

Федеральное государственное образовательное бюджетное учреждение
высшего образования
«Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации»
(Финансовый университет)

Высшая школа управления государственными и муниципальными
финансами

ОБСУЖДЕНО И ОДОБРЕНО
на Ученом совете институтов и школ
дополнительного профессионального
образования

Протокол № 60
«А» 03 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по дополнительному
профессиональному образованию

Е.А. Диденко
2026 г.

ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ

профессиональной подготовки по должности
«Помощник по уходу» (4-й уровень квалификации).

ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ

профессиональной подготовки по должности

«Помощник по уходу» (4-й уровень квалификации).

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ.

1.1. Цель программы

Программа направлена на получение новых знаний, умений и навыков для выполнения обязанностей по обеспечению помощи, лицам, нуждающимся в уходе с учетом требований профессионального стандарта «Помощник по уходу», утвержденного Приказом Минтруда России и социальной защиты Российской Федерации от 31.05.2023 N 482н.

1.2. Наименование профессиональных стандартов, квалификационных справочников, используемых при разработке ДПП

— Профессиональный стандарт «Помощник по уходу», утвержденный Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 31.05.2023 N 482н "Об утверждении профессионального стандарта «Помощник по уходу».

1.3. Квалификационная характеристика программы

Область профессиональной деятельности: **социальное обслуживание.**

Вид профессиональной деятельности: предоставление услуг по уходу за лицами, нуждающимися в постороннем уходе, код 03.013.

Обобщенная трудовая функция, подлежащая освоению: предоставление услуг по уходу за лицами, нуждающимися в уходе.

Присваиваемая квалификация: «Помощник по уходу» 4 уровень квалификации.

1.4. Перечень профессиональных компетенций, необходимых для выполнения трудовых функций нового вида профессиональной деятельности в рамках полученной квалификации

В результате освоения программы обучающийся осваивает совершенствует следующие, новые профессиональные компетенции:

Способность к приготовлению пищи, подготовке пищи к приему, кормление лиц, нуждающихся в уходе (помощь лицам, нуждающимся в уходе, при приготовлении пищи, при подготовке пищи к приему, при приеме пищи) (А/01.4);

Способность к оказанию гигиенических услуг лицам, нуждающимся в уходе (помощь лицам, нуждающимся в уходе, при оказании гигиенических услуг) (А/02.4);

Способность к поддержанию мобильности лиц, нуждающихся в уходе (помощь лицам, нуждающимся в уходе, при позиционировании, пересаживании, перемещении) (А/03.4);

Способность к наблюдению за состоянием здоровья лиц, нуждающихся в уходе, обеспечивать безопасность, оптимальность, доступность предоставленного ухода (А/04.4);

Способность в содействие лицам, нуждающимся в уходе, в поддержании когнитивных функций (поддержание навыков, способствующих сохранению памяти, внимания, мышления), к поддержке достоинства и автономии подопечного (А/05.4).

1.5. Планируемые результаты обучения по программе

По итогам освоения программы слушатели должны:

знать:

- морально-этические нормы и правила в рамках профессиональной деятельности;
- основы физиологии и гигиены человека;
- принципы здорового питания;
- правила питьевого режима;
- принципы лечебного питания, диетические продукты и блюда;
- сроки и условия хранения скоропортящихся продуктов питания;
- способы кормления малоподвижных (обездвиженных) лиц, нуждающихся в уходе;
- санитарные правила и нормы при приеме пищи (кормлении);
- особенности гигиенического ухода за различными категориями лиц, нуждающихся в уходе, в повседневной деятельности (поддержание личной гигиены, пользование ванной и туалетом, одевание (раздевание), передвижение);
- риски падения, бытовой травмы и возникновения пролежней; правила, способы и средства адаптации жилых помещений для лиц, нуждающихся в уходе;
- инфекционную безопасность и санитарные нормы, правила;
- способы профилактики профессионального выгорания;
- требования охраны труда и пожарной безопасности;
- режим работы и телефоны поликлиники, скорой и неотложной помощи, экстренных служб, родственников и законных представителей лиц, нуждающихся в постороннем уходе;
- эргономичные методы и приемы размещения, перемещения, позиционирования малоподвижного (обездвиженного) лица, нуждающегося в уходе, в постели, смены нательного, постельного и абсорбирующего белья;
- правила оказания первой помощи;

- основы здорового образа жизни, факторы, способствующие сохранению здоровья;
- правила инфекционной безопасности.

уметь:

- строить общение с соблюдением морально-этических норм;
- осуществлять наблюдение и сопровождение лиц, нуждающихся в уходе, при приеме пищи, соблюдении питьевого режима;
- осуществлять кормление лиц, нуждающихся в уходе, согласно медицинским рекомендациям;
- обеспечивать безопасность приема пищи, воды или кормления лиц, нуждающихся в уходе, оказывать помощь;
- осуществлять наблюдение и сопровождение лиц, нуждающихся в уходе, при проведении гигиенических процедур с использованием технических средств реабилитации (без использования);
- обеспечивать инфекционную безопасность и соблюдение санитарных норм, правил;
- оказывать помощь в адаптации жилого помещения к потребностям лиц, нуждающихся в уходе;
- оказывать помощь в выполнении посильных действий, значимых для лица, нуждающегося в уходе;
- мотивировать, подбадривать лиц, нуждающихся в уходе, обеспечивать психологический комфорт при содействии их посильной занятости;
- содействовать соблюдению лицом, нуждающимся в уходе, медицинских рекомендаций по организации ухода, режиму питания, приему лекарственных препаратов, двигательному и питьевому режиму;
- убеждать лицо, нуждающееся в постороннем уходе, в необходимости проведения оздоровительных мероприятий и ведения здорового образа жизни, поддерживать его самообслуживание;
 - обеспечивать безопасность, оптимальность, доступность предоставленного ухода;

владеть:

- владеть навыком поддержания гигиены питания лиц, нуждающихся в уходе;
- владеть навыком оказания помощи при замене мочеприемника и (или) калоприемника, включая уход за кожным покровом вокруг стомы и (или) катетера, замена расходных материалов, утилизация отходов;
- владеть навыком измерения артериального давления, частоты сердечных сокращений (пульс), насыщения крови кислородом (сатурация);

- владеть навыком ведение дневников наблюдения за состоянием здоровья лица, нуждающегося в уходе;
- владеть навыком мотивации, нуждающихся в уходе, обеспечивать психологический комфорт при содействии их посильной занятости;
- владеть навыком содействия лицам, нуждающимся в уходе, в поддержании посильной бытовой активности (поддержание навыков ведения домашнего хозяйства);
- владеть навыком содействия лицам, нуждающимся в уходе, в поддержании посильной социальной активности (поддержание потребности в осуществлении социальных желаний, стремлений);
- владеть техниками саморегуляции.

Федеральное государственное образовательное бюджетное учреждение
высшего образования

**«Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации»
(Финансовый университет)**

**Высшая школа управления государственными и муниципальными
финансами**

ОБСУЖДЕНО И ОДОБРЕНО
на Ученом совете институтов и школ
дополнительного профессионального
образования

Протокол № 60
«А» 03 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по дополнительному
профессиональному образованию



Е.А. Диденко

2026 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
профессиональной подготовки по должности
«Помощник по уходу»

Требования к уровню образования слушателей	Программа предназначена — для лиц, имеющих среднее общее образование и не имеющие профессию рабочего или должности служащего. — для лиц, имеющих среднее общее образование, имеющих профессию рабочего или должность служащего, но, с учетом личностных потребностей смены вида профессиональной деятельности, желающие освоить профессию «Помощника по уходу» без изменения уровня образования.
Категория слушателей	— Социальные работники. — Работники, оказывающие индивидуальные услуги на дому по уходу за лицами, нуждающимися в уходе. — Родственники лиц, нуждающихся в уходе
Срок обучения	144 часа, 8 недель
Форма обучения	Очно-заочная с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения
Режим занятий	2-6 часов в день

№ п/п	Наименование модуля	Всего часов трудоемкости	В том числе					Форма контроля
			Аудиторные занятия*			Самостоятельная работа	из них, с применением ДОТ, час	
			Всего	из них				
				Лекции	Практические занятия			
1	Модуль 1. Профессиональная этика, коммуникация и технологии общего ухода	12	8	8		4	8	Тестирование
2	Модуль 2. Обеспечение питания и питьевого режима	24	18	6	12	6	14	Практическая работа
3	Модуль 3. Обеспечение личной гигиены и ухода	22	16	4	12	6	12	Тестирование
4	Модуль 4. Поддержание мобильности и безопасной среды	14	12	2	10	2	8	Тестирование
5	Модуль 5. Наблюдение за состоянием здоровья и содействие выполнению медицинских назначений. Правила оказания первой помощи	20	14	2	12	6	8	Тестирование
6	Модуль 6. Поддержание социального функционирования и психологического комфорта	16	14	2	12	2	8	Тестирование

* с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

7	Модуль 7. Безопасность профессиональной деятельности. Общие профессиональные дисциплины	26	18	6	12	8	8	Тестирование
8	Итоговая аттестация	10	4	0	4	6	4	Экзамен
9	Общая трудоемкость программы	144	104	30	74	40	70	

Программа разработана преподавателями:

Анисимова Татьяна Александровна, руководитель проекта Высшей школы управления государственными и муниципальными финансами

Директор Высшей школы управления государственными и муниципальными финансами

В.В. Бондалетов

«__» _____ 2026 г.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
профессиональной подготовки по должности
«Помощник по уходу»

№ № п/п	Наименование модуля	Всего часов трудоемкости	В том числе					Форма контроля
			Аудиторные занятия		Самостоятельная работа	из них, применением ДОТ, час		
			Всего	из них				
		Лекции		Практические занятия				
1	Модуль 1. Профессиональная этика, коммуникация и технологии общего ухода							
1.1	Тема 1.1. Морально-этические нормы и правила в рамках профессиональной деятельности сиделки. Особенности общения с лицами, нуждающимися в постороннем уходе, их родственниками	6	4	4		2	4	
1.2	Тема 1.2. Основы физиологии и гигиены человека	4	4	4			4	
1.3	Промежуточная аттестация	2				2		Тестирование
	Итого по Модулю 1	12	8	8	0	4	8	
2	Модуль 2. Обеспечение питания и питьевого режима							
2.1	Тема 2.1. Принципы здорового и лечебного питания. Особенности питания в пожилом возрасте и при различных заболеваниях	10	8	4	4	2	8	
2.2	Тема 2.2. Помощь в приготовлении пищи и подготовке к приему пищи.	4	2	2		2	2	
2.3	Тема 2.3. Техники и способы кормления. Помощь в приеме пищи и соблюдении питьевого режима. Профилактика аспирации.	6	4		4	2	4	
2.4	Промежуточная аттестация	4	4		4			Практическая работа

2.5	Итого по Модулю 2	24	18	6	12	6	14	
3	Модуль 3. Обеспечение личной гигиены и ухода							
3.1	Тема 3.1. Повседневные гигиенические процедуры и уход за кожей. Техники смены нательного и постельного белья	10	8	2	6	2	6	
3.2	Тема 3.2. Помощь при использовании средств абсорбирующего белья, моче- и калоприемников. Уход за стомой.	10	8	2	6	2	6	
3.3	Промежуточная аттестация	2				2		Тестирование
3.4	Итого по Модулю 3	22	16	4	12	6	12	
3	Модуль 4. Поддержание мобильности и безопасной среды							
4.1	Тема 4.1. Эргономичные принципы работы. Безопасные техники перемещения и позиционирования подопечного в кровати, кресле. Помощь в передвижении по комнате и квартире.	6	6	2	4		4	
4.2	Тема 4.2. Технические средства и приспособления для реабилитации, передвижения лиц, нуждающихся в постороннем уходе	6	6		6		4	
4.3	Промежуточная аттестация	2				2		Тестирование
4.4	Итого по Модулю 4	14	12	2	10	2	8	
5	Модуль 5. Наблюдение за состоянием здоровья и содействие выполнению медицинских назначений. Правила оказания первой помощи							
5.1	Тема 5.1. Наблюдение за изменениями в самочувствии и внешнем виде подопечного. Ключевые тревожные признаки. Правила оказания первой помощи.	10	8	2	6	2	4	

5.2	Тема 5.2. Навыки измерения базовых показателей здоровья: артериальное давление, пульс, частота дыхания, температура, сатурация.	2	2		2			
5.3	Тема 5.3. Процедуры, выполняемые по назначению врача. Обеспечение приема лекарственных препаратов. Хранение лекарственных препаратов. Ведение дневника наблюдений. Эффективная коммуникация с медицинскими работниками.	6	4		4	2	4	
5.4	Промежуточная аттестация	2				2		Тестирование
5.5	Итого по Модулю 5	20	14	2	12	6	8	
6	Модуль 6. Поддержание социального функционирования и психологического комфорта							
6.1	Тема 6.1. Поддержание активной бытовой активности (ведение домашнего хозяйства). Мотивация к самообслуживанию.	8	8	2	6		8	
6.2	Тема 6.2. Организация досуга и поддержание социальных связей. Создание безопасной и комфортной психологической среды.	6	6		6			
6.3	Промежуточная аттестация	2				2		Тестирование
6.4	Итого по Модулю 6	16	14	2	12	2	8	
7	Модуль 7. Безопасность профессиональной деятельности. Общие профессиональные дисциплины							
7.1	Тема 7.1. Инфекционная безопасность.	14	10	4	6	4	6	
7.2	Тема 7.2. Профилактика профессионального выгорания помощника по уходу. Техники саморегуляции.	10	8	2	6	2	2	
7.3	Промежуточная аттестация	2				2		Тестирование

7.4	Итого по Модулю 7	26	18	6	12	8	8	
8	Итоговая аттестация	10	4		4	6	4	Экзамен
9	Общая трудоемкость программы	144	104	30	74	40	70	

Федеральное государственное образовательное бюджетное учреждение
высшего образования

«Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации» (Финансовый университет)
Высшая школа управления государственными и муниципальными финансами

Календарный учебный график
профессиональной подготовки по должности
«Помощник по уходу»

Объем программы 144 часа.

Продолжительность обучения 8 недель.

Форма обучения – очно-заочная с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

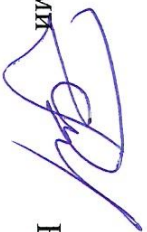
№ п/п	Наименование дисциплины (модулей)	недели								КР	СР	ИА	Всего		
		1	2	3	4	5	6	7	8						
1	Модуль 1. «Профессиональная этика, коммуникация и технологии общего ухода»														
2	Тема 1.1. Морально-этические нормы и правила в рамках профессиональной деятельности сиделки. Особенности общения с лицами, нуждающимися в постороннем уходе, их родственниками	6										4	2		6
3	Тема 1.2. Основы физиологии и гигиены человека.	4										4			4
4	Промежуточная аттестация	2											2		2
5	Модуль 2. Обеспечение питания и питьевого режима														
6	Тема 2.1. Принципы здорового и лечебного питания. Особенности питания в пожилом возрасте и при различных заболеваниях.	10										8	2		10

7	Тема 2.2. Помощь в приготовлении пищи и подготовка к приему пищи		4							2	2			4
8	Тема 2.3. Техники и способы кормления. Помощь в приеме пищи и соблюдении питьевого режима. Профилактика аспирации.		6							4	2			6
9	Промежуточная аттестация		4							4				4
10	Модуль 3. Обеспечение личной гигиены и ухода													
11	Тема 3.1. Повседневные гигиенические процедуры и уход за кожей. Техники смены нательного и постельного белья			10						8	2			10
12	Тема 3.2. Помощь при использовании средств абсорбирующего белья, моче- и калоприемников. Уход за стомой.			10						8	2			10
13	Промежуточная аттестация			2							2			2
14	Модуль 4. Поддержание мобильности и безопасной среды													
15	Тема 4.1. Эргономичные принципы работы. Безопасные техники перемещения и позиционирования подопечного в кровати, кресле. Помощь в передвижении по комнате и квартире.				6					6				6
16	Тема 4.2. Технические средства и приспособления для реабилитации, передвижения лиц, нуждающихся в постороннем уходе.				6					6				6
17	Промежуточная аттестация				2						2			2

18	Модуль 5. Наблюдение за состоянием здоровья и содействии выполнению медицинских назначений. Правила оказания первой помощи											
19	Тема 5.1. Наблюдение за изменениями в самочувствии и внешнем виде подопечного. Ключевые тревожные признаки. Правила оказания первой помощи					10			8	2		10
20	Тема 5.2. Навыки измерения базовых показателей здоровья: артериальное давление, пульс, частота дыхания, температура, сатурация.					2			2			2
21	Тема 5.3. Процедуры, выполняемые по назначению врача. Обеспечение приема лекарственных препаратов. Хранение лекарственных препаратов. Ведение дневника наблюдений. Эффективная коммуникация с медицинскими работниками.					6			4	2		6
22	Промежуточная аттестация					2				2		2
23	Модуль 6. Поддержание социального функционирования и психологического комфорта											
24	Тема 6.1. Принципы общения и этики в уходе. Поддержание достоинства и автономии подопечного. Поддержание психологической активности (ведение домашнего хозяйства). Мотивация к самообслуживанию.					8			8			8
25	Тема 6.2. Организация досуга и поддержание социальных связей. Создание безопасной и комфортной психологической среды.					6			6			6
26	Промежуточная аттестация					2				2		2

Модуль 7. Безопасность профессиональной деятельности. Общие профессиональные дисциплины													
27													
28	Тема 7.1. Инфекционная безопасность.						14	10	4		14		
29	Тема 7.2. Профилактика профессионального выгорания помощника по уходу. Техники саморегуляции.						10	8	2		10		
30	Промежуточная аттестация							2		2		2	
31	Итоговая аттестация							10			10	10	
32	Общая трудоемкость программы	22	14	22	14	20	16	24	12	100	34	10	144

Директор Высшей школы управления
государственными и муниципальными финансами



В.В. Бондалетов

« ____ » _____ 2026г.

Условные обозначения	
КР	контактная работа
СР	самостоятельная работа
С	стажировка
ИА	итоговая аттестация

Программа
профессиональной подготовки по должности
«Помощник по уходу» состоит из модулей:

- Модуль 1.** Профессиональная этика, коммуникация и технологии общего ухода
Модуль 2. Обеспечение питания и питьевого режима
Модуль 3. Обеспечение личной гигиены и ухода
Модуль 4. Поддержание мобильности и безопасной среды
Модуль 5. Наблюдение за состоянием здоровья и содействие выполнению медицинских назначений. Правила оказания первой помощи.
Модуль 6. Поддержание социального функционирования и психологического комфорта.
Модуль 7. Безопасность профессиональной деятельности. Общие профессиональные дисциплины.

Рабочая программа Модуля 1
Профессиональная этика, коммуникация и технологии общего ухода

Цели освоения модуля – сформировать у обучающихся фундаментальные профессиональные компетенции, основанные на этических принципах, эффективном общении и безопасном выполнении базовых технологий ухода, для обеспечения качественной, уважительной и поддерживающей помощи подопечным.

