

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
КГБУ СО «КЦСОН «Сосновоборский»

 Гуменная Н.Д.

«01» 04. 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
КГБУ СО «КЦСОН «Сосновоборский»

 Т.С. Тихонова



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

Информация о программе (аннотация)

Полное название программы	Программа обучения родственников и (или) лиц, осуществляющих уход за гражданами, утратившими способность к самообслуживанию, приемам и навыкам ухода.
Территория реализации	Красноярский край, г. Сосновоборск
Кем реализуется программа	краевое государственное бюджетное учреждение социального обслуживания «Комплексный центр социального обслуживания населения «Сосновоборский».
Адрес	662501, Красноярский край, г. Сосновоборск, ул. Весенняя, 9
Телефон	(8-39131)3-30-02
Адрес электронной почты	kctson16@kctson16.ru
Руководитель программы	Заместитель директора Гуменная Наталья Дмитриевна
Ответственный исполнитель программы	Социальный педагог социально-реабилитационного отделения для граждан пожилого возраста, инвалидов и детей с ограниченными возможностями Никитина Алёна Алексеевна
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"> - получение знаний родственниками и (или) лицами, осуществляющими уход теоретическим и практическим навыкам и приемам ухода; - изучение профилактических мероприятий, направленных на снижение осложнений заболеваний, правил пользования технических средств реабилитации и абилитации; - ознакомление с правилами коммуникации граждан пожилого возраста и инвалидов, имеющих заболевания, а также их социального окружения; - формирование ответственного отношения к здоровью и соблюдению техники безопасности при осуществлении уходовых мероприятий за инвалидами и гражданами пожилого возраста; - ознакомление с методами и приемами психологической адаптации, а также поддержания и сохранения психического здоровья лиц, осуществляющих уход, и граждан пожилого возраста и инвалидов; - ознакомление с правилами организации домашнего пространства для адаптации граждан пожилого возраста и инвалидов; - информирование граждан посредством обеспечения специализированным учебным материалом: памятки, информационные листовки, брошюры, буклеты и др.

Категории слушателей	<ul style="list-style-type: none"> - родственники граждан, утративших способность к самообслуживанию; - лица, осуществляющие уход на дому за гражданами, утратившими способность к самообслуживанию; - специалисты учреждения, а также некоммерческих организаций, осуществляющих уход за маломобильными и немобильными гражданами; - волонтеры.
Объем программы	16 академических часов.
Форма обучения	Очная с использованием телекоммуникационных технологий.

I. Общая характеристика программы

1.1. Актуальность программы

Осуществление правильного ухода за гражданами пожилого возраста и инвалидами является важной задачей социального обслуживания лиц, имеющих затруднения в социальном функционировании, связанных с возрастом или наличием инвалидности. По прогнозу Федеральной службы государственной статистики доля граждан старше трудоспособного возраста в России увеличится к 2025 году до 27% и составит около 40 млн. человек. Такие показатели свидетельствуют о демографическом старении населения, большей части которого в скором времени понадобится долговременный уход. На социальном обслуживании в КГБУ СО «КЦСОН «Сосновоборский» на 01.03.2023 состоит 190 человек старше 18-ти лет, имеющих инвалидность, из них доля граждан, нуждающихся в постороннем уходе составляет 6,3%. В условиях сохранения тенденции к старению населения и увеличения числа людей с инвалидностью в структуре общества, вопрос об организации качественного ухода за данными категориями населения является актуальным для социальной работы и требует практического решения.

Граждане пожилого возраста и инвалиды – наиболее уязвимая категория людей, которые в силу различных причин не могут помочь себе сами: это одиночество, тяжелые болезни, деменция и многое другое.

Чаще всего забота о маломобильных гражданах ложится на плечи неподготовленных родственников. Отсутствие информированности населения о наличии технических средств реабилитации, облегчающих уход за больным, 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.

К настоящему времени государственная система ухода за гражданами с ограниченными возможностями здоровья и дефицитом самообслуживания находится на стадии становления. При этом сам уход требует специальных знаний и навыков, которые сложно освоить самостоятельно.

