

Департамент по труду и социальной защите населения Костромской области

Областное государственное бюджетное учреждение «Центр социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов по г. Костроме»

Ресурсно-методическое отделение

**«Школа обучения навыкам общего ухода за
тяжелобольными на дому»**



Кострома

2017 г.

Существующая в настоящее время социально-демографическая тенденция к увеличению количества пожилых людей, инвалидов и больных хроническими заболеваниями (патология сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, опорно-двигательного аппарата) в стране и регионе предопределяет необходимость развития традиционных подходов к социальной деятельности с данными категориями граждан и внедрение инновационных технологий, форм и методов, направленных на улучшение качества и условий жизни населения.

Тяжелобольной – это лицо, у которого имеются значительные нарушения функций органов и систем, которое нуждается в медицинской помощи и интенсивном уходе. Некоторые заболевания сопровождаются нарушением двигательной активности (последствия инсульта, хроническая сердечная недостаточность, онкологические заболевания) или больному противопоказаны активные движения (например при инфаркте миокарда), так как они могут привести к ухудшению состояния больного.

У тяжелобольного человека нарушено удовлетворение потребностей:

- в движении;
- в нормальном дыхании;
- в адекватном питании и питье;
- в выделении продуктов жизнедеятельности;
- в отдыхе, сне;
- в общении;
- в преодолении болей;
- в способности поддерживать собственную безопасность.

В связи с этим возможны следующие проблемы:

- риск возникновения пролежней;

- риск дыхательных нарушений (застойных явлений в легких);
- риск нарушения мочевыделения (инфицирование, образование камней в почках);
- риск нарушения аппетита;
- риск развития контрактур суставов, гипотрофии мышц;
- риск травм;
- риск дефицита самоухода и личной гигиены;
- риск запоров;
- риск нарушения сна;
- риск дефицита общения.

Для организации эффективного целенаправленного домашнего ухода за тяжелобольным нужно помнить об основных потребностях и о тяжести состояния, насколько человек сам способен удовлетворить нарушенные потребности. Но часто тяжелобольной частично или полностью утрачивает способность к самообслуживанию и становится зависимым от окружающих его людей.

К сожалению, не всегда родственники престарелых, тяжелобольных людей знают те элементарные способы ухода, которые необходимо выполнять для поддержания здоровья и профилактики возможных осложнений. «Школа обучения навыкам общего ухода за тяжелобольными на дому» (далее Школа) призвана помочь ухаживающим грамотно проводить процедуры по уходу, позволяет обменяться опытом, а также узнать много нового о реабилитации и видах социальной помощи. Данные методические рекомендации разработаны для обучения лиц, осуществляющих уход за тяжелобольными гражданами.

Деятельность Школы регламентируется действующим законодательством: Конституцией Российской Федерации от 12.12.1993 г., Федеральным законом от 28.12.2013 г № 442-ФЗ «Об основах

социального обслуживания граждан в Российской Федерации», Федеральным законом от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации», Постановлением Правительства Российской Федерации от 1 декабря 2015 г № 1297 "Об утверждении государственной программы Российской Федерации "Доступная среда" на 2011 - 2020 годы", Постановлением Администрации Костромской области от «12» декабря 2014 г. № 512-а «Порядок предоставления социальных услуг поставщиками социальных услуг в Костромской области», Постановлением Администрации Костромской области от 26.12.2013 г. № 569-а «Об утверждении государственной программы Костромской области « Социальная поддержка граждан Костромской области» на 2014-2020 годы»

Цели Школы: достижение оптимально возможного уровня жизни и социальной адаптации инвалида или пожилого человека в привычной для них домашней обстановке в окружении семьи; повышение эффективности социально-реабилитационных мероприятий; создание благоприятной обстановки и психологической атмосферы в семье, обеспечивающей снятие последствий психотравмирующих ситуаций, нервно-психической напряженности, способствующие формированию личностных предпосылок для адаптации к изменяющимся условиям и мотивации на здоровье, побуждающих к активной жизни в социуме; снижение потребности в услугах лечебно-профилактических учреждений.