Компетенции, совершенствуемые и приобретаемые слушателями в процессе освоения модуля: способность в содействие лицам, нуждающимся в уходе, в поддержании когнитивных функций (поддержание навыков, способствующих сохранению памяти, внимания, мышления), к поддержке достоинства и автономии подопечного (А/05.4);

Планируемые результаты обучения по программе

По итогам освоения программы слушатели должны:

а) знать:

- морально-этические нормы и правила в рамках профессиональной деятельности;
- основы физиологии и гигиены человека;

б) уметь:

- строить общение с соблюдением морально-этических норм;

в) владеть:

- владеть навыком мотивации, нуждающихся в уходе, обеспечивать психологический комфорт при содействии их посильной занятости;

Учебно-тематический план модуля 1

№ п/п	Наименование модуля	Всего часов трудоемкости	В том числе					Форма контроля
			Аудиторные занятия		Самостоятельная работа	из них, применением ДОО, час		
			Всего	из них				
		Лекции	Практические занятия					
1	Модуль 1. Профессиональная этика, коммуникация и технологии общего ухода							
2	Тема 1.1. Морально-этические нормы и правила в рамках профессиональной деятельности сиделки. Особенности общения с лицами, нуждающимися в постороннем уходе, их родственниками	6	4	4		2	4	
3	Тема 1.2. Основы физиологии и гигиены человека	4	4	4			4	
4	Промежуточная аттестация	2				2		Тестирование
5	Итого по Модулю 1	12	8	8	0	4	8	

Содержание Темы 1.1. Морально-этические нормы и правила в рамках профессиональной деятельности сиделки. Особенности общения с лицами, нуждающимися в постороннем уходе, их родственниками

Содержание темы раскрывает фундаментальные основы профессии, начиная с морально-этических норм, которые являются внутренним стержнем и ориентиром для всех действий помощника по уходу. Ключевым понятием здесь выступает профессиональная этика, основанная на общечеловеческих ценностях: уважении достоинства, автономии и прав личности подопечного, что означает признание его права на собственное мнение, выбор и приватность даже в условиях зависимости от посторонней помощи. Центральными принципами деятельности становятся конфиденциальность, предполагающая неразглашение любой личной и медицинской информации, и милосердие, понимаемое как деятельное сострадание и готовность помочь, преодолевая возможные естественные барьеры вроде брезгливости или усталости.

Особое внимание уделяется деонтологическим аспектам — системе конкретных правил и обязанностей, возникающих в рамках отношений "специалист-подопечный". Это включает в себя запрет на любые формы дискриминации, манипуляций, финансовых злоупотреблений, а также недопустимость навязывания своих философских, религиозных или политических взглядов. Обязательным правилом является соблюдение профессиональных границ: установление доброжелательных, но рабочих отношений, исключая панибратство или эмоциональную зависимость, и четкое следование должностным инструкциям, без выхода за рамки своей компетенции, например, в части назначения или отмены лекарств.

Вторая часть темы посвящена практическому применению этих этических норм в коммуникации, что составляет значительную часть ежедневной работы. Особенности общения с лицами, нуждающимися в уходе, требуют от сиделки высокого уровня эмоционального интеллекта и специфических навыков. Общение строится на эмпатии — способности понять и разделить чувства другого человека, и технике активного слушания, когда важны не только слова, но и невербальные сигналы: тон голоса, выражение лица, поза.

Ключевым является уважительное обращение, предполагающее обращение на "Вы" и по имени-отчеству, если иное не оговорено, и абсолютное исключение уменьшительно-ласкательных или инфантильных обращений, унижающих достоинство взрослого человека. При общении с людьми, имеющими когнитивные нарушения, деменцию или психические расстройства, критически важными становятся спокойствие, терпение, предсказуемость, использование простых и ясных формулировок, повторение информации без раздражения.

Важно уметь распознавать и корректно реагировать на невербальные проявления боли, страха или дискомфорта, когда подопечный не может выразить это словами.

Отдельный и часто сложный блок — это взаимодействие с родственниками подопечного. Здесь профессиональная этика диктует необходимость быть тактичным, понимающим тяжесть их эмоционального состояния, но при этом сохранять четкие профессиональные границы. Коммуникация с родственниками должна быть регулярной, прозрачной и объективной: сиделка информирует об изменениях в состоянии, повседневных событиях, но делает это, не нарушая конфиденциальности и не давая личных оценок или непрофессиональных прогнозов. Необходимо уметь конструктивно реагировать на критику, тревогу или гиперопеку со стороны семьи, направляя диалог в русло совместной заботы о благополучии подопечного, и избегать вовлечения в семейные конфликты или обсуждения действий других членов семьи или медицинских работников. Таким образом, тема формирует целостное понимание того, что профессиональный уход — это синтез технических навыков и глубокой гуманистической позиции, где этичное общение является не просто дополнением, а основным инструментом создания атмосферы

безопасности, доверия и поддержки, что непосредственно влияет на физическое и психологическое состояние подопечного.

Содержание Темы 1.2. Основы физиологии и гигиены человека

Содержание темы охватывает фундаментальные основы физиологии и гигиены человека, формируя у будущего помощника по уходу целостное и научно обоснованное понимание процессов, происходящих в организме подопечного, что является абсолютной необходимостью для осознанного, безопасного и эффективного выполнения обязанностей.

Ключевым становится знание базовых принципов работы основных систем организма — сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной, выделительной, опорно-двигательной и нервной, — не в виде углубленного медицинского курса, а в прикладном аспекте: понимание, как возрастные изменения, хронические заболевания или последствия травм влияют на их функцию и, следовательно, на повседневные потребности и возможности человека. Это знание позволяет предвидеть риски, например, связывая малоподвижность с риском пневмонии и тромбозов, а снижение чувствительности кожи — с опасностью незамеченных повреждений.

Физиология напрямую диктует основы гигиены, которая в профессиональном контексте перестает быть личным делом и становится технологией поддержания здоровья и профилактики осложнений. Гигиена тела рассматривается как комплекс мер по уходу за кожей — нашего крупнейшего органа и главного защитного барьера, слизистыми оболочками, волосами и ногтями, направленных на поддержание их целостности и функции.

Особый акцент делается на взаимосвязи чистоты и здоровья: скопление пота, кожного сала, мочи и кала создает среду для размножения патогенных микроорганизмов, приводит к мацерации кожи, воспалениям и формированию пролежней, поэтому регулярные и технически правильные гигиенические процедуры — это не эстетическая услуга, а обязательная лечебно-профилактическая манипуляция.

Подробно рассматриваются принципы ухода за кожей в зависимости от ее типа и состояния, использование защитных и увлажняющих средств, барьерных кремов, техника бережного мытья и осушивания без трения. Важнейшим разделом становится гигиена полости рта, так как ее нарушение ведет не только к стоматологическим проблемам и потере аппетита, но и может стать источником опасных легочных инфекций при аспирации.

Отдельное внимание уделяется вопросам физиологических отправлениях: помощь в отпадлении естественных нужд, использование судна и мочеприемников, уход при недержании — все это требует не только практического навыка, но и глубокого понимания процессов выделения для профилактики инфекций мочевыводящих путей и раздражения кожи. Вся гигиеническая практика неразрывно связывается с принципами эргономики и безопасности как для подопечного, так и для самого помощника, чтобы обеспечить физический комфорт и минимизировать риск

травм во время перемещений и подмываний. Таким образом, тема создает прочную связь между теоретическим знанием о том, как тело работает, и практическим умением поддерживать его чистоту и функциональность, подчеркивая, что грамотный гигиенический уход — это первая линия обороны здоровья ослабленного человека и краеугольный камень его качества жизни.

Содержание самостоятельной работы слушателей

Основная цель самостоятельной работы слушателей – закрепление знаний, полученных в ходе лекционных и практических занятий.

Индивидуальная консультационная работа преподавателей со слушателями осуществляется весь период обучения.

№ п/п	Наименование (содержание) темы	Формы и методы проведения
1	Тема 1.1. Морально-этические нормы и правила в рамках профессиональной деятельности сиделки. Особенности общения с лицами, нуждающимися в постороннем уходе, их родственниками	Изучение основной и дополнительной литературы по программе

Список литературы по модулю

Законодательные, нормативные и правовые акты

1. Конституция Российской Федерации с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020г.
2. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (ред. от 23.07.2025)
3. Федеральный закон от 28.12.2013 № 442-ФЗ «Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.03.2025).
4. Трудовой кодекс Российской Федерации от 30.12.2001 N 197-ФЗ (ред. от 28.12.2025)
5. Приказ Минтруда России и социальной защиты Российской Федерации от 31.05.2023 N 482н "Об утверждении профессионального стандарта «Помощник по уходу».
6. Приказ Минтруда России от 27.12.2024 N 732 «О реализации в Российской Федерации в 2025 году Типовой модели системы долговременного ухода за гражданами пожилого возраста и инвалидами, нуждающимися в уходе».

Основная литература

1. Паллиативная медицинская помощь в онкологии: учебник : [для студентов старших курсов медицинских вузов] / под редакцией Г. А. Новикова, Е. П. Куликовой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2025. — 312 с. — ISBN 978-5-9704-8814-0. — URL: <https://market.yandex.ru/card/palliativnaya-meditsinskaya->

pomoshch-v-onkologii-uchebnik-2-ye-izd-pererab-i-dop-pod-red-novikov-g-a-kulikova-ye-p-geotar-media/103781407005 (дата обращения: 05.02.2026).

2. Мухина, С. А. Теоретические основы сестринского дела : учебник / С. А. Мухина, И. И. Тарновская. — Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. — 368 с. — ISBN 978-5-9704-5416-9. — URL: <https://medvetlit.ru/market/medicinskaya-literatura/sestrinskoe-delo/teoreticheskie-osnovy-sestrinskogo-dela-uchebnik-muhina-sa-tarnovskaya-ii-2020-g/> (дата обращения: 05.02.2026).

Дополнительная литература

1. Островская, И. В. Основы сестринского дела : учебник / И. В. Островская, Н. В. Широкова. — Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2016. — 320 с. — ISBN 978-5-9704-3845-8 (общ.). — URL: <https://market.yandex.ru/card/osnovy-sestrinskogo-dela-uchebnik/102223936306> (дата обращения: 05.02.2026).

2. Спринц, А. М. Медицинская психология с элементами общей психологии : учебное пособие / А. М. Спринц, Н. Ф. Михайлова, Е. П. Шатова. — Санкт-Петербург : СпецЛит, 2009. — 447 с. — URL: <https://market.yandex.ru/card/kniga-meditsinskaya-psikhologiya-s-elementami-obshchey-psikhologii-2009-2040217622297/103458581859> (дата обращения: 05.02.2026).

3. Этический кодекс медицинской сестры России [Электронный ресурс] :— Редакция от 01.04.1997. — Электрон. дан. — Москва: 1997. URL: <https://normativ.kontur.ru/document?moduleId=1&documentId=257617> (дата обращения: 05.02.2026).

4. Ярская-Смирнова, Е. Р. Профессиональная этика социальной работы [Электронный ресурс] : учебник / Е. Р. Ярская-Смирнова. — Москва. 1999. — 96 с. — (Университетский учебник). — Текст: электронный. — URL: <http://tlib.gbs.spb.ru/dl/6/Ярская-Смирнова> (дата обращения: 05.02.2026).

Интернет-ресурсы, информационно-справочные и поисковые системы

1. Министерство здравоохранения РФ <https://minzdrav.gov.ru/>
2. Министерство труда и социальной защиты РФ <https://mintrud.gov.ru/>
3. Справочная правовая система «КонсультантПлюс» - www.consultant.ru;
4. Электронная библиотека Финансового университета (ЭБ) - <http://elib.fa.ru/>;
5. Электронно-библиотечная система издательства «ЮРАЙТ» - <https://urait.ru/>
6. РМЖ русский медицинский журнал <https://www.rmj.ru/articles/dietologiya/>

Рабочая программа Модуля 2

Обеспечение питания и питьевого режима

Цель освоения модуля – формирование готовности к самостоятельному и безопасному выполнению трудовой функции А/01.4 «Приготовление пищи, подготовка пищи к приему, кормление лиц, нуждающихся в уходе» через освоение системных знаний о принципах лечебного и возрастного питания, санитарно-гигиенических норм и **совершенствование практических умений и навыков в:**

- организации питания и питьевого режима для лиц с учетом их заболеваний и ограничений;
- оказании помощи на всех этапах – от приготовления пищи до безопасного кормления и профилактики аспирации.

Компетенции, совершенствуемые и приобретаемые слушателями в процессе освоения модуля: способность к приготовлению пищи, подготовке пищи к приему, кормление лиц, нуждающихся в уходе (помощь лицам, нуждающимся в уходе, при приготовлении пищи, при подготовке пищи к приему, при приеме пищи) (А/01.4);

Планируемые результаты обучения по программе

По итогам освоения программы слушатели должны:

а) знать:

- принципы здорового питания;
- правила питьевого режима;
- принципы лечебного питания, диетические продукты и блюда;
- сроки и условия хранения скоропортящихся продуктов питания;
- способы кормления малоподвижных (обездвиженных) лиц, нуждающихся в уходе;
- санитарные правила и нормы при приеме пищи (кормлении);

б) уметь:

- осуществлять наблюдение и сопровождение лиц, нуждающихся в уходе, при приеме пищи, соблюдении питьевого режима;
- осуществлять кормление лиц, нуждающихся в уходе, согласно медицинским рекомендациям;
- обеспечивать безопасность приема пищи, воды или кормления лиц, нуждающихся в уходе, оказывать помощь;

в) владеть:

- владеть навыком поддержания гигиены питания лиц, нуждающихся в уходе.

Учебно-тематический план модуля 2

№ № п/п	Наименование модуля	Всего часов трудоемкости	В том числе					Форма контроля
			Аудиторные занятия		Самостоятельная работа	из них, применением ДОТ, час		
			Всего	из них				
			Лекции	Практические занятия				
1	Модуль 2. Обеспечение питания и питьевого режима							
2	Тема 2.1. Принципы здорового и лечебного питания. Особенности питания в пожилом возрасте и при различных заболеваниях	10	8	4	4	2	8	
3	Тема 2.2. Помощь в приготовлении пищи и подготовке к приему пищи.	4	2	2		2	2	
4	Тема 2.3. Техники и способы кормления. Помощь в приеме пищи и соблюдении питьевого режима. Профилактика аспирации.	6	4		4	2	4	
5	Промежуточная аттестация	4	4		4			Практическая работа
6	Итого по Модулю 2	24	18	6	12	6	14	

Содержание Темы 2.1. Принципы здорового и лечебного питания. Особенности питания в пожилом возрасте и при различных заболеваниях

Принципы построения рациона для здорового человека.
 Характеристика основных лечебных диет (столов).
 Особенности метаболизма и пищевые потребности в пожилом возрасте.
 Питание при распространенных патологиях: нарушениях глотания (дисфагия), сердечно-сосудистых заболеваниях, сахарном диабете, заболеваниях ЖКТ.
 Понятие о консистенции пищи (обычная, мягкая, пюреобразная, жидкая).

Содержание Темы 2.2. Помощь в приготовлении пищи и подготовке к приему пищи

Организация рабочего места и безопасность помощника на кухне: основные правила безопасности: работа с электроприборами (плита, чайник), горячими поверхностями, острыми предметами; профилактика бытового травматизма и падений (уборка разлитой жидкости, отсутствие препятствий).

Соблюдение санитарно-гигиенического режима (личная гигиена помощника): обязательное мытье и обработка рук (алгоритм) перед началом работы, после контакта с загрязнениями, после посещения туалета.

Гигиена на кухне: правила мытья и хранения кухонной посуды, инвентаря, разделочных досок; соблюдение правил товарного соседства и сроков годности продуктов. Маркировка сырой и готовой продукции; температурный режим хранения: холодильник, морозильная камера; уборка и дезинфекция рабочих поверхностей после приготовления пищи.

Технология помощи в приготовлении пищи с учетом диетических ограничений подопечного: адаптация стандартных рецептов в соответствии с назначенной диетой (исключение соли, сахара, жира; измельчение); приготовление пищи щадящими методами (варка, тушение, приготовление на пару, запекание). Отказ от жарки. Приготовление блюд нужной консистенции (пюре, суфле, жидкие каши) при нарушениях глотания (дисфагии). Контроль температуры готовой пищи перед подачей (профилактика ожогов полости рта).

Подготовка к приему пищи: создание безопасной и комфортной обстановки: подготовка места для приема пищи: устойчивый стол, удобный стул/кресло, отсутствие лишних предметов, хорошее освещение. Подготовка подопечного: гигиенические процедуры: мытье/обтирание рук, при необходимости – помощь в использовании зубных протезов; помощь в принятии правильного и безопасного положения для еды (сидя, с опорой для спины; для лежачих – приподнятое изголовье); обеспечение физического комфорта (удобная поза, нагрудник/салфетка). Подготовка столовых приборов и посуды: использование безопасной (небьющейся) и адаптированной посуды (тарелки с высоким бортиком, не скользящие коврики, поильники, ложки с утолщенной ручкой, изогнутые приборы); правильная сервировка: все необходимое в зоне досягаемости.

Соблюдение гигиены во время и после кормления/приема пищи: контроль чистоты посуды, столовых приборов и нагрудников/салфеток; правила обращения с недоеденной пищей (хранение, утилизация); гигиенические процедуры после еды: помощь в мытье/обтирании рук, умывании, полоскании рта, чистке зубов/протезов; своевременная уборка и мытье посуды после приема пищи.

Ключевые принципы темы: безопасность – гигиена – соблюдение назначений – Комфорт подопечного – ответственность помощника.

Содержание Темы 2.3. Техники помощи в приеме пищи и питьевом режиме. Безопасное кормление и профилактика аспирации.

Принципы безопасного кормления и помощи в приеме пищи:

— **психологическая подготовка и коммуникация:** создание спокойной, доброжелательной атмосферы. Объяснение своих действий, уважение к темпу и предпочтениям подопечного;

— **организация процесса:** удобное положение помощника, обеспечение хорошего обзора и доступа к подопечному.

Техники и способы кормления в зависимости от состояния подопечного:

— **Кормление с ложки (для нуждающихся в полной помощи):** правильное заполнение ложки (на 2/3, неполная); техника поднесения ложки: с недоминантной стороны, касание нижней губы, ожидание, пока пища будет взята в рот; контроль за полным проглатыванием перед следующим кормлением («глоток за глотком»).

— **Помощь в самостоятельном приеме пищи:** физическая поддержка: «ведение» руки подопечного от тарелки ко рту; использование адаптивных устройств (термокружки, тарелки с присоской, приборы с утолщенными ручками); вербальная поддержка и пошаговые инструкции.

— **Особенности кормления лежачего подопечного:** обязательное приподнимание изголовья кровати (угол 45-90 градусов); использование специальных прикроватных столиков; кормление с ложки в положении «сидя в кровати» или «полусидя». **Запрет на кормление в положении лежа на спине.**

Организация и помощь в соблюдении питьевого режима:

— значение адекватного питья для профилактики обезвоживания, запоров, инфекций мочевыводящих путей;

— расчет суточной потребности в жидкости (с учетом возраста, заболеваний, времени года);

— способы контроля выпитой жидкости (ведение «питьевого дневника», использование мерной посуды);

— Техники безопасного питья: использование поильников с носиком, специальных стаканов, трубочек (соломинок). Контроль положения головы (подбородок не запрокинут).

