

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МУ Гаврилов-Ямский

КЦСОН «Ветеран»

\_\_\_\_\_ В.А. Пятницкая

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г.

**ПРОГРАММА**

**«ШКОЛА РОДСТВЕННОГО УХОДА»**

**МУ ГАВРИЛОВ-ЯМСКИЙ КЦСОН «ВЕТЕРАН»**

**г. Гаврилов-Ям**

**2023 г.**

## Пояснительная записка

Проблема правильного ухода за тяжелобольными людьми старшего возраста или инвалидами является одной из наиболее актуальных, так как нередко они не нуждаются в активном лечении в учреждении здравоохранения и повседневном наблюдении врача. Они лучше чувствуют себя в привычной и спокойной домашней обстановке, и нуждаются прежде всего в правильном уходе, создании комфортных бытовых условий, соблюдении личной гигиены и т.д.

В этом случае качество жизни человека будет во многом зависеть от знаний и умений его ближайшего окружения, осуществляющего уход, а это: родственники, члены семьи, социальные работники и т.д.

Зачастую родственники, находящиеся рядом, оказываются не готовыми к выполнению даже простых бытовых манипуляций по уходу за своим близким. При этом именно ухаживающий должен обладать необходимыми знаниями, умениями и навыками, чтобы выполнять все предписания врача и поддерживать качество жизни своего подопечного на том уровне, который был до болезни.

«Школа родственного ухода» МУ Гаврилов-Ямский КЦСОН «Ветеран» позволяет решить в полной мере данную проблему. Комплекс теоретических и практических занятий в рамках работы Школы способствует обучению ближайшего окружения тяжелобольных людей старшего возраста или инвалидов правильному уходу за ними в домашних условиях, тем самым повышению качества жизни данной уязвимой категории людей.

При разработке программы «Школа родственного ухода» учтены методические рекомендации Министерства здравоохранения Российской Федерации «Уход за ослабленными пожилыми людьми».

**Цель программы:** обучение граждан, осуществляющих уход за тяжелобольными получателями социальных услуг, практическим навыкам общего ухода за ними (социально-педагогическая услуга).

### **Задачи:**

1. Обучение мероприятиям по поддержанию здоровья, предотвращению его ухудшения.
2. Обучение мероприятиям по поддержанию навыков самообслуживания, предотвращению их утраты.
3. Обучение мероприятиям по поддержанию активности и мобильности, предотвращению нездорового образа жизни.
4. Обучение мероприятиям по поддержанию коммуникативных навыков и когнитивных функций, предотвращению их утраты или снижения.
5. Обучение пользованию техническими средствами реабилитации.

**Целевая аудитория:** граждане, осуществляющие уход, - лица из числа ближайшего окружения, осуществляющие уход за гражданами, нуждающимися в уходе, на основе родственных, соседских или дружеских связей.

**Форма проведения занятий:** обучение в Школе родственного ухода предусматривает индивидуальную (в учебном классе и по месту проживания получателя социальных услуг) и групповую форму работы посредством проведения лекций, консультаций, презентаций, практических занятий. Занятия проводятся на базе социально-реабилитационного отделения граждан пожилого возраста и инвалидов.

### **График проведения занятий:**

На базе учебного класса:

1. Индивидуальные занятия (консультации) – 1 раз в неделю, среда, с 16:00 до 17:00.
2. Групповые – 1 раз в неделю, вторник, с 11:00 до 12:00.

Занятия, предполагающие выездные индивидуальные консультации, осуществляются по согласованию.

Продолжительность одного занятия: 60 минут.