Задачи Школы:

1. Обучение родственников и других лиц, осуществляющих уход за тяжелобольными на дому:

- методам контроля за изменениями состояния здоровья;
- профилактики осложнений;
- принципам общего ухода;
- методам дезинфекции;

- навыкам медицинских манипуляций;
- методам самообслуживания и самоконтроля,
- использованию технических средств реабилитации,
- методам предотвращения или коррекции всевозможных дезадаптивных состояний, возникающих у родственников тяжелобольных,

2. Информирование о факторах риска развития осложнений сопутствующей патологии.

3. Консультирование лиц, осуществляющих уход за тяжелобольными, по вопросам реабилитации и видам социальной помощи.

4. Формирование ответственного отношения к состоянию тяжелобольного, выполнению рекомендаций по лечению, повышение мотивации к оздоровлению и приверженности к лечению.

Основными направлениями деятельности «Школа» являются: обучение родственников и других граждан, осуществляющих уход, навыкам общего ухода за тяжелобольными на дому, по основным программам; контроль уровня полученных знаний, умений и навыков, анализ эффективности обучения навыкам общего ухода за тяжелобольными на дому, межведомственное взаимодействие с учреждениями здравоохранения и учреждениями образования.

Занятия Школы проходят в форме лекций, семинаров, мастер-классов на основании программы, утвержденной директором Центра, в группах до 10 человек. Тематика занятий определяется исходя из результатов анкетирования обучающихся (Приложение 4.)

Рекомендуемая программа обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Лекция 1 час	Комбинированное занятие 1 час	Всего
1	Оценка функционального состояния человека		1	1
2	Создание состояния комфорта тяжелобольному в домашних условиях	1		1
3	Помощь тяжелобольному в осуществлении личной гигиены: смена постельного, нательного, абсорбирующего белья, переворачивание, подъем больного, умывание.		1	1
4	Уход за кожей тяжелобольного.		1	1
5	Уход за глазами, ушами, ротовой полостью		1	1
6	Транспортировка и переключивание тяжелобольного.		1	1
7	Уход за больными со стомами	1		1
8	Технология оказания доврачебной помощи при бронхиальной астме.		1	1
9	Технология оказания доврачебной помощи при болезнях сердца		1	1

	(стенокардия, инфаркт)			
10	Технология оказания доврачебной помощи при кровотечениях		1	1
11	Технология оказания доврачебной помощи при гипертоническом кризе.		1	1
12	Особенности общения с тяжелобольными людьми	1		1
	Итого:	3	9	12

Рекомендуемый план лекций и практических занятий :

Тема 1: Оценка функционального состояния человека.

**Форма организации учебного процесса – комбинированное занятие
- 1 час.**

Слушатель должен знать:

- места определения пульса;
- характеристики пульса;
- способы измерения артериального давления;
- правила подсчета дыхательных движений.

Содержание учебного материала:

Понятия “артериальное давление”, “гипертония и гипотония”, “пульс”, “дыхание”. Виды измерителей артериального давления. Правила измерения артериального давления. Места определения пульса и его характеристики.

Тема 2: Создание состояния комфорта тяжелобольному в домашних условиях.

Форма организации учебного процесса – лекция 1 час.

Слушатель должен знать:

- организацию пространства вокруг тяжелобольного;
- требования к организации быта тяжелобольного;
- расположение кровати в комнате;
- положение больного в постели;
- смена постельного белья;
- смена нательного белья;
- профилактика несчастных случаев

Содержание учебного материала:

Правила организации быта тяжелобольного (расположение мебели в комнате, световой и температурный режимы).

Положение больного в постели (активное, пассивное и вынужденное).

Приготовление постели.

Смена постельного белья (продольный и поперечный способы) и нательного белья.

Профилактика несчастных случаев для тяжелобольных, находящихся на постельном режиме.

Устройство функциональной кровати.

Тема 3: Помощь тяжелобольному в осуществлении личной гигиены.

Форма организации учебного процесса: комбинированное занятие – 1 час.

Слушатель должен знать:

- понятие “личная гигиена”;
- правила проведения гигиенической ванны и душа;
- подмывание тяжелобольного;
- подача судна и мочеприемника;
- уход за волосами;
- уход за ногтями.