Профилактика аспирации (попадания пищи/жидкости в дыхательные пути) – КЛЮЧЕВОЙ БЛОК:

— **Что такое аспирация и чем она опасна** (развитие аспирационной пневмонии, риск удушья).

— **Признаки высокого риска аспирации:** кашель во время/сразу после еды, «булькающий» голос, частые поперхивания, затрудненное глотание (дисфагия).

«Золотые правила» профилактики аспирации

Действия в нештатной ситуации:

— **Алгоритм действий при поперхивании:** немедленное прекращение кормления, спокойная команда «Прокашляйтесь!», наклон подопечного вперед, похлопывание по спине между лопаток.

— **Признаки, требующие немедленного информирования медицинского персонала или родственников:**

— **Ключевые принципы темы: безопасность – контроль – наблюдение – своевременное информирование.**

Помощник по уходу — это **ключевое звено наблюдения**, которое, строго следуя технике, предотвращает угрозу жизни и здоровью подопечного.

Содержание практических занятий

№ темы	Наименование темы, по которой предусмотрено практическое занятие	Форма и содержание практического занятия
1	Тема 2.1. Принципы здорового и лечебного питания. Особенности питания в пожилом возрасте и при различных заболеваниях.	<p>Форма занятия: «Практикум по безопасному соблюдению назначений».</p> <p>Суть занятия: превращение теоретических знаний о питании в практические навыки безопасного следования инструкциям и распознавания рисков.</p> <p>Цель — научить помощника по уходу не назначать диету, а правильно понимать и выполнять уже данные медицинским работником назначения (диету, режим):</p> <p>Активация («Что нам поручили?»). Разбор типовых формулировок в назначениях: что на практике означают «Стол №10», «диета при диабете», «пища пюреобразной консистенции».</p> <p>Упор на бытовую расшифровку терминов.</p> <p>Погружение в проблему («Где таится опасность?»).</p> <p>Преподаватель разыгрывает или описывает сценарии с распространенными бытовыми ошибками:</p> <p>«Ну, он же просит солёенького, чуть-чуть можно» (при гипертонии).</p> <p>«Пирожок из столовой — он же мягкий, можно жевать» (при дисфагии).</p> <p>«Не хочет пить — и не надо» (риск обезвоживания у лежачего).</p> <p>Обсуждение: чем это опасно и каковы могут быть последствия?</p> <p>Практическое осмысление: «как сделать правильно и безопасно?»).</p> <p>Слушатели заранее получают карточку-памятку о подопечном с четким назначением врача.</p>

		<p>Задача 1 (Понимание): перевести назначение на простой язык. Сформулировать 3 главных правила для себя на кухне (например: «Не солить», «Готовить на пару», «Исключить сахар»).</p> <p>Задача 2 (Организация): составить примерный безопасный список покупок на день или выбрать из предложенного списка продуктов те, которые не навредят.</p> <p>Задача 3 (Наблюдение): перечислить 2-3 признака, что с подопечным может быть проблема из-за питания (например, поперхивается, отказывается от еды, жалуется на боль) и записать четкий алгоритм: «Если я это вижу, я... (звоню соцработнику/медсестре/родственнику)».</p> <p>Презентация и экспертиза («Проверяем бдительность»). Группы зачитывают свои правила и признаки опасности. Преподаватель и другие группы дополняют: «А что, если...?». Акцент на юридической и профессиональной ответственности за нарушение назначений.</p> <p>Рефлексия и вывод («Наш алгоритм безопасности»).</p> <p>Совместная выработка итоговой памятки помощника по уходу:</p> <p>ШАГ 1: ясно понять назначение (спросить, если не понял). ШАГ 2: строго его соблюдать на всех этапах (покупка, готовка, подача). ШАГ 3: внимательно наблюдать за состоянием во время и после еды. ШАГ 4: немедленно сообщать о любых тревожных изменениях ответственному лицу (родственник, соцработник, медработник).</p> <p>Итоговый результат занятия: слушатель четко осознает границы своей компетенции и выходит с понятным, безопасным алгоритмом действий, знает не «как лечить питанием», а «как не навредить, соблюдая инструкции, и вовремя заметить угрозу».</p> <p>Это формирует ответственного и надежного исполнителя, действующего в команде с профильными специалистами.</p>
2	Тема 2.3. Техники и способы кормления. Помощь в приеме пищи и соблюдении питьевого режима. Профилактика аспирации	<p>Форма занятия: «Практический тренинг с элементами демонстрации и ситуационного моделирования»</p> <p>Это не семинар (дискуссия), не лекция и не чисто семинарское занятие. Это интерактивное практико-ориентированное занятие, где ключевая активность и оцениваемый результат — это отработка физических</p>

	<p>мануальных навыков и поведенческих алгоритмов в условиях, максимально приближенных к реальным.</p> <p>Блок 1. Вводный инструктаж и постановка проблемы. Краткое повторение ключевых рисков: Аспирация = угроза жизни. Объяснение, что сегодняшний навык — критически важен.</p> <p>Демонстрация неправильных действий на манекене (кормление лежа, большими порциями, в спешке). Совместный разбор: «Что не так? К чему это может привести?»</p> <p>Блок 2. Отработка «золотого стандарта» безопасного кормления</p> <p>Шаг 1. Подготовка: Демонстрация преподавателем: как правильно усадить манекен/партнера, оценить позу, застелить нагрудник, расположить посуду.</p> <p>Шаг 2. Техника кормления: Демонстрация: кормление с ложки, контроль глотания, правильный темп. Использование поильника. Акцент на коммуникацию: «Мария Ивановна, сейчас дам кашу. Проглотите, пожалуйста».</p> <p>Шаг 3. Завершение приема пищи: Демонстрация и практика: гигиена после еды (вытереть губы, убрать нагрудник), контроль положения (оставаться сидеть 30 мин.), уборка места.</p> <p>Блок 3. Тренинг по профилактике и действиям при ЧП</p> <p>Часть 1. Профилактика: Совместно составляем чек-лист «Кормить можно только если...» (бодрствует, сидит, кашля нет и т.д.). Упражнение «Найди ошибку»: просмотр коротких видеоситуаций (или разбор текстовых кейсов) с нарушениями правил. Слушатели должны обнаружить и озвучить ошибки.</p> <p>Часть 2. Моделирование нештатных ситуаций в действии): разбор и отработка действий в смоделированных критических ситуациях (например, признаки поперхивания).</p> <p>Блок 3. Закрепление и рефлексия «Экзамен на бдительность»: преподаватель быстро описывает сценарии («Вы зашли, а неподпечный еще дремлет, но просит есть. Ваши действия?»). Слушатели хором или по поднятой руке дают правильный ответ.</p> <p>Итог: каждый слушатель одним предложением формулирует самое важное правило, которое он вынес из</p>
--	--

		тренинга. Преподаватель раздает итоговые памятки для работы.
--	--	--

Содержание самостоятельной работы слушателей

Основная цель самостоятельной работы слушателей – закрепление знаний, полученных в ходе лекционных и практических занятий.

Индивидуальная консультационная работа преподавателей со слушателями осуществляется весь период обучения.

№ п/п	Наименование (содержание) темы	Формы и методы проведения
1	Тема 2.1. Принципы здорового и лечебного питания. Особенности питания в пожилом возрасте и при различных заболеваниях.	Изучение основной и дополнительной литературы по программе
2	Тема 2.2. Помощь в приготовлении пищи и подготовке к приему пищи. Соблюдение санитарно-гигиенических требований при работе с продуктами и кормлении.	Изучение основной и дополнительной литературы по программе
3	Тема 2.3. Техники и способы кормления. Помощь в приеме пищи и соблюдении питьевого режима. Профилактика аспирации.	Изучение основной и дополнительной литературы по программе

Список литературы по модулю

Законодательные, нормативные и правовые акты

1. Конституция Российской Федерации с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020г.
2. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (ред. от 23.07.2025)
3. Федеральный закон от 28.12.2013 № 442-ФЗ «Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.03.2025).
4. Трудовой кодекс Российской Федерации от 30.12.2001 N 197-ФЗ (ред. от 28.12.2025)
5. Приказ Минтруда России и социальной защиты Российской Федерации от 31.05.2023 N 482н "Об утверждении профессионального стандарта «Помощник по уходу».
6. Приказ Минтруда России от 27.12.2024 N 732 «О реализации в Российской Федерации в 2025 году Типовой модели системы долговременного ухода за гражданами пожилого возраста и инвалидами, нуждающимися в уходе».

Основная литература

1. Паллиативная медицинская помощь в онкологии: учебник : [для студентов старших курсов медицинских вузов] / под редакцией Г. А. Новикова, Е. П. Куликовой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2025. — 312 с. — ISBN 978-5-9704-8814-0. — URL: <https://market.yandex.ru/card/palliativnaya-meditsinskaya-pomoshch-v-onkologii-uchebnik-2-ye-izd-pererab-i-dop-pod-red-novikov-g-a-kulikova-ye-p-geotar-media/103781407005> (дата обращения: 05.02.2026).

2. Мухина, С. А. Теоретические основы сестринского дела : учебник / С. А. Мухина, И. И. Тарновская. — Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. — 368 с. — ISBN 978-5-9704-5416-9. — URL: <https://medvetlit.ru/market/medicinskaya-literatura/sestrinskoe-delo/teoreticheskie-osnovy-sestrinskogo-dela-uchebnik-muhina-sa-tarnovskaya-ii-2020-g/> (дата обращения: 05.02.2026).

Дополнительная литература

1. Диетология : руководство / ред. А. Ю. Барановский. — Санкт-Петербург : Питер, 2008. — 1468 с. : ил. ; 24 см. — (Спутник врача). — ISBN 978-5-469-01681-6. — Электрон. версия печ. публикации. — URL: <https://www.litres.ru/book/raznoe-55610/dietologiya-rukovodstvo-4239155/> (дата обращения: 05.02.2026).

2. Островская, И. В. Основы сестринского дела : учебник / И. В. Островская, Н. В. Широкова. — Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2016. — 320 с. — ISBN 978-5-9704-3845-8 (общ.). — URL: <https://market.yandex.ru/card/osnovy-sestrinskogo-dela-uchebnik/102223936306> (дата обращения: 05.02.2026).

Интернет-ресурсы, информационно-справочные и поисковые системы

1. Министерство здравоохранения РФ <https://minzdrav.gov.ru/>
2. Министерство труда и социальной защиты РФ <https://mintrud.gov.ru/>
3. Справочная правовая система «КонсультантПлюс» - www.consultant.ru;
4. Электронная библиотека Финансового университета (ЭБ) - <http://elib.fa.ru/>;
5. Электронно-библиотечная система издательства «ЮРАЙТ» - <https://urait.ru/>

Рабочая программа Модуля 3 Обеспечение личной гигиены и ухода

Цель освоения модуля – формирование у слушателей готовности к профессиональному, безопасному и уважительному выполнению гигиенических процедур для лиц, нуждающихся в уходе, через освоение знаний об особенностях и принципах личной гигиены, совершенствование практических умений и навыков в оказании помощи в проведении повседневных гигиенических процедур (умывание, мытье, смена белья) с использованием правильных эргономичных техник

В результате освоения модуля слушатель должен быть способен оказывать гигиенические услуги в рамках установленных норм и правил, действуя по поручению и в координации с медицинским персоналом, своевременно фиксируя и сообщая об изменениях в состоянии подопечного.

Компетенции, совершенствуемые и приобретаемые слушателями в процессе освоения модуля: способность к оказанию гигиенических услуг лицам, нуждающимся в уходе (помощь лицам, нуждающимся в уходе, при оказании гигиенических услуг) (А/02.4);

Планируемые результаты обучения по программе

По итогам освоения программы слушатели должны:

а) знать:

— особенности гигиенического ухода за различными категориями лиц, нуждающихся в уходе, в повседневной деятельности (поддержание личной гигиены, пользование ванной и туалетом, одевание (раздевание), передвижение);

б) уметь:

— осуществлять наблюдение и сопровождение лиц, нуждающихся в уходе, при проведении гигиенических процедур с использованием технических средств реабилитации (без использования);

— обеспечивать инфекционную безопасность и соблюдение санитарных норм, правил;

в) владеть:

— владеть навыком оказания помощи при замене мочеприемника и (или) калоприемника, включая уход за кожным покровом вокруг стомы и (или) катетера, замена расходных материалов, утилизация отходов.

Учебно-тематический план модуля 3

№ № п/п	Наименование модуля	Всего часов трудоемкости	В том числе					Форма контроля
			Аудиторные занятия			Самостоятельная работа	из них, применением ДОТ, час	
			Всего	из них				
		Лекции		Практические занятия				
1	Модуль 3. Обеспечение личной гигиены и ухода							
2	Тема 3.1. Повседневные гигиенические процедуры и уход за кожей. Техники смены нательного и постельного белья	10	8	2	6	2	6	
3	Тема 3.2. Помощь при использовании средств абсорбирующего белья, моче- и калоприемников. Уход за стомой.	10	8	2	6	2	6	

4	Промежуточная аттестация	2				2		Тестирование
5	Итого по Модулю 3	22	16	4	12	6	12	

Содержание Темы 3.1. Повседневные гигиенические процедуры и уход за кожей. Техники смены нательного и постельного белья

Организация утреннего и вечернего туалета. Алгоритмы помощи в умывании, мытье рук, чистке зубов и зубных протезов. Техники безопасной помощи при пользовании туалетом, ванной и душем с применением технических средств реабилитации (ходунки, поручни, сиденья для ванны). Правила использования судна и утки. Основы ухода за кожей в пожилом возрасте: профилактика опрелостей, сухости, раздражений. Эргономичные и безопасные техники смены нательного и постельного белья у малоподвижного подопечного. Соблюдение принципов достоинства и конфиденциальности при оказании гигиенических услуг.

Содержание Темы 3.2. Помощь при использовании средств абсорбирующего белья, моче- и калоприемников. Уход за стомой

Общие принципы работы со средствами, компенсирующими функции выделительной системы. Обучение пользованию абсорбирующим бельем (подгузниками, впитывающими пеленками и трусами) для поддержания сухости, чистоты и профилактики раздражения кожи. Техника смены, выбор правильного размера и впитывающей способности. Правила утилизации использованных изделий.

Принципы работы с мочеприемниками и калоприемниками.

Виды приемников: однокомпонентные и двухкомпонентные системы, дренируемые и закрытые.

Алгоритм смены приемника.

Гигиеническая обработка кожи вокруг отверстия (стомического отверстия).

Контроль состояния кожных покровов, профилактика и раннее выявление осложнений (раздражение, мацерация, аллергические реакции). Особенности ухода за разными типами стом: кишечная (колостома, илеостома) и мочева (уростома). Наблюдение за характеристиками выделений (цвет, консистенция, объем), что является важным показателем состояния здоровья.

Обучение самостоятельному уходу за стомой и использованию средств. Психологическая поддержка и соблюдение принципов конфиденциальности и уважения достоинства человека при оказании помощи. Все манипуляции выполняются с использованием средств индивидуальной защиты.

Содержание практических занятий

№ темы	Наименование темы, по которой предусмотрено практическое занятие	Форма и содержание практического занятия
1	Тема 3.1. Повседневные гигиенические процедуры и уход за кожей. Техники смены нательного и постельного белья	<p>Форма занятия: Мастер-класса с элементами ситуационного моделирования.</p> <p>Основной метод — демонстрация с последующим устным и письменным конспектированием действий. Отработка навыков происходит путём детального разбора этапов, составления пошаговых инструкций и обсуждения действий в смоделированных типовых и нестандартных ситуациях.</p> <p>Методы: объяснительно-иллюстративный, частично-поисковый (решение клинических задач), репродуктивный (составление алгоритмов).</p> <p>Содержание и план проведения занятия</p> <p>Актуализация темы: обсуждение, почему гигиенический уход является лечебной процедурой, связь с профилактикой пролежней, пневмонии, мочевых инфекций, обсуждение понятия «достоинство пациента».</p> <p>Определение целей: совместная формулировка обучающимися целей: освоить алгоритмы и принципы, а не просто механические действия.</p> <p>Инструктаж: разъяснение логики занятия: демонстрация → разбор этапов → составление памятки → решение кейсов.</p> <p>Блок 1: Алгоритм ухода за кожей и проведения гигиенических процедур</p> <p>Демонстрация-объяснение подготовки к любой процедуре: организация пространства, мытьё рук, сбор и расстановка всех необходимых средств (гигиенические наборы, защитные средства, ёмкости с водой).</p> <p>Разбор и конспектирование пошагового алгоритма утреннего/вечернего туалета лежачего пациента:</p> <p>Установление контакта, информирование, создание приватной обстановки.</p> <p>Последовательность обработки зон: глаза (от внешнего угла к внутреннему), лицо, уши, шея.</p> <p>Особенности гигиены полости рта у ослабленного пациента.</p>

		<p>Ключевой принцип: обмывание/обтирание тела по частям с постоянным поддержанием тепла и достоинства пациента. Обсуждение правила «от чистого к грязному».</p> <p>Обязательный этап: осмотр и оценка состояния кожи в естественных складках, под молочными железами, в паху, на крестце. Обсуждение, что искать (покраснение, мацерация, сухость).</p> <p>Нанесение защитного/увлажняющего средства при необходимости.</p> <p>Работа в малых группах: группа получает карточку с изменённым состоянием пациента (сахарный диабет, сильное ожирение, паралич одной стороны тела, лихорадка с потливостью). Задача — проговорить, как изменится стандартный алгоритм для этого случая.</p> <p>Блок 2: Технология смены нательного и постельного белья</p> <p>Демонстрация-объяснение двух ключевых техник на стуле с использованием подручных средств (одеяло, простыня) для имитации пациента:</p> <p>Поперечный способ смены простыни у лежащего пациента.</p> <p>Накатывание грязного белья валиком с одновременным раскатыванием чистого.</p> <p>Составление схемы-инструкции в парах: обучающиеся письменно описывают этапы одной из техник, выделяя критические точки (куда убрать подушку, как повернуть пациента, как зафиксировать новую простыню).</p> <p>Разбор сложного случая «Смена белья у пациента с капельницей и болевым синдромом»:</p> <p>Работа фронтально. Преподаватель задаёт наводящие вопросы: «Что сделать сначала — переместить пациента или переставить штатив?», «Как обеспечить безопасность системы?», «Какие слова поддержки важны в этот момент?».</p> <p>Совместное составление оптимального плана действий.</p> <p>Принципы смены нательного белья (рубашки): демонстрация метода «снятия с ослабленной/парализованной конечности первой».</p> <p>Составление краткой памятки по смене белья.</p>
--	--	---

