

## **Целевая группа Школы долговременного ухода**

Лица (сиделки-волонтеры, родственники и иные граждане), осуществляющие уход за тяжелобольными людьми, чьи родственники/подопечные являются получателями социальных услуг БУ «Ханты-Мансийский комплексный центр социального обслуживания населения»

## **Цель программы Школы долговременного ухода**

Обучение основным навыкам ухода за тяжелобольными гражданами в домашних условиях (на дому).

## **Задачи Школы долговременного ухода**

- освоить общие и специальные принципы ухода за тяжелобольными гражданами (навыки медицинских манипуляций, профилактика осложнений, личная гигиена, правила питания и кормления, методы дезинфекции и т.д.);
- помочь лицу (сиделке-волонтеру, родственнику и иному гражданину), ухаживающему за тяжелобольным, достичь уровня жизни в привычной для него домашней обстановке;
- восстановить благоприятную психологическую атмосферу в семье;
- предотвратить возможные осложнения (возникновение пролежней, застойных явлений в легких, дефицит самообслуживания);
- научиться использовать технические средства реабилитации.

## **Формы работы**

- беседа;
- консультирование,
- объяснение;
- практикум;
- занятие.

## **Метод работы**

- организационные (планирование, информирование, координирование);
- исследовательские (анализ специальной литературы);
- практические (занятие);
- аналитические (анализ результатов по проведенной работе).

## **Направления деятельности и их содержание**

Программа обучения лиц, осуществляющих уход за тяжелобольными людьми «Школа ухода «Живи сейчас» осуществляется последовательно на спецкурсах.

*1. «Организация быта».*

Данные спецкурсы, позволяют научиться лицам, ухаживающим за тяжелобольными людьми, организовывать их быт. В рамках данного спецкурса родственники (сиделки-волонтеры и иные лица) научатся правильно и удобно располагать мебель и вещи больного, а также организовать пространство вокруг тяжелобольного человека.

## *2. «Личная гигиена».*

Посетив спецкурс «Личная гигиена», родственники узнают, как правильно осуществлять мероприятия по соблюдению личной гигиены тяжелобольного (прием ванны и душа, уход за волосами, ногтями, ушами, глазами, носом, обработка полости рта, особенности ухода за съемными протезами, подмывание тяжелобольного, смена подгузников)).

## *3. «Питание».*

В ходе спецкурса «Питание» рассматриваются не только основные правила кормления тяжелобольного, но и выбор качественных и сбалансированных по составу пищевых ценностей продуктов.

## *4. «Физиологические отправления».*

В ходе данного спецкурса, лица, осуществляющие уход за тяжелобольными людьми, получают навыки ухода при физиологических отправлениях (стул, мочеиспускание). Родственники научатся применять мочеприёмники и судна, а также проводить профилактику запоров, образования конкрементов в почках.

## *5. «Параметры жизненно-важных функций организма».*

Целью данного спецкурса является – научить родственников или иных лиц, оказывающих уход за тяжелобольными людьми, контролировать общее состояние организма больного (измерение температуры, артериального давления, пульса, частоты дыхательных движений). Данные навыки помогут на ранних сроках диагностировать осложнения и своевременно оказать неотложную помощь.

## *6. «Транспортировка и перекладывание».*

На спецкурсе «Транспортировка и перекладывание» родственники и иные лица, осуществляющие уход за тяжелобольными, приобретают знания по перемещению больного в постели (в положение Фаулера, Симса, на боку, на спине, на животе, пересаживание с кровати на стул или кресло-каталку), а также знакомятся с вспомогательными средствами при перемещении.

## *7. «Профилактика пролежней».*

Спецкурс «Профилактика пролежней» поможет разобраться в причинах возникновения пролежней, правильно, а главное вовремя их предотвратить (уменьшение давления при сидячем или лежачем положении; использование специальных матрацев; активация кровообращения ежедневным массажем кожи с использованием специальных средств; защита кожи ежедневным мытьем или протиранием кожи с использованием рН-нейтральных средств; использование чистого без складок постельного и нательного белья;

использование подгузников, прокладок с гелеобразующим веществом при недержании и т.д.).

#### 8. «Профилактика гипотрофии мышц».

Участие в спецкурсах предоставит возможность познакомиться с основами профилактики развития контрактур суставов и гипотрофии мышц (стимулирование больного совершать пассивные и активные движения, смену положения в постели, массаж).

#### 9. «Использование технических средств реабилитации».

Для всестороннего жизнеобеспечения потребуются специальные средства ухода за тяжелобольными и лежачими людьми. В рамках данного спецкурса родственникам будут продемонстрированы основные виды современных технических средств реабилитации (далее ТСР) и использование их в практике (многофункциональная кровать, противопролежневый матрас, подушки-валики, надувные ванны для мытья в постели, прикроватный столик и т.д.)