Содержание учебного материала:

Понятие “личная гигиена”. Правила проведения гигиенической ванны и душа: оснащение, температурный режим воды и воздуха. Способы мытья головы и ног в постели. Уход за ногтями. Правила подачи судна и мочеприемника. Усаживание на унитаз или стульчик. Дезинфекция. Смена подгузников.

Тема 4: Уход за кожей тяжелобольного.

Форма организации учебного процесса - лекция 1 час.

Слушатель должен знать:

- функции кожи;
- понятия “пролежень” и “опрелости”;
- факторы риска развития пролежней;
- места появления пролежней;
- профилактика пролежней.

Содержание учебного материала:

Функции кожи (дыхательная, выделительная, защитная). Причины образования пролежней и опрелостей. Применение шкалы Ватерлоу для оценки риска развития пролежней. Клиническая картина и особенности диагностики. Общие подходы к профилактике пролежней.

Тема 5: Уход за глазами, ушами, ртом и носом.

Форма организации учебного процесса - комбинированное занятие 1 час.

Слушатель должен знать:

- обработку полости рта;
- уход за ушами;

- уход за глазами;
- уход за носом.

Содержание учебного материала:

Необходимость ухода за полостью рта, алгоритм обработки рта. Особенности ухода за съемными протезами. Уход за ушами, правила закапывания капель в уши.

Обработка носовых ходов, закапывание капель в нос, помощь при носовом кровотечении.

Уход за глазами: протирание и промывание глаз, инстилляція глазных капель.

Самостоятельная аудиторная работа:

- работа в малых группах – отработка манипуляций на муляжах;
- решение тестовых заданий (Приложение 5):

Тема 6: Транспортировка и перекладывание тяжелобольного.

**Форма организации учебного процесса – комбинированное занятие
1 час.**

Слушатель должен знать:

- помощь больному при перемещении в кровати;
- пересаживание тяжелобольного с кровати на стул или кресло-каталку;
- сопровождение больного по комнате.

Содержание учебного материала:

Выбор способов перемещения больного в зависимости от тяжести состояния. Помощь при перемещении в постели. Опасные действия при ручном перемещении. Принципы перемещения тяжелобольного вручную. Поэтапность пересаживания тяжелобольного с кровати на стул или кресло- каталку. Сопровождение больного по комнате, в туалет или ванную комнату. Самостоятельное изготовление средств малой механизации.

Самостоятельная аудиторная работа:

- работа в малых группах до 5 - ти человек (отработка способов перемещения больного одним или двумя родственниками);
- решение тестовых заданий;
- игровые ситуации.

Тема 7: Уход за больными со стомами:

Форма организации учебного процесса – комбинированное занятие 1 час.

Содержание учебного материала: Что такое стома. Разновидности стом. Средства для ухода за стомой. Правила ухода за стомой. Средства ухода за кожей вокруг стомы. Правила ухода за кожными покровами вокруг стомы.

Тема 8: Технология оказание доврачебной помощи при бронхиальной астме.

Форма организации учебного процесса – комбинированное занятие 1 час.

Содержание учебного материала. Бронхиальная астма. Причины и провоцирующие факторы приступа. Предвестники и симптомы. Алгоритм действий по оказанию доврачебной помощи. Астматический статус. Стадии тяжести. Оказание первой помощи.

Тема 9: Технология оказание доврачебной помощи при болезнях сердца.

Форма организации учебного процесса – комбинированное занятие 1 час.

Содержание учебного материала: Болезни сердца. Характерные признаки (симптомы) сердечного приступа. Алгоритм неотложных действий. Первая помощь. Закрытый массаж сердца.

Тема 10: Технология оказания доврачебной помощи при кровотечениях (наружное, артериальное, наружное, носовое).

Форма организации учебного процесса – комбинированное занятие 1 час.

Содержание учебного материала: Виды кровотечений. Способы остановки кровотечений.

Тема 11: Технология оказания доврачебной помощи при гипертоническом кризе.

Форма организации учебного процесса – комбинированное занятие 1 час.

Содержание учебного материала: Гипертоническая болезнь. Гипертонический криз. Факторы, провоцирующие гипертонический криз. Симптомы по видам криза. Оказание первой доврачебной помощи.

