УТВЕРЖДАЮ:

Исполняющий обязанности директора

КГБУ СО «КЦСОН «Уярский»

Н.Л.Демиденко

ПЛАН

работы «Школы родственного ухода на 2022 год

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Форма проведения | Срок проведения | Ответственный |
| 1 | 1. Контрактуры мышц.  Профилактика контрактуры мышц.  2. Лечебная Физическая Культура при контрактуры мышц.  3. Психологический блок: стадии психологических реакций на свои ограничения физических возможностей | Лекция  Видеоролик  Буклеты  лекция | Январь 2022 | Житнова Н.И  Житнова Н.И.  Федорова Т.Ю. |
| 2 | 1. Пролежни и их профилактика.  2. Практические занятия: правильно застилать постель, менять положение больного.  3. Психологический блок: приемы и методы саморегуляции лица, осуществляющего уход | Лекция  Видеоролик  Буклеты  Лекция | Февраль 2022 | Житнова Н.И.  Житнова Н.И.  Федорова Т.Ю. |
| 3 | 1. Недержание и обстипация (запор)  2. Практические занятия: правильный подбор и использование подгузника. Смена постельного белья (продольный и поперечный способы).  3. Физические упражнения для лежачих больных.  4. Психологический блок: барьеры в общении | Лекция  Видеоролик  Практический урок  Видеоролик  лекция | Март 2022 | Житнова Н.И.  Житнова Н.И.  Житнова Н.И.  Федорова Т.Ю. |
| 4 | 1. Смена нательного и постельного белья. Адсорбирующее белье  2. Практические занятия: подбор и использование подгузника. Приготовление постели. Смена постельного белья (продольный и поперечный способы).  3. Комплекс общеукрепляющих упражнений для лежачих больных и маломобильных граждан  4. Психологический блок: правила этикета при общении с пожилыми людьми и инвалидами. Климат в семье | Лекция  Видеоролик  Практический урок  Видеоролик  Памятка  лекция | Апрель 2022 | Житнова Н.И.  Житнова Н.И.  Житнова Н.И.  Федорова Т.Ю. |
| 5 | 1. Правила кормления маломобильного человека.  2. Практические занятия: подготовка к кормлению. Прием пищи в кровати. Оборудование и приспособления для кормления ослабленного человека.  3. Психологический блок: профилактика синдрома эмоционального выгорания при уходе за лежачими больными. | Лекция  Видеоролик  Практический урок  Лекция | Май 2022 | Житнова Н.И.  Житнова Н.И.  Федорова Т.Ю. |
| 6 | 1. Гигиена. Основные правила личной гигиены и здоровья человека.  2. Практические занятия:  Гигиенические правила ухода.  3. Психологический блок: психологические особенности пожилого возраста. | Лекция  обучение приема навыков на практике.  лекция | Июнь 2022 | Житнова Н.И.  Житнова Н.И.  Федорова Т.Ю. |
| 7 | 1. Виды технических средств реабилитации для малоподвижных и лежачих больных  2. Практические занятия:  Правильное использование ТСР.  3. Психологический блок: методы оказания помощи по нормализации эмоциональной устойчивости | Видеоролик  Подбор тенических средств на практике  лекция | Июль 2022 | Житнова Н.И.  Житнова Н.И.  Федорова Т.Ю. |
| 8 | 1. Техника перемещения маломобильного человека  2. Практические занятия: Помощь ухаживающему за человеком с ограниченной мобильностью при передвижении, пересаживание с кровати в инвалидное кресло.  3. Психологический блок: методы и приемы преодоления депрессивных состояний у лиц, осуществляющих уход | Лекция  обучение приема навыков на практике.  лекция | Август 2022 | Житнова Н.И.  Житнова Н.И.  Федорова Т.Ю. |
| 9 | 1. «Паллиативная помощь. Понятие. Принципы. Особенности»  2. Правила этикета при общении с пожилыми людьми и инвалидами. Климат в семье | Лекция  Памятка  лекция | Сентябрь 2022 | Житнова Н.И.  Федорова Т.Ю. |
| 10 | 1. Инфекционные заболевания (грипп, ОРЗ)  Профилактика, лечение.  2. Комплекс общеукрепляющих упражнений для маломобильных граждан  3. Психологический блок: психологический климат в семье. | Лекция  Памятка  Видеоролик  лекция | Октябрь 2022 | Житнова Н.И.  Житнова Н.И.  Федорова Т.Ю. |
| 11 | 1. Оказание неотложной помощи при гипертроническом кризе  2. Комплекс упражнений для профилактики гипертании.  3. Психологические реакции на свои физические возможности. | Лекция  Видеоролик  лекция | Ноябрь 2022 | Житнова Н.И.  Житнова Н.И.  Федорова Т.Ю. |
| 12 | 1. Особенности ухода за больными после перелома шейки бедра.  2. Практические занятия: обучение родственников и других лиц, осуществляющих уход за лежачими гражданами пожилого возраста на дому.  3. Правила общения с тяжелобольным человеком | Лекция  Памятка  обучение приема навыков на практике.  лекция | Декабрь 2022 | Житнова Н.И.  Житнова Н.И.  Федорова Т.Ю. |