

Бюджетное учреждение Омской области
«Комплексный центр социального обслуживания населения
Крутинского района»

Утверждаю:
Руководитель
БУ «КЦСОН Крутинского района»
Г.С. Клюева
«12» 01 2026 г.



ПРОГРАММА
«Школа реабилитации и ухода за инвалидами»

Составитель:
Большенкова Елена Анатольевна
Инструктор лечебной физкультуры

р.п. Крутинка
2026 год

ВВЕДЕНИЕ

Школа ухода является неотъемлемой частью системы долговременного ухода (СДУ).

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.

Актуальность проблемы реабилитации инвалидов связана с наличием значительного количества лиц, имеющих ограничения жизнедеятельности.

Инвалид - лицо, которое имеет нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами, приводящее к ограничению жизнедеятельности и вызывающее необходимость его социальной защиты

Инвалидность определяется как ограничения в возможностях, обусловленные физическими, психологическими, сенсорными, социальными, культурными, законодательными и иными барьерами, которые не позволяют человеку, имеющему инвалидность, быть интегрированным в общество и принимать участие в жизни семьи или общества на таких же основаниях, как и другие члены обществ.

Реабилитация — это активный процесс, целью которого является достижение полного восстановления нарушенных вследствие заболевания или травмы функций, либо, если это нереально — оптимальная реализация физического, психического и социального потенциала инвалида, наиболее адекватная интеграция его в обществе.

Каждое заболевание, особенно тяжелое и продолжительное, сопровождается появлением различных симптомов (лихорадки, боли, одышки, ухудшения аппетита), ограничением физической активности и способности к самообслуживанию, нарушением способности к удовлетворению основных жизненных потребностей (еде, питью, освобождению кишечника, мочевого пузыря).

Наряду с мерами, направленными на борьбу с заболеванием, больному необходимо обеспечение правильного режима, правильный уход за ним (физический режим, санитарно-гигиенические условия, питание, помощь при оправлении физиологических потребностей и проведение различных процедур, направленных на уменьшение проявлений заболевания).

Кроме того, течение многих хронических заболеваний может отягощаться или провоцироваться наличием вредных привычек (курением, злоупотреблением

алкоголя, чаем, кофе, определенными блюдами) и отрицательными психоэмоциональными влияниями. Важно выявить эти факторы и постараться их устранить. Это тоже входит в задачу ухода за больным.

Режим физической активности больного зависит от тяжести заболевания. Положение пациента в постели может быть активным, если больной способен самостоятельно поворачиваться, вставать с постели, ходить, и пассивным, если больной не может сам двигаться и сохраняет то положение, которое ему придали, что чаще наблюдается при бессознательном состоянии или при нарушении мозгового кровообращения.

Часто больные занимают вынужденное положение, стараясь облегчить свои страдания. При разных заболеваниях назначают строгий или нестрогий постельный режим, полупостельный или свободный, с различной степенью активности.

При некоторых заболеваниях больные нуждаются в длительном, даже постоянном, постельном режиме. Такой режим обеспечивает не только более экономное использование сил больного при снижении резервных возможностей жизненно важных органов, но и равномерное и постоянное тепло, что важно при воспалительных заболеваниях.

Однако соблюдение длительного физического покоя сопряжено с рядом отрицательных последствий. Длительная неподвижность вызывает снижение мышечного тонуса, нарушение физиологических рефлексов, замедление скорости кровотока, повышение свертываемости крови, что способствует возникновению осложнений – воспалению легких застойного происхождения, заболеванию вен, закупорке сосудов, атрофии мышц, изменениям в суставах, нарушению деятельности кишечника и мочевого пузыря, образованию пролежней и др.

Таким образом, чрезмерно строгий режим физического покоя вместо пользы может принести вред, замедляя и затрудняя процесс восстановления или поддержания здоровья. Поэтому в настоящее время врачи сокращают сроки постельного режима, включают раннее расширение объема физической активности, самообслуживание и физическую тренировку даже при таком заболевании, как инфаркт миокарда. При таком активном ведении быстрее восстанавливается состояние больных и упомянутые выше осложнения не развиваются. Конечно, решает вопрос о выборе двигательного режима и объема нагрузок только врач, но все же следует знать, что даже при строгом режиме больной вне периода ухудшения (приступа боли или удушья и т. п.) в большинстве случаев в состоянии самостоятельно умываться, бриться, принимать пищу, причесываться, читать литературу и т. д. Конечно, для этого должны быть созданы соответствующие условия (подголовник, откидной столик).