Типы дыхания, частота дыхательных движений. Патологические типы дыхания. Самостоятельная аудиторная работа:

-работа в малых группах (измерение артериального давления, подсчет пульса);

-решение тестовых заданий.

Тема 12: Особенности общения с тяжелобольными людьми

Форма организации учебного процесса – лекционное занятие - 1 час.

Содержание учебного процесса: Особенности психологического состояния у тяжелобольных граждан. Особенности общения с тяжелобольными.

В рамках деятельности Школы осуществляется межведомственное взаимодействие с учреждениями здравоохранения и учреждениями образования. На время взаимодействия рекомендуется заключать соглашения.

Для регулирования деятельности Школы необходимо разработать Положение. В целях эффективности работы рекомендуется ведение:

1. учетно-отчетной документации:
 - журнал посещаемости (**Приложение 1**),
 - ежемесячный отчет (**Приложение 2**),
 - годовой отчет (**Приложение 3**),
2. анкеты обучающихся (**Приложение 4**),
3. Книга отзывов и предложений.

Информацию о работе Школы необходимо размещать на информационных стендах Центра, в информационно-телекоммуникационных сетях общего пользования (в том числе в сети Интернет), в средствах массовой информации, в учреждениях здравоохранения.

Рекомендуемое оснащение Школы: методические и обучающие материалы для родственников и других граждан, осуществляющих уход за тяжелобольными гражданами, тонометры, фонендоскопы, наглядные пособия, демонстрационная техника, канцелярские товары и письменные принадлежности.

Основными результатами работы Школы являются:

1. Повышение качества жизни граждан, нуждающихся в уходе.
2. Социально-бытовая и социально-средовая адаптация тяжелобольных граждан.
3. Создание благоприятной обстановки и психологической атмосферы в семье, где проживает тяжелобольной гражданин.

4. Высвобождение времени родственников, за счёт оптимизации процесса ухода.

5. Снижение потребности тяжелобольных граждан в услугах стационарных учреждений.

Журнал посещаемости.

Начат «__» _____ 20__ г.

Закончен «__» _____ 20__ г.

№	Дата проведения	Тема и тип занятий	ФИО обучающегося адрес, телефон	Основной диагноз тяжелобольного	Сопутств. заболевания	ответств

Отчет по работе «Школа обучения навыкам общего ухода за тяжелобольными на дому»

Ежемесячный отчет

№ п/п	Показатель	Отчетный месяц
1.	Количество проведенных занятий:	
	лекций	
	семинаров	
	Мастер-классов	
2.	Общее число обученных граждан	
	из них:	
	мужчин	
	женщин	
3	Число обученных:	
	впервые	
	повторно	
4	Возрастной состав тяжелобольных граждан:	
	18-40 лет	
	41-60 лет	
	61 и старше	
5	Стаж заболевания:	
	до 6 месяцев	
	до 1 года	
	более 1 года	
6	Госпитализаций в стационар тяжелобольных (после обучения родственников)	
8.	Обращений в ЛПУ (после обучения)	

Отчет составил:

Ф.И.О. _____ должность _____ подпись _____

Дата «__» _____ 20__ г

Отчет по работе

«Школа обучения навыкам общего ухода за тяжелобольными на дому»

Годовой отчет

№ п/п	Показатель	Отчетный месяц	Год
1.	Количество проведенных занятий:		
	лекций		
	семинаров		
	Мастер-классов		
2.	Общее число обученных граждан из них:		
	мужчин		
	женщин		
3	Число обученных:		
	впервые		
	повторно		
4	Возрастной состав тяжелобольных граждан:		
	18-40лет		
	41-60 лет		
5	61 и старше		
	Стаж заболевания:		
	до 6месяцев		
6	до 1года		
	более 1года		
	6	Госпитализаций в стационар пациента (после обучения родственников)	
8.	Обращений в ЛПУ (после обучения)		

Отчет составил:

Ф.И.О. _____ должность _____ подпись _____

Дата «__» _____ 20__ г

Тестовые задания.

1. Увеличение частоты пульса, называется:

- 1) Тахикардия;
- 2) Брадикардия;
- 3) Лихорадка.

