

УДК 613.98
ББК 52.204.9
У89

Рабочая группа: к.э.н. Р.О. Ахметели, Л. Андрев,
к.м.н. Е.Н. Дудинская, С.Г. Затеева, д.м.н., профессор Ю.В. Котовская,
к.м.н. Э.А. Мхитарян, В.С. Остапенко, С. Петухина,
д.м.н. Н.К. Рунихина, д.м.н., профессор О.Н. Ткачева,
д.м.н., профессор Е.В. Фролова, к.м.н. М.А. Чердак,
к.м.н. Н.В. Шарашкина

Эксперты: д.м.н. С.В.Булгакова, к.м.н. Э.К. Вергазова,
д.м.н. П.А. Воробьев, М.А. Ильина,
д.м.н., профессор А.Н. Ильницкий, д.м.н., профессор Л.В. Канунникова,
к.м.н. Е.В. Караева, П.А. Келлер, к.м.н. О.В. Кирилов,
профессор, д.м.н. Ю.В. Конев, профессор, д.м.н. Л.Б. Лазебник,
Р.Т. Лукутцова, к.м.н. Х.М. Мустафин, д.м.н. Д.М. Мухамадиев,
к.м.н. Д.В. Невзорова, Е.А. Олескина, С.В. Петрова, д.м.н.,
профессор К.И. Прошаев, А.В. Сиднев, Е.А. Тополева-Солдунова,
к.с.н. Н.Е. Ускова, И.К. Фаевская, А.К. Федермессер,
Т.А. Черкашенко, д.м.н., профессор, академик РАН В.В. Шабалин

Рекомендации предназначены для специалистов по уходу,
младшего медицинского персонала, родственников, опекунов,
осуществляющих уход за пожилыми людьми.

У89 **Уход за ослабленными пожилыми людьми.** Российские
рекомендации. – М.: Человек, 2018. – 224 с., ил.

ISBN 978-5-906132-06-2

УДК 613.98
ББК 52.204.9

- © Иллюстрации, ООО «Желтый Крест»
- © Текст, ООО «Желтый Крест»
- © Текст, ФГБОУ ВО «Российский национальный исследовательский медицинский университет им. Н.И. Пирогова Минздрава России, ОСП «Российский геронтологический научно-клинический центр»
- © Оформление, ООО Издательство «Человек», 2018

ISBN 978-5-906132-06-2

Содержание

| | |
|---|-----------|
| Введение | 9 |
| Тема 1 | |
| Оценка нарушений потребностей получающего уход. | |
| Проблемы коммуникации | 11 |
| Классификация и иерархия потребностей человека | 11 |
| Основные категории жизнедеятельности..... | 13 |
| Оценка риска развития пролежней | 16 |
| Оценка психического статуса | 17 |
| Успешная коммуникация | 18 |
| Афазия и ее виды | 22 |
| Основные правила выполнения манипуляций ухода | 23 |
| Деонтология | 24 |
| Тема 2 | |
| Старческая астения и другие гериатрические синдромы | 27 |
| Клинические ситуации, при возникновении которых необходима безотлагательная консультация врача | 32 |
| Тема 3 | |
| Основные группы неинфекционных заболеваний и их острые осложнения | 34 |
| Основные жизненные показатели человека..... | 34 |
| Сердечно-сосудистые заболевания | 35 |
| Онкологические заболевания | 38 |
| Сахарный диабет | 39 |
| Тема 4 | |
| Безопасная жизнедеятельность | 45 |
| Создание безопасной физической среды дома | 45 |
| Использование средств малой реабилитации | 47 |
| Инфекционная безопасность..... | 57 |
| Профилактика инфекционных заболеваний | 58 |

Тема 5

| | |
|--|-----------|
| Общее понятие процесса ухода. Измерение жизненных показателей. Ведение документации | 60 |
| Основные принципы ухода | 60 |
| Измерение артериального давления, температуры тела, частоты дыхания и пульса | 61 |
| Наблюдение за весом, кожным покровом и физиологическими отправлениями | 63 |
| Ведение медицинской документации | 64 |

Тема 6

| | |
|--|-----------|
| Основы кинестетики | 66 |
| Что такое кинестетика | 66 |
| Возможности использования ресурсов частично мобильных подопечных, исходя из принципов кинестетики..... | 72 |

Тема 7

| | |
|--|-----------|
| Принципы и приемы концепции Бобат | 79 |
| Основы концепции Бобат..... | 79 |
| Ингибция и ее применение в процессе ухода | 81 |
| Фацилитация и ее применение в процессе ухода | 84 |
| Стимуляция | 88 |
| Применяемые терапевтические приемы | 89 |
| Техники ручного обращения | 89 |

Тема 8

| | |
|---|-----------|
| Помощь пациенту с ограниченной мобильностью в пределах кровати | 91 |
| Мобильность и немобильность. Виды и типы ограниченной мобильности. Риски немобильности и ограниченной мобильности | 91 |
| Средства малой реабилитации содействия мобильности в пределах кровати | 93 |
| Транспортировка в пределах кровати при различных видах ограниченной мобильности..... | 94 |