		<p>Ситуационная задача: группе предлагается кейс «Пациент после инсульта, частично контактен, сопротивляется проведению гигиенических процедур». Совместное обсуждение возможных причин (страх, стыд, боль) и коммуникативных тактик помощника.</p> <p>Резюме и рефлексия: краткое повторение ключевых принципов: безопасность, достоинство, последовательность, осмотр кожи. Ответы на вопросы.</p>
2	<p>Темы 3.2. Помощь при использовании средств абсорбирующего белья, моче- и калоприемников. Уход за стомой</p>	<p>Форма занятия: «Тренинг-лаборатория с элементами симуляции и решения кейсов».</p> <p>Основной акцент делается на формирование алгоритмического мышления, отработку стандартов работы с разными видами средств ухода и коммуникативных навыков в деликатных ситуациях. Практические навыки отрабатываются путем составления пошаговых инструкций, работы с демонстрационными образцами и разбора типовых и осложненных сценариев.</p> <p>Вид: практическое занятие (лабораторный практикум). Методы: демонстрационный, алгоритмический, частично-поисковый (решение ситуационных задач), кейс-метод.</p> <p>2. Содержание и план проведения занятия Вводная часть Мотивация и целеполагание: обсуждение ключевой цели – не просто механическая смена средств, а обеспечение физического комфорта, сохранение целостности кожи и психологического благополучия человека. Актуализация связи правильного ухода с профилактикой дерматитов, инфекций и социальной изоляции.</p> <p>Принципы работы: краткое повторение общих принципов: безопасность (СИЗ), конфиденциальность, уважение достоинства, информирование пациента на всех этапах.</p> <p>Структура занятия: объяснение логики модулей: абсорбирующее белье → урологические приемники → уход за стомой.</p> <p>Основная часть Блок 1: Абсорбирующее белье: от выбора до утилизации</p> <p>Работа с образцами: обучающиеся на практике изучают разные виды абсорбирующего белья (подгузники-трусы, пеленки, прокладки), определяют их впитывающую способность, оценивают анатомическую форму, застежки, индикаторы наполнения.</p>

	<p>Алгоритмизация: совместное составление пошагового чек-листа на флипчарте «Идеальная смена подгузника»:</p> <p>Подготовка (СИЗ, все средства под рукой).</p> <p>Гигиена кожи: техника подмывания/обтирания (сверху вниз, одноразовые салфетки), обязательная тщательная сушка.</p> <p>Осмотр кожи (поиск покраснений, опрелостей).</p> <p>Нанесение защитного крема/пасты (демонстрация правильного нанесения тонким слоем).</p> <p>Правильное надевание и фиксация белья.</p> <p>Утилизация (свертывание, использование замков, гигиена рук).</p> <p>Мини-кейс: обсуждение ситуации «У пациента появилось яркое покраснение в паховых складках». Определение возможных причин (недостаточная сушка, трение, реакция на средство) и тактики действий.</p> <p>Блок 2: Уход за моче- и калоприемниками (20 минут)</p> <p>Демонстрация образцов: преподаватель демонстрирует разные виды систем (однокомпонентные/двухкомпонентные, дренируемые/закрытые), поясняя сферу применения каждого.</p> <p>Разработка алгоритма: в малых группах обучающиеся разрабатывают и представляют краткий алгоритм «Смена дренируемого мочеприемника» или «Опорожнение калоприемника», включая ключевые пункты: измерение объема, оценка характеристик выделений, промывание мешка, дезинфекция клапана.</p> <p>Акцент на наблюдении: групповая дискуссия: «Что должно насторожить в содержимом приемника?» (мутность, резкий запах, необычный цвет, кровь, малое количество мочи). Составление списка «тревожных признаков».</p> <p>Блок 3. Основы ухода за стомой: принципы и коммуникация (25 минут)</p> <p>Симуляция на моделях (плакаты/схемы): Используя наглядные схемы, преподаватель показывает различия в уходе за колостомой, илеостомой и уростомой (консистенция выделений, частота смены, риск раздражения).</p> <p>Построение ключевого алгоритма «Смена калоприемника»:</p> <p>Аккуратное снятие старого мешка (техника «отслаивания»).</p>
--	---

		<p>Гигиена кожи вокруг стомы теплой водой без мыла/со специальным средством. Важность полного удаления остатков клея.</p> <p>Тщательный осмотр кожи и самой стомы (цвет, отечность, кровоточивость, признаки грыжи).</p> <p>Подбор и вырезание защитной пластины (калибровка по шаблону стомы, запас 1-2 мм).</p> <p>Использование защитных пленок, паст, порошков (когда и зачем).</p> <p>Наклеивание новой пластины с фиксацией теплом ладони.</p> <p>Присоединение мешка (для двухкомпонентных систем).</p> <p>Коммуникативный тренинг: Работа в парах. Одна роль – пациент, впервые столкнувшийся со стомой (страх, отвращение, депрессия). Вторая роль – помощник. Задача – провести краткую поддерживающую беседу, объясняя важность ухода, используя корректную лексику («стомное отверстие», а не «дырка»; «выделения», а не «кал»).</p> <p>Заключительная часть</p> <p>Итоговый комплексный кейс: «Пациент с илеостомой, на коже вокруг стомы – мокнущее раздражение. Жалуется на боль при смене мешка». Групповой разбор: определение проблемы (мацерация из-за агрессивных ферментов), обсуждение последовательности действий (очистка, применение защитного порошка и герметизирующей пасты, консультация со специалистом).</p> <p>Резюме: повторение трех ключевых навыков:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Осмотр и защита кожи. 2) Алгоритмичность действий. 3) Наблюдение и коммуникация.
--	--	---

Содержание самостоятельной работы слушателей

Основная цель самостоятельной работы слушателей – закрепление знаний, полученных в ходе лекционных и практических занятий.

Индивидуальная консультационная работа преподавателей со слушателями осуществляется весь период обучения.

№ п/п	Наименование (содержание) темы	Формы и методы проведения
1	Тема 3.1. Повседневные гигиенические процедуры и уход за кожей. Техники смены нательного и постельного белья	Изучение основной и дополнительной литературы по программе
2	Темы 3.2. Помощь при использовании средств абсорбирующего белья, моче- и калоприемников. Уход за стомой	Изучение основной и дополнительной литературы по программе

Список литературы по модулю

Законодательные, нормативные и правовые акты

1. Приказ Минтруда России и социальной защиты Российской Федерации от 31.05.2023 N 482н "Об утверждении профессионального стандарта «Помощник по уходу».
2. Приказ Минтруда России от 27.12.2024 N 732 «О реализации в Российской Федерации в 2025 году Типовой модели системы долговременного ухода за гражданами пожилого возраста и инвалидами, нуждающимися в уходе».

Основная литература

1. Паллиативная медицинская помощь в онкологии: учебник : [для студентов старших курсов медицинских вузов] / под редакцией Г. А. Новикова, Е. П. Куликовой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2025. — 312 с. — ISBN 978-5-9704-8814-0. — URL: <https://market.yandex.ru/card/palliativnaya-meditsinskaya-pomoshch-v-onkologii-uchebnik-2-ye-izd-pererab-i-dop-pod-red-novikov-g-a-kulikova-ye-p-geotar-media/103781407005> (дата обращения: 05.02.2026).
2. Мухина, С. А. Теоретические основы сестринского дела : учебник / С. А. Мухина, И. И. Тарновская. — Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. — 368 с. — ISBN 978-5-9704-5416-9. — URL: <https://medvetlit.ru/market/medicinskaya-literatura/sestrinskoe-delo/teoreticheskie-osnovy-sestrinskogo-dela-uchebnik-muhina-sa-tarnovskaya-ii-2020-g/> (дата обращения: 05.02.2026).

Дополнительная литература

1. Островская, И. В. Основы сестринского дела : учебник / И. В. Островская, Н. В. Широкова. — Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2016. — 320 с. — ISBN 978-5-9704-3845-8 (общ.). — URL: <https://market.yandex.ru/card/osnovy-sestrinskogo-dela-uchebnik/102223936306> (дата обращения: 05.02.2026).
2. Спринц, А. М. Медицинская психология с элементами общей психологии : учебное пособие / А. М. Спринц, Н. Ф. Михайлова, Е. П. Шатова. — Санкт-Петербург : СпецЛит, 2009. — 447 с. — URL: <https://market.yandex.ru/card/kniga-meditsinskaya-psikhologiya-s-elementami-obshchey-psikhologii-2009-2040217622297/103458581859> (дата обращения: 05.02.2026).
3. Этический кодекс медицинской сестры России [Электронный ресурс] :— Редакция от 01.04.1997. — Электрон. дан. — Москва: 1997. URL: <https://normativ.kontur.ru/document?moduleId=1&documentId=257617> (дата обращения: 05.02.2026).
4. Ярская-Смирнова, Е. Р. Профессиональная этика социальной работы [Электронный ресурс] : учебник / Е. Р. Ярская-Смирнова. — Москва. 1999. — 96 с. — (Университетский учебник). — Текст: электронный. — URL: <http://tlib.gbs.spb.ru/dl/6/Ярская-Смирнова> (дата обращения: 05.02.2026).

Интернет-ресурсы, информационно-справочные и поисковые системы

1. Министерство здравоохранения РФ <https://minzdrav.gov.ru/>
2. Министерство труда и социальной защиты РФ <https://mintrud.gov.ru/>
3. справочная правовая система «КонсультантПлюс» - www.consultant.ru;
4. Электронная библиотека Финансового университета (ЭБ) - <http://elib.fa.ru/>;
5. Электронно-библиотечная система издательства «ЮРАЙТ» - <https://urait.ru/>

Рабочая программа Модуля 4 Поддержание мобильности и безопасной среды

Основная цель: сформировать у обучающихся профессиональные компетенции, необходимые для создания физически безопасных условий жизнедеятельности и оказания помощи в поддержании и восстановлении мобильности подопечных, с учётом их индивидуальных возможностей и ограничений, для профилактики осложнений и повышения качества жизни.

Компетенции, совершенствуемые и приобретаемые слушателями в процессе освоения модуля: способность к поддержанию мобильности лиц, нуждающихся в уходе (помощь лицам, нуждающимся в уходе, при позиционировании, пересаживании, перемещении) (А/03.4).

Планируемые результаты обучения по программе

По итогам освоения программы слушатели должны:

— **а) знать:** риски падения, бытовой травмы и возникновения пролежней; правила, способы и средства адаптации жилых помещений для лиц, нуждающихся в уходе;

б) уметь:

— осуществлять наблюдение и сопровождение лиц, нуждающихся в уходе, при проведении гигиенических процедур с использованием технических средств реабилитации (без использования);

в) владеть:

— владеть навыком содействия лицам, нуждающимся в уходе, в поддержании посильной бытовой активности (поддержание навыков ведения домашнего хозяйства).

Учебно-тематический план модуля 4

№ № п/п	Наименование модуля	Всего часов трудоемкости	В том числе					Форма контроля
			Аудиторные занятия			Самостоятельная работа	из них, применением ДОТ, час	
			Всего	из них				
				Лекции	Практические занятия			
1	Модуль 4. Поддержание мобильности и безопасной среды							
2	Тема 4.1. Эргономичные принципы работы. Безопасные техники перемещения и позиционирования подопечного в кровати, кресле. Помощь в передвижении по комнате и квартире.	6	6	2	4		4	
3	Тема 4.2. Технические средства и приспособления для реабилитации, передвижения лиц, нуждающихся в постороннем уходе	6	6		6		4	
4	Промежуточная аттестация	2				2		Тестирование
5	Итого по Модулю 4	14	12	2	10	2	8	

Содержание Темы 4.1. Эргономичные принципы работы. Безопасные техники перемещения и позиционирования подопечного в кровати, кресле.

Помощь в передвижении по комнате и квартире

Ключевые эргономичные принципы работы помощника, направленные на сохранение его собственного здоровья и обеспечение безопасности подопечного. Правильная организация рабочего пространства, использование законов биомеханики для минимизации нагрузки на позвоночник и суставы помощника: поддержание устойчивой стойки с широко расставленными ногами, сгибание ног в коленях вместо наклона спины, использование силы крупных мышц ног, избегание скручивающих движений в пояснице, поддержание подопечного как можно ближе к своему центру тяжести. Алгоритм подготовки к любому перемещению: планирование действий, оценка веса подопечного и собственных возможностей, проверка

исправности вспомогательных средств, использование обуви с нескользящей подошвой и удобной одежды.

Важность постоянного вербального контакта, объяснения своих действий подопечному и получения его согласия.

Техники безопасного перемещения и изменения положения тела подопечного в кровати: поворот на бок, смещение к центру кровати, подъем головного конца, перемещение в сидячее положение с опущенными ногами с использованием методов «объятия» и «качелей». Применение вспомогательных приспособлений: скользящие простыни, поворотные диски, ремни и пояса для переноски, функциональные кровати, поручни и трапеции.

Алгоритм безопасного пересаживания подопечного с кровати на кресло-каталку или стул и обратно: правильная постановка кресла под углом, использование техники «нос к носу» или «пятка к пятке», подстраховка суставов подопечного. Трансфер с помощью стояночного (поворотного) диска.

Техника подъема подопечного с пола в случае падения с привлечением дополнительного помощника или с использованием подъемных механизмов. Принципы оказания помощи при передвижении по комнате и квартире: страховка с пораженной или более слабой стороны, обеспечение устойчивой опоры, поддержка за талию или под локоть, синхронизация шага, подбор и регулировка вспомогательных средств для ходьбы (ходунки, костыли, трость).

Организация безопасного домашнего пространства для передвижения: обеспечение достаточного освещения, отсутствие порогов и скользких поверхностей, освобождение проходов, надежное крепление ковров, установка поручней и опор в ключевых зонах (коридор, санузел). Поощрение самостоятельности подопечного в допустимых пределах и контроль признаков усталости, головокружения для предотвращения падения.

Содержание Темы 4.2. Технические средства и приспособления для реабилитации, передвижения лиц, нуждающихся в постороннем уходе

Данная тема носит исключительно практический характер и отвечает на ключевой вопрос: как правильно использовать современные вспомогательные технологии для безопасного и эффективного ухода, минимизируя физические нагрузки для помощника и сохраняя достоинство и остаточную активность подопечного.

Смысл темы заключается в том, чтобы трансформировать теоретическое понимание принципов эргономики и биомеханики в конкретные, отработанные навыки работы с оборудованием. В рамках темы изучается классификация, назначение и практическое применение основных групп технических средств реабилитации (ТСР).

Ключевой блок посвящен средствам для изменения положения и перемещения в пределах кровати и комнаты: противопролежневые матрасы (статичные и динамические) для профилактики осложнений, функциональные медицинские кровати с регулируемыми секциями для придания физиологичных положений, вспомогательные устройства для самостоятельного поворота и подъема (трапеции,

поручни), а также средства, облегчающие работу помощника – скользящие простыни и поворотные диски для минимизации трения при перемещении тела. Отдельно и детально разбираются техники и приспособления для вертикализации и трансфера (пересаживания): подъемные механизмы (стационарные и мобильные, с электроприводом и механические), их настройка и безопасное применение, а также пояса и ремни для поддержки, позволяющие правильно распределить нагрузку при пересаживании с кровати на кресло или в ванну.

Тема включает изучение средств, помогающих в передвижении по квартире и на улице: правила подбора, настройки и использования ходунков (стандартных, шагающих, на колесах), костылей (подмышечных и с опорой на предплечье), тростей (обычных и многоопорных), инвалидных колясок (активных и комнатных), включая технику преодоления препятствий и безопасной посадки/высадки.

Практическая часть охватывает организацию адаптированного жилого пространства: установку поручней и опорных скоб в критических зонах (санузел, коридор), использование противоскользящих покрытий, обустройство комфортного и безопасного места для сидения с учетом антропометрии подопечного.

Занятие также затрагивает вопросы гигиенического ухода за самими техническими средствами, их своевременной проверки на исправность, а также основы взаимодействия с социальными службами для получения ТСР. Таким образом, тема является технологическим ядром профессии, формируя у обучающегося не просто знание о существовании оборудования, а практическую способность осознанно выбирать и грамотно применять конкретные средства для решения ежедневных задач по уходу, обеспечивая безопасность, профилактику травм и поддерживая максимально возможный уровень независимости подопечного.

Содержание практических занятий

№ темы	Наименование темы, по которой предусмотрено практическое занятие	Форма и содержание практического занятия
1	Тема 4.1. Эргономичные принципы работы. Безопасные техники перемещения и позиционирования подопечного в кровати, кресле. Помощь в передвижении по комнате и квартире	<p>Форма: Мастер-класс с элементами тренинга и интерактива (смешанный формат с акцентом на демонстрацию и алгоритмизацию).</p> <p>Занятие выстраивается вокруг пошаговых инструкций и демонстрации на модели (доброволец из очной группы или условный «пациент»), транслируемой онлайн-слушателям.</p> <p>Для очных участников — отработка в парах. Для онлайн-слушателей — активное наблюдение, ведение конспекта-алгоритма и решение ситуационных задач в чате.</p> <p>Ключевые акценты ставятся на объяснении почему действия выполняются именно так, с точки зрения биомеханики и безопасности.</p>

Вводная часть

Приветствие и технический инструктаж: объяснение правил работы в гибридном формате. Онлайн-слушатели представляются в чате. Объяснение, как будет проходить занятие: «Я показываю — вы фиксируете шаги в своем чек-листе и задаете вопросы в чат».

Мотивация и актуализация: провокационный вопрос для всех (ответы в чат): «Какая самая частая травма у тех, кто ухаживает за тяжелобольными, и почему?» Подведение к ответу — повреждение спины. Объявление цели: научиться беречь себя, чтобы эффективно помогать другим.

Постановка учебной задачи: сегодня мы не просто посмотрим приемы, а составим **Памятку по эргономике**, которую можно будет использовать в ежедневной работе.
Основная часть

Блок 1: Фундамент: Эргономичные принципы и подготовка

Демонстрация «стойки помощника»: показ правильной позы: ноги на ширине плеч, одна нога слегка впереди, колени мягко согнуты, спина прямая. Объяснение, почему это устойчиво и безопасно.

Ключевые правила на моделях: демонстрация на модели-добровольце: 1) «**Держи ближе**» (прижимать условного подопечного к своему центру тяжести), 2) «**Работай ногами, а не спиной**» (показ сгибания коленей), 3) «**Избегай скручиваний**» (показ поворота всем корпусом).

Интерактив для всех: преподаватель показывает **неправильные позы** (наклон спины, скручивание), онлайн-слушатели в чате оперативно пишут, какое правило нарушено.

Чек-лист «5 шагов подготовки к перемещению»
совместное формулирование в чате и на флипчарте:

- 1) Оценить задачу и свои силы
- 2) Объяснить план подопечному
- 3) Убрать препятствия
- 4) Поставить ноги правильно
- 5) Проверить, все ли под рукой.

Блок 2: Техники в кровати: от поворота до посадки

Демонстрация на кровати/топчане: поэтапный показ с постоянным комментированием каждого движения.

