

КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ  
«ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ»

РАССМОТРЕНО НА ЗАСЕДАНИИ  
МЕТОДИЧЕСКОГО СОВЕТА  
ПРОТОКОЛ № 2  
ОТ «17» августа 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
ДИРЕКТОР КГБУ «ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОГО  
ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ»  
Н.В. ЛУХТИНА  
« 17 » 08 2021 г.



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

КРАСНОЯРСК, 2021

## Аннотация программы

Название программы	Программа обучения родственников и (или) лиц, осуществляющих уход за гражданами, утратившими способность к самообслуживанию, приемам и навыкам ухода
Цель программы	Повышение качества родственного ухода за счет полученных знаний, навыков ухода и использования технических средств реабилитации
Задачи программы	<ul style="list-style-type: none"><li>– обучение родственников и (или) лиц, осуществляющих уход теоретическим и практическим навыкам и приемам ухода; профилактике осложнений заболеваний, правилам пользования техническими средствами реабилитации;</li><li>– обучение правилам коммуникации с пожилыми людьми и инвалидами с различными заболеваниями, а также с их социальным окружением;</li><li>– формирование ответственного отношения к собственному здоровью и соблюдению техники безопасности при выполнении манипуляций ухода;</li><li>– ознакомление с методами и приемами психологической адаптации и сохранения психического здоровья</li></ul>
Категория слушателей	<ul style="list-style-type: none"><li>– родственники граждан, утративших способность к самообслуживанию;</li><li>– лица, осуществляющие уход на дому за гражданами, утратившими способность к самообслуживанию</li></ul>
Объем программы	16 академических часов
Форма обучения	Очная
Кем реализуется программа	Обучение родственников и (или) лиц, осуществляющих уход, проводится краевым государственным бюджетным учреждением социального обслуживания «Центр социального обслуживания населения» г. Красноярск

## **I. Общая характеристика программы**

### **1.1. Актуальность программы**

По данным среднего варианта прогноза Федеральной службы государственной статистики, доля граждан старше 65 лет в Российской Федерации до 2030 года увеличится на 60%, каждый пятый житель страны достигнет старческого возраста.

В настоящее время сохраняется тенденция увеличения доли пожилых людей и инвалидов в структуре населения, страдающих хроническими заболеваниями. Соответственно, спрос на социальные и медицинские услуги среди данной категории лиц будет ежегодно возрастать.

В Красноярском крае в 2021 году протипизировано 28 590 человек, из них определен третий уровень нуждаемости в постороннем уходе у 1604 человек (5,61%), соответственно данной категории граждан требуется ежедневный уход, так как они полностью зависимы от посторонней помощи.

Проблема правильного ухода за гражданами, частично или полностью утратившими способность к самообслуживанию, в домашних условиях имеет все возрастающую актуальность.

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

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

Комплекс лекционных и практических занятий, реализуемых в рамках программы, способствует обучению родственников и (или) лиц, осуществляющих уход на дому, правилам и способам ухода за ними, а это способствует повышению качества семейного ухода за гражданами с дефицитом самообслуживания, улучшению их самочувствия, восстановлению и поддержанию их способностей к бытовой деятельности и адаптации граждан пожилого возраста и инвалидов в социуме.

## **1.2. Цель и задачи программы**

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

Задачи:

– обучение родственников и (или) лиц, осуществляющих уход теоретическим и практическим навыкам и приемам ухода; профилактике осложнений заболеваний, правилам пользования техническими средствами реабилитации;

– обучение правилам коммуникации с пожилыми людьми и инвалидами с различными заболеваниями, а также с их социальным окружением;

– формирование ответственного отношения к собственному здоровью и соблюдению техники безопасности при выполнении манипуляций ухода;

– ознакомление с методами и приемами психологической адаптации и сохранения психического здоровья.

### **1.3. Структура программы**

Программа обучения родственников и (или) лиц, осуществляющих уход представлена отдельными модулями, тематика которых содержит теоретическую и практическую части. В процессе освоения программы рекомендуется ориентироваться на состав группы, опираясь на ее опыт и уровень подготовленности. Темы занятий могут корректироваться в зависимости от запроса обучающихся. Форма обучения по программе – очная с использованием телекоммуникационных технологий.