При полупостельном режиме хронически больного шире привлекают к выполнению некоторых несложных обязанностей по самообслуживанию, постепенно их расширяя. Лечебную физкультуру (например, дыхательную

гимнастику), гигиеническую гимнастику в домашних условиях проводят под контролем самочувствия больного. Гораздо сложнее обязанности ухаживающего в тех случаях, когда пациент не может двигаться и занимает пассивное или вынужденное положение, например при бессознательном состоянии, параличе, резкой слабости.

Уход за больными на дому не только поддерживает физиологические функции организма и облегчает состояние больного, но и активно участвует в процессе восстановления состояния его здоровья, трудоспособности.

Срок реализации программы: 3 года.

Целевые группы (социальные категории), на которые ориентирована деятельность школы ухода – специалисты, родственники, законные представители, иные граждане, осуществляющие уход за пожилыми и инвалидами, утратившими (полностью или частично) способность к самообслуживанию и передвижению в связи с преклонным возрастом или болезнью и нуждающимися в постороннем уходе. Обучение для целевой категории граждан в рамках Школы ухода осуществляется на бесплатной основе.

Основное направление работы Школы ухода – обучение специалистов КЦСОН, родственников граждан пожилого возраста и инвалидов навыкам ухода и методам реабилитации в домашних условиях.

При реализации программы используются следующие методы работы:

- лекции,
- семинары,
- практические занятия.

Формы работы:

- Индивидуальные занятия.
- Групповые занятия

Кадровое обеспечение: штатные сотрудники КЦСОН, прошедшие специальное обучение, специалист по социальной работе, психолог, медицинские работники.

Цель Школы ухода: Обеспечение родственного ухода за гражданами пожилого возраста и инвалидами в домашних условиях в условиях максимально длительного проживания граждан пожилого возраста и инвалидов в домашних условиях.

Ожидаемые результаты от деятельности Школы ухода

- повышение уровня знаний родственников, законных представителей, иных граждан, осуществляющих уход за пожилыми и инвалидами в части осуществления ухода и проведения реабилитации в домашних условиях;
- повышение качества жизни граждан, нуждающихся в уходе;
- обеспечение условий для максимально длительного проживания граждан пожилого возраста и инвалидов в домашних условиях.

Основными задачами школы являются:

- Улучшение системы ухода в учреждении и на дому, мотивация на объединение работников учреждения, получателей социальных услуг и родственников; формирование позитивного отношения к жизни;
- создание информационно-справочного материала по уходу в учреждении и в домашних условиях за маломобильными и немобильными гражданами пожилого возраста и инвалидами;
- улучшение социального самочувствия граждан пожилого возраста в связи с проживанием в семье;
- обеспечение маломобильных и немобильных граждан пожилого возраста и инвалидов необходимой поддержкой и уходом в период отпуска со стороны родственников познакомить с психологическими аспектами, связанными с вопросами организации ухода и профилактики стрессовых состояний;
- оказание консультативной помощи родственникам, осуществляющим уход, обучить родственников и других лиц, осуществляющих уход практическим навыкам осуществления ухода в домашних условиях с учетом материально-бытовых условий проживания, степени самообслуживания и состояния здоровья;
- обучить родственников и других лиц, осуществляющих уход навыкам медицинских манипуляций, профилактики осложнений, личной гигиены, правилам питания и кормления, методам дезинфекции;
- обучить сотрудников учреждения и родственников практическим навыкам оказания экстренной доврачебной помощи получателям социальных услуг

Краткое описание: Занятия в Школе ухода проводятся в форме курса лекционных и практических занятий по изучению теоретических основ и практического освоения навыков ухода за тяжелобольными людьми, обучению методам наблюдения и контроля за изменениями в состоянии здоровья, использованию технических средств реабилитации, изучению психологических аспектов, связанных с вопросами организации ухода, информированию о видах социальной поддержки.

Рекомендуемое количество занятий в рамках курса – 24, периодичность – 2 раза в месяц, продолжительность одного занятия – 1 час.

