ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

С каждым годом количество людей, имеющих серьезные ограничения жизнедеятельности, неуклонно растет. Человек, внезапно попавший в зону психологического дискомфорта в связи с ухудшением здоровья, требует особого внимания и ухода. Чтобы создать благоприятные условия для выздоровления, облегчить страдания и предотвратить осложнения – необходима правильная организация ухода за больным.

Население Нововаршавского района составляет около 23 тысяч человек, из их числа 6873 – пенсионеры, более 1300 инвалидов. В отделении социальной реабилитации бюджетного учреждения Омской области "Комплексный центр социального обслуживания населения Нововаршавского района" на учете состоит 591 человек, из них 87 детей – инвалидов. Доля инвалидов-колясочников составляет 14%. В постоянном постороннем уходе нуждаются 69 человек. В настоящее время сохраняется тенденция увеличения доли пожилых граждан и инвалидов в структуре населения, страдающих тяжёлыми хроническими заболеваниями. Особенности их образа жизни и имеющиеся социально-экономические проблемы выдвигают новые требования к оказанию социальной помощи.

Социальная помощь включает в себя ряд мероприятий, направленных на осуществление медицинской, социальной, профессиональной, социально-средовой, социально-педагогической, социально-психологической реабилитации, социально-бытовой адаптации пожилых и инвалидов, а также обучение родственников и других лиц, осуществляющих уход за инвалидами, гражданами пожилого возраста на дому.

Безусловно, работающим людям сложно обеспечить качественный уход своим пожилым родственникам и инвалидам. А если речь идет о серьезном заболевании, то возникает необходимость в получении специальных знаний, навыков по уходу за больными. Для того чтобы нуждающийся в уходе пожилой человек получал его в нужном объеме, необходима помощь специалистов. Прошедшие специальную подготовку родственники способны быстрее компенсировать все морально-этические и психологические проблемы, возникающие в семье.

Всё это послужило причиной разработки программы "Школа реабилитации и ухода", которая включает в себя обучение родственников и других лиц, осуществляющих уход за инвалидами и тяжелобольными родственниками на дому принципам общего ухода (правила питания и кормления, личная гигиена, биомеханика тела, методы дезинфекции, навыки медицинских манипуляций), использованию технических средств реабилитации.

Цель программы:

достижение оптимально возможного уровня качества жизни и социальной адаптации граждан, нуждающихся в постоянном постороннем уходе.

Задачи программы:

1.1. Выявление потребности граждан пожилого возраста, инвалидов и лиц, осуществляющих уход за указанными гражданами, в конкретных видах реабилитационных услуг.

1.2. Ознакомление родственников и других лиц, осуществляющих уход с основами геронтологии и специфическими проблемами здоровья граждан пожилого возраста и инвалидов.

1.3. Обучение родственников и других лиц, осуществляющих уход за инвалидами, гражданами пожилого возраста на дому:

1.3.1. Психологическим аспектам, связанным с вопросами организации ухода и разрешением семейных конфликтов, профилактики стрессовых состояний.

1.3.2. Принципам общего ухода:

- методам контроля за изменениями состояния здоровья инвалида, пожилого человека;
- навыкам медицинских манипуляций;
- профилактике осложнений;
- личной гигиене и биомеханике тела;
- правилам питания и кормления;
- профилактике пролежней;
- принципам правильного позиционирования;
- методам дезинфекции.

1.3.3. Основам реабилитации при различных функциональных нарушениях.

1.4. Информирование и консультирование по вопросам использования технических средств реабилитации.

1.5. Оказание юридической помощи в вопросах социального обслуживания, социальной защиты инвалидов, пожилых граждан.

1.6. Информирование о видах и формах социальной реабилитации.

Объект программы: граждане пожилого возраста и инвалиды.

Формирование группы осуществляется из числа граждан, нуждающихся в постоянном постороннем уходе, проживающих в Нововаршавском районе.

Количество участников программы:

Численный состав участников группы – не более 8 человек. Продолжительность обучения – 8 мес.

Категории граждан, имеющих право на обучение в Школе реабилитации и ухода (далее Школа)

К категориям граждан, имеющим право на обучение в Школе (далее – клиенты), относятся:

- родственники граждан пожилого возраста и инвалидов, полностью утративших способность к самообслуживанию и передвижению в связи с преклонным возрастом или болезнью;
- социальные и медицинские работники отделений социального обслуживания на дому Центра.

НАПРАВЛЕНИЕ И СОДЕРЖАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Социально-правовая реабилитация

Астафурова С.А.,
юрисконсульт БУ "КЦСОН Нововаршавского района"

Социально-психологическая реабилитация

Рутенберг В.В.,
психолог ОССО БУ "КЦСОН Нововаршавского района"

ШКОЛА РЕАБИЛИТАЦИИ И УХОДА

Социально-медицинская реабилитация

Данькив В.Д.,
специалист по реабилитационной работе в социальной сфере
БУ "КЦСОН Нововаршавского района"

Особенности ухода за пожилыми людьми и инвалидами

Сагайда М.В.,
медицинская сестра
БУ "КЦСОН Нововаршавского района"

Лечебная физическая культура и массаж

Маслова О.В.,
медицинская сестра по массажу
БУ "КЦСОН Нововаршавского района"
Щербак Л.И.,
инструктор ЛФК
БУ "КЦСОН Нововаршавского района"

Формы и методы работы

Обучение включает изучение теоретических основ и практическое освоение навыков ухода за людьми с ограниченной способностью к самообслуживанию и передвижению. Предусмотрены разнообразные формы организации занятий: лекции, семинары-практикумы, видеоконсультации, дискуссии, тренинги, беседы, использование мультимедийных материалов.