Комплекс лекционных и практических занятий, реализуемых в рамках данной программы, способствует обучению родственников и (или) лиц, осуществляющих уход на дому, правилам и способам ухода за ними, а это способствует повышению качества родственного 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 социум.

Программа подготовлена на основе Мониторингового исследования по определению потребностей в знаниях у родственников, осуществляющих уход за гражданами пожилого возраста и инвалидов (Е.А. Сидоренко, Т.В. Храмова), и анкетного опросника КГБУ СО «КЦСОН «Сосновоборский» (далее - учреждение).

1.2. Цель и задачи программы

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

Для достижения цели в рамках программы решаются следующие задачи:

- получение знаний родственниками и (или) лицами, осуществляющими уход, теоретическим и практическим навыкам и приемам ухода;
- изучение профилактических мероприятий, направленных на снижение осложнений заболеваний, правил пользования технических средств реабилитации и абилитации;
- ознакомление с правилами коммуникации граждан пожилого возраста и инвалидов, имеющих заболевания, а также их социального окружения;
- формирование ответственного отношения к здоровью и соблюдению техники безопасности при осуществлении мероприятий по уходу за инвалидами и гражданами пожилого возраста;
- ознакомление с методами и приемами психологической адаптации, а также поддержания и сохранения психического здоровья лиц, осуществляющих уход, и граждан пожилого возраста и инвалидов;
- ознакомление с правилами организации домашнего пространства для адаптации граждан пожилого возраста и инвалидов;
- информирование граждан посредством обеспечения специализированным учебным материалом: памятки, информационные листовки, брошюры, буклеты и др.

1.3. Структура программы

Программа обучения родственников и (или) лиц, осуществляющих уход, представлена отдельными модулями, тематика которых содержит теоретическую и практическую части, направленные на формирование и расширение знаний о методах и приемах ухода за гражданами пожилого возраста и инвалидами. В процессе реализации программы возможно изменение тем занятий, в зависимости от состава группы, ее опыта и

уровня базовых знаний, уровня подготовленности обучаемых, а также запросов, поступающих от них. Форма обучения по программе – очная с применением 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;
- специалисты учреждения, а также некоммерческих организаций, осуществляющих уход за маломобильными и немобильными гражданами;
- волонтеры.

1.5. Формы реализации программы

Групповые и индивидуальные занятия (лекции, семинары, практические занятия, беседы и т.п.) с родственниками и лицами, осуществляющими уход за маломобильными подопечными на дому.

Консультирование по вопросам, относящимся к компетенции Школы ухода (индивидуально в очной форме, по телефону, а также в дистанционном режиме посредством видео-и аудио-связи).

Предоставление доступа к обучающим видео-урокам на сайте учреждения.

Распространение информационных материалов (памяти, буклеты).

1.6. Этапы реализации программы

Организационный – планирование, координирование работы по программе, а также информирование населения о функционировании Школы ухода через СМИ, информационные стенды учреждения, интернет источники (официальный сайт учреждения, группы в социальных сетях и др.), общественные организации, ведомства и медицинские учреждения города.

Практический – презентация/демонстрация теоретического материала, лекции, беседа, разъяснение и консультирование участников, проведение практических занятий.

Аналитический – опрос (анкетирование) слушателей, анализ показателей работы по программе, оценка потребностей и возможностей, прогнозирование дальнейшей деятельности.

Программа реализуется в соответствии с планом мероприятий по реализации программы (Приложение 1).

1.7. Продолжительность программы

Обучение слушателей осуществляется в соответствии с учебно-тематическим планом (далее – план).

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

программе проводятся 1 раз в 2 недели, продолжительность каждого занятия не более 2 ч.

1.8. Ожидаемые результаты

1. Информированность родственников или лиц, осуществляющих уход, а также жителей города Сосновоборска о работе Школы родственного ухода.

2. Освоение родственниками или лицами, осуществляющих уход, практических навыков ухода (принципов общего ухода) за людьми с ограниченной способностью к самообслуживанию и передвижению, техники проведения гигиенических процедур, приемов оказания помощи в бытовых вопросах (кормление, одевание и др.).

1.9. Кадровое обеспечение образовательного процесса

Реализация программы обеспечивается:

- специалистами учреждения, имеющими базовое образование и опыт работы в соответствии с профессиональными стандартами.