2. В норме количество дыхательных движений в 1 минуту составляет:

- 1) 60-80;
- 2) 30-40;
- 3) 18-20;
- 4) 5-10.

3. Обтирание тяжелобольного проводится:

- 1) Теплой водой с мылом;
- 2) Теплой водой без мыла;
- 3) Раствором фурацилина;
- 4) Раствором перманганата калия.

4. Продолжительность теплых ванн (в минутах):

- 1) 30-40;
- 2) 20-30;
- 3) 10-15;
- 4) 3-5.

5. Температура воды в горячей ванне составляет (в градусах):

- 1) 50-60;
- 2) 40-42;
- 3) 37-39;
- 4) 34-36.

6.С целью удаления корочек из носовой полости используется:

- 1) 70 град. Этиловый спирт;
- 2) Вазелиновое масло;
- 3) Касторовое масло;
- 4) 3% раствор перекиси водорода.

7.При появлении трещин на губах, их необходимо обработать:

- 1) Вазелином;
- 2) 5% раствором перманганата калия;
- 3) Теплой водой;
- 4) 70 град. Этиловым спиртом.

8.Наиболее частая область образования пролежней у тяжелобольного при положении лежа на спине:

- 1) Крестец;
- 2) Подколенная ямка;
- 3) Бедро;
- 4) Голень.

9.Для протирания слизистой ротовой полости можно использовать:

- 1) 5% раствор перманганата калия;
- 2) 3% раствор перекиси водорода;

- 3) 1% раствор хлорамина;
- 4) 0,02 % раствор фурацилина.

10.Профилактика пролежней включает в себя:

- 1) Умывание;
- 2) Лечебную физкультуру;
- 3) Смену положения тела каждые 2 часа;
- 4) Смену положения 3 раза в день.

11.Признак второй стадии пролежней:

- 1) Бледность кожных покровов;
- 2) Отек, краснота;
- 3) Пузыри на коже;
- 4) Язвенные образования.

12.Кожу тяжелобольного необходимо ежедневно обрабатывать:

- 1) 10% раствором нашатырного спирта;
- 2) 10% раствором камфорного спирта;
- 3) 10% раствором перманганата калия;
- 4) 0,02% раствором фурацилина.

13.Постельное белье тяжелобольному необходимо менять:

- 1) Один раз в неделю;
- 2) Ежедневно;
- 3) По мере загрязнения, но не реже одного раза в неделю;
- 4) Один раз в три дня.

14.Для профилактики пролежней необходимо менять положение тела тяжелобольного каждые (в часах):

- 1) 24;
- 2) 16;
- 3) 6;
- 4) 2.

15.Для протирания ресниц и век можно использовать:

- 1) 5% раствор перманганата калия;
- 2) 3% раствор перекиси водорода;
- 3) 1% раствор салицилового спирта;
- 4) 0,02 % раствор фурацилина.

16.Протирание ресниц и век необходимо проводить:

- 1) Круговыми движениями;
- 2) От внутреннего угла глаза к наружному;
- 3) Снизу вверх;
- 4) От наружного угла глаза к внешнему.

17.К свойствам дыхания относятся все, кроме:

- 1) Типа;
- 2) Частоты;
- 3) Глубины;
- 4) Напряжения.

18.Одна из характеристик пульса:

- 1) Напряжение;

- 2) Гипотония;
- 3) Тахипноэ;
- 4) Атония.

19. Места определения пульса все, кроме:

- 1) Сонной артерии;
- 2) Височной артерии;
- 3) Лучевой артерии;
- 4) Брюшной артерии.

20. Максимальное давление – это:

- 1) Диастолическое;
- 2) Систолическое;
- 3) Аритмическое;
- 4) Пульсовое.

Эталон ответов.

11-3

2-1	12-2
3-2	13-3
4-4	14-4
5-2	15-4
6-2	16-4
7-1	17-4
8-1	18-1
9-4	19-4
10-3	20-2

**Анкета для лиц, осуществляющих уход за тяжелобольными
гражданами.**

1. Возраст _____

2. Пол

- Мужской
- Женский

3. Кем Вам приходится тяжелобольной , за которым Вы будете ухаживать?

