

Утверждаю  
Директор ГБУ «КЦСОН  
г. Каменск-Уральского»  
*И.С. Гапанович*  
«19» 08 2015 г.

# ПРОГРАММА

## «ОБУЧЕНИЕ НАВЫКАМ УХОДА»

г. Каменск-Уральский 2015 год

## Содержание:

1. Пояснительная записка
2. Цели и задачи программы
3. Формы и методы обучения
4. Разделы Программы «Обучение навыкам ухода»
5. Методическая литература

## I. Пояснительная записка

В связи с тенденцией постарения населения России возрастает актуальность повсеместной организации квалифицированной медико – социальной помощи пожилым людям. Для того, чтобы оказывать эффективную медико-социальную помощь, необходимо четко представлять социально-демографический портрет нуждающихся в ней граждан.

Организация помощи пожилым людям с точки зрения сохранения их здоровья не может ограничиваться только медицинскими сферами и должна носить комплексный медико - социальный характер.

Виды помощи пожилым людям:

1. Реабилитационная (восстановление утраченных функций, обусловленных заболеванием или возрастом);
2. Адаптивная (приспособление к жизни в изменившихся условиях);
3. Психологическая;
4. Духовная.

В настоящее время значительная роль должна отводиться семейной медицине. Одной из целей семейной практики является подготовка пожилого человека к изменениям их здоровья в старости.

Весь комплекс мер, направленных на медико-социальное обеспечение пожилых и старых людей, можно условно разделить на 4 основных направления:

1. Лечебно-организационные мероприятия, направленные на изучение потребностей пожилых людей и определение тактики ведения и этапности оказания помощи;
2. Социально- психологическая работа (моральная поддержка, развитие адаптивных возможностей с элементами самообслуживания, ухода за собой);
3. Санитарно-просветительская работа по вопросам личной гигиены и гигиены жилища, профилактики заболеваний, здорового образа жизни, вреда самолечения;
4. Рекомендации по сохранению трудовой и социальной активности – продолжение посильной трудовой деятельности, работа на дому и ведение активной общественной жизни;

Для повышения эффективности медико-социальной помощи по вопросам геронтологии и гериатрии, в т.ч. подготовке специалистов по социальной работе, формировать уважительное отношение к гражданам «третьего возраста»

## **II. Цели и задачи**

### **Цель:**

Сохранение и укрепление здоровья граждан пожилого возраста на основе формирования здорового образа жизни.

### **Задачи:**

- 1) Поддержка удовлетворительного качества жизни пожилых людей.
- 2) Защита гарантированных государством прав на социальное обслуживание.
- 3) Практические советы по уходу за собой в пожилом возрасте.

## **III. Формы и методы обучения**

1. Лекция – последовательное изложение системы каких – либо идей, положений, взглядов и их доказательства и иллюстрирования, с использованием презентаций.
2. Обучающее занятие – форма традиционного обучения с преобладанием объяснения нового материала, целью которого является передача информации, знаний как таковых, с использованием презентаций и раздаточного материала.
3. Учебные практические занятия - индивидуальные практические занятия или занятия в группе.

Занятия проводятся 1-2 раза в неделю в течение учебного года специалистом по социальной работе. При ведении занятий есть необходимость консультироваться с лечащим врачом слушателей Школ пожилого возраста.

#### **IV. Разделы программы «Обучение навыкам ухода»**

- 1. Правильно организованное питание** – изучаем полезную здоровую пищу;
- 2. Профилактика различных заболеваний** – закаливание, траволечение, личная гигиена и уход за собой, гигиена помещения и предметов быта и др.;
- 3. Профилактика травматизма** – удобная обувь, одежда, правильное поведение и др.;
- 4. Особенности ухода за собой при различных заболеваниях** – изучение ухода за собой при различных заболеваниях.

#### **V. Методическая литература**

Учебное пособие для слушателей Министерства социальной защиты населения Свердловской «Обучение навыкам ухода»