ШКОЛА ЭФФЕКТИВНОГО УХОДА

Рыбина В.Ю.,

заведующий отделением по уходу за гражданами, находящимися на постельном режиме или передвигающимися в пределах комнаты с посторонней помощью бюджетного учреждения Омской области "Комплексный центр социального обслуживания населения "Пенаты" Центрального административного округа".

Потребность в уходе за близкими или членами семьи может возникнуть неожиданно. С человеком случается несчастье, он может внезапно заболеть, и последствия этого часто бывают очень тяжелыми. Преуспевавшая до настоящего времени семья может оказаться в глубоком кризисе. К материальным трудностям добавляются обязательства по уходу за больным, а также напряжение от того, как заболевший сам относится к своему состоянию, каковы его реакции и поведение. Положение зависит от прогноза заболевания и от состояния больного. Множество людей не хотят отдавать родных в интернат, а самим ухаживать тоже не всегда получается.

Данную потребность начали решать в комплексном центре социального обслуживания населения "Пенаты". В 2007 году Министерством труда и социального развития Омской области было одобрено предложение о создании на базе центра службы сиделок и выделено дополнительно 9 ставок социальных работников-сиделок. С января 2008 года произошло пилотное внедрение предоставления услуг сиделки. Было разработано и утверждено положение о предоставлении услуг сиделки и должностная инструкция работника.

В помощь начинающим сиделкам в целях их обучения стала программа "Академия социального работника", включающая несколько циклов:

- социальный - изучение законодательной базы, основных принципов, форм социального обслуживания;

- медицинский - изучение основ социальной медицины и методов ухода;

- психологический цикл - освоение работниками навыков профессионального общения.

Программа направлена на повышение знаний сиделок в области действующего законодательства и нормативов, касающихся предоставляемых социально-медицинских услуг.

Также в учреждении действует программа "Домашний помощник", основная цель которой обучение родственников лежачих больных основным навыкам ухода за ними. Консультации специалистов, раздаточный материал в виде специальных памяток помогают родственникам целесообразно тратить физические силы, преодолевать страх и отсутствие опыта в области ухода за тяжелобольным человеком, одновременно заботясь о сохранении собственного здоровья и самочувствия больного.

Результаты внедрения пилотного проекта попредоставлению услуг сиделки показали, что услуга востребована и нуждаемость в ней достаточно высока.

С апреля 2009 года в учреждении создано отделение социального обслуживания на дому для предоставления услуг сиделки, а с января 2010 года организовано два отделения сиделок, в котором работают 30 человек. На сегодняшний день в БУ "КЦСОН"Пенаты"функционируютуже три отделения по уходу за гражданами, находящимися на постельном режиме или передвигающимися в пределах комнаты с посторонней помощью, где ежемесячно получают услуги более 70 нуждающихся человек.

Прежде, чем говорить о профессиональных компетенциях и навыках, необходимо понять, а что вообще представляет собой профессия сиделки. До недавнего времени этот вид деятельности был полностью "в тени". Министерством труда и социальной защиты Российской Федерации утвержден приказ от 30 июля 2018 № 507н о профессиональном стандарте сиделки - помощника по уходу за людьми, нуждающимися в посторонней помощи, в августе 2018 года он обрел силу и контролируется на уровне государства. В роли сиделок могут выступать люди, имеющие любое образование, обладающие необходимыми навыками осуществлять помощь в уходе за больными, прошедшие профессиональную подготовку, в том числе по оказанию доврачебной медицинской помощи.

Несмотря на то, что сиделок в учебных заведениях не готовят, многочисленные курсы, школы предоставляют программы по обучению уходу за пожилыми и больными людьми. Именно поэтому при подборе кадров на должность сиделки основной акцент делается не только на образование, а на практические навыки. Люди, прошедшие данные курсы и со временем приобретая опыт, становятся профессиональными сиделками.

При обращении за услугами по уходу мы стараемся подобрать сиделку в зависимости от тяжести состояния здоровья тяжелобольного, с учётом пожеланий родственников к возрасту и её профессиональным навыкам. Ведь сиделка - это тот человек, которому нужно доверить жизнь и безопасность своего близкого на неопределенное время.

В нашей работе по оказанию социальных услуг постоянно возникает острая необходимость иметь квалифицированные кадры. С целью обучения сотрудников основам долговременного ухода за больными людьми встала необходимость создания новой, более совершенной программы под названием "Школа сиделок". Основные задачи данной программы: изучение основ геронтологии, знакомство с возрастными изменениями человека, освоение знаний доврачебной помощи и навыков гигиенического ухода за лежачими больными. Занятия по программе "Школа сиделок" проводятся ежемесячно заведующим отделением по уходу за гражданами, находящимися на постельном режиме или передвигающимися в пределах комнаты с посторонней помощью. Обучение организуется посредством коллективной и индивидуальной работы участников программы с применением методического пособия "Уход за больными в домашних условиях", включающее описание способов, методов и форм ухода за гражданами пожилого возраста и инвалидами. Кроме этого введена новая дистанционная форма обучения посредством интернет ресурсов и социальных мессенджеров. После курса занятий с сиделками проводится тестирование по освоению материала. Реализация данной программы помогает приобрести знания сиделке по требованиям к гигиеническому содержанию больного (оказание помощи при проведении туалета, приёма пищи, физиологических отравлениях, смене постельного и нательного белья); умению создать комфортные условия (удобная и чистая постель, прикроватные приспособления, материалы для досуга больного); проводить наблюдения за изменениями организма в процессе болезни и оказания необходимой помощи при ухудшении состояния больного, проведению профилактических мероприятий для предупреждения возможных осложнений; умению оказать неотложную помощь при развитии угрожающих жизни состояний; умению организовать психологический климат вокруг больного, поддерживать у него хорошее настроение. Приступая к работе, обученный сотрудник знает, что нужно начать уход с установления контакта с подопечным, изучения его биографии. Сиделка в беседе выявляет, какой жизненный путь прошёл человек, какая у него профессия, семья, хобби, каков уклад жизни, привычки. И подопечный будет питать доверие, и раскрываться перед сиделкой. Это способствует улучшению взаимоотношений и взаимопонимания между ними.