### **1.4. Категория обучающихся по программе**

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

– родственники граждан, утративших способность к самообслуживанию;

– лица, осуществляющие уход на дому за гражданами, утратившими способность к самообслуживанию.

### **1.5. Срок освоения программы**

Обучение родственников и (или) лиц, осуществляющих уход, осуществляется в соответствии с учебно-тематическим планом (далее – план).

### *Тема 2.3. Гигиенические процедуры*

Гигиена и средства малой реабилитации содействия гигиене. Утренний (вечерний) туалет при различных видах и типах ограниченной мобильности. Уход за полостью рта, за зубными протезами, за ушами, за глазами, за полостью носа. Уход за волосами, бритье. Уход за кожей лица. Уход за гениталиями. Гигиена рук. Мытье головы, конечностей, мытье в постели обездвиженного подопечного, мытье частично мобильного подопечного (в постели, в ванне, в душе). Смена постельного белья при различных видах и типах ограниченной мобильности (продольный и поперечный способ). Смена нательного белья и переодевание при различных видах и типах ограниченной мобильности. Обзор современных и эффективных средств гигиенического ухода.

### *Тема 2.4. Нарушения процессов опорожнения*

Физиологические отправления. Абсорбирующее белье. Использование абсорбирующих прокладок, подгузников, правильность применения. Уход за мочевым катетером и колостомой.

### *Тема 2.5. Правила и принципы перемещения.*

Различные виды перемещений: транспортировка на кресле-каталке; передвижение с ходунками; транспортировка с помощью подъемника. Техники помощи при перемещении и сопровождении: передвижение с поддержкой сзади (за плечи, за талию); передвижение с двусторонней помощью. Использование вспомогательного оборудования для перемещения. Профилактика падений. Личная безопасность при перемещении подопечных.

### *Тема 2.6. Осложнения, риски и профилактики заболеваний маломобильных и немобильных граждан*

Проблемы и риски осложнений у маломобильных граждан.

План устанавливает перечень тем с указанием их трудоемкости.  
Общая трудоемкость программы составляет 16 академических часов.

## II. Содержание программы

### 2.1. Учебно-тематический план программы

№ п/п	Наименование модулей и тем	Всего час.	в т.ч.	
			Лекции	Практические занятия
1.	<b>Модуль 1. Понятие ухода и его значимость</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>-</b>
1.1	Общее понятие процесса ухода. Основные цели, задачи и принципы ухода	0,5	0,5	-
1.2	Организация пространства в доме	0,5	0,5	-
2.	<b>Модуль 2. Обеспечение физиологических потребностей. Профилактика осложнений</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
2.1	Измерение и запись жизненных показателей	1	0,5	0,5
2.2	Организация питания и питьевого режима	1	0,5	0,5
2.3	Гигиенические процедуры	3	0,5	2,5
2.4	Нарушения процессов опорожнения	1	0,5	0,5
2.5	Правила и принципы перемещения	1	0,5	0,5
2.6	Осложнения, риски и профилактики заболеваний маломобильных и немобильных граждан	2	1,5	0,5
3.	<b>Модуль 3. Технические средства реабилитации (ТСР) для граждан, утративших способность к самообслуживанию и (или) передвижению</b>	<b>2</b>	<b>0,5</b>	<b>1,5</b>
3.1	Понятие, предназначение и виды ТСР	2	0,5	1,5
4.	<b>Особенности взаимодействия с гражданами пожилого возраста и инвалидами</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
4.1	Этика общения с больными людьми	1	1	-

4.2	Профилактика эмоционального выгорания родственников и (или) лиц, осуществляющих уход	3	1	2
	<b>Итого</b>	<b>16</b>	<b>7,5</b>	<b>8,5</b>

## 2.2. Содержание модулей программы

### Модуль 1. Понятие ухода и его значимость

*Тема 1.1. Общее понятие процесса ухода. Основные цели, задачи и принципы ухода.*

Общее понятие процесса ухода. Принципы организации и составные компоненты процесса ухода.