	<p>Техника поворота на бок: Расположение рук помощника, просьба к «пациенту» помочь (если может), использование скользящей простыни.</p> <p>Техника смещения вглубь кровати: Метод «качелей» с двумя помощниками и «подтягивания» с использованием скользящей простыни.</p> <p>Перевод в сидячее положение с опущенными ногами: безопасный способ с поддержкой под лопатки и бедра, помощь в опускании ног.</p> <p>Алгоритмизация для онлайн-слушателей: после каждой техники дается пауза, чтобы слушатели записали 3-4 ключевых шага в свою Памятку. Преподаватель диктует опорные фразы («встать сбоку», «согнуть ноги в коленях», «согласовать движение на счет «три»»).</p> <p>Работа с возражениями (кейс в чат): «Подопечный тяжелый и не может помочь вообще. Что делать?» Краткое обсуждение необходимости привлечения второго человека или использования технических средств (тема следующего занятия).</p> <p>Блок 3: Трансфер: пересаживание и передвижение</p> <p>Демонстрация пересаживания «Кресло ↔ Кровать»: Подготовка: фиксация кресла, уборка подлокотников. Классическая техника «нос к носу»: детальный показ захватов, постановки ног помощника, синхронного подъема. Акцент на подстраховке коленей подопечного.</p> <p>Работа в очных парах (для онлайн — активное наблюдение): очные слушатели отрабатывают технику в парах на стульях с обратной связью преподавателя. Онлайн-слушатели в это время в чате отвечают на вопрос: «Какие ошибки вы видите у своих виртуальных коллег?» (Преподаватель намеренно демонстрирует частые ошибки на модели).</p> <p>Принципы помощи в передвижении: краткая демонстрация страховки при ходьбе: поддержка сбоку за пояс или под локоть, синхронизация шага, контроль пространства впереди.</p> <p>Финальный интерактив «Собери алгоритм»: в чат высылается перемешанный список действий для перемещения лежащего пациента в кресло. Онлайн-слушатели пишут правильную последовательность цифр. Преподаватель комментирует верные ответы. Заключительная часть (5 минут)</p>
--	---

		<p>Резюме и ответы на вопросы из чата: Краткое повторение трех «китов»: своя стойка, подготовка, четкий алгоритм.</p>
2	<p>Тема 4.2. Технические средства и приспособления для реабилитации, передвижения лиц, нуждающихся в <u>постороннем уходе</u></p>	<p>Форма занятия «Интерактивный семинар-презентация с элементами мастер-класса на доступных средствах»</p> <p>Занятие строится на визуальном изучении оборудования (через презентацию, видео, онлайн-каталоги) и практической отработке ключевых принципов работы с ними на доступных подручных предметах и в ролевых играх.</p> <p>Акцент смещается не на работу с конкретной моделью подъемника, а на понимание типов, назначений и ключевых правил безопасности для каждой категории средств.</p> <p>Методы: объяснительно-иллюстративный (презентация), репродуктивный (составление инструкций), ролевое моделирование.</p> <p>Содержание и план проведения</p> <p>Вводная часть</p> <p>Актуализация: вопрос группе: «Что делать, если нужно переместить подопечного весом 80 кг, а у вас нет сил?» Подведение к теме ТСР как «сила-умножителей» и «защитников» спины помощника.</p> <p>Цель: научиться распознавать типы средств, понимать их назначение и четко знать правила их безопасного применения, чтобы грамотно их выбирать и использовать.</p> <p>Инструктаж: объяснение, что практика сегодня будет на имитаторах, но принципы — абсолютно реальные.</p> <p>Основная часть</p> <p>Блок 1: «Средства для кровати: Комфорт и профилактика»</p> <p>Презентация: показ слайдов/фото: функциональная кровать, противопролежневый матрас (статичный, динамический), трапеция, поручни. Объяснение простыми словами, зачем они нужны.</p> <p>Практика на подручных средствах:</p> <p>Задание 1: используя два стула (как секции кровати), показать, как изменение угла наклона спины и ног влияет на положение тела.</p> <p>Задание 2: Отработка принципа «скольжения вместо подъема». Группа разбивается на пары. Один — «пациент» лежит на гладкой простыне, лежащей на обычной кушетке или сдвинутых столах. Второй — «помощник» — пробует сначала «подтянуть» его за плечи (демонстрация</p>

		<p>неправильной нагрузки), а затем сместить, потянув за края простыни.</p> <p>Вывод: скользящая поверхность — простейшее и важнейшее приспособление.</p> <p>Блок 2: «Средства для перемещения (Трансфер): от пояса до подъемника»</p> <p>Презентация: показ фото/коротких видео: пояс для переноски, поворотный диск, скользящая доска (слайдер), мобильный подъемник.</p> <p>Разбор: что для какого уровня мобильности пациента.</p> <p>Ролевая практика:</p> <p>Задание 1: «Пояс для страховки». Используя обычный широкий ремень или свернутое длинное полотенце, имитируют фиксацию поясницы «пациента» при вставании со стула. Акцент на том, что сила прилагается не руками вверх, а корпусом помощника назад, ремень лишь создает точку опоры.</p> <p>Задание 2: «Планирование трансфера». Раздаются карточки с описаниями пациентов (например, «может стоять с опорой», «полностью неходячий»). Группы обсуждают и озвучивают, какие ТСР из увиденных им теоретически подойдут и почему.</p> <p>Блок 3: «Средства для передвижения: Ходунки, трости, коляски»</p> <p>Презентация: Показ видов ходунков, костылей, тростей, кресел-колясок. Ключевые акценты: регулировка по росту, типы тормозов, вес конструкции.</p> <p>Интерактив и решение задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> — работа с онлайн-каталогом (если есть интернет): преподаватель в реальном времени заходит на сайт продавца медтехники; — группа коллективно выбирает, например, ходунки для пожилой женщины невысокого роста, аргументируя выбор (легкие, на колесах с тормозом, регулируемые). <p>Составление памятки «Правила безопасности для кресла-коляски»: Мозговой штурм. Группа называет правила (блокировать колеса перед посадкой, убирать подножки, пристегивать ремень), преподаватель фиксирует на доске.</p>
--	--	--

		<p>Получается готовый чек-лист.</p> <p>Заключительная часть Итоговый квиз: 3-5 простых вопросов с вариантами ответов («Какой принцип самый важный при перемещении?» А) Тянуть руками Б) Использовать силу ног В) Резко дернуть»).</p> <p>Резюме: главное — не знание конкретной марки, а понимание типов средств, их цели и золотых правил безопасности. Это знание позволит грамотно подобрать оборудование в будущем.</p>
--	--	--

Содержание самостоятельной работы слушателей

Основная цель самостоятельной работы слушателей – закрепление знаний, полученных в ходе лекционных и практических занятий.

Индивидуальная консультационная работа преподавателей со слушателями осуществляется весь период обучения.

№ п/п	Наименование (содержание) темы	Формы и методы проведения
1	Тема 4.1. Эргономичные принципы работы. Безопасные техники перемещения и позиционирования подопечного в кровати, кресле. Помощь в передвижении по комнате и квартире.	Изучение основной и дополнительной литературы по программе
2	Тема 4.2. Технические средства и приспособления для реабилитации, передвижения лиц, нуждающихся в постороннем уходе	Изучение основной и дополнительной литературы по программе

Список литературы по модулю

Законодательные, нормативные и правовые акты

1. Приказ Минтруда России и социальной защиты Российской Федерации от 31.05.2023 N 482н "Об утверждении профессионального стандарта «Помощник по уходу».

2. Приказ Минтруда России от 27.12.2024 N 732 «О реализации в Российской Федерации в 2025 году Типовой модели системы долговременного ухода за гражданами пожилого возраста и инвалидами, нуждающимися в уходе».

Основная литература

1. Паллиативная медицинская помощь в онкологии: учебник : [для студентов старших курсов медицинских вузов] / под редакцией Г. А. Новикова, Е. П. Куликовой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2025. — 312 с. — ISBN

978-5-9704-8814-0. — URL: <https://market.yandex.ru/card/palliativnaya-meditsinskaya-pomoshch-v-onkologii-uchebnik-2-ye-izd-pererab-i-dop-pod-red-novikov-g-a-kulikova-ye-p-geotar-media/103781407005> (дата обращения: 05.02.2026).

2. Мухина, С. А. Теоретические основы сестринского дела : учебник / С. А. Мухина, И. И. Тарновская. — Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. — 368 с. — ISBN 978-5-9704-5416-9. — URL: <https://medvetlit.ru/market/medicinskaya-literatura/sestrinskoe-delo/teoreticheskie-osnovy-sestrinskogo-dela-uchebnik-muhina-sa-tarnovskaya-ii-2020-g/> (дата обращения: 05.02.2026).

Дополнительная литература

1. Изварин, А. А. Значение эргономики в профессиональной деятельности медицинской сестры : дипломная работа / А. А. Изварин ; науч. рук. И. Ф. Кумаргей ; ФГАОУ ВО «Белгородский государственный национальный исследовательский университет», Мед. ин-т, Мед. колледж. — Белгород, 2019. — 61 с. — Текст : электронный.— URL:

http://dspace.bsuedu.ru/bitstream/123456789/41090/1/Izvarin_Znachenie_19.pdf?ysclid=ml9iweumql423925224 (дата обращения: 05.02.2026).

2. Островская, И. В. Основы сестринского дела : учебник / И. В. Островская, Н. В. Широкова. — Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2016. — 320 с. — ISBN 978-5-9704-3845-8 (общ.). — URL: <https://market.yandex.ru/card/osnovy-sestrinskogo-dela-uchebnik/102223936306> (дата обращения: 05.02.2026).

3. Спринц, А. М. Медицинская психология с элементами общей психологии : учебное пособие / А. М. Спринц, Н. Ф. Михайлова, Е. П. Шатова. — Санкт-Петербург : СпецЛит, 2009. — 447 с. — URL: <https://market.yandex.ru/card/kniga-meditsinskaya-psikhologiya-s-elementami-obshchey-psikhologii-2009-2040217622297/103458581859> (дата обращения: 05.02.2026).

4. Этический кодекс медицинской сестры России [Электронный ресурс] :— Редакция от 01.04.1997. — Электрон. дан. — Москва: 1997. URL: <https://normativ.kontur.ru/document?moduleId=1&documentId=257617> (дата обращения: 05.02.2026).

5. Ярская-Смирнова, Е. Р. Профессиональная этика социальной работы [Электронный ресурс] : учебник / Е. Р. Ярская-Смирнова. — Москва, 1999. — 96 с. — (Университетский учебник). — Текст: электронный. — URL: <http://tlib.gbs.spb.ru/dl/6/Ярская-Смирнова> (дата обращения: 05.02.2026).

Интернет-ресурсы, информационно-справочные и поисковые системы

1. Министерство здравоохранения РФ <https://minzdrav.gov.ru/>
2. Министерство труда и социальной защиты РФ <https://mintrud.gov.ru/>
3. справочная правовая система «КонсультантПлюс» - www.consultant.ru;
4. Электронная библиотека Финансового университета (ЭБ) - <http://elib.fa.ru/>;
5. Электронно-библиотечная система издательства «ЮРАЙТ» - <https://urait.ru/>

Рабочая программа Модуля 5

Наблюдение за состоянием здоровья и содействие выполнению медицинских назначений. Правила оказания первой помощи

Цели освоения модуля – сформировать у обучающихся комплекс профессиональных компетенций, необходимых для эффективного мониторинга состояния здоровья пациента, грамотного содействия в выполнении врачебных назначений и оказания доврачебной первой помощи в неотложных ситуациях в рамках своей профессиональной роли.

Компетенции, совершенствуемые и приобретаемые слушателями в процессе освоения модуля: способность к наблюдению за состоянием здоровья лиц, нуждающихся в уходе, обеспечивать безопасность, оптимальность, доступность предоставленного ухода (А/04.4);

Планируемые результаты обучения по программе

По итогам освоения программы слушатели должны:

а) знать:

- режим работы и телефоны поликлиники, скорой и неотложной помощи, экстренных служб, родственников и законных представителей лиц, нуждающихся в постороннем уходе;
- правила оказания первой помощи;

б) уметь:

- убеждать лицо, нуждающееся в постороннем уходе, в необходимости проведения оздоровительных мероприятий и ведения здорового образа жизни, поддерживать его самообслуживание;

в) владеть:

- владеть навыком измерения артериального давления, частоты сердечных сокращений (пульс), насыщения крови кислородом (сатурация);
- владеть навыком ведения дневников наблюдения за состоянием здоровья лица, нуждающегося в уходе;
- владеть навыком мотивации, нуждающихся в уходе, обеспечивать психологический комфорт при содействии их посильной занятости.

Учебно-тематический план модуля 5

№ п/п	Наименование модуля	Всего часов трудоемкости	В том числе					Форма контроля
			Аудиторные занятия			Самостоятельная работа	из них, применением ДОТ, час	
			Всего	из них				
				Лекции	Практические занятия			
1	Модуль 5. Наблюдение за состоянием здоровья и содействие выполнению медицинских назначений. Правила оказания первой помощи							
2	Тема 5.1. Наблюдение за изменениями в самочувствии и внешнем виде подопечного. Ключевые тревожные признаки. Правила оказания первой помощи.	10	8	2	6	2	4	
3	Тема 5.2. Навыки измерения базовых показателей здоровья: артериальное давление, пульс, частота дыхания, температура, сатурация.	2	2		2			
4	Тема 5.3. Процедуры, выполняемые по назначению врача. Обеспечение приема лекарственных препаратов. Хранение лекарственных препаратов. Ведение дневника наблюдений. Эффективная коммуникация с медицинскими работниками.	6	4		4	2	4	
5	Промежуточная аттестация	2				2		Тестирование
6	Итого по Модулю 5	20	14	2	12	6	8	

Содержание Темы 5.1. Наблюдение за изменениями в самочувствии и внешнем виде подопечного. Ключевые тревожные признаки. Правила оказания первой помощи

Данная тема формирует базовые компетенции помощника по уходу в выявлении ранних признаков ухудшения состояния здоровья и алгоритмах первоочередных действий.

Методы и принципы наблюдения за состоянием подопечного.

— Системный подход к наблюдению: понимание подопечного как целостной системы. Ежедневная плановая оценка и постоянное ненавязчивое наблюдение в процессе ухода.

— Источники информации: субъективные данные (жалобы, рассказы подопечного и его близких) и объективные данные (то, что помощник видит, слышит, измеряет).

Ключевые параметры для ежедневного контроля:

— Общее состояние и поведение: уровень активности, сонливость или возбуждение, настроение, контактность.

— Внешний вид: цвет кожных покровов (бледность, покраснение, синюшность, желтушность), наличие отеков, сыпи, потливости.

— Жалобы: умение задавать уточняющие вопросы о характере боли (где, как давно, какая), тошноте, головокружении, одышке.

— Витальные показатели (основные): техника измерения и понимание нормы для возраста: температура тела, пульс (частота, ритмичность, наполнение), частота дыхательных движений (одышка, затрудненное дыхание), артериальное давление (как помощник может содействовать измерению).

Ключевые тревожные признаки («Красные флаги»), требующие незамедлительного информирования медицинского работника или вызова скорой помощи.

Правила оказания первой помощи: алгоритм действий помощника до приезда медицинской помощи. Общий алгоритм действий в неотложной ситуации.

Отработка базовых навыков первой помощи (практический компонент)

Документирование: фиксация времени ухудшения состояния, обнаруженных признаков, выполненных действий и времени вызова помощи.

Содержание Темы 5.2. Навыки измерения базовых показателей здоровья: артериальное давление, пульс, частота дыхания, температура, сатурация.

Тема посвящена освоению практических навыков контроля основных физиологических параметров, позволяющих объективно оценивать состояние здоровья подопечного. Рассматривается значение регулярного измерения витальных показателей для раннего выявления неблагополучия.

Осваиваются теоретические основы и строгие алгоритмы действий. По артериальному давлению изучаются понятия систолического и диастолического давления, нормы, правила выбора манжеты и пошаговая техника измерения с помощью автоматического тонометра с фиксацией результата.

Измерение пульса включает определение точек доступа, технику пальпации на лучевой артерии с оценкой не только частоты, но и ритмичности.

Подсчет частоты дыхательных движений проводится незаметно для пациента с визуальным контролем экскурсии грудной клетки.

Измерение температуры тела охватывает виды термометров, аксиллярный метод с использованием электронного прибора и интерпретацию показателей.

Работа с пульсоксиметром включает правила наложения датчика для измерения сатурации и частоты пульса, понимание нормы и критических значений.

Важной частью является обучение точному документированию всех полученных данных с указанием даты, времени и условий измерения, а также выявлению тревожных отклонений, требующих немедленного сообщения медицинскому работнику.

Содержание Тема 5.3. Процедуры, выполняемые по назначению врача. Обеспечение приема лекарственных препаратов. Хранение лекарственных препаратов. Ведение дневника наблюдений. Эффективная коммуникация с медицинскими работниками.

Тема посвящена выработке строгого порядка действий помощника в работе с врачебными назначениями, где точность и безопасность являются главными принципами. Основное внимание уделяется пониманию границ компетенции: помощник действует только по утвержденному плану ухода и письменным указаниям врача, без самостоятельности.

Рассматриваются основные процедуры, которые может выполнять помощник. Для каждой процедуры осваивается универсальный алгоритм: подготовка материалов, информирование и успокоение подопечного, точное следование инструкции, наблюдение за реакцией и уборка рабочего места.

Отдельный блок посвящен обеспечению приема лекарств. Изучаются правила чтения рецепта и листка назначений: как определить название препарата, разовую и суточную дозу, время и способ приема. Отрабатывается техника помощи при пероральном приеме таблеток, капсул и жидкостей, а также основы правильного применения капель, мазей и ректальных свечей. Особое внимание уделяется мерам предосторожности: обязательной проверке срока годности, контролю «пяти правил» (правильный пациент, лекарство, доза, время, путь введения), наблюдению за возможными побочными эффектами и немедленному информированию медработника при их возникновении.

Рассматриваются строгие правила хранения лекарств: отдельное хранение внутренних и наружных средств, соблюдение температурного режима (холодильник, комнатная температура), обеспечение недоступности для детей и лиц с когнитивными нарушениями. Обсуждаются способы организации приема — использование таблетниц, календарей и пометок.

Центральное место занимает ведение дневника наблюдений. Разбирается его структура: что, когда и как записывать. Основные элементы для фиксации: дата и время, измеренные показатели (температура, давление, пульс), факт приема лекарств и реакция на них, выполненные процедуры, изменения в самочувствии, аппетите, характере стула и мочеиспускания, объем принятой пищи и жидкости.

Подчеркивается важность ясных, кратких и объективных записей при ведении дневника наблюдений.

Завершает тему блок по эффективной коммуникации с медицинским персоналом. Осваивается структурированная модель передачи информации (например, SBAR: Ситуация, Предыстория, Оценка, Рекомендация) для четкого устного или письменного сообщения. Отрабатываются навыки четкого доклада о состоянии подопечного, формулировки вопросов к врачу или медсестре и ведения сменной записки при передаче дежурства.

