

Утверждаю
 Начальник отдела
 мобильной социальной службы
 _____ Иноземцева С. Г.
 « 09 » _____ 01 2025г.

Тематический план проведения занятий школы неформального (родственного)
 ухода за гражданами пожилого возраста и инвалидами для родственников

№п\п	Тема	Содержание
1	Основы кинестетики	- основы науки кинестетика; -возможности использования ресурсов частично мобильных подопечных, исходя из принципов кинестетики.
2	Основы безопасного перемещения маломобильных граждан	- выполнение базового переворота на бок право/лево; - перемещение из положения лежа в положение сидя без вспомогательных средств; - пересаживание без вспомогательных средств; - пересаживание с помощью доски; - пересаживание с помощью вращающегося диска; - пересаживание с помощью поддерживающего пояса; - посадка с опорой на спину; - особенности скользящей простыни; - перемещение к верхнему краю кровати; - передвижение с поддержкой сзади; - передвижение сзади за плечи; - передвижение сзади за талию; - поднятие с пола при падении.
3	Особенности гигиенических процедур	- смена нательного и постельного белья (продольный и поперечный способ); - ежедневный уход за волосами; - уход за ногтями рук; - уход за ногтями ног; - уход за носовой, ротовой и ушной полостями; - уход за зубными протезами;

		- обтирание; - подмывание; - помощь в пользовании судном, подгузниками; - особенности использование кресла-туалета.
4	Купание	- полное купание в ванной комнате без вспомогательных средств; - полное купание в душе или ванной комнате с использованием санитарно-гигиенического стула; - мытье головы с использованием ванночки; - мытье в кровати немобильного человека; - мытье в ванной комнате частично мобильного человека; - мытье в душе частично мобильного человека.
5	Особенности абсорбирующего белья	- правила подбора подгузника; -особенности впитывающих урологических прокладок для мужчин, женщин; - особенности подгузников-трусиков; -особенности впитывающих пелёнок.
6	Особенности позиционирования.	- выполнение поворота на 30 градусов; - выполнение поворота на 130 градусов; - микро-позиционирование; - причины развития контрактур; - профилактика контрактур; -придание правильного положения пораженной конечности (плечевой, локтевой, кистевой, тазобедренный, коленный, голеностопный суставы).
7	Профилактика пролежней.	- причины и зоны риска образования пролежней; - основные правила предотвращения пролежней; - стадии развития пролежней; - особенности использование вспомогательных средств для профилактики пролежней; - профилактика опрелостей и потниц.

8	Организация кормления	- особенности организации питания; - особенности питьевого режима; - особенности использования специализированной посуды при кормлении с нарушением моторики рук; - особенности кормления при нарушении глотания; - кормление с помощью зонда; - кормление немобильного человека; - кормление частично мобильного человека;
9	Социальная активность	- особенности организации досуга для немобильного человека; - особенности организации досуга для частично мобильного человека; - организация двигательного режима.
10	Особенности психоэмоционального состояния граждан нуждающихся в уходе и ухаживающих	- особенности взаимодействия с частично мобильными и немобильными людьми; - особенности вербального и невербального общения; - профилактика стресса; - профилактика эмоционального выгорания ухаживающих;
11	Особенности ухода за гражданами с различными заболеваниями	- профилактика травматизма; - особенности ухода за гражданами с деменцией; - особенности ухода за гражданами после инсульта; - особенности ухода за гражданами при остеопорозе.
12	Создание безопасной среды дома – адаптация жилых помещений для маломобильных граждан.	- возможности функциональных кроватей. - оборудование личного пространства для маломобильных и не мобильных граждан; - принципы и правила безопасности для нуждающегося в помощи и ухаживающего.