

## **Пример программы экспресс курс ДОЛГОВРЕМЕННОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ В ГЕРОНТОЛОГИИ: ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ И СОВРЕМЕННЫЕ ПРАКТИКИ**

### **День 1**

#### **«Долговременное сопровождение: фокус на функциональность пожилого человека»**

Лекция. Современные представления Всемирной организации здравоохранения и Международной ассоциации геронтологии и гериатрии о функциональной способности пожилого человека. Роль среды обитания в поддержании резервных возможностей организма.

Лекция. Синдром старческой астении и гериатрический каскад как основной фактор, определяющий степень независимости и дефициты самообслуживания у пожилых людей. Основные гериатрические синдромы: саркопения (мышечная слабость), мальнутриция (недостаточность питания), сенсорные дефициты, когнитивные расстройства, синдром одиночества, депрессия, сенсорные дефициты, нарушения передвижения.

Практическое занятие. Методы диагностики старческой астении и гериатрических синдромов специалистами без медицинского образования. Взаимодействие специалистов без медицинского образования со специалистами с медицинским образованием. Алгоритмы диагностических действий и маршрутизация людей с гериатрическими синдромами.

### **День 2**

#### **«Деменция и современный пожилой человек: улучшаем качество жизни и сохраняем достоинство»**

Лекция. Что такое деменция? Деменция в современном мире как социальная и культурная проблема. Распространенность деменции, основные причины. Риски для пожилого человека, связанные с деменцией. Влияние деменции на качество, независимость и достоинство жизни пожилого человека. Немедикаментозная профилактика и реабилитация при деменции. Терапия воспоминаниями, терапия занятостью при додементных и дементных когнитивных расстройствах. Мониторинг и поддержание функциональности человека с деменцией в процессе долговременного ухода за ним.

Практическое занятие. Основные когнитивные способности, страдающие при деменции (память, внимание, мышление, речь, способность к действию, коммуникациям, образованию и т.д.). Методики раннего выявления когнитивных нарушений специалистами немедицинского профиля,

родственниками, волонтерами и т.д. Подходы и приемы моделирования полноценной жизни для дементного человека. Методы физической активизации и реабилитации с демонстрацией и освоением конкретных методик.

Семинар. Правила коммуникаций с дементным человеком и его родственниками. Обеспечение достойного последнего периода жизни и ухода из жизни человека с деменцией. Психологическое сопровождение и реабилитация людей, осуществляющих уход за дементными людьми.

### День 3

#### **Терапевтическая реабилитационная среда для пожилых людей**

Лекция. Понятие о реабилитации и абилитации. Возрастная жизнеспособность и реабилитационные практики, ее развивающие: обзор методик. Что такое терапевтическая безбарьерная безопасная среда для пожилых граждан и инвалидов и почему важно ее создавать? Основные группы рисков, с которыми сталкивается пожилой человек и человек с ограниченными возможностями: физические проблемы, ментальные проблемы, инженерно-технические проблемы, психологические риски и др. Мониторинг функциональности пожилого человека и человека ограниченными возможностями и особыми потребностями в процессе создания и реализации терапевтической безбарьерной безопасной среды.

Семинар. Определение индивидуальных рисков для здоровья при пребывании в конкретной среде у пожилых граждан и людей с ограниченными возможностями и особыми потребностями. Система опросников и шкал для определения индивидуальных рисков. Диагностика среды (помещений, городских пространств и т.д.) с точки зрения безбарьерности, безопасности и терапевтичности. Диагностика взаимоотношений с окружающими и оценка коммуникативных связей. Особенности активизации и социализации маломобильных и немобильных людей, создание полноценной модели активной жизни и обеспечение достоинства: теоретические основы и конкретные примеры реализации.

Практическое занятие. Групповые и индивидуальные подходы к созданию терапевтической безопасной человек-центрированной среды. Разбор конкретных примеров (квартира, стационарное социальное учреждение, центр социального обслуживания, двор и т.д.).

*Разработчик курса – доктор медицинских наук, профессор К.И. Прощаев*