Содержание программы

Модуль 1. Нормы и принципы общения с лицами, нуждающимися в постороннем уходе

Модуль 2. Особенности проведения гигиенических процедур лицам, нуждающимся в постороннем уходе

Модуль 3. Приготовление пищи и кормление лежачих больных

Модуль 4. Питание: правила хранения продуктов, приспособления для кормления и способы правильного приема пищи

Модуль 5. Приспособления и оборудование для помощи в передвижении и восстановлении людей, нуждающихся в постороннем уходе

Модуль 6. Обеспечение здорового образа жизни и досуга

Модуль 7. Лечебные процедуры. Обеспечение приема лекарственных препаратов

Модуль 8. Гигиенические требования к помещениям, в которых находятся лица, нуждающиеся в уходе

Модуль 9. Сопровождение получателя социальных услуг

Модуль 10. Взаимодействие с различными службами в интересах лиц, нуждающихся в постороннем уходе

Модуль 11. Риски бытовой травмы, правила, способы и средства адаптации среды жизнедеятельности для лиц, нуждающихся в уходе

Календарно - тематический план 2026-2029гг

№	Тема занятия	Количество занятий	Дата проведения
1.	Лекция. Нормы и принципы общения с лицами, нуждающимися в постороннем уходе. Этика. Деонтология. Сестринская деонтология. Профессиональная этика. Коммуникативная эффективность. (модуль 1)	1	январь
2.	Семинар. Правила этикета при общении с людьми, испытывающими трудности в передвижении, имеющими нарушение зрения, слуха, имеющими задержку в развитии и проблемы общения, умственные нарушения, имеющими психические нарушения, затруднения в речи. (модуль 1)	1	январь
3.	Лекция. Особенности проведения гигиенических процедур лицам, нуждающимся в постороннем уходе. Анатомия и физиология человека. (модуль 2)	1	февраль
4.	Практическое занятие. Уход за постелью, смена нательного белья. (модуль 2)	1	февраль
5.	Практическое занятие. Уход за кожей и профилактика пролежней. (модуль 2)	1	март
6.	Практическое занятие. Применение суден и мочеприёмников, подмывание больных. (модуль 2)	1	март
7.	Практическое занятие. Уход за полостью рта, глазами, ушами, носом, волосами. (модуль 2)	1	апрель
8.	Семинар. Приготовление пищи и кормление лежачих больных. (модуль 3)	1	апрель
9.	Семинар. Правила кормления лежачих больных. (модуль 3)	1	май

10.	Лекция. Питание: правила хранения продуктов. (модуль 4)	1	май
11.	Семинар. Приспособления для кормления и способы правильного приема пищи. (модуль 4)	1	июнь
12.	Семинар. Приспособления и оборудование для помощи в передвижении и восстановлении людей, нуждающихся в постороннем уходе. (модуль 5)	1	июнь
13.	Практическое занятие. Принципы использования ТСР. (модуль 5)	1	июль
14.	Лекция. Обеспечение здорового образа жизни. (модуль 6)	1	июль
15.	Лекция. Обеспечение досуга. (модуль 6)	1	август
16.	Практическое занятие. Лечебные процедуры. Применение холода: компресс, пузырь со льдом. (модуль 7)	1	август
17.	Практическое занятие. Лечебные процедуры. Применение тепла: согревающие компрессы, припарки, грелка, банки, горчичные ванны, водолечебные процедуры. (модуль 7)	1	сентябрь
18.	Семинар. Лечебные процедуры. Промывание желудка. (модуль 7)	1	сентябрь
19.	Семинар. Лечебные процедуры. Клизмы. (модуль 7)	1	октябрь
20.	Семинар. Обеспечение приема лекарственных препаратов. Общие правила применения лекарственных средств. (модуль 7)	1	октябрь
21.	Лекция. Гигиенические требования к помещениям, в которых находятся лица, нуждающиеся в уходе. (модуль 8)	1	ноябрь
22.	Лекция. Сопровождение получателя социальных	1	ноябрь

	услуг(модуль 9)		
23.	Семинар. Взаимодействие с различными службами в интересах лиц, нуждающихся в постороннем уходе.(модуль 10)	1	декабрь
24.	Практическое занятие. Риски бытовой травмы, правила, способы и средства адаптации среды жизнедеятельности для лиц, нуждающихся в уходе. (модуль 11)	1	декабрь