### Учебно-тематический план

Таблица 1

Спецкурс	Тема	Время	Результат
«Организация быта»	«Выбор комнаты и мебели»	60 мин.	Получение знаний об организации пространства вокруг больного.
	«Предметы интерьера»	30 мин.	Получение знаний о правильной расстановке предметов интерьера.
	«Постельные принадлежности»	30 мин.	Выбор удобных и правильных постельных принадлежностей.
	«Постельное белье»	30 мин.	Выбор удобного и правильного постельного белья.
«Личная гигиена»	«Утренний и вечерний туалет»	30 мин.	Научить обрабатывать глаза, нос, уши, чистить зубы (зубные протезы).
	«Обтирание и прием ванны»	30 мин.	Научить пользованию надувной ванной для мытья, обтиранию в постели.
	«Ухаживание за промежностью»	30 мин.	Научить ухаживать за промежностью после подачи судна, мочеприемника.
	«Мытье головы и расчесывание»	30 мин.	Научить мытью головы в постели при помощи специальной надувной ванны.
	«Бритье»	30 мин.	Научить безопасному бритью.
	«Стрижка ногтей на руках и ногах»	30 мин.	Научить обработке и стрижки ногтей на руках и ногах.
	«Смена подгузника»	30 мин.	Научить правильно и безболезненно для больного поменять подгузник.
	«Смена нательного и постельного белья»	30 мин.	Научить смене белья с наименьшим беспокойством для больного.
«Питание»	«Выбор продуктов»	30 мин.	Научить выбирать сбалансированные по составу пищевых веществ и по энергетическому равновесию продукты питания.

	«Кормление»	60 мин.	Обучить основным навыкам кормления тяжелобольного.
«Физиологические отправления»	«Использование судна».	45 мин.	Научить пользоваться судном.
	«Использование мочеприемника».	45 мин.	Научить пользоваться мочеприемником.
«Параметры жизненно-важных функций организма»	«Температура тела»	30 мин.	Ознакомление с нюансами измерения температуры тела у тяжелобольных.
	«Частота дыхания»	30 мин.	Научить правильно измерять частоту дыхания больного.
	«Артериальное давление»	30 мин.	Ознакомление с особенностями измерения артериального давления у тяжелобольных.
	«Частота пульса»	30 мин.	Приобретение навыков измерения пульса.
«Транспортировка и перекладывание»	«Положение Фаулера»	45 мин.	Изучение особенностей различных положений пациента в постели при уходе за ослабленными тяжелобольными, находящимися длительное время на постельном режиме.
	«Положение Симса»	45 мин.	
	«Лежание на спине»	45 мин.	
	«Лежание на животе»	45 мин.	
	«Лежание боку»	45 мин.	
	«Пересаживание с кровати на стул/кресло-каталку»	45 мин.	
	«Вспомогательные средства при перемещении»	45 мин.	
«Профилактика пролежней»	«Причины пролежней».	30 мин.	Изучение основных причин пролежней.
	«Факторы провоцирующие пролежни»	45 мин.	Рассмотрение частых мест образования пролежней и что их провоцирует.
	«Стадии пролежней»	30 мин.	Изучение 4-х основных стадий пролежней.
	«Лечение пролежней»	45 мин.	Обучение основным терапевтическим мероприятиям по лечению пролежней.
	«Медикаменты для обработки пролежней»	45 мин.	Обучение медикаментозной обработке ран/язв. Традиционная и нетрадиционная медицина.

	«Способы профилактики»	60 мин.	Получение системы знаний по изучаемой теме: гигиенические процедуры, уменьшение давления, выбор белья, матраса, кровати, физиопроцедуры.
«Профилактика гипотрофии мышц»	«Контрактура»	45 мин.	Ознакомление с понятием контрактура и лечении.
	«Профилактика»	45 мин.	Дать представление об основных методах профилактики контрактур и атрофии мышц (массаж, физиопроцедуры, гимнастика, шинирование, медикаментозное лечение).
«Использование технических средств реабилитации»	«Многофункциональная кровать»	60 мин.	Ознакомление с видами функциональных кроватей, типы конструкций, материал кровати. Изучение особенностей выбора многофункциональной кровати.
	«Противопролежневый матрас»	60 мин.	Изучение принципов работы противопролежневого матраса, статичность и динамичность матраса. Научиться вбирать матрасы по материалу. Правильное хранение и уход за противопролежневым матрасом.
	«Ванна для купания»	60 мин.	Дать представление о принципах работы надувной ванны, ее выбора и разновидностей.
	«Памперс»	60 мин.	Рассмотрение нюансов выбора подгузников: надписи на упаковке, форма и край подгузников. Виды подгузников: открытые, закрытые, полуоткрытые и трусики. Размерная сетка.