**Материально-техническое оснащение:** экран, проектор, ноутбук, технические средства реабилитации (Приложение 2).

**Перечень документации:**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование документа</b>	<b>Периодичность</b>
1	Журнал учета занятий в рамках системы долговременного ухода «Школа родственного ухода»	По запросу
2	Журнал учета услуг, включенных в систему долговременного ухода «Школа родственного ухода»	В соответствии с графиком

## Блоки занятий

№п/п	Тема	Результативность
<b>1</b>	<b>Уход за маломобильными людьми в домашних условиях</b>	
1.1.	Принципы безопасного пространства и средства реабилитации	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Обеспечена чистота в помещении, соблюден температурный режим</li> <li>• Обеспечена комфортная и безопасная обстановка</li> <li>• Обеспечено использование технических средств реабилитации</li> </ul>
1.2.	Гигиена и уход	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Умывание и расчесывание волос осуществляется надлежащим образом</li> <li>• Замена мочеприемника и (или) калоприемника осуществлена надлежащим образом</li> <li>• Купание проведено надлежащим образом</li> <li>• Гигиеническое обтирание проведено надлежащим образом</li> <li>• Мытье головы проведено надлежащим образом</li> <li>• Подмывание проведено надлежащим образом</li> <li>• Гигиеническая обработка ногтей на руках проведена надлежащим образом</li> <li>• Гигиеническая обработка ногтей на ногах проведена надлежащим образом</li> <li>• Бритье проведено надлежащим образом</li> <li>• Гигиеническая стрижка проведена надлежащим образом</li> <li>• Смена нательного белья осуществлена надлежащим образом</li> <li>• Смена одежды (обуви) осуществлена надлежащим образом</li> <li>• Смена постельного белья осуществлена надлежащим образом</li> </ul>
1.3.	Все, что необходимо знать об абсорбирующем белье	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Замена абсорбирующего белья осуществлена надлежащим образом</li> </ul>
1.4.	Положение в постели	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Позиционирование проведено надлежащим образом</li> </ul>

1.5.	Организация питания и кормления	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приготовленная пища имеет надлежащее качество</li> <li>• Подготовленные к приему порции пищи имеют надлежащее качество</li> <li>• Пища и жидкость принимаются надлежащим образом</li> <li>• Вода принимается надлежащим образом</li> </ul>
Методические материалы к блоку «Уход за маломобильными людьми в домашних условиях»		
№ п/п	Тема	Месторасположение
1	Уход за маломобильными людьми в домашних условиях	Методическое пособие МУ Гаврилов-Ямский КЦСОН «Ветеран» (Приложение 1)
2	Уход за ослабленными пожилыми людьми	Методические рекомендации Министерства здравоохранения Российской Федерации (Папка «Уход за маломобильными людьми в домашних условиях»)
3	Технических средства реабилитации	Перечень ТСР (Приложение 2)
4	Уход без пролежней. Просто о важном	Вебинар (Папка «Уход за маломобильными людьми в домашних условиях»)
5	Пролежни пяточной области. Обнаружить и защитить вовремя	Вебинар (Папка «Уход за маломобильными людьми в домашних условиях»)
6	Основные принципы лечения пролежней у пациентов в домашних условиях	Вебинар (Папка «Уход за маломобильными людьми в домашних условиях»)
7	Особенности ухода за кожей на фоне стресса	Вебинар (Папка «Уход за маломобильными людьми в домашних условиях»)
8	Особенности ухода за кожей на фоне стресса	Вебинар (Папка «Уход за маломобильными людьми в домашних условиях»)
9	Как легко помыть тяжелобольного в постели	Вебинар (Папка «Уход за маломобильными людьми в домашних условиях»)