Тема 9

| | |
|--|------------|
| Помощь пациенту с ограниченной мобильностью при передвижении..... | 103 |
| Средства малой реабилитации содействия мобильности при покидании кровати | 103 |

| | |
|--|-----|
| Пересаживание без использования вспомогательных средств для перемещения | 105 |
| Пересаживание с помощью доски | 107 |
| Пересаживание с помощью вращающегося диска | 109 |
| Пересаживание с помощью пояса | 111 |
| Пересаживание с помощью лифта | 112 |
| Тема 10 | |
| Помощь пациенту с ограниченной мобильностью | |
| при передвижении | 114 |
| Транспортировка при различных видах ограниченной мобильности и средства малой реабилитации содействия передвижению | 114 |
| Транспортировка на кресле-каталке | 118 |
| Передвижение с ходунками | 119 |
| Транспортировка с помощью подъемника | 120 |
| Передвижение с поддержкой сзади | 122 |
| Поддержка сзади за плечи | 122 |
| Поддержка сзади за талию | 123 |
| Передвижение с двусторонней помощью | 123 |
| Тема 11 | |
| Гигиена | 127 |
| Гигиена и средства малой реабилитации содействия гигиене | 127 |
| Утренний (вечерний) туалет при различных видах и типах ограниченной мобильности | 130 |
| Уход за полостью рта | 130 |
| Уход за зубными протезами | 135 |
| Уход за ушами | 136 |
| Уход за глазами | 137 |
| Уход за полостью носа | 137 |
| Уход за волосами | 138 |
| Бритье подопечного | 138 |
| Уход за кожей лица | 139 |
| Гигиена рук | 140 |
| Мытье ног в постели | 140 |
| Уход за гениталиями | 142 |
| Смена постельного белья при различных видах и типах ограниченной мобильности | 143 |

| | |
|--|------------|
| Продольный способ..... | 143 |
| Поперечный способ..... | 144 |
| Смена нательного белья и переодевание при различных видах и типах ограниченной мобильности | 145 |
| Мытье в постели обездвиженного подопечного | 146 |
| Мытье подопечного в ванне | 147 |
| Мытье частично мобильного подопечного в ванне | 148 |
| Мытье частично мобильного подопечного в душе | 149 |
| Тема 12 | |
| Организация питания и кормления | 150 |
| Все, что необходимо знать о лечебном и сбалансированном питании | 150 |
| Все, что необходимо знать о питьевом режиме | 151 |
| Средства малой реабилитации при кормлении | 152 |
| Особенности приема пищи при нарушенном глотании | 155 |
| Особенности приема пищи при различных видах и типах ограниченной мобильности..... | 158 |
| Кормление лежачего пациента | 158 |
| Кормление частично мобильного пациента | 159 |
| Тема 13 | |
| Управление физиологическими отправлениями | 160 |
| Все, что необходимо знать о физиологических отправлениях..... | 160 |
| Все, что необходимо знать об абсорбирующем белье | 162 |
| Замена абсорбирующего белья | 164 |
| Смена прокладки немобильному пациенту..... | 164 |
| Смена подгузника | 165 |
| Помощь в пользовании судном | 166 |
| Гигиенический туалет стомы | 167 |
| Уход за катетером | 168 |
| Освобождение мочевого дренажного мешка | 169 |
| Тема 14 | |
| Профилактика осложнений при уходе за кожным покровом | 170 |
| Как образуется пролежень | 170 |
| Причины возникновения пролежней | 170 |
| Классификация степеней тяжести пролежней | 172 |

| | |
|--|------------|
| Профилактика возникновения пролежней | 173 |
| Уход за пролежнями | 174 |
| Фазы заживления раны | 175 |
| Профилактика интертриго (потницы) | 176 |
| Профилактика опрелостей | 177 |
| Тема 15 | |
| Профилактика контрактур и уход при контрактурах | 178 |
| Причины развития контрактур | 178 |
| Профилактика контрактур | 180 |
| Придание конечности правильного положения | 180 |
| Плечевой сустав | 180 |
| Локтевой сустав | 181 |
| Кистевой сустав | 181 |
| Тазобедренный сустав | 182 |
| Коленный сустав | 182 |
| Голенистоопный сустав | 183 |
| Пассивные движения | 183 |
| Движение для стоп | 184 |
| Движения предплечья | 185 |
| Движения плеча | 186 |
| Движения голени | 187 |
| Движения пальцев, кисти | 188 |
| Уход при контрактурах | 188 |
| Тема 16 | |
| Профилактика и уход при пневмонии | 190 |
| Профилактика пневмонии | 191 |
| Наблюдение за дыханием пациента | 191 |
| Уменьшение риска возникновения пневмонии | 191 |
| Улучшение легочной вентиляции | 192 |
| Уменьшение скапливания секрета | 193 |
| Профилактика инфекций полости рта и дыхательных путей | 194 |
| Профилактика аспирации | 194 |
| Восстановительная гимнастика для глотания | 194 |
| Роль носового дыхания | 195 |
| Уход за больными пневмонией | 196 |

Тема 17

Профилактика тромбозов и уход при сердечно-сосудистых

| | |
|--|------------|
| заболеваниях | 198 |
| Причины и осложнения тромбозов..... | 198 |
| Профилактика тромбообразования..... | 200 |
| Уход при сердечной недостаточности | 203 |

Тема 18

Профилактика запоров и дегидратации.....207

| | |
|--|-----|
| Профилактика запоров..... | 207 |
| Профилактика обезвоживания (дегидратации) | 208 |
| Типы дегидратации | 209 |
| Гипертонический тип дегидратации | 209 |
| Гипотонический тип дегидратации..... | 210 |
| Изотонический тип дегидратации | 210 |
| Признаки обезвоживания | 211 |
| Тест для определения наличия обезвоживания | 211 |

Тема 19

Помощь и уход при делирии

213