- Отец
- Мать
- Сын
- Дочь
- Другое _____

4. Приходилось ли Вам раньше ухаживать за тяжелобольными?

- Да
- Нет

5. Какие навыки ухода за больными Вы имеете?

- смена постельного и нательного белья;
- умывание;

- подмывание;
- подача судна и мочеприемника;
- профилактика пролежней;
- измерение артериального давления;
- подсчет пульса и частоты дыхательных движений.

6. Какие навыки ухода за тяжелобольными Вы хотели бы получить?

- смена постельного и нательного белья;
- умывание;
- подмывание;
- подача судна и мочеприемника;
- профилактика пролежней;
- измерение артериального давления;
- подсчет пульса и частоты дыхательных движений.

7. Каким резервом свободного времени Вы обладаете для осуществления ухода за тяжелобольным?

- резерва свободного времени нет;
- резерв 10-30 мин.;
- резерв 1-2 часа;
- резерв более 2 часов.

8. Каким резервом свободного времени Вы обладаете для занятий?

- 30 мин.;

- 1 час;
- 2 часа;
- 3 часа;

9. Какой промежуток времени для занятий Вам удобен:

- 10-12 часов;
- 15-17 часов.

10. Какую форму обслуживания или помощи Вы считаете необходимой для тяжелобольного?

- помощь медицинского работника;
- помощь социального работника;
- помощь постороннего человека по дому;
- другое _____.

Задания для самоконтроля.

Задание для самоконтроля №1

При проведении гигиенической процедуры промежности все движения направлены сверху вниз к анальному отверстию. После обработки промежности человек выполняющий элементы ухода, осматривает ягодицы тяжелобольного, спину, разглаживает складки на постели. Правильно ли он поступает. Обоснуйте Ваш ответ.

Задание для самоконтроля №2

При проведении обтирания тяжелобольного в постели, родственница, ухаживающая за ним, обрабатывает участки тела в определенной последовательности. При стрижке ногтей особенно осторожна, при нарушении чувствительности. Обоснуйте ее действия.

Задание для самоконтроля №3

При проведении протирания больного с частичной правосторонней парализацией, родственница больного увидела, что на локтях и пятках у него очень сухая кожа, имеются небольшие трещинки. Тонус мускулатуры справа снижен. Какие средства ухода для питания и увлажнения наиболее эффективны?

Задание для самоконтроля №4

Какой участок кожи наиболее подвержен сдавлению и действию раздражителей (кал, моча) при положении тяжелобольного лежа на спине?

Задание для самоконтроля №5

Объясните, почему клиенту, находящемуся в бессознательном состоянии, нельзя проводить обработку ротовой полости в положении на спине (без поворота головы на бок).

Задание для самоконтроля знаний №6

К Вам обратилась родственница человека, страдающего тяжелой формой недержания мочи с вопросом: «Что можно использовать для дополнительной защиты постельного белья и матраца?»

Эталоны ответов к заданиям для самоконтроля.

№1. Направление движения салфетки учитывает анатомические особенности и возможность занесения инфекции из ануса в уретру. Во время манипуляции, родственница проводит профилактику пролежней и опрелостей. Обеспечивает удовлетворение потребностей в физиологических отправлениях, личной гигиене и безопасности пациента.

№2. Строгая последовательность мытья тяжелобольного обеспечивает основной принцип обработки «от чистого к грязному». При стрижке ногтей необходимо быть более внимательным к больным, страдающим нарушением чувствительности и трофики тканей, так как в противном случае процедура может привести к травме кожи с последующим инфицированием.

№3. Для ухода за кожей на локтях и пятках можно использовать растительное масло, специальный крем для рук, а также масло для ухода за кожей. Все это можно использовать и для массажа, для повышения тонуса – тонизирующие жидкости.

№4. Область крестца наиболее подвержена вредному воздействию.

№5. При уходе за ротовой полостью больного, находящегося без сознания, возможен риск аспирации инородного тела. В положении пациента лежа на спине (без поворота головы на бок) данный риск больше, чем в положении на боку.

№6. Для этой цели имеются пеленки для дополнительной защиты постельного белья и кресел. Они называются Молинеа. Пеленки выпускаются различного размера и впитываемостью.