*Тема 1.2. Организация пространства в доме.*

Особенности помещения, основное и вспомогательное оборудование и его размещение. Создание безопасной физической среды дома.

### Модуль 2. Обеспечение физиологических потребностей.

#### Профилактика осложнений

*Тема 2.1. Измерение и запись жизненных показателей*

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

*Тема 2.2. Организация питания и питьевого режима*

Организация питания. Процесс кормления подопечного. Средства малой реабилитации при кормлении. Особенности приема пищи при нарушенном глотании. Особенности приема пищи при различных видах и типах ограниченной мобильности. Кормление лежачего подопечного. Кормление частично мобильного подопечного. Питьевой режим.



Пролежни: определение, факторы возникновения; части тела, наиболее подверженные образованию пролежней; механизм образования пролежней; стадии пролежней; фазы заживления раны; профилактика пролежней.

Застойная пневмония у немобильных: определение, причины возникновения, провоцирующие факторы, симптомы и профилактика.

Тромбоз: определение, причины образования и факторы риска развития, последствия, симптомы и профилактика.

Контрактура: определение, причина, факторы риска и механизм развития контрактур, профилактика, ортезы, уход при контрактурах.

Дегидратация (обезвоживание, эксикоз): определение, степени обезвоживания, симптомы, причины, тест для определения обезвоживания, питьевой режим, профилактика и контроль.

Аспирация: определение аспирации и дисфагии; профилактика аспирации во время кормления.

Интертриго (воспаление кожной складки, опрелость): определение, причины, симптомы, локализация, последствия заболевания, симптомы, профилактика.

Инфекции мочевыводящих путей: причины возникновения инфекции мочевыводящих путей, группы риска, симптомы, профилактика.

### **Модуль 3. Технические средства реабилитации (ТСР) для граждан пожилого возраста и инвалидов, утративших способность к самообслуживанию и (или) передвижению.**

#### *Тема 3.1. Понятие, предназначение и виды ТСР*

Понятие, предназначение и виды ТСР. Основные правила подбора и пользования ТСР. Индивидуальность подбора ТСР с учетом социальных критериев человека с ограниченными возможностями здоровья.

✓ Трости опорные. Основная функция трости. Модели трости.

- 7 Правильный подбор трости по длине. Правила пользования тростью.  
9 Правила безопасности при использовании трости. Уход за тростью.

W Костыли. Виды костылей. Передвижение при помощи костылей. Как правильно сесть (встать) со стула, спускаться (подниматься) по лестнице на костылях.

Ходунки–опоры. Как правильно передвигаться, используя ходунки. Главные правила безопасности при использовании ходунков.

Кресла-коляски. Виды и функции кресел-колясок. Общие правила пользования креслом-коляской. Кресло-коляска с электрическим приводом. Самостоятельное управление креслом-коляской. Сопровождение подопечного в кресле-коляске. Основные приемы пользования креслом-коляской.

Поручни. Поручни с креплением на болтах. Поручни для лестниц, коридоров. Поручни для туалетных и ванных комнат. Поручни для пандусов и входных групп. Главные правила безопасности при использовании поручней.

Функциональные кровати. Виды и возможности функциональных кроватей.

*Перед. рсе и кресло*

#### **Модуль 4. Особенности взаимодействия с гражданами пожилого возраста и инвалидами.**

##### *Тема 4.1. Этика общения с больными людьми*

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

##### *Тема 4.2. Профилактика эмоционального выгорания родственников и (или) лиц, осуществляющих уход.*

Понятие эмоционального выгорания, причины, виды, первые симптомы. Профилактика эмоционального выгорания родственников и (или) лиц, осуществляющих уход.

### 2.3. Кадровое обеспечение образовательного процесса

#### **Реализация программы может обеспечиваться:**

- специалистами медицинских организаций, имеющими опыт деятельности в соответствующей профессиональной сфере;
- преподавателями медицинских высших и средне-специальных учебных заведений, имеющими квалификацию и опыт деятельности в соответствующей профессиональной сфере;
- специалистами организаций социального обслуживания населения, имеющими базовое образование и опыт работы, в том числе тренерами по уходу, прошедшими необходимую подготовку.