- специалистами других организаций, по согласованию, приглашенными в соответствии с соглашениями учреждения о сотрудничестве и о межведомственном взаимодействии.

Ответственное лицо	Роль в реализации программы
Заместитель директора	– осуществление текущего контроля и управления программой, контроля за сроками реализации программных мероприятий; – оценка эффективности программных мероприятий.
Заведующий отделением	– координатор программы – ведение планово-отчетной документации.
Методист	– осуществление методического сопровождения программы: подбор специализированной литературы, консультирование специалистов при подготовке материала, внесение (при необходимости) в программу изменений, связанных с практической реализацией и перспективой развития программы.
Социальный педагог	– осуществление методического сопровождения программы: подбор специализированной литературы, консультирование специалистов при подготовке материала, внесение (при необходимости) в программу изменений, связанных с практической реализацией и перспективой развития программы; – осуществление подготовки теоретического материала; – подготовка и сдача отчетов в рамках обучающих занятий.
Сотрудники, участвующие в реализации программы	– проведение лекционных и практических занятий.

2. Содержание программы

2.1. Учебно-тематический план программы

№ п/п	Наименование модулей и тем	Всего час.	Лекции час.	Практические занятия час.
1.	Модуль 1. Общие принципы ухода	1,5	1	0,5
1.1	Общие принципы ухода за лицами с дефицитом самообслуживания, понятие процесса ухода, основные цели, задачи.	0,5	0,5	-
1.2	Обустройство быта в доме с учетом особенностей лица, над которым осуществляется уход	1	0,5	0,5
2.	Модуль 2. Обеспечение физиологических потребностей. Профилактика осложнений	8,0	3	5
2.1	Измерение и запись жизненных показателей	1	0,5	0,5
2.2	Организация и основные правила питания, кормления и питьевого режима	1	0,5	0,5
2.3	Гигиенические процедуры	2,0	0,5	1,5
2.4	Правила и принципы перемещения, фиксации положения и позиционирования	1,5	0,5	1
2.5	Осложнения и риски заболеваний. Осуществление профилактики осложнений	1,5	0,5	1
2.6	Лечебная физкультура для лиц, утративших способность к самообслуживанию.	1	0,5	0,5
3.	Модуль 3. Технические средства реабилитации (ТСР)	2	1	1
3.1	Понятие, предназначение, виды и правила использования ТСР	2	1	1
4.	Модуль 4. Особенности взаимодействия с лицами, утратившими способность к самообслуживанию.	4,5	1,5	2
4.1	Этика общения с пожилыми людьми и лицами, имеющими заболевания/инвалидность	1,5	0,5	1
4.2	Налаживание коммуникации с людьми, имеющими дефицит самообслуживания.	1,5	0,5	1
4.3	Профилактика эмоционального выгорания, техники саморегуляции.	1,5	0,5	1
ИТОГО:		16		

2.2. Содержание программы

Модуль 1. Понятие ухода и его значимость

Тема 1.1. Общие принципы ухода за лицами с дефицитом самообслуживания, понятие процесса ухода, основные цели, задачи.

Общее понятие процесса ухода. Цели, задачи и принципы организации и составные компоненты процесса ухода.

Тема 1.2. Обустройство быта в доме с учетом особенностей лица, над которым осуществляется уход.

Особенности помещения, основное и вспомогательное оборудование, его эксплуатация и 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, пульса. Наблюдение за весом, кожным покровом и физиологическими отправлениями.

Тема 2.2. Организация и основные правила питания, кормления и питьевого режима.

Организация питания. Процесс кормления. 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.

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 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. Правила и принципы перемещения, фиксации положения и позиционирования.

Различные виды перемещений: транспортировка на кресле-коляске; 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 и позиционирования. Профилактика падений. Личная безопасность при перемещении подопечных.

Тема 2.5. Осложнения и риски заболеваний. Осуществление профилактики осложнений.

Проблемы и риски осложнений у маломобильных граждан.

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.

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 и профилактика.

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

Тема 2.6. Лечебная физкультура для лиц, утративших способность к самообслуживанию.

Основные правила лечебной физкультуры для лиц с дефицитом самообслуживания, особенности проведения занятий в домашних условиях, основные техники упражнений пассивной ЛФК.

Модуль 3. Технические средства реабилитации (ТСР).

Тема 3.1 Понятие, предназначение, виды и правила использования ТСР.

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

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

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 эксплуатации ходунков.

Кресла-коляски. Виды и функции кресел-колясок. Общие правила пользования креслом-коляской. Кресло-коляска с электрическим проводом. 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. Правила использования и техника безопасности при использовании функциональных кроватей. Правила ухода за функциональными кроватями.

Модуль 4. Особенности взаимодействия с лицами, утратившими способность к самообслуживанию.

Тема 4.1. Этика общения с пожилыми людьми и лицами, имеющими заболевания/инвалидность.

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

Тема 4.2. Налаживание коммуникации с людьми, имеющими дефицит самообслуживания.

Налаживание психологически комфортных границ между родственником и (или) лицом, осуществляющим уход и подопечным. Выстраивание межличностной коммуникации с учетом личностных, возрастных, поведенческих и физиологических особенностей.

Тема 4.3. Профилактика эмоционального выгорания, техники саморегуляции.

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

2.3. Материально-техническая база

Занятия проводятся в помещениях учреждения, доступных для маломобильных граждан, оснащенных демонстрационным оборудованием и ТСР, находящихся на балансе учреждения.

2.4. Информационно-методические материалы, использованные для разработки программы

1. Национальный стандарт РФ. Технологии выполнения простых медицинских услуг. Манипуляции сестринского ухода. ГОСТ Р 52623-2015. – М, 2015.

2. Национальный стандарт РФ. Технология выполнения простых медицинских услуг инвазивных вмешательств. ГОСТ Р 52623.4-2015. – М, 2015.

3. Сидоренко Е.А. Организация работы школ родственного ухода за гражданами, утратившими способность к самообслуживанию: методические рекомендации для специалистов учреждений социального обслуживания населения. – Красноярск: КГКУ «Ресурсно-методический центр системы социальной защиты населения», 2019. – 190.

4. Уход за ослабленными пожилыми людьми. Методические рекомендации. – М., 2017. – 139 с.

5. Уход за ослабленными пожилыми людьми. Российские рекомендации. – М.: Человек, 2018. – 224 с.

6. Чеха В.А., Кононова Л.И., Ктумова О.Ю., Аксарина О.И. Школа патронажного ухода за гражданами с ограниченными функциональными возможностями в учреждениях социального обслуживания и в домашних условиях: методические рекомендации для специалистов службы социального обслуживания и родственников. – Красноярск, 2018. – 53 с. [Электронный ресурс]// URL: <https://files.rmc24.ru/region/pdf/school.pdf>.

7. Технические рекомендации по созданию Школ ухода. Благотворительный фонд «Старость в радость» [Электронный ресурс] // URL: <https://sobes.tatarstan.ru/metodicheskie-rekomendatsii-ot-blagotvoritelnogo-5019089.htm>.

План мероприятий по реализации программы

№ п/п	Этапы	Срок	Ответственные
1 этап. Организационный			
1.	Разработка программы лекционных и практических занятий Школы ухода. Формирование учебно-тематического плана	Февраль – Март 2023	
2.	Подготовка информационно-методической базы (буклеты, памятки, наглядные материалы, подбор обучающих видеороликов в сети Интернет) для организации работы Школы ухода	Февраль- Март 2023	
3.	Информирование населения о работе Школы ухода посредством СМИ, сети Интернет (газета, сайт, социальные сети); размещение информации на стендах социальных и медицинских учреждений	Постоянно	
4.	Формирование группы желающих обучаться уходу за гражданами, утратившими способность к самообслуживанию из числа родственников и лиц, осуществляющих уход	Ежемесячно	
2 этап. Практический			
5.	Проведение лекционных и практических занятий в школе ухода	В соответствии с утвержденным планом	
6.	Обеспечение слушателей Школы ухода информационным раздаточным материалом.	В течение обучения (по мере необходимости)	
3 этап. Аналитический			
7.	Анализ результатов: – подготовка отчетной документации; – публикации и выступления по итогам реализации программы	1 раз в квартал	
8.	Итоговый аналитический отчет	Ежегодно	