Содержание практических занятий

№ темы	Наименование темы, по которой предусмотрено практическое занятие	Форма и содержание практического занятия
1	<p>Тема 5.1. Наблюдение за изменениями в самочувствии и внешнем виде подопечного. Ключевые тревожные признаки. Правила оказания первой помощи.</p>	<p>Форма занятия: смешанное (интегрированное) занятие-тренинг с элементами симуляции и разбора ситуационных задач (кейсов).</p> <p>Акцент на формирование алгоритмического мышления и отработку чёткой последовательности действий при выявлении тревожных признаков.</p> <p>Методы: демонстрационный, репродуктивный (отработка шаблонов), частично-поисковый (решение кейсов), имитационный.</p> <p>Содержание и план:</p> <p>Вводная часть. Мотивация и актуализация. Обсуждение цели: помощник как «глаза и уши» медиков. Почему важен не только навык, но и правильное решение. Обзор ключевых понятий: субъективные и объективные данные.</p> <p>Правила безопасности. Обсуждение психологической готовности, принципа «не навреди» и пределов компетенции.</p> <p>Введение в логику занятия. Объяснение последовательности: от наблюдения к оценке, от оценки к действию.</p> <p>Основная часть Блок 1: Навык наблюдения и выявления признаков</p> <p>Демонстрация «Осмотр за 30 секунд». Преподаватель демонстрирует на модели (студенте) быстрый осмотр: оценка сознания (отвечает ли, внятна ли речь), цвета кожи, наличия потливости, отеков, позы, характера дыхания.</p>

		<p>Работа с карточками-симптомами. Группа делится на мини-группы. Каждая получает карточку с описанием пациента («Мужчина, 70 лет, жалуется на давящую боль за грудиной, бледный, покрыт холодным потом»).</p> <p>Задача: выделить 3 ключевых тревожных признака и решить, требует ли ситуация срочного вызова медиков.</p> <p>Упражнение «Вопрос-ответ» для сбора жалоб. Отработка техники активного слушания и задавания уточняющих вопросов (Где болит? Какой характер боли? Когда началось?). Ролевая игра «Помощник – вялый и апатичный подопечный».</p> <p>Блок 2: Алгоритмы первой помощи и коммуникации</p> <p>Разбор универсального алгоритма. Совместное создание на флипчарте пошаговой схемы:</p> <p>ШАГ 1: Остановись и оцени (безопасность, сознание, дыхание).</p> <p>ШАГ 2: Позови на помощь (кого именно: скорую, соседа).</p> <p>ШАГ 3: Действуй по ситуации (обеспечи проходимость дыхательных путей, начни СЛР, останови кровотечение, придай устойчивое положение).</p> <p>ШАГ 4: Будь с подопечным до прибытия помощи.</p> <p>Практическая отработка ключевых манипуляций.</p> <p>Стабильное боковое положение. Отработка на практике.</p> <p>Наложение давящей повязки на имитатор раны.</p> <p>Правила поведения при судорожном припадке (что делать и чего НЕ делать).</p> <p>Прием Геймлиха (на специальном тренажере или в имитации).</p> <p>Решение комплексного кейса. Группе дается развернутое описание ситуации (например, пожилой человек упал в комнате, ссадина на руке, жалуется на боль в бедре, в сознании). Задача группы: коллективно составить план действий помощника с первых секунд до передачи пациента медикам.</p>
--	--	--

		<p>Заключительная часть</p> <p>Рефлексия и разбор ошибок. Обсуждение типичных ошибок в кейсах и симуляциях. Краткое повторение ключевых «красных флагов». Ответы на вопросы.</p>
2	<p>Тема 5.2. Навыки измерения базовых показателей здоровья: артериальное давление, пульс, частота дыхания, температура, сатурация</p>	<p>Форма: Практическое занятия «Измерение базовых показателей здоровья»</p> <p>Цель: научиться правильно измерять и записывать.</p> <p>План</p> <p>Введение: объяснение, зачем это важно.</p> <p>Правила: успокоить человека, проверить приборы.</p> <p>Практика в группах.</p> <p>Вариант 1: Давление и пульс. Учимся пользоваться тонометром и считать пульс на руке.</p> <p>Вариант 2: Дыхание и температура. Учимся незаметно считать дыхание и измерять температуру под мышкой.</p> <p>Вариант 3: Кислород в крови (сатурация). Учимся пользоваться пульсоксиметром (прищепка на палец). Тренируемся понимать, какие показатели – тревожный сигнал.</p> <p>Итог. Как правильно записывать всё в дневник. Разбор частых ошибок.</p> <p>Что нужно для занятия: тонометры, термометры, пульсоксиметры, секундомеры, инструкции, бланки для записей.</p>
3	<p>Тема 5.3. Процедуры, выполняемые по назначению врача. Обеспечение приема лекарственных препаратов. Хранение лекарственных препаратов. Ведение дневника наблюдений. Эффективная коммуникация с медицинскими работниками.</p>	<p>Практическое занятие</p> <p>Цель: научиться безопасно помогать по назначениям врача, давать лекарства, вести записи и правильно общаться с медиками.</p> <p>План:</p> <p>Введение: объяснение, что можно делать только по назначению врача, повторение, как мыть руки и готовить место.</p> <p>Практика. Работа в группах по 4 станциям:</p> <p>Блок 1: Лекарства. Учимся правильно читать назначения (что, сколько, когда). Тренируемся помогать принять таблетку. Разбираем, где и как хранить лекарства (холодное, темное место, подальше от детей).</p> <p>Блок 2: Простые процедуры. Отрабатываем алгоритм помощи: поставить горчичник, сделать согревающий</p>

		<p>компресс. Главное — проверить кожу до и после, не навредить.</p> <p>Блок 3: Дневник наблюдений. Учимся заполнять дневник: что писать (давление, температура, что дали, как себя чувствует), как записывать четко и по времени.</p> <p>Блок 4: Связь с врачом/медсестрой. Тренируемся звонить или сообщать информацию по схеме:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Кто я и кто пациент 2. В чем проблема, 3. Что уже сделали 4. Какая нужна помощь? <p>Итог и кейс. Разбираем сложную ситуацию: «У пациента жар, вы дали лекарство по назначению, но стало только хуже. Ваши действия?». Повторяем главные правила: действовать по инструкции, всё записывать, вовремя звать на помощь.</p> <p>Что нужно для занятия: чистые бланки назначений и дневников, упаковки от лекарств (для тренировки), муляжи таблеток, марля/бинты для компресса, инструкции-алгоритмы на каждой станции.</p>
--	--	---

Содержание самостоятельной работы слушателей

Основная цель самостоятельной работы слушателей – закрепление знаний, полученных в ходе лекционных и практических занятий.

Индивидуальная консультационная работа преподавателей со слушателями осуществляется весь период обучения.

№ п/п	Наименование (содержание) темы	Формы и методы проведения
1	Тема 5.1. Наблюдение за изменениями в самочувствии и внешнем виде подопечного. Ключевые тревожные признаки. Правила оказания первой помощи.	Изучение основной и дополнительной литературы по программе
2	Тема 5.3. Процедуры, выполняемые по назначению врача. Обеспечение приема лекарственных препаратов. Хранение лекарственных препаратов. Ведение дневника наблюдений. Эффективная коммуникация с медицинскими работниками.	Изучение основной и дополнительной литературы по программе

Список литературы по модулю

Законодательные, нормативные и правовые акты

1. Приказ Минтруда России и социальной защиты Российской Федерации от 31.05.2023 N 482н "Об утверждении профессионального стандарта «Помощник по уходу».
2. Приказ Минтруда России от 27.12.2024 N 732 «О реализации в Российской Федерации в 2025 году Типовой модели системы долговременного ухода за гражданами пожилого возраста и инвалидами, нуждающимися в уходе».

Основная литература

1. Паллиативная медицинская помощь в онкологии: учебник : [для студентов старших курсов медицинских вузов] / под редакцией Г. А. Новикова, Е. П. Куликовой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2025. — 312 с. — ISBN 978-5-9704-8814-0. — URL: <https://market.yandex.ru/card/palliativnaya-meditsinskaya-pomoshch-v-onkologii-uchebnik-2-ye-izd-pererab-i-dop-pod-red-novikov-g-a-kulikova-ye-p-geotar-media/103781407005> (дата обращения: 05.02.2026).
2. Мухина, С. А. Теоретические основы сестринского дела : учебник / С. А. Мухина, И. И. Тарновская. — Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. — 368 с. — ISBN 978-5-9704-5416-9. — URL: <https://medvetlit.ru/market/medicinskaya-literatura/sestrinskoe-delo/teoreticheskie-osnovy-sestrinskogo-dela-uchebnik-muhina-sa-tarnovskaya-ii-2020-g/> (дата обращения: 05.02.2026).

Дополнительная литература

1. Изварин, А. А. Значение эргономики в профессиональной деятельности медицинской сестры : дипломная работа / А. А. Изварин ; науч. рук. И. Ф. Кумаргей ; ФГАОУ ВО «Белгородский государственный национальный исследовательский университет», Мед. ин-т, Мед. колледж. — Белгород, 2019. — 61 с. — Текст : электронный. — URL: http://dspace.bsuedu.ru/bitstream/123456789/41090/1/Izvarin_Znachenie_19.pdf?ysclid=ml9iweumql423925224 (дата обращения: 05.02.2026).
2. Островская, И. В. Основы сестринского дела : учебник / И. В. Островская, Н. В. Широкова. — Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2016. — 320 с. — ISBN 978-5-9704-3845-8 (общ.). — URL: <https://market.yandex.ru/card/osnovy-sestrinskogo-dela-uchebnik/102223936306> (дата обращения: 05.02.2026).
3. Спринц, А. М. Медицинская психология с элементами общей психологии : учебное пособие / А. М. Спринц, Н. Ф. Михайлова, Е. П. Шатова. — Санкт-Петербург : СпецЛит, 2009. — 447 с. — URL: <https://market.yandex.ru/card/kniga-meditsinskaya-psikhologiya-s-elementami-obshchey-psikhologii-2009-2040217622297/103458581859> (дата обращения: 05.02.2026).
4. Этический кодекс медицинской сестры России [Электронный ресурс] :— Редакция от 01.04.1997. — Электрон. дан. — Москва: 1997. URL: <https://normativ.kontur.ru/document?moduleId=1&documentId=257617> (дата обращения: 05.02.2026).

5. Ярская-Смирнова, Е. Р. Профессиональная этика социальной работы [Электронный ресурс] : учебник / Е. Р. Ярская-Смирнова. — Москва. 1999. — 96 с. — (Университетский учебник). — Текст: электронный. — URL: <http://tlib.gbs.spb.ru/dl/6/Ярская-Смирнова> (дата обращения: 05.02.2026).

Интернет-ресурсы, информационно-справочные и поисковые системы

1. Министерство здравоохранения РФ <https://minzdrav.gov.ru/>
2. Министерство труда и социальной защиты РФ <https://mintrud.gov.ru/>
3. справочная правовая система «КонсультантПлюс» - www.consultant.ru;
4. Электронная библиотека Финансового университета (ЭБ) - <http://elib.fa.ru/>;
5. Электронно-библиотечная система издательства «ЮРАЙТ» - <https://urait.ru/>

Рабочая программа Модуля 6. Поддержание социального функционирования и психологического комфорта

Цель освоения модуля — сформировать у помощника по уходу навыки и понимание, необходимые для сохранения и поддержания социальной активности, психического благополучия и качества жизни подопечного, признавая его как личность, а не только как пациента.

Освоение модуля направлено на то, чтобы научиться выявлять риски социальной изоляции и психологического дискомфорта, вызванные болезнью или возрастом. Помощник должен уметь организовывать безопасное бытовое пространство, способствующее самостоятельности, планировать и проводить позитивное и уважительное общение, вовлекать подопечного в посильную социальную и досуговую деятельность.

Важной задачей является развитие умения распознавать признаки стресса, апатии или тревоги у подопечного и знать базовые приёмы эмоциональной поддержки и коммуникации в таких ситуациях.

Кроме того, модуль учит принципам взаимодействия с семьёй и социальным окружением подопечного для создания единой поддерживающей среды.

В итоге, результатом обучения должна стать способность помощника создавать атмосферу уважения, безопасности и психологического комфорта, что является неотъемлемой частью профессионального качественного ухода.

Компетенции, совершенствуемые и приобретаемые слушателями в процессе освоения модуля: способность в содействии лицам, нуждающимся в уходе, в поддержании когнитивных функций (поддержание навыков, способствующих сохранению памяти, внимания, мышления), к поддержке достоинства и автономии подопечного (А/05.4).

Планируемые результаты обучения по программе

По итогам освоения программы слушатели должны:

а) знать:

— основы здорового образа жизни, факторы, способствующие сохранению здоровья;

б) уметь:

— убеждать лицо, нуждающееся в постороннем уходе, в необходимости проведения оздоровительных мероприятий и ведения здорового образа жизни, поддерживать его самообслуживание;

— мотивировать, подбадривать лиц, нуждающихся в уходе, обеспечивать психологический комфорт при содействии их посильной занятости;

— вести беседу и обсуждать острые проблемы в позитивном эмоциональном настрое;

в) владеть:

— владеть навыком мотивации, нуждающихся в уходе, обеспечивать психологический комфорт при содействии их посильной занятости;

— владеть навыком содействия лицам, нуждающимся в уходе, в поддержании посильной бытовой активности (поддержание навыков ведения домашнего хозяйства);

— владеть навыком содействия лицам, нуждающимся в уходе, в поддержании посильной социальной активности (поддержание потребности в осуществлении социальных желаний, стремлений).

Учебно-тематический план модуля 6

№ № п/п	Наименование модуля	Всего часов трудоемкости	В том числе				Форма контроля
			Аудиторные занятия		Самостоятельная работа	из них, применением ДОТ, час	
			Всего	из них			
1	Модуль 6. Поддержание социального функционирования и психологического комфорта						
2	Тема 6.1. Поддержание посильной бытовой активности (ведение домашнего хозяйства). Мотивация к самообслуживанию.	8	8	2	6	8	

3	Тема 6.2. Организация досуга и поддержание социальных связей. Создание безопасной и комфортной психологической среды.	6	6		6			
4	Промежуточная аттестация	2				2		Тестирование
5	Итого по Модулю 6	16	14	2	12	2	8	

Содержание Темы 6.1. Поддержание посильной бытовой активности (ведение домашнего хозяйства). Мотивация к самообслуживанию.

Тема посвящена роли помощника в сохранении самостоятельности подопечного в быту и формировании среды, поддерживающей его независимость и чувство собственного достоинства. Рассматривается философия ухода, ориентированного на человека, где цель — не сделать всё за него, а помочь сделать самому.

Осваивается принцип оценки возможностей: как определить, какие задачи по дому подопечный может выполнять самостоятельно, с какой помощью или не может выполнять совсем.

Изучаются методы безопасной организации бытового пространства: правильная расстановка мебели, использование вспомогательных приспособлений (ходунки, поручни, прорезиненные коврики), адаптация кухонной утвари и других предметов для людей с ограниченной моторикой. Ключевой аспект — техники мотивации к самообслуживанию: как мягко поощрять, предлагать выбор, разбивать сложные задачи на простые шаги, праздновать маленькие успехи, избегая при этом давления и чувства вины.

Разбираются конкретные способы вовлечения в посильную активность — от совместного приготовления простых блюд и ухода за комнатными растениями до поддержания личного порядка в вещах.

Особое внимание уделяется поддержанию достоинства и автономии: обеспечение приватности, уважение личных ритуалов и привычек, принятие решений о собственном распорядке дня, манере одеваться, предпочтениях в еде.

Обсуждается важность общения на равных, без сюсюканья и снисходительности, и умение «делать вместе, а не вместо».

Итогом является понимание, что поддержка в быту — это не только физическая помощь, но и инструмент сохранения личности, уверенности в себе и связи с привычной жизнью.

Содержание Тема 6.2. Организация досуга и поддержание социальных связей. Создание безопасной и комфортной психологической среды.

Тема посвящена роли помощника в сохранении и улучшении качества жизни подопечного через активацию его социальной и эмоциональной сферы. Основное внимание уделяется тому, как вывести фокус ухода с физических процедур на поддержание личности, её интересов и связей с миром.

Рассматриваются риски социальной изоляции и сенсорной депривации у маломобильных людей и их разрушительное влияние на психическое и физическое здоровье. Изучаются методы оценки текущего уровня социальной активности и интересов подопечного: наблюдение, тактичный опрос, беседы с родственниками о прошлых увлечениях. На основе этой оценки разбирается принцип персонализированного подхода к организации досуга — подбор занятий строго по интересам и остаточным возможностям человека, а не по шаблону.

Осваивается технология адаптации привычных активностей. Например, как организовать чтение для слабовидящего (аудиокниги, крупный шрифт), рукоделие при дрожании рук (использование специальных станков, более толстых инструментов), или вовлечение в кулинарию при ограниченной подвижности (поручение перебрать крупу, посолить салат). Уделяется внимание созданию новых, доступных ритуалов и впечатлений: организация «телефонных встреч» с друзьями, просмотр и обсуждение старых фотографий, прослушивание любимой музыки, ароматерапия, тактильные активности (работа с крупами, лепка из специального теста).

Отдельный блок посвящён поддержанию и восстановлению социальных связей. Изучается роль помощника как посредника и мотиватора: помощь в использовании средств связи (телефон, планшет), организация коротких визитов гостей, подготовка подопечного к общению. Подчёркивается важность работы с семьёй — информирование их о значимости коротких, но регулярных контактов (звонок, смс, открытка) и совместное планирование посещений.

Ключевой аспект темы — создание безопасной и комфортной психологической среды. Разбираются её основы: физическая безопасность и предсказуемость быта, уважение личного пространства и времени, обеспечение возможности выбора даже в мелочах (что надеть, что съесть, какой фильм посмотреть). Изучаются приёмы позитивной коммуникации: использование «терапевтических» тем для разговоров (воспоминания о значимых событиях, обсуждение природы, текущих новостей), исключение инфантилизирующего общения («сюсюканья»). Рассматриваются принципы эмоциональной поддержки: безоценочное принятие, активное слушание, валидация чувств, помощь в выражении эмоций. Завершает тему разбор признаков психологического неблагополучия (апатия, агрессия, стойкое снижение настроения) и алгоритм действий помощника в этих ситуациях, включая необходимость информирования курирующего медицинского работника или родственников.

Итогом является понимание, что организация досуга и социальной жизни — это не дополнительная услуга, а базовая потребность человека и профессиональная обязанность помощника, напрямую влияющая на общее благополучие подопечного.

Содержание практических занятий

№ темы	Наименование темы, по которой предусмотрено практическое занятие	Форма и содержание практического занятия
1	<p>Тема 6.1. Поддержание активной бытовой деятельности (ведение домашнего хозяйства). Мотивация к самообслуживанию. Поддержание достоинства и автономии подопечного</p>	<p>1. Практическое задание: «Анализ ситуации»</p> <p>Задание: проанализируйте описанные ситуации и напишите краткий план действий помощника (3-4 ключевых пункта).</p> <p>Ситуация: подопечный, пожилой мужчина после инсульта (ограничены движения правой руки), ранее любил готовить. От помощи по кухне отказывается, говорит: «Всё равно у меня ничего не получится, не хочу быть обузой». Сидит в одиночестве, активность снижена.</p> <p>Цель: какую главную цель (не действие, а результат) должен ставить помощник в этой ситуации?</p> <p>Действия: какие 2-3 конкретных шага можно предложить, чтобы вовлечь подопечного в посильную активность на кухне?</p> <p>Фразы: приведите 1-2 примера, как мотивирующе предложить эти действия, сохраняя его достоинство.</p> <p>Пример ответа (шаблон):</p> <p>Цель: вернуть подопечному чувство уверенности и значимости через знакомое дело.</p> <p>Действия:</p> <p>а) Предложить левой рукой перемешать готовое тесто в миске.</p> <p>б) Поручение «ответить за» добавление соли/специй по вкусу.</p> <p>Фразы: «Ваш вкус в приправах идеален, без вас не справиться»: «Давайте попробуем вместе, я буду вашими правыми руками».</p> <p>Форма проведения: письменный разбор индивидуально или в малых группах с последующим кратким обсуждением готовых планов</p>

2. Практическое задание «Практикум-лаборатория по решению проблем»

Содержание

Ввод: принцип «Не вместо, а вместе». Что такое достоинство в быту?