**Требования к преподавателям программы:** образование – высшее профильное, среднее специальное, повышение квалификации по преподаваемому профилю.

Квалификация специалистов, осуществляющих преподавательские услуги, должна подтверждаться:

- дипломом об образовании;
- документами о дополнительном профессиональном образовании;
- научными публикациями по тематике программы (при наличии);
- документами об опыте работы по направлению программы (трудовая книжка/договор/справки и т. д.).

### 2.4. Материально-техническая база

Теоретические занятия проводятся в аудиториях учреждения, оснащенных демонстрационным оборудованием: экран, проектор, ноутбук, флипчарт. Также в аудиториях должны быть созданы условия для обучающихся из числа инвалидов.

Для проведения практических занятий необходимы оборудование и материалы:

<b>Оборудование для перемещения и позиционирования, тренажеры по уходу, технические средства реабилитации</b>		<b>Предметы для организации питания, гигиены, прочие вспомогательные средства</b>	
Кровать многофункциональная	1 шт.	Белье на кровати	2 комплекта
Скользящие простыни	1 комплект (2 простыни)	Абсорбирующее бельё - подгузники для взрослых лежачих больных, одноразовые впитывающие простыни и пеленки	по 2 шт.
Доска для пересаживания	2 шт.	Тазик, кувшин для проведения гигиены	1-2 шт.
Поворотный диск для пересаживания больного	1-2 шт.	Полотенца махровые, варежки махровые для мытья пациентов	2-4 шт.
Манекен для обучения уходу за больными	2 шт.	Ванна надувная для мытья головы	1 шт.
Скользящий рукав	2шт.	Боди для лежачих больных без рукавов	2 шт.
Пояс для перемещения	2 шт.	Адаптивная посуда (комплект)	1 шт
Устройство для подъема и перемещения	2 шт.	Плед-покрывало	2 шт.
Опора под спину для лежачих больных	1шт.	Нагрудник для маломобильного	2 шт.
Стойка-дуга для подтягивания	1шт	Судно подкладное	2 шт.
Подушки противопролежневые	2-4 шт.	Ванна с дверцей для пожилых людей	1 шт.
Матрас с компрессором противопрлежневый	2 шт.	Сиденье поворотное для ванны	1 шт.
Валик для позиционирования пациента	2 шт.	Ступенька для ванной	1 шт.
Круг медицинский подкладной	2 шт.	Стул для душа	1 шт.

Стол прикроватный на колесах	1 шт.	Табурет для ванной	1 шт.
Пояс от падения с кровати для взрослых	2 шт.	Кресло-туалет с санитарным оснащением	1 шт.
Фиксаторы лежачих пожилых людей	2 шт.	Кресло-стул (для мытья) с санитарным оснащением	1 шт.
Тренажер для отработки лечения пролежней	2 шт.	Ватные диски Ватные палочки	1 упаковка
Тренажер по уходу за пожилым пациентом для отработки навыков аускультации	2 шт.	Салфетки для очищения	1 упаковка
Трости опорные	2 шт.	Самоклеящаяся повязка на рану	2 шт.
Костыли	2 шт.	Зонд желудочный для энтерального питания	2 шт.
Кресла – коляски инвалидные	2 шт.	Автоматический цифровой тонометр	1 шт.
Ходунки двухколесные, ходунки-опоры	2 шт.	Термометр медицинский	1 шт.
Поручни	4 шт.		

### **Информационно-методические материалы, использованные для разработки программы**

1. Национальный стандарт РФ. Технологии выполнения простых медицинских услуг. Манипуляции сестринского ухода. ГОСТ Р 52623.3-2015. – М, 2015.
2. Национальный стандарт РФ. Технологии выполнения простых медицинских услуг инвазивных вмешательств. ГОСТ Р 52623.4-2015. – М, 2015.
3. Уход за ослабленными пожилыми людьми. Методические рекомендации. – М., 2017. – 139 с.
4. Уход за ослабленными пожилыми людьми. Российские рекомендации. – М.: Человек, 2018. – 224 с.