Ожидаемые результаты

Ожидаемыми результатами являются:

- повышение качества жизни граждан, нуждающихся в уходе;
- социально-бытовая и социально-средовая адаптация тяжелобольных граждан;
- создание благоприятной обстановки и психологической атмосферы в семье, где проживает больной человек;
- высвобождение времени родственников за счет оптимизации процесса ухода;
- снижение потребности тяжелобольных граждан в услугах стационарных учреждений здравоохранения и социального обслуживания.

Критерии оценки эффективности программы

Для оценивания успешности реализации программы используются результаты анкетирования участников.

ЭТАПЫ И СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Занятия в "Школе реабилитации и ухода" проводят специалисты Центра и лечебно-профилактических учреждений муниципального района. Обучение в Школе предусматривает как групповые, так и индивидуальные занятия. Периодичность занятий – 1 раз в месяц. Продолжительность одного занятия – 1,5-2 часа. Групповые занятия включают в себя полный курс обучения. Индивидуальные занятия проводятся с родственниками, осуществляющими уход, по выборочным направлениям тематического плана Школы.

№ п/п	Этапы	Мероприятия	Сроки
I.	**Подготовительный**	1. Корректировка тематического плана программы (ежегодно). 2. Формирование группы из родственников и других лиц, осуществляющих уход на дому за инвалидами и тяжелобольными людьми 3. Информирование населения о "Школе реабилитации и ухода"	Январь 2026
II.	**Основной**	1.Проведение теоретических и практических занятий. 2.Индивидуальные консультации. 3.Коррекция деятельности по программе в соответствии с планируемыми результатами	Февраль - октябрь 2026

III.	**Итоговый**	1.Мониторинг эффективности деятельности по программе в соответствии с ожидаемыми результатами. 2.Самооценка, рефлексия. 3.Выпуск методических рекомендаций по реализации программы	Ноябрь 2026

Управление программой:

1. Функционирование Школы осуществляют специалисты отделения социальной реабилитации инвалидов, юрисконсульт Центра.

2. Непосредственное руководство Школой осуществляет заведующий отделением социальной реабилитации инвалидов.

3. Контроль деятельности Школы осуществляет заместитель руководителя.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

I. Социально-правовая реабилитация

В рамках данного направления предусмотрено проведение занятий по обучению родственников, осуществляющих уход за тяжелобольным в домашних условиях, правилам пользования техническими средствами реабилитации, приемам эргокинезотерапии с целью социально-бытовой адаптации и приспособления к осуществлению жизнедеятельности в привычных домашних условиях. На лекционных занятиях рассматриваются вопросы получения социальных услуг на территории Нововаршавского муниципального района, этапы реализации индивидуальной программы реабилитации, социально-правовые аспекты социального обслуживания.

Темы занятий:

1. Взаимоотношения при домашнем уходе.

2. Правовые основы социальной поддержки граждан пожилого возраста и инвалидов.

3. Аспекты оформления индивидуальных программ реабилитации.

II. Социально-медицинская реабилитация

Медицинская реабилитация включает в себя комплекс медицинских мер, направленных на восстановление или компенсацию нарушенных или утраченных функций организма, приведших к тяжелому заболеванию или инвалидности. Это такие меры, как восстановительное лечение, профилактика осложнений, лечебная физкультура, массаж и др.

Уход за больными и инвалидами в большинстве своём осуществляется родственниками, у которых нет опыта в уходе и необходимых знаний для предупреждения вторичных заболеваний.

Родственникам зачастую негде получить необходимую поддержку, так как нет специалистов, обученных современным методам активизации больного при уходе. Из-за отсутствия консультирования и обучения часто не используются ресурсы самого больного, что приводит к ухудшению самочувствия, как у него,

так и у ухаживающих родственников. В связи с этим возникла необходимость обучить родственников профессиональным знаниям и практике ухода за тяжелобольными людьми.

Темы занятий:

1. Понятия геронтологии и гериатрии.
2. Как уберечь позвоночник ухаживающего. Практическое занятие.
3. Тренировка мышц у лежачего больного. Практическое занятие.
4. Применение пассивных упражнений и приемов самомассажа.
5. Правила оказания первой доврачебной помощи.
6. Особенности ухода за пожилыми людьми и инвалидами.

III. Социально-психологическая реабилитация

Социально-психологическая адаптация является неотъемлемой составляющей успешного процесса реабилитации людей, страдающих тяжёлой, инвалидизирующей патологией либо перенесших серьёзные стрессы, соматические заболевания или травмы. Она жизненно необходима для нормального взаимодействия личности и общества.

Хорошо известно, что болезнь не исчерпывается только тяжелым физическим состоянием. Она влияет на психику человека, изменяет его профессиональную и социальную значимость. Преодолеть болезнь – это значит ликвидировать ее нежелательные не только физические, но и психологические последствия.

Перенесенное тяжелое заболевание порой изменяет человека настолько, что он становится другой личностью. И этого "другого" родные и близкие часто не могут понять и принять. Постоянная физическая, психологическая и эмоциональная нагрузка приводит к ухудшению здоровья у людей, занимающихся уходом.

За время длительного ухода за больными у их родственников возникает "усталость от болезни", появляется необходимость в психологической разгрузке.

Поэтому необходимо подойти к проблеме реабилитации комплексно, охватив заботой тех, кто ухаживает за тяжелобольными людьми. Для этого в Школе проводятся занятия направленные на психологическую поддержку родственников, ухаживающих за тяжелобольными.

Темы занятий:

1. Профилактика стрессовых состояний, вызванных необходимостью ухода за пожилыми людьми и инвалидами. Практические занятия, тренинги.
2. Внутренняя картина болезни. Мотивация на здоровье. Презентация, тренинги.