



Ссылки на видео и печатные материалы

по паллиативному уходу

Памятка подготовлена при поддержке грантов:

«Православная инициатива-2022» и гранта Президента РФ

**Для родственников маломобильных людей, младшего
медицинского персонала, патронажных сестер, сестер
милосердия.**

Вид методического материала и его содержание	Ссылки
<p>Как правильно ухаживать за больным (видео-уроки): Темы:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Правила ухода за ротовой полостью тяжелобольного человека.2. Что нужно знать тем, кто заботится о тяжелобольном человеке в возрасте особой уязвимости?3. Вопросы, связанные с уходом за такими больными, правила сохранения интеллектуального и ментального контакта.4. Где брать силы для заботы о тяжелобольном близком?5. Как научиться восполнять душевные ресурсы, чтобы рядом с тяжелобольным был его друг и помощник.6. Как не болеть в серебряном возрасте. 5 секретов долголетия.7. Как предотвратить появление болезней, которые обычно приходят с возрастом.8. Отек легких в паллиативной практике.9. Рассматриваем на примере пациентов дифференциальную диагностику отека легких и тактику ведения пациента.10. Профилактика возникновения пролежней.11. Причины возникновения пролежней и меры по их профилактике.12. Профилактика возