью.</li> <li>Маникюр.</li> <li>Педикюр.</li> <li>Опорожнение. Интимная гигиена. Правила безопасности и соблюдение достоинства.</li> <li>Смена постельного белья.</li> <li>Смена нательного белья.</li> <li>Адаптированная одежда. Переодевание лежащего человека.</li> </ul>	2	Очная/ дистанционная
8	<p>Уход за стомированными пациентами. Подбор стом**.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Виды стом: колостома, илеостома, уростома, нефростома, цистостома, еюностома, трахеостома. Уход за разными видами стом.</li> <li>Калоприемник. Виды калоприемников. Смена калоприемника.</li> <li>Мочевой катетер. Уход за катетером. Освобождение мочевого дренажного мешка.</li> <li>Средства ухода за кожей и аксессуары.</li> <li>Кормление через зонд. Питание при стомах. Гастростома: чем кормить; уход за гастростомой.</li> </ul>	2	Очная/ дистанционная
9	<p>Юридическо-правовые вопросы. Инвалидность. Опекунство.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Оформление инвалидности.</li> <li>Правовой статус инвалида и положенные льготы.</li> <li>Дееспособность и недееспособность. Опекунство.</li> </ul>	2	Очная/ дистанционная
10	Консультационная сессия по запросам участников	2	Очная/ дистанционная

## ЧАСТЬ II ОЧНАЯ: ПРАКТИКА

№ п/п	Тема	Кол-во ак. часов	Формы проведения занятия	Вспомогательные и расходные материалы, оборудование
-------	------	------------------	--------------------------	---

1	<p>Перемещение маломобильного в пределах кровати. Позиционирование в кровати.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Золотые» правила перемещения.</li> <li>• Возможности функциональной кровати.</li> <li>• Перемещение человека в пределах кровати с и без вспомогательного оборудования.</li> <li>• Позиционирование пациента в постели: 30 градусов на боку, 135 градусов на боку.</li> <li>• «Микроизменения» положения тела человека в постели.</li> <li>• Пересадить на край стула/кроватьи.</li> <li>• Повернуть человека на бок.</li> <li>• Посадить на край кровати.</li> <li>• Перемещение с края на край кровати (по горизонтали).</li> <li>• Перемещение к изголовью кровати.</li> </ul>	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. – 1-2 шт.</p> <p>Подушки для позиционирования: большие 50х70 см по 4 шт. на кровать, маленькие 50х50 см по 2 шт. на кровать; прикроватный столик.</p>
2	<p>Перемещение за пределы кровати. Безопасное перемещение в помещении. Сопровождение при передвижении вне дома. Помощь при падении.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Пересадить из кровати на стул/в коляску.</li> <li>• Профилактика падения. Поднятие с пола разными способами.</li> <li>• Безопасность при выходе подопечного на улицу. Сопровождение маломобильного при передвижении без и с вспомогательными средствами.</li> </ul>	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. – 1-2 шт., кресло-коляска инвалидная с подлокотниками. Ходунки / роллаторы, трость 4-х палая.</p> <p>Подушки для позиционирования: большие 50х70 см по 4 шт. на кровать,</p>

				<p>маленькие 50х50 см по 2 шт. на кровать; прикроватный столик.</p>
3	<p>Кормление маломобильных. Перемещение при кормлении.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подтягивание человека к изголовью кровати для кормления.</li> <li>• Позиционирование человека в постели для кормления на функциональной и нефункциональной кровати.</li> <li>• Кормление друг друга.</li> <li>• Неотложная помощь при аспирации.</li> </ul>	2	<p>теоретическое введение + практика</p>	<p>Функциональная кровать или высокая кровать с жестким основанием, с матрасом, бельем, подушкой, одеялом – 1-2 шт., стул с прямой спинкой – 1-2 шт., пояс для перемещения, комплект из 2-х скользящих простыней, доска для перемещения – 1-2 шт., для демонстрации крем с цинком. Подушки для позиционирования: большие 50х70 см по 4 шт. на кровать, маленькие 50х50 см по 2 шт. на кровать; прикроватный столик, платки для завязывания глаз, демонстрационное оборудование для маломобильных (поильники, ложки с утолщенной ручкой и т.д), йогурт и сок по 2 шт., печенье 1 пачка.</p>
4	<p>Гигиена и опорожнение. Смена белья, подбор и надевание адсорбирующего белья.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Демонстрация гигиенических процедур по уходу за лицом и телом, мытья головы.</li> <li>• Постановка судна.</li> <li>• Виды абсорбирующего белья, его подбор.</li> <li>• Смена подгузника.</li> <li>• Смена нательного белья.</li> <li>• Смена постельного белья.</li> </ul>	2	<p>теоретическое введение + практика</p>	<p>Функциональная кровать или высокая кровать с жестким основанием, с матрасом, бельем, подушкой, одеялом – 1-2 шт., стул с прямой спинкой – 1-2 шт., пояс для перемещения, комплект из 2-х скользящих простыней, доска для перемещения – 1-2 шт., кресло-коляска с поднимающимися подлокотниками – 1-2 шт. Для демонстрации мытья лосьон для тела/гель для душа, ванночка для мытья головы, сидение для душа, подставка для ванной, рукавицы для мытья немобильных, тапки, перчатки одноразовые,</p>

				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.
--	--	--	--	--

## СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННЫХ МАТЕРИАЛОВ ПО ТЕМАМ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ИЗУЧЕНИЯ

№	Дополнительные материалы	Длительность видео	Форма	Ссылка
1	Л. Андрев «Основы ухода за тяжелобольным человеком»	1 ч 05 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=IMh9zlfUq-k">https://www.youtube.com/watch?v=IMh9zlfUq-k</a>
2	Л. Андрев «Уход за тяжелобольным: проблемы коммуникации»	48 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=DU_7XyUORWc">https://www.youtube.com/watch?v=DU_7XyUORWc</a>
3	Видеоинструкция Л. Андрев «Правила ухода за лежачим больным»	6 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=RAKusf_C04M">https://www.youtube.com/watch?v=RAKusf_C04M</a>
4	Ольга Шавеко, Youtube-канал «Про паллиатив», «Эмоциональное выгорание родственников тяжелобольного».	58 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=INJb9Y_2lhQ">https://www.youtube.com/watch?v=INJb9Y_2lhQ</a>
5	Ольга Шавеко, Youtube-канал «Про паллиатив», «Семья и болезнь»	1 ч 05 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=dsp3twPGzlw">https://www.youtube.com/watch?v=dsp3twPGzlw</a>
6	Наталия Горожанина, Youtube-канал «Про паллиатив», «Пять стадий переживания болезни»	1 ч	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=OD0rUlmLxac">https://www.youtube.com/watch?v=OD0rUlmLxac</a>
7	Психолог Ольга Шавеко о синдроме эмоционального выгорания у ухаживающих за тяжелобольным близким «Я должен, я справлюсь, я смогу».		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/blog/ya-dolzhen-ya-spravlyus-ya-smogu/">https://pro-palliativ.ru/blog/ya-dolzhen-ya-spravlyus-ya-smogu/</a>
8	Про паллиатив: памятка «Организация безопасного пространства»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/pamyatka-organizatsiya-bezopasnogo-prostranstva">https://pro-palliativ.ru/library/pamyatka-organizatsiya-bezopasnogo-prostranstva</a>
9	Мастерская заботы: «Применение скользящих простыней в уходе за больным»	10 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=IJavBRImKpA">https://www.youtube.com/watch?v=IJavBRImKpA</a>



10	Мастерская заботы: «Применение оборудования при уходе за больными»	14 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=S6_q03_i7gA">https://www.youtube.com/watch?v=S6_q03_i7gA</a>
11	Мастерская заботы: «Использование подгузников и альтернативных средств»	17 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=E9zhReTpGZc">https://www.youtube.com/watch?v=E9zhReTpGZc</a>
12	Л. Андрев «Риски падения. Профилактика падения»	48 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=w7J46mSR0x0&amp;t=1s">https://www.youtube.com/watch?v=w7J46mSR0x0&amp;t=1s</a>
13	Про паллиатив: памятка «Профилактика падений»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/profilaktika-padenij">https://pro-palliativ.ru/library/profilaktika-padenij</a>
14	Ясенская М.А. «Падения у пожилых. Риски падений. Профилактика падений».		Методическая литература	<a href="http://www.gerontology.su/files/pdf/279-pdf.pdf">http://www.gerontology.su/files/pdf/279-pdf.pdf</a>
15	Видеоинструкция Л. Андрев «Как поднять человека с пола»	8 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=j2FE4QbAldQ&amp;t=1s">https://www.youtube.com/watch?v=j2FE4QbAldQ&amp;t=1s</a>
16	Мастерская заботы: «Питание больных»	19 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=R0GNz1-dk9g">https://www.youtube.com/watch?v=R0GNz1-dk9g</a>
17	Про паллиатив: памятка «Кормление тяжелобольного человека»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/kormlenie-tyazhelobolnogo-cheloveka">https://pro-palliativ.ru/library/kormlenie-tyazhelobolnogo-cheloveka</a>
18	Видеоинструкция Л. Андрев «Положение «сидя в кровати» для приема пищи»	5 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=p64fxzdrb8E&amp;t=4s">https://www.youtube.com/watch?v=p64fxzdrb8E&amp;t=4s</a>
19	Мастерская заботы: «Одежда для лежачих пациентов»	9 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=0KxGPeMVxv8">https://www.youtube.com/watch?v=0KxGPeMVxv8</a>
20	Видеоинструкция Л. Андрев «Смена нательного белья»	11 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=GaU6WqnVUzk">https://www.youtube.com/watch?v=GaU6WqnVUzk</a>
21	Видеоинструкция Л. Андрев «Смена постельного белья»	5 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=J6cry13qA3o&amp;t=5s">https://www.youtube.com/watch?v=J6cry13qA3o&amp;t=5s</a>
22	Мастерская заботы: «Перестилание постели лежачего больного»	10 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=w4rugVmDujg">https://www.youtube.com/watch?v=w4rugVmDujg</a>
23	Вебинар Л. Андрев «Гигиена маломобильного человека»	1 ч 2 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=KyowV_7Qg68">https://www.youtube.com/watch?v=KyowV_7Qg68</a>
24	Про паллиатив: памятка «Уход за телом»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-telom">https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-telom</a>
25	Мастерская заботы: «Личная гигиена тяжелобольного»	39 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=z5_ruE1wL5s">https://www.youtube.com/watch?v=z5_ruE1wL5s</a>
26	Про паллиатив: памятка «Интимная гигиена»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/pamyatka-intimnaya-gigiena">https://pro-palliativ.ru/library/pamyatka-intimnaya-gigiena</a>
27	Видеоинструкция О.Н. Выговской «Гигиена головы»	9 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=VAORNi-YE5s">https://www.youtube.com/watch?v=VAORNi-YE5s</a>
28	Видеоинструкция О.Н. Выговской «Гигиена полости рта»	6 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=qh4tU0IfC9s">https://www.youtube.com/watch?v=qh4tU0IfC9s</a>