Работа в группах: команды получают один сжатый, но содержательный кейс (например, «Подопечный отказывается от гигиены, говоря "Не трогайте меня, я уже не человек"»).

Задача 1: анализ. Выявить скрытые причины (боль, стыд, депрессия, потеря контроля).

Задача 2: План действий. Составить краткий чек-лист из 3-4 шагов, где физическая помощь — последний пункт. Первые пункты: установить контакт, дать выбор, найти компромисс.

Задача 3: Коммуникация. Придумать и отрепетировать **2-3 ключевые фразы** для начала разговора, которые проявляют уважение и предлагают сотрудничество (например, не «Давайте вас помоем», а «Я приготовил(а) всё для умывания. Как вам будет удобнее: начать самим или мне помочь с первым шагом?»).

Итог: презентация лучших фраз и шагов от каждой группы.

Резюме: достоинство — это возможность выбирать, даже в мелочах.

3. Прикладное задание «Кейс + Чек-лист» (оптимизированный и быстрый)

Форма: интенсивный групповой воркшоп.

Краткое содержание:

Единственное задание: создать Универсальный чек-лист помощника для мотивации к активности.

Разминка: преподаватель называет проблему: «Подопечный не хочет вставать с кресла». Группа мозговым штурмом называет **возможные причины** (не физические, а психологические: скука, бессмысленность, обида).

Основная работа: Группа делится на 2-3 команды. Каждая получает **один конкретный сценарий:**

- **сценарий А:** привлечение к простому хозяйству (протереть стол, полить цветок);
- **сценарий Б:** мотивация к личной гигиене;

		<p>— сценарий В: вовлечение в социальное действие (выбор чая для гостя, помощь в заказе продуктов).</p> <p>Задача: на основе сценария разработать колонку в общем чек-листе по схеме:</p> <p>ШАГ 1 (Подготовка): как создать возможность? (Пример: «Принести и показать два предмета на выбор (два полотенца, два цветка для полива)»).</p> <p>ШАГ 2 (Предложение): ключевая фраза-вопрос, дающая контроль. (Пример: «Какой из этих двух вариантов вам больше нравится?»).</p> <p>ШАГ 3 (Вовлечение): фраза для передачи инициативы. (Пример: «Отлично, вы выбрали. Тогда начните, пожалуйста, а я посмотрю/помогу, если нужно»).</p> <p>Презентация и сборка: команды по очереди представляют свою колонку. Преподаватель фиксирует шаги на флипчарте, формируя единый чек-лист.</p> <p>Формируется алгоритм действий: (Подготовь -> Предложи выбор -> Передай действие), меняются только конкретные бытовые детали.</p> <p>Итог: за одно занятие группа не играет в долгие роли, а создает готовый инструмент (чек-лист) и тренируется составлять уважительные фразы, что сразу применимо на практике.</p>
2	<p>Тема 6.2. Организация досуга и поддержание социальных связей. Создание безопасной и комфортной психологической среды.</p>	<p>Практическое задание: «Создание индивидуальной карты интересов и социального благополучия»</p> <p>Цель задания: научиться на основе наблюдения и беседы составлять персональный план организации досуга и поддержки социальных связей для конкретного подопечного, учитывая его возможности, риски и личные предпочтения.</p> <p>Форма проведения: Работа в малых группах (2-3 человека) над предоставленными кейсами с последующей краткой презентацией.</p> <p>Время:</p> <p>Ход задания: Этап «Сбор информации» Группы получают карточку с кратким описанием подопечного.</p> <p>Пример кейса: Валентина Петровна, 78 лет. После перелома шейки бедра передвигается по квартире с ходунками, редко выходит на улицу. Раньше вязала, любила классическую музыку и разгадывать кроссворды. Дочь навещает раз в</p>

неделю, очень переживает, что мама «ничем не интересуется и грустит». Сама Валентина Петровна говорит: «Какие уж тут интересы...».

Задача группы:

На основе описания заполнить первую часть карты — «Профиль интересов и возможностей».

Что раньше приносило радость? (Хобби, занятия, ритуалы).

Текущие ограничения? (Физические, сенсорные, бытовые).

Круг общения: Кто есть рядом? Как часто контактируют?

Гипотеза о потребностях: чего может не хватать (общения, чувства полезности, новых впечатлений)?

Этап «Планирование действий»:

На основе профиля группа разрабатывает вторую часть — «План поддержки на первую неделю». План должен содержать 3-4 конкретных, реалистичных пункта, разделенных на две колонки:

Досуг и активность (ЧТО делать?)	Психологический комфорт и общение (КАК создать среду?)
1. <i>Адаптировать хобби:</i> принести крупную вязку и удобные спицы. Предложить связать простой квадрат для будущего пледа внуку.	1. <i>Инициатива:</i> «Валентина Петровна, я слышал(а), вы раньше прекрасно вязали. Не поможете мне разобраться с этим узором?» (Дать роль эксперта).
2. <i>Создать ритуал:</i> включить радио с классической музыкой на 1 час в день во время послеобеденного отдыха.	2. <i>Связь:</i> помочь отправить дочери фото связанного квадрата через мессенджер с подписью «Мама в деле!». Получить и зачитать вслух ответный восторженный комментарий.
3. <i>Микро-цель:</i> положить новый крупноформатный кроссворд на видное место с заполненными первыми 3-мя словами.	3. <i>Безопасность:</i> не настаивать. Если отказывается — отложить: «Хорошо, он тут полежит, если захотите. А может, лучше чаю попьём?».

Этап «Презентация и защита»:

Каждая группа кратко представляет свой кейс и ключевые пункты плана

Как предложенные действия соответствуют прошлым интересам человека.

— Каким образом в плане учтены **текущие ограничения** (адаптация)?

	<p>— Как через простые действия создаётся безопасная среда (выбор, отсутствие давления, маленькие шаги)?</p> <p>Результат задания: слушатели уносят не абстрактные знания, а практический навык составления персонализированного плана, основанного на принципах уважения к личности, адаптации и поддержки социально-психологического благополучия.</p>
--	---

Содержание самостоятельной работы слушателей

Основная цель самостоятельной работы слушателей – закрепление знаний, полученных в ходе лекционных и практических занятий.

Индивидуальная консультационная работа преподавателей со слушателями осуществляется весь период обучения.

№ п/п	Наименование (содержание) темы	Формы и методы проведения
1	Тема 6.1. Поддержание посильной бытовой активности (ведение домашнего хозяйства). Мотивация к самообслуживанию. Поддержание достоинства и автономии подопечного	Изучение основной и дополнительной литературы по программе
2	Тема 6.2. Организация досуга и поддержание социальных связей. Создание безопасной и комфортной психологической среды.	Изучение основной и дополнительной литературы по программе

Список литературы по модулю

Законодательные, нормативные и правовые акты

1. Приказ Минтруда России и социальной защиты Российской Федерации от 31.05.2023 N 482н "Об утверждении профессионального стандарта «Помощник по уходу».

2. Приказ Минтруда России от 27.12.2024 N 732 «О реализации в Российской Федерации в 2025 году Типовой модели системы долговременного ухода за гражданами пожилого возраста и инвалидами, нуждающимися в уходе».

Основная литература

1. Мухина, С. А. Теоретические основы сестринского дела : учебник / С. А. Мухина, И. И. Тарновская. — Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. — 368 с. — ISBN 978-5-9704-5416-9. — URL: <https://medvetlit.ru/market/medicinskaya-literatura/sestrinskoe-delo/teoreticheskie-osnovy-sestrinskogo-dela-uchebnik-muhina-sa-tarnovskaya-ii-2020-g/> (дата обращения: 05.02.2026).

Дополнительная литература

1. Изварин, А. А. Значение эргономики в профессиональной деятельности медицинской сестры : дипломная работа / А. А. Изварин ; науч. рук. И. Ф. Кумаргей ; ФГАОУ ВО «Белгородский государственный национальный исследовательский университет», Мед. ин-т, Мед. колледж. — Белгород, 2019. — 61 с. — Текст : электронный.— URL:

http://dspace.bsuedu.ru/bitstream/123456789/41090/1/Izvarin_Znachenie_19.pdf?ysclid=ml9iweumql423925224 (дата обращения: 05.02.2026).

2. Островская, И. В. Основы сестринского дела : учебник / И. В. Островская, Н. В. Широкова. — Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2016. — 320 с. — ISBN 978-5-9704-3845-8 (общ.). — URL: <https://market.yandex.ru/card/osnovy-sestrinskogo-dela-uchebnik/102223936306> (дата обращения: 05.02.2026).

3. Спринц, А. М. Медицинская психология с элементами общей психологии : учебное пособие / А. М. Спринц, Н. Ф. Михайлова, Е. П. Шатова. — Санкт-Петербург : СпецЛит, 2009. — 447 с. — URL: <https://market.yandex.ru/card/kniga-meditsinskaya-psikhologiya-s-elementami-obshchey-psikhologii-2009-2040217622297/103458581859> (дата обращения: 05.02.2026).

Интернет-ресурсы, информационно-справочные и поисковые системы

1. Министерство здравоохранения РФ <https://minzdrav.gov.ru/>
2. Министерство труда и социальной защиты РФ <https://mintrud.gov.ru/>
3. справочная правовая система «КонсультантПлюс» - www.consultant.ru;
4. Электронная библиотека Финансового университета (ЭБ) - <http://elib.fa.ru/>;
5. Электронно-библиотечная система издательства «ЮРАЙТ» - <https://urait.ru/>

Рабочая программа Модуля 7

Безопасность профессиональной деятельности. Общие профессиональные дисциплины

Цели освоения модуля – сформировать у обучающихся комплекс профессиональных компетенций, необходимых для эффективного мониторинга состояния здоровья пациента, грамотного содействия в выполнении врачебных назначений и оказания доврачебной первой помощи в неотложных ситуациях в рамках своей профессиональной роли.

Компетенции, совершенствуемые и приобретаемые слушателями в процессе освоения модуля: способность к наблюдению за состоянием здоровья лиц, нуждающихся в уходе, обеспечивать безопасность, оптимальность, доступность предоставленного ухода (А/04.4);

Планируемые результаты обучения по программе

По итогам освоения программы слушатели должны:

а) **знать:**

- основы здорового образа жизни, факторы, способствующие сохранению здоровья;
- правила инфекционной безопасности;
- б) уметь:**
 - обеспечивать безопасность, оптимальность, доступность предоставленного ухода;
- в) владеть:**
 - владеть техниками саморегуляции.

Учебно-тематический план модуля 7

№ п/п	Наименование модуля	Всего часов трудоемкости	В том числе					Форма контроля
			Аудиторные занятия			Самостоятельная работа	из них, применением ДОТ, час	
			Всего	из них				
				Лекции	Практические занятия			
1	Модуль 7. Безопасность профессиональной деятельности. Общие профессиональные дисциплины							
2	Тема 7.1. Инфекционная безопасность.	14	10	4	6	4	6	
3	Тема 7.2. Профилактика профессионального выгорания помощника по уходу. Техники саморегуляции.	10	8	2	6	2	2	
4	Промежуточная аттестация	2				2		Тестирование
5	Итого по Модулю 7	26	18	6	12	8	8	

Содержание Темы 7.1. Инфекционная безопасность

Тема посвящена изучению основ предотвращения распространения инфекций в условиях ухода. Главная цель — сформировать у помощника устойчивые навыки и понимание ответственности за создание безопасной среды как для подопечного, чья иммунная система может быть ослаблена, так и для себя.

Рассматриваются базовые понятия: что такое инфекция, возбудители (бактерии, вирусы, грибы), пути передачи инфекций (воздушно-капельный, контактно-бытовой, фекально-оральный, через кровь). Особое внимание уделяется циклу

инфекционного процесса (источник -> путь передачи -> восприимчивый организм) и тому, как действия помощника могут разорвать эту цепь на каждом этапе.

Основу темы составляет практическое освоение **универсальных мер предосторожности**, которые применяются ко всем подопечным независимо от диагноза. Ключевым элементом является **гигиена рук** — изучаются показания для гигиенической обработки рук (до и после контакта, после снятия перчаток), правильная техника мытья с мылом и использования антисептика.

Подробно разбирается использование **средств индивидуальной защиты (СИЗ)**: в каких ситуациях необходимы перчатки, медицинская маска, халат, защитные очки или экран; правила их надевания (последовательность) и снятия (как техника, предотвращающая самозаражение). Изучаются принципы **безопасного обращения с биологическими жидкостями** (кровь, моча, рвотные массы) и **медицинскими отходами**, правила их сбора, обеззараживания и утилизации в соответствии с классом опасности.

Важное место занимает **дезинфекция и текущая уборка** помещений и поверхностей. Рассматриваются основные дезинфицирующие средства, правила их приготовления и применения, график обработки зон общего и частого касания. Отдельно обсуждается **обработка предметов ухода** (судна, мочеприемники, ложки-поилки), постельного и нательного белья.

Тема также включает основы **профилактики внутрибольничных инфекций**, в частности, меры по предотвращению пролежней, инфекций мочевыводящих путей и пневмоний, связанных с малоподвижностью. Завершается тема разбором действий помощника при возникновении у подопечного симптомов острой инфекции (повышение температуры, диарея, сыпь, кашель) — алгоритм изоляции, усиления мер безопасности и немедленного информирования медицинского персонала.

Итогом является понимание, что инфекционная безопасность — это не набор разовых действий, а **система мышления и ежедневная практика**, где строгое соблюдение простых, но обязательных правил защищает здоровье всех участников процесса ухода.

Содержание Темы 7.2. Профилактика профессионального выгорания помощника по уходу. Техники саморегуляции.

Тема посвящена изучению психоэмоциональных рисков работы помощником по уходу и выработке стратегий для сохранения собственного здоровья, работоспособности и гуманного отношения к подопечному. Центральное понятие — **синдром профессионального выгорания (СПВ)** — рассматривается как следствие хронического стресса, а не признак слабости. Изучаются три ключевых компонента выгорания по модели К. Маслач: **эмоциональное истощение** (чувство опустошенности, усталость с утра), **деперсонализация** (циничное, отстраненное отношение к подопечным, видение в них «объектов работы») и **редукция**

профессиональных достижений (ощущение собственной некомпетентности, негативная оценка результатов своего труда).

Разбираются **факторы риска**, специфичные для профессии: интенсивные физические и эмоциональные нагрузки, работа с болью и страданием, высокая ответственность при часто ограниченных ресурсах, монотонность, не всегда четкие границы рабочего времени, необходимость сдерживать собственные эмоции. Важное внимание уделяется раннему распознаванию **симптомов-предвестников** выгорания: нарушения сна, раздражительность, частые простуды, потеря интереса к работе, нарастание формализма, пренебрежение правилами, избегание общения с подопечным.

Основная часть темы посвящена практической **профилактике и техникам саморегуляции** на трех уровнях:

1. **Организационный уровень:** формирование навыков грамотного **тайм-менеджмента** (реалистичное планирование, делегирование, расстановка приоритетов), умение устанавливать и защищать **здоровые профессиональные границы** (физические и эмоциональные), важность полноценного отдыха и перерывов.

2. **Когнитивный уровень:** работа с убеждениями. Изучаются техники **рефрейминга** (изменение угла зрения на стрессовую ситуацию), борьбы с перфекционизмом и синдромом «спасателя», принятия неизбежных ограничений в работе, осознание вклада своей работы без обесценивания.

3. **Эмоционально-физический уровень:** освоение быстрых **техник экстренной саморегуляции** для работы в момент напряжения: дыхательные упражнения (например, «квадратное дыхание»), техники заземления (концентрация на ощущениях «здесь и сейчас»), кратковременный выход из помещения. А также практики **долгосрочного восстановления:** методы релаксации (прогрессивная мышечная релаксация), физическая активность, хобби, психогигиена (ограничение негативного информационного фона).

Особый блок — развитие навыков **профессиональной коммуникации и поддержки**. Подчеркивается важность не копить напряжение, а обсуждать сложные случаи в кругу коллег (супервизия), просить и принимать помощь, учиться отделять проблемы подопечного от своих собственных. Рассматривается необходимость регулярной оценки своего состояния и планирования «эмоциональной разгрузки».

Итогом является понимание, что **забота о себе — не роскошь, а профессиональная обязанность** помощника по уходу. Эффективная профилактика выгорания позволяет сохранить эмпатию, предотвратить ошибки, вызванные усталостью и раздражением, и обеспечить качественный, устойчивый уход в долгосрочной перспективе.

Содержание практических занятий

№ темы	Наименование темы, по которой предусмотрено практическое занятие	Форма и содержание практического занятия
1	Тема 7.1. Инфекционная безопасность	<p>Форма занятий: семинар 1 «Инфекционная безопасность: алгоритмы против возражений»</p> <p>Фокус: практическая отработка навыков и коммуникативных техник для внедрения правил безопасности в реальных условиях, часто при непонимании или сопротивлении со стороны подопечного или его родственников.</p> <p>План:</p> <p>Проблематизация: «Самые строгие правила бессильны, если их невозможно применить на практике. С какими препятствиями вы сталкиваетесь?» (Сбор ответов в чат: «Подопечный не дает обрабатывать руки», «Родные говорят "нечего морочиться"», «Нет условий»).</p> <p>Цель: Научиться не только знать правила, но и «продавать» их, находя разумные компромиссы.</p> <p>Участники делятся на 3 группы. Каждая получает сложный коммуникативный кейс.</p> <p>Задание: разработать стратегию действий и отрепетировать короткий (2-3 реплики) диалог.</p> <p>Примеры кейсов:</p> <p>Кейс А (Подопечный): «Зачем вы в перчатках? Я же не прокаженный! Вы меня брезгуете!». Ваша задача: объяснить важность, не обидев человека.</p> <p>Кейс Б (Родственник): «Не надо тут химией руки мазать, у нас дома всё чисто!». Ваша задача: объяснить разницу между бытовой чистотой и инфекционной безопасностью для ослабленного человека.</p> <p>Кейс В (Условия): В маленькой квартире нет отдельного места для хранения чистого и грязного белья. Ваша задача: предложить 2-3 практичных и безопасных решения.</p> <p>Общая дискуссия и демонстрация</p> <p>Группы возвращаются. Каждая представляет свой диалог в формате мини-сценки (участники включают камеры).</p> <p>Фокус обсуждения: Какие фразы были эффективны? Что звучало неубедительно? Где был найден удачный компромисс?</p>

Резюме преподавателя: предлагает «золотые» формулировки (например, «Это правило — моя профессиональная защита, чтобы я мог(ла) приходить к вам здоровой и помогать каждый день», «Давайте сделаем так: я надену перчатки для этой грязной работы, а потом сразу сниму, и мы спокойно попьём чай»).

Итог: участники уносят не только знания, но и **набор работающих фраз** и стратегий для преодоления самых частых барьеров.