Конечно, сиделка должна быть терпелива, ответственна, требовательна к себе. На такую работу идут по зову сердца и велению души, потому что приходить к подопечным необходимо всегда в хорошем настроении, общаться с любовью и добротой, уметь слышать и слушать и быть неравнодушным к их проблемам. Хорошая сиделка - это друг и компаньон. В пожилом возрасте или в результате приобретенной болезни, люди становятся более ранимыми, чувствительными, на многое обижаются и все принимают близко к сердцу, поэтому сиделка должна быть ещё и своего рода психологом, который поможет клиенту сохранять душевное равновесие и не впадать в уныние.

Безусловно, работа сиделки совсем нелегка. И они тоже порой нуждаются в эмоциональной поддержке, так как большое количество контактов с разнообразными людьми, предполагающими огромный объём информации, впечатлений и эмоциональных переживаний, в том числе негативных и создает фон психического напряжения. Решить эту проблему помогает действующая в учреждении программа "Шаг навстречу". Психолог учреждения в рамках программы проводит информационно-консультативные беседы и тренинги с сиделками. Это помогает снять психическое напряжение, избежать эмоциональное и профессиональное выгорание, помочь предотвратить конфликтные ситуации с подопечными и найти решение проблемы ее возникновения. Кроме этого сиделки получают от психолога советы и ответы на интересующие вопросы.

Помимо получения знаний в рамках вышеуказанных программ с сиделками проводится обучение, согласно требованиям охраны труда, по оказанию первой помощи пострадавшим в несчастных случаях, травмах, отравлениях, других состояниях и заболеваниях, угрожающих их жизни и здоровью. После обучения проводится тестирование.

Конечно, такие программы как "Школа сиделок", "Шаг навстречу" необходимы, но дают больше теоретических знаний сиделкам. А как же быть с практикой? Взаимодействие БУ "КЦСОН "Пенаты" с различными некоммерческими организациями, например, сотрудничество с патронажной службой благотворительной Религиозной организации Католического центра "Каритас" (далее - РОКЦ) помогает сиделкам в приобретении навыков практического ухода на дому. Так, в 2021-2022 году медицинскими сестрами РОКЦ "Каритас" проведены обучающие курсы, предусматривающие как групповые, так и индивидуальные тематические занятия "Уход за ослабленными пожилыми гражданами". Занятия-лекции и практикумы по домашнему уходу проходят с использованием технических средств реабилитации, в том числе используется специальная медицинская функциональная кровать. Сиделки отрабатывают порядок действия и приемы поднятия больного с кровати, используя приспособления, подъемники и устройства. Также специалисты научили их различным реабилитационным мероприятиям по правильному подбору оборудования и средств, облегчающих уход за лежачим больным.

"*Медицинские сестры "Каритас" обучают нас и передают свой опыт по оказанию ухода за тяжелобольным человеком: от смены подгузника до приемов "кинестетики", владея которыми можно прикладывать минимум своих физических сил в помощи маломобильному человеку. Мы овладели большей информацией о профилактике вторичных заболеваний: "пролежней", причин и мест их возникновения, современном подходе в лечении пролежней", -* делится впечатлением о прохождении обучения Сауле Успанова, сиделка отделения по уходу за гражданами, находящимися на постельном режиме или передвигающимися в пределах комнаты с посторонней помощью № 2.

Подводя итог, можно сделать вывод, что регулярное проведение обучающих мероприятий по основам ухода за больными людьми в рамках программы "Школа сиделок" дает хороший результат в осуществлении долговременного ухода за пожилыми и тяжелобольными людьми.

Именно профессиональное обучение и качественный эффективный уход за подопечными - основной принцип в работе по оказанию услуг сиделки в рамках долговременного ухода за тяжелобольными людьми.

Сведения об авторе:

Рыбина Виктория Юрьевна, заведующий отделением по уходу за гражданами, находящимися на постельном режиме или передвигающимися в пределах комнаты с посторонней помощью, бюджетного учреждения Омской области "Комплексный центр социального обслуживания населения "Пенаты" Центрального административного округа"

Адрес проживания: 644031, г. Омск, ул. Звездова, д.162, корп.А, кв.35.

Служебный тел: (3812) 36-97-84

Мобильный телефон: 8-950-338-27-18

e-mail: [vm\_85@bk.ru](mailto:Marichy1977@mail.ru)