2 9	Про паллиатив: памятка «Уход за ногтями»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-nogtyami">https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-nogtyami</a>
3 0	Про паллиатив: памятка «Уход за волосами»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-voლოსami">https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-voლოსami</a>
3 1	Про паллиатив: памятка «Уход за ушами, глазами, носом и полостью рта»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-ushami-glazami-i-nosom">https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-ushami-glazami-i-nosom</a>
3 2	Вебинар Л. Андрев «Постельный режим. Риски и осложнения. Часть 1: контрактуры, интертриго, обезвоживание»	45 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=9LiHtEOjdYY">https://www.youtube.com/watch?v=9LiHtEOjdYY</a>
3 3	Вебинар Л. Андрев «Постельный режим. Риски и осложнения. Часть 2: тромбозы, обстипация, кандидоз»	1 ч. 3 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ARIIVkEKXq8">https://www.youtube.com/watch?v=ARIIVkEKXq8</a>
3 4	Мастерская заботы: «Тромбозы у лежачих больных»	21 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=gPsGbdffuo">https://www.youtube.com/watch?v=gPsGbdffuo</a>
3 5	Мастерская заботы: «Профилактика застойных пневмоний у лежачих больных»	9 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=kB_Mn7Y8WKA">https://www.youtube.com/watch?v=kB_Mn7Y8WKA</a>
3 6	Мастерская заботы: «Контрактуры у лежачих больных»	13 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=fj-fvRj-m5Q">https://www.youtube.com/watch?v=fj-fvRj-m5Q</a>
3 7	Мастерская заботы «Профилактика пролежней»	11 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=dFFqS648xlw">https://www.youtube.com/watch?v=dFFqS648xlw</a>
3 8	Вебинар Л. Андрев «Профилактика возникновения пролежней»	45 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=SiUiMMDGIRU&amp;t=4s">https://www.youtube.com/watch?v=SiUiMMDGIRU&amp;t=4s</a>
3 9	Про паллиатив: памятка «Профилактика и лечение пролежней»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/profilaktika-i-lechenie-prolezhnej">https://pro-palliativ.ru/library/profilaktika-i-lechenie-prolezhnej</a>
4 0	Про паллиатив: памятка «Профилактика и лечение пролежней. Памятка специалистам»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/profilaktika-i-lechenie-prolezhnej-pamyatka-spetsialistam">https://pro-palliativ.ru/library/profilaktika-i-lechenie-prolezhnej-pamyatka-spetsialistam</a>
4 1	Видеоинструкция Л. Андрев «Перемещение больного в постели»	4 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=V15sQCKHv2Q">https://www.youtube.com/watch?v=V15sQCKHv2Q</a>
4 2	Видеоинструкция Л. Андрев «Положение больного на спине»	5 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=wEzwo-rh9kM">https://www.youtube.com/watch?v=wEzwo-rh9kM</a>
4 3	Видеоинструкция Л. Андрев «Положение больного на боку»	4 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=V15sQCKHv2Q">https://www.youtube.com/watch?v=V15sQCKHv2Q</a>

4 4	Видеоинструкция О.Н. Выговская «Поворот больного на бок»	5 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ZQSHWn5SE3k">https://www.youtube.com/watch?v=ZQSHWn5SE3k</a>
4 5	Видеоинструкция Л. Андрев «Положение «сидя в кровати»	8 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=xC3DIVPSPiA">https://www.youtube.com/watch?v=xC3DIVPSPiA</a>
4 6	Мастерская заботы: «Усаживание малоподвижного пациента»	13 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=nr2ThDSzHhI">https://www.youtube.com/watch?v=nr2ThDSzHhI</a>
4 7	Видеоинструкция Л. Андрев «Как пересадить больного с кровати на стул»	9 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=7iN4VAm35Kc&amp;t=1s">https://www.youtube.com/watch?v=7iN4VAm35Kc&amp;t=1s</a>
4 8	Запись конференции «Роль медсестры в паллиативной помощи 2016 г. «О.Н. Выговская. Качество жизни с колостомой» -	35 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=-L0tpMz7IIA">https://www.youtube.com/watch?v=-L0tpMz7IIA</a>
4 9	Как клеить калоприёмники. Уход за колостомой. Рекомендации производителя калоприёмников	21 мин	Обучающее видео	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=YjdR9nF6yHg">https://www.youtube.com/watch?v=YjdR9nF6yHg</a>
5 0	АСТОМ.ру, памятка «Жизнь со стомой»		Методическая литература	<a href="https://www.astom.ru/sites/default/files/astom_doc/life_with_stoma_new.pdf">https://www.astom.ru/sites/default/files/astom_doc/life_with_stoma_new.pdf</a>
5 1	Про паллиатив: памятка «Уход за трахеостомой»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-traheostomoi">https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-traheostomoi</a>
5 2	Про паллиатив: памятка «Уход за мочевым катетером»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-mochevym-kateterom">https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-mochevym-kateterom</a>
5 3	Про паллиатив: памятка «Уход за гастростомой»		Методическая литература	<a href="https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-gastrostomoi">https://pro-palliativ.ru/library/uhod-za-gastrostomoi</a>