Формат: Семинар 2 «Расследование в своей квартире: аудит инфекционных рисков»

Фокус: развитие **критического мышления и проактивности**. Участники учатся самостоятельно выявлять риски в привычной обстановке и планировать меры по их устранению.

План:

Концепция: «Инфекционная безопасность — это не про больницу, а про вашу кухню, ванную и сумку. Это образ мышления».

Инструктаж: сейчас мы проведем виртуальный аудит. Ваша задача — стать «сыщиком по безопасности».

Интерактивная игра «Найди нарушение»

Преподаватель поочередно демонстрирует на экране **5-7 фотографий/рисунков** типичных бытовых сцен (не клинических!).

Примеры сцен:

Прихожая: уличная обувь рядом с домашними тапочками.

Кухня: губка для мытья посуды в засохшей луже на раковине, разделочная доска для мяса и хлеба — одна и та же.

Комната подопечного: на тумбочке рядом с лекарствами лежат деньги, пульт от телевизора и неубранная использованная маска.

Ванная: полотенце для рук висит над унитазом.

Механика: участники в общем чате (или через интерактивный опрос) на каждую картинку пишут:

- риск;
- простое решение.

Преподаватель комментирует и добавляет профессиональную перспективу.

		<p>Практическая работа «Мой план безопасности»</p> <p>Индивидуальная работа: каждый участник в отдельном документе или на листе бумаги рисует план своей рабочей зоны (кухня, комната подопечного) или схему своего рабочего дня.</p> <p>Задание: отметить на плане/схеме 3 точки повышенного риска, которые находятся под их личным контролем.</p> <p>Участники делятся своими планами с напарником, получают обратную связь и предлагают друг другу по 1 улучшению.</p> <p>Фиксация: каждый формулирует одно конкретное изменение, которое внедрит со следующего рабочего дня (например, «Купить два разных цветных набора перчаток: синие — для уборки, белые — для ухода»).</p> <p>Итог: участники уносят персонализированный план минимизации рисков и развитый навык критической оценки среды, который делает их более независимыми и профессиональными специалистами.</p> <p>Эти семинары дополняют практическое занятие: первый снимает коммуникативные барьеры, второй — организационные.</p>
2	<p>Тема 7.2. Профилактика профессионального выгорания помощника по уходу. Техники саморегуляции</p>	<p>Форма: интерактивный терапевтический воркшоп с элементами коучинга и группой поддержки.</p> <p>Цель: осознать личные признаки стресса и сформировать «экстренную аптечку» практических техник.</p> <p>План занятия</p> <p>Часть 1: Диагностика и осознание Введение: «Выгорание — не стыдно. Это профессиональный риск. Сегодня мы учимся делать «техосмотр» своему состоянию».</p> <p>Упражнение «Шкала моего ресурса»: В общем чате участники анонимно отвечают на вопрос: «Насколько полон ваш "эмоциональный бак" от 1 до 10, где 1 — пуст, 10 — переполнен?». Результаты обсуждаются трендом (без осуждения).</p> <p>Индивидуальное задание (с камерами): каждый получает время, чтобы нарисовать на листе бумаги свой условный «бак» и закрасить его текущий уровень. Рисунки не показываем — это личное.</p>

	<p>Мозговой штурм «Мои сигналы»: в чат пишем ответ на вопрос: «<i>Один МОЙ личный ранний признак, что я начинаю перегружаться</i>» (например, «хочу кричать на кошку», «ем только печенье», «забываю слова»).</p> <p>Часть 2: Формирование «экстренной аптечки».</p> <p>Преподаватель рассказывает и показывает:</p> <p>1 практика Телесная заземление «5-4-3-2-1». Техника для момента паники или сильного раздражения. Нужно найти и назвать: 5 вещей, которые видишь, 4 — которые осязаешь, 3 — слышишь, 2 — чувствуешь по запаху, 1 — вкус.</p> <p>Задача слушателей: придумать, как применить технику прямо во время смены (глядя на комнату подопечного).</p> <p>2 практика «Дыхание «Квадрат»: вдох (4 сек) – задержка (4 сек) – выдох (4 сек) – задержка (4 сек). Повторить 3-4 раза.</p> <p>Задача слушателей: создать короткую аудиозапись с голосовой инструкцией для себя на будущее.</p> <p>3 практика «Когнитивный стоп-кран-Переформулирование».</p> <p>Ловим негативную мысль («Я ничего не успеваю!») и меняем её на нейтральную/ресурсную («Сейчас я делаю достаточно, я сосредоточена на одном шаге»).</p> <p>Задача слушателей: сделать визуальный плакат-памятку с 3-4 примерами переформулирования типичных мыслей помощника.</p> <p>Часть 3: Планирование и завершение</p> <p>Индивидуальный план «Мой якорь»: каждый участник в чат или личный документ пишет: «Одно простое действие, которое я обещаю себе делать завтра для своего ресурса». Это должно быть микро-действие (например, «5 минут у окна с чаем в тишине», «включить любимую песню по дороге домой»).</p> <p>Ритуал завершения: все включают камеры (по желанию). Ведущий: «Мы сейчас сделаем общий выдох. Глубокий вдох... и долгий, шумный выдох со звуком «ах». Вместе. 1, 2, 3...». Краткие напутственные слова.</p>
--	--

Содержание самостоятельной работы слушателей

Основная цель самостоятельной работы слушателей – закрепление знаний, полученных в ходе лекционных и практических занятий.

Индивидуальная консультационная работа преподавателей со слушателями осуществляется весь период обучения.

№ п/п	Наименование (содержание) темы	Формы и методы проведения
1	Тема 7.1. Инфекционная безопасность.	Изучение основной и дополнительной литературы по программе
2	Тема 7.2. Профилактика профессионального выгорания помощника по уходу. Техники саморегуляции.	Изучение основной и дополнительной литературы по программе

Список литературы по модулю

Законодательные, нормативные и правовые акты

1. Приказ Минтруда России и социальной защиты Российской Федерации от 31.05.2023 N 482н "Об утверждении профессионального стандарта «Помощник по уходу».

2. Приказ Минтруда России от 27.12.2024 N 732 «О реализации в Российской Федерации в 2025 году Типовой модели системы долговременного ухода за гражданами пожилого возраста и инвалидами, нуждающимися в уходе».

Основная литература

1. Мухина, С. А. Теоретические основы сестринского дела : учебник / С. А. Мухина, И. И. Тарновская. — Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. — 368 с. — ISBN 978-5-9704-5416-9. — URL: <https://medvetlit.ru/market/medicinskaya-literatura/sestrinskoe-delo/teoreticheskie-osnovy-sestrinskogo-dela-uchebnik-muhina-sa-tarnovskaya-ii-2020-g/> (дата обращения: 05.02.2026).

Дополнительная литература

1. Изварин, А. А. Значение эргономики в профессиональной деятельности медицинской сестры : дипломная работа / А. А. Изварин ; науч. рук. И. Ф. Кумаргей ; ФГАОУ ВО «Белгородский государственный национальный исследовательский университет», Мед. ин-т, Мед. колледж. — Белгород, 2019. — 61 с. — Текст : электронный. — URL: http://dspace.bsuedu.ru/bitstream/123456789/41090/1/Izvarin_Znachenie_19.pdf?ysclid=ml9iweumql423925224 (дата обращения: 05.02.2026).

2. Островская, И. В. Основы сестринского дела : учебник / И. В. Островская, Н. В. Широкова. — Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2016. — 320 с. — ISBN 978-5-9704-3845-8 (общ.). — URL: <https://market.yandex.ru/card/osnovy-sestrinskogo-dela-uchebnik/102223936306> (дата обращения: 05.02.2026).

3. Спринц, А. М. Медицинская психология с элементами общей психологии : учебное пособие / А. М. Спринц, Н. Ф. Михайлова, Е. П. Шатова. — Санкт-Петербург : СпецЛит, 2009. — 447 с. — URL: <https://market.yandex.ru/card/kniga-meditsinskaya-psikhologiya-s-elementami-obshchey-psikhologii-2009-2040217622297/103458581859> (дата обращения: 05.02.2026).

Интернет-ресурсы, информационно-справочные и поисковые системы

1. Министерство здравоохранения РФ <https://minzdrav.gov.ru/>
2. Министерство труда и социальной защиты РФ <https://mintrud.gov.ru/>
3. справочная правовая система «КонсультантПлюс» - www.consultant.ru;
4. Электронная библиотека Финансового университета (ЭБ) - <http://elib.fa.ru/>;
5. Электронно-библиотечная система издательства «ЮРАЙТ» - <https://urait.ru/>

Организационно-педагогические условия реализации программы повышения квалификации

1. Материально-технические условия, необходимые для осуществления образовательного процесса

Наименование специализированных учебных помещений	Вид занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения
Учебный интерактивный класс	Лекции Практические занятия	Мультимедийное оборудование, компьютеры. Компьютер, подключенный к сети Интернет, интернет-браузер. Прикладные программы для просмотра текстовых и видеоматериалов.

Материально-технические условия соответствуют действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

Примечание. В случае проведения учебных занятий с применением электронного обучения (ЭО) и дистанционных образовательных технологий (ДОТ) у слушателя должен быть персональный компьютер, оснащенный аудиокolonками, с доступом в сеть интернет и установленным видеоплеером, способным воспроизводить видеофайлы.

2. Перечень информационных технологий и учебно-методическим условий, используемых при осуществлении образовательного процесса

При проведении занятий с применением ЭО и ДОТ проведение вебинаров для слушателей осуществляется в удаленном доступе. Преподавателями используются компьютерные презентации, работу в чате, индивидуальное консультирование слушателей.

Условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды

Электронные информационные ресурсы	Вид Занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения
------------------------------------	-------------	---

Система дистанционного обучения, система видеоконференцсвязи	Итоговая аттестация	Компьютер, подключенный к сети Интернет; интернет-браузер; Прикладные программы для просмотра текстовых и видеоматериалов
--	---------------------	---

3. Организация образовательного процесса

В образовательном процессе используются разнообразные формы работы со слушателями.

- лекция (видеолекция) с мультимедийным сопровождением по наиболее сложным вопросам программы;
- лекция-вебинар с использованием современных технических средств обучения;
- семинары;
- практические занятия и самостоятельная работа с использованием современных технических средств обучения;
- кейс-стади– изучение конкретных ситуаций из практики, для выполнения данного вида заданий обучающимся должна быть представлена в письменной форме информация относительно реальной ситуации (профессиональной или жизненной) и поставлены конкретные задачи её изучения проблемы, обучающиеся анализируют различные аспекты проблемы и предлагают выработанные решения;
- тестирование как метод оценки знаний, умений, навыков обучающихся, практическая письменная работа,
- экзамен и др.

Обучение проводится, в том числе с использованием ЭО и ДОТ, реализуемых посредством информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном взаимодействии слушателей и педагогических работников.

В процессе обучения слушатели обеспечиваются необходимыми для эффективного прохождения обучения учебно-методическими материалами и информационными ресурсами в объеме изучаемого курса, которые могут быть объединены в учебно-методический комплекс. Материалы учебно-методического комплекса доводятся до всех слушателей курса.

Итоговая аттестация проводится на образовательном портале Финансового университета посредством информационно-телекоммуникационных сетей.

4. Кадровое обеспечение образовательного процесса

Учебный процесс со слушателями обеспечивают квалифицированные сотрудники Финансового университета, а также приглашенные специалисты и действующие практики других организаций.

5. Описание системы оценки качества освоения программы

В систему оценки качества освоения программы «Помощник по уходу» входят:

- промежуточная аттестация
- итоговая аттестация.

5.1. Пример тестовых заданий для промежуточной аттестации

1. При смене подгузника лежащему подопечному самым важным гигиеническим действием для профилактики раздражения кожи является:

- а) Использование антибактериального мыла.
- б) Тщательное просушивание кожи, особенно в складках.
- в) Обильное нанесение талька.

2. Измеряя артериальное давление электронным тонометром, помощник по уходу должен обязательно:

- а) Измерять давление сразу после физической нагрузки подопечного для точности.
- б) Убедиться, что манжета наложена правильно, а рука пациента расслаблена и находится на уровне сердца.
- в) Накладывать манжету поверх рукава одежды для экономии времени.

3. При обнаружении у подопечного высокой температуры (38.8°C) и спутанности сознания помощник по уходу должен в первую очередь:

- а) Дать жаропонижающее лекарство из домашней аптечки.
- б) Немедленно сообщить об этом курирующему медицинскому работнику (медсестре, врачу) или вызвать скорую помощь.
- в) Укутать пациента теплым одеялом, чтобы он пропотел.

1. При смене подгузника лежащему подопечному самым важным гигиеническим действием для профилактики раздражения кожи является:

- а) Использование антибактериального мыла.
- б) Тщательное просушивание кожи, особенно в складках.
- в) Обильное нанесение талька.

2. Измеряя артериальное давление электронным тонометром, помощник по уходу должен обязательно:

- а) Измерять давление сразу после физической нагрузки подопечного для точности.
- б) Убедиться, что манжета наложена правильно, а рука пациента расслаблена и находится на уровне сердца.
- в) Накладывать манжету поверх рукава одежды для экономии времени.

3. При обнаружении у подопечного высокой температуры (38.8°C) и спутанности сознания помощник по уходу должен в первую очередь:

- а) Дать жаропонижающее лекарство из домашней аптечки.
- б) Немедленно сообщить об этом курирующему медицинскому работнику (медсестре, врачу) или вызвать скорую помощь.
- в) Укутать пациента теплым одеялом, чтобы он пропотел.

Порядок проведения промежуточной аттестации: тестирование проводится с личного компьютера, 20 тестовых вопросов, которые соответствуют темам, рассмотренным в рамках всей учебной программы, количество попыток – 2.

Для получения зачета необходимо правильно ответить не менее чем на 14 тестовых вопросов в любой попытке.

5.2. Порядок проведения и порядок оценки практической работы к Модулю 2 «Обеспечение питания и питьевого режима»

Цель: проверить умение правильно кормить, поить и считать жидкость.

Как проходит:

1. Вы получаете **одно задание**.
2. Выполняете его письменно и сдаете.
3. Преподаватель проверяет, дает комментарии к оценке.

Задания:

Вам нужно покормить пенсионерку (80 лет) после инсульта. Она плохо глотает, сидит в кресле. Надо дать обед: суп-пюре и компот.

Вопросы в задании:

1. **Что сделаете перед едой?** (Как посадите? Что приготовите?).
2. **Как будете кормить?** (Какой ложкой? Как проверите, что она проглотила?).
3. **Рассчитайте жидкость.** (Сколько ей надо пить в день (30 мл на 1 кг веса)? Вес — 60 кг. Она выпила 1 литр. Нормально ли это?).

Как оценивается выполнения письменной работы (50 баллов):

—**План (20 баллов):** безопасно ли предложили кормить? Учесть ли проблемы с глотанием?

—**Расчеты (15 баллов):** правильно ли посчитали жидкость?

—**Решение проблем (15 баллов):** что делать, если она отказывается есть?

—**Оценка:**

—**Сдано:** 25–50 баллов.

— **Не сдано:** меньше 25 баллов, необходим пересдать по другой задаче, всего попыток 2.

5.2. Раздел: форма и порядок итоговой аттестации (экзамен)

Общие положения

Итоговая аттестация слушателей программы профессионального обучения «Помощник по уходу» проводится в форме **комплексного экзамена**.

Цель экзамена – оценить уровень сформированности профессиональных компетенций и готовность выпускника к выполнению трудовых функций помощника по уходу в соответствии с профессиональным стандартом (Приказ Минтруда России от 31.05.2023 N 482н).

Экзамен проводится после успешного освоения всех модулей учебного плана и

прохождения

промежуточных

аттестаций.

Форма экзамена

Экзамен проводится в **письменной форме** очно или с использованием дистанционных образовательных технологий (ДОТ) на образовательном портале Финансового университета.

Структура письменной экзаменационной работы

Экзаменационная работа состоит из **двух частей** и включает **25 заданий**.

Часть	Тип заданий	Кол-во заданий	Макс. балл за задание	Макс.. балл за часть	Что проверяет
Часть А. Теоретические знания и безопасность	Тестовые задания (один верный ответ из трех)	15	1	15	Знание основ ухода, санитарии, гигиены, безопасности, этики.
Часть Б. Практические умения и анализ ситуаций	Ситуационные задачи (краткий письменный ответ / установление последовательности)	10	2.5	25	Умение применять знания на практике, анализировать ситуации, планировать уход, действовать в нестандартных условиях.
ИТОГО:		25		40	

3. СОДЕРЖАНИЕ ЭКЗАМЕНАЦИОННЫХ ЗАДАНИЙ

Часть А. Теоретические знания и безопасность (15 заданий, 1 балл каждое)

Задания охватывают ключевые темы всех 7 модулей программы.

Часть Б. Практические умения и анализ ситуаций (10 заданий, 2.5 балла каждое)

Задания направлены на оценку умения решать профессиональные задачи.

Форматы:

- **Краткий письменный ответ (3-4 предложения).** Пример: «*Опишите Ваши действия при обнаружении у лежачего подопечного стойкого покраснения кожи на крестце*».
- **Установление правильной последовательности действий.** Пример: «*Расставьте в правильном порядке этапы помощи подопечному при переходе с кровати в кресло-каталку*».
- **Анализ мини-кейса с выбором оптимального решения.** Пример: «*Подопечный с деменцией отказывается от приема лекарств. Опишите Вашу стратегию действий для решения этой проблемы*».

4. Порядок проведения экзамена

- 4.1. Экзамен проводится по расписанию, утвержденному учебным отделом.
- 4.2. Доступ к экзаменационным материалам предоставляется на образовательном портале в строго отведенное время.
- 4.3. Во время экзамена запрещается пользоваться любыми сторонними ресурсами, учебными материалами, а также общаться с другими лицами.
- 4.4. Ответы на задания части А выбираются в интерфейсе портала. Ответы на задания части Б вводятся в текстовые поля.

5. Система оценивания и критерии выставления оценок

5.1. Шкала перевода баллов в оценку

Суммарный балл за экзамен (из 40)	Оценка по пятибалльной шкале	Квалификационный уровень
36 – 40 баллов	5 (отлично)	Выпускник демонстрирует глубокие и системные знания по всем разделам программы. Уверенно и грамотно применяет их для решения сложных практических задач, четко видит алгоритмы действий и возможные риски . Действия полностью соответствуют принципам безопасности, этики и эффективного ухода.
28 – 35 баллов	4 (хорошо)	Выпускник показывает уверенные знания ключевых аспектов программы. Правильно решает стандартные практические задачи, но может допускать незначительные неточности или неполно раскрывать ответ в сложных ситуациях. В целом, готов к

аналогичной сложности и структуры.
6.4. Слушатель, не явившийся на экзамен или пересдачу без уважительной причины, считается не прошедшим итоговую аттестацию.

7. Оформление результатов

7.1. Результаты экзамена утверждаются аттестационной комиссией.

7.2. Слушателям, успешно прошедшим итоговую аттестацию (получившим оценку «3», «4» или «5»), выдается **свидетельство с присвоением квалификации «Помощник по уходу» (4-й уровень квалификации)**.

7.3. Результаты экзамена заносятся в протокол и документ об образовании.

Директор Высшей школы управления

государственными и муниципальными финансами



В.В. Бондалетов