2	<b>Поддержание навыков самообслуживания, предотвращение их утраты</b>	
2.1.	Обучение навыкам самообслуживания с помощью специальных средств при одевании и обувании	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Обеспечено поддержание навыков замены мочеприемника и (или) калоприемника. Обеспечено совместное выполнение действий при замене мочеприемника и (или) калоприемника</li> <li>• Обеспечено поддержание навыков пользования туалетом или иными приспособлениями. Обеспечено совместное выполнение действий при пользовании туалетом или иными приспособлениями</li> <li>• Обеспечено поддержание навыков купания. Обеспечено совместное выполнение действий при купании</li> <li>• Обеспечено поддержание навыков мытья головы. Обеспечено совместное выполнение действий при мытье головы</li> <li>• Обеспечено поддержание навыков гигиенической обработки ногтей на руках. Обеспечено совместное выполнение действий при гигиенической обработке ногтей на руках</li> <li>• Обеспечено поддержание навыков мытья ног. Обеспечено совместное выполнение действий при мытье ног</li> <li>• Обеспечено поддержание навыков гигиенической обработки ногтей на ногах. Обеспечено совместное выполнение действий при гигиенической обработке ногтей на ногах</li> <li>• Обеспечено поддержание навыков замены абсорбирующего белья. Обеспечено совместное выполнение действий при замене абсорбирующего белья</li> <li>• Обеспечено поддержание навыков смены нательного белья. Обеспечено совместное выполнение действий при смене нательного белья</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Обеспечено поддержание навыков смены одежды (обуви). Обеспечено совместное выполнение действий при смене одежды (обуви)</li> <li>• Обеспечено поддержание навыков смены постельного белья. Обеспечено совместное выполнение действий при смене постельного белья</li> <li>• Обеспечено поддержание способности пользоваться очками и (или) слуховым аппаратом. Обеспечено совместное выполнение действий при уходе за линзами очков и (или) обеспечении функционирования слухового аппарата</li> </ul>
2.2.	Обучение навыкам самостоятельного приготовления пищи	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Обеспечено поддержание навыков приготовления пищи. Обеспечено совместное выполнение действий при приготовлении пищи</li> <li>• Обеспечено поддержание навыков подготовки пищи к приему. Обеспечено совместное выполнение действий при подготовке пищи к приему, в том числе с учетом медицинских рекомендаций (при наличии)</li> <li>• Обеспечено поддержание навыков приема пищи. Обеспечено совместное выполнение действий при приеме пищи, в том числе с учетом медицинских рекомендаций (при наличии)</li> </ul>
2.3.	Обучение по адаптации в домашних условиях	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Обеспечено поддержание посильной бытовой активности. Обеспечено совместное выполнение действий при посильной бытовой активности</li> </ul>
Методические материалы к блоку «Поддержание навыков самообслуживания, предотвращение их утраты»		
№ п/п	Тема	Месторасположение
1	Обучение навыкам самообслуживания с	Программа «Предоставление услуг в целях повышения коммуникативного



<b>3</b>	<b>Поддержание коммуникативных навыков и когнитивных функций, предотвращение их утраты или снижения</b>	
3.1.	Профилактика деменции, специфика взаимодействия с людьми, страдающими деменцией	Обеспечена организация деятельности, способствующей сохранению когнитивных функций
3.2.	Нейробика как методика, направленная на предупреждение и профилактику когнитивных нарушений	
3.3.	Игры на кровати	
Методические материалы к блоку «Поддержание коммуникативных навыков и когнитивных функций, предотвращение их утраты или снижения»		
№ п/п	Тема	Месторасположение
1	Деменции – нет	Обучающий онлайн-курс (Папка «Поддержание коммуникативных навыков и когнитивных функций, предотвращение их утраты или снижения»)
2	Нейробика в работе с пожилыми людьми	Учебно-методическое пособие (Папка «Поддержание коммуникативных навыков и когнитивных функций, предотвращение их утраты или снижения»)
3	Упражнения по нейробике на каждый день	(Приложение 4)
5	Нейрозанятия для развития познавательных процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, воображения и моторики)	Вебинар (Папка «Поддержание коммуникативных навыков и когнитивных функций, предотвращение их утраты или снижения»)
6	Нейрозанятия	Вебинар (Папка «Поддержание коммуникативных навыков и когнитивных функций, предотвращение их утраты или снижения»)
7	Мастер-класс по скорочтению и упражнения для развития	Вебинар (Папка «Поддержание коммуникативных навыков и когнитивных функций, предотвращение

