



# Доктор для близкого человека

Базовым навыкам помощи тем, кто живет рядом и нуждается в заботе, учат всех желающих в крае

Почти четыре тысячи красноярцев прошли обучение в школах родственного ухода. Занятия проводятся для тех, кому необходимо организовать уход за больным, пожилым родственником. Это очень актуальная технология: такие знания необходимы многим, например, в период временной реабилитации близких после операций, болезней. Врач не может быть с пациентом 24 часа в сутки, но можно самому стать добрым доктором для своих родных.

## Запрос общества

Школы родственного ухода работают при центрах социального обслуживания населения в рамках регионального проекта «Старшее поколение» национального проекта «Демография». Система создается по всей стране. По данным министерства социальной политики края, в 2020 году специализированные знания по уходу за маломобильными людьми получили 3 739 жителей края. Обучение организовано во всех 65 комплексных центрах социального обслуживания населения региона.

**Ирина Пастухова, министр социальной политики края,** отметила:

– Очень много было желающих, все они прошли обучение. Потому что не каждый готов отдать своего родственника на попечение в социальные учреждения. Это был определенный запрос общества. Поэтому в крае и внедряется система долгосрочного ухода за инвалидами и пожилыми людьми, которые не могут самостоятельно за собой ухаживать. Главная цель данной системы – обеспечить гражданам, нуждающимся в уходе, сбалансированное социальное обслуживание и медицинское сопровождение как на дому, так и в стационарных учреждениях. Важно, что школы у нас действуют практически в каждом учреждении, чтобы помочь составить программу реабилитации. Обучение в школе родственного ухода бесплатное.

Среди тех, кто получает специализированные знания по уходу за маломобильными людьми, – социальные работники, которым по роду своей деятельности приходится сталкиваться с получателями таких услуг. Кроме того, занятия были полезны и волонтерам, на них приходили даже соседи и просто знакомые тяжело больных граждан.

## Лекции и практики

Преподаватели школ – сотрудники комплексных центров, а также специалисты учреждений здравоохранения.

Вместе они рассказывают слушателям о передовых принципах и профессиональных приемах долговременного ухода за пожилыми или маломобильными людьми, частично или полностью утратившими способность к самообслуживанию. Чтобы максимально облегчить и сохранить им жизнь и не навредить себе.

Занятия проходят в форме лекций и практик по тематическим циклам, направленным на уход за больным с конкретной проблемой: инсульт, диабет, гипертония, остеопороз, деменция. Обучающиеся также знакомятся с биомеханикой тела, со спецификой поведения пожилых людей и инвалидов, учатся азам геронтологии, практическим навыкам решения конфликтных ситуаций, медицинским манипуляциям. Изучаются в том числе и технические средства реабилитации.

Учитывая географические особенности нашего региона, в некоторых территориях действует сразу несколько школ родственного ухода. Так, например, комплексный центр социального обслуживания населения «Эвенкийский» с прошлого года организовал такое обучение для жителей трех поселков – Туры, Байкита и Ванавары. Таким образом, открыты три школы.

## Важна не только гигиена

Как рассказала **Мария Владимировна Наумова, заместитель директора КГБУ СО «КЦСОН «Эвенкийский»**, первый год стал временем адаптации:

– Мы искали удобный формат работы, темы, интересные родственникам. Вместе обучались и социальные работники, оказывающие социальные услуги пожилым гражданам и инвалидам, и родственники маломобильных граждан. Для практических занятий использовали свое оборудование, в том числе технические средства реабилитации, предназначенные для проката.

«Школьная» программа – это тематические блоки от че-



В школе обучают медицинским манипуляциям и другим важным навыкам

тырех до семи занятий в зависимости от темы. Раздел знаний очень большой, поэтому за короткий срок все охватить не удастся. Так, уже в нынешнем году в «Эвенкийском» запланированы четыре блока: «Уход за лежачими», «Особенности ухода за лицами, перенесшими инсульт», «Особенности ухода за лицами с гипертонией и сердечно-сосудистыми заболеваниями», «Особенности ухода за лицами с деменцией». Занятия проводятся один раз в неделю и длятся 1–2 часа, ведь зачастую ухаживающие за родственниками люди работают и им трудно выкроить свободное время. А нужно научиться не только принципам ухода: кормлению, перемещению, измерению жизненных показателей и другим медицинским манипуляциям. Безусловно, важна гигиена, смена белья, мытье, профилактика и лечение кожных осложнений. Но нельзя забывать и об особенностях общения с пожилыми людьми, этот навык может стать одним из самых ценных. В школе преподают психолог, а также реабилитолог, инструктор по адаптивной физической культуре.

Мария Владимировна подчеркнула, что предусмотрены также индивидуальные консультации, в том числе с выездом на дом, и групповые консультации. Специалисты учреждения подготовили методические рекомендации, памятки, брошюры. В 2020 году большую методическую помощь эвенкийским коллегам оказали сотрудники КГКУ «Ресурсно-методический центр

## ОТЗЫВЫ СЛУШАТЕЛЕЙ

### Екатерина Васильевна

прослушала курс «Уход за лежачими больными», ухаживает за отцом

– Благодаря сотрудникам КЦСОН с. Байкит и медицинского работника за занятия в школе долговременного ухода, которые обучили меня важным навыкам. Мой отец уже долгое время остается прикован к кровати из-за перелома шейки бедра. Специалисты дали более глубокую информацию, как правильно за ним ухаживать. С большим интересом я прослушала материал, который помогает мне в уходе. Очень понравилось участвовать в практических, наглядных занятиях по уходу за лежачим больным. Вообще занятия расширили мой кругозор для помощи близкому мне человеку. Если у кого-то в семье появился родной человек, нуждающийся в постоянном профессиональном уходе, я рекомендую пройти такое обучение. Когда-то я сама всему училась с нуля, и такое обучение вначале может значительно упростить уход за больным человеком.

### Елена Юрьевна СЫЧУГОВА

заведующая отделением социального обслуживания на дому № 1 КГБУ «СО «КЦСОН «Эвенкийский»

– При организации занятий в школе долговременного ухода мы шли от потребностей граждан, проживающих в нашем поселке. Самое важное на этих занятиях – не только научить родственников правильно организовать необходимый уход нуждающемуся человеку, но и в первую очередь обеспечить индивидуальный, личностный подход к каждому, обучить в соответствии с потребностями конкретного человека, помочь в решении именно тех проблем и вопросов, которые волнуют наших жителей.

системы социальной защиты населения».

Добавим, что на сайте Красноярского краевого центра общественного здоровья и медицинской профилактики [krascmp.ru](http://krascmp.ru) можно изучить видеоматериалы по темам «Что вы хотели узнать про инсульт, но боялись спросить?», «Здоровье сердца и сосудов», «Жизнь с сердечной недостаточностью», «Основы рационального питания», «Школа для пациентов с остеопорозом» и многое другое.

Юлия ШЛЕНКО

**Записаться на занятия, а также получить справочную информацию по вопросам, касающимся работы школ родственного ухода, можно в комплексном центре социального обслуживания по месту жительства. Адреса и телефоны центров можно найти на сайте [szn24.ru](http://szn24.ru) в разделе «Подведомственные учреждения». Единый справочный телефон **8 800 350-20-50****