	памяти	их утраты или снижения»)
8	Крестики-нолики	Правила игры (Папка «Поддержание коммуникативных навыков и когнитивных функций, предотвращение их утраты или снижения»)
9	Домино	Правила игры (Папка «Поддержание коммуникативных навыков и когнитивных функций, предотвращение их утраты или снижения»)
10	Шашки	Правила игры (Папка «Поддержание коммуникативных навыков и когнитивных функций, предотвращение их утраты или снижения»)
11	Дженга	Правила игры (Папка «Поддержание коммуникативных навыков и когнитивных функций, предотвращение их утраты или снижения»)
12	Мозаика	Правила игры (Папка «Поддержание коммуникативных навыков и когнитивных функций, предотвращение их утраты или снижения»)
13	Пятнашки	Правила игры (Папка «Поддержание коммуникативных навыков и когнитивных функций, предотвращение их утраты или снижения»)
14	Кубик Рубика	Правила игры (Папка «Поддержание коммуникативных навыков и когнитивных функций, предотвращение их утраты или снижения»)
15	Игры Монтессори	Правила игры (Папка «Поддержание коммуникативных навыков и когнитивных функций, предотвращение их утраты или снижения»)



<b>4</b>	<b>Поддержание активности и мобильности, предотвращение нездорового образа жизни</b>		
4.1.	Помощь при: - позиционировании - пересаживании - передвижению по помещению		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Обеспечено поддержание посильной социальной активности. Обеспечено совместное выполнение действий при поддержании посильной социальной активности</li> <li>• Обеспечено поддержание способности принимать лекарственные препараты. Обеспечено совместное выполнение действий при приеме лекарственных препаратов.</li> <li>• Обеспечено поддержание навыков использования протеза или ортеза. Обеспечено совместное выполнение действий при подготовке к надеванию и снятию протеза или ортеза</li> <li>• Обеспечено поддержание навыков передвижения. Обеспечено совместное выполнение действий при передвижении</li> <li>• Обеспечено поддержание навыков пересаживания. Обеспечено совместное выполнение действий при пересаживании</li> </ul>
4.2.	4.2.1.	Обучение самостоятельному использованию инфраструктуры	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Обеспечено поддержание навыков самостоятельного использования инфраструктуры (магазинов, мастерских по ремонту обуви, швейных мастерских, химчисток, прачечных, сберегательных банков, железнодорожных и автовокзалов, почты, учреждений здравоохранения и культуры)</li> </ul>
	4.2.2.	Обучение организации досуга и отдыха, планирования и проведения самостоятельных поездок	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Обеспечено поддержание навыков организации досуга и отдыха, планирования и проведения самостоятельных поездок</li> </ul>
4.3.	Поддержание посильной физической активности,		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Обеспечено поддержание посильной физической активности.</li> </ul>

	включая прогулки	Обеспечено совместное выполнение действий при посильной физической активности, в том числе с учетом медицинских рекомендаций (при наличии).
Методические материалы к блоку «Поддержание активности и мобильности, предотвращение нездорового образа жизни»		
№ п/п	Тема	Месторасположение
1	Карта доступности для инвалидов Ярославской области	Интернет-ресурс Ссылка: <a href="https://gis76.ru/map">https://gis76.ru/map</a>
2	Виртуальные экскурсии	Интернет-ресурс Ссылка: <a href="https://www.culture.ru/s/virtualnye-progulki/">https://www.culture.ru/s/virtualnye-progulki/</a>
3	Комплекс упражнений	Памятки комплексов упражнений (Приложение 6)
4	– Обучение самостоятельному использованию инфраструктуры – Обучение навыкам организации досуга и отдыха, планирования и проведения самостоятельных поездок	Программа «Предоставление услуг в целях повышения коммуникативного потенциала получателей социальных услуг, имеющих ограничения жизнедеятельности, в рамках реабилитации и абилитации инвалидов и других маломобильных групп населения» Раздел «Мероприятия по обучению навыкам организации досуга и отдыха, планирования и проведения самостоятельных поездок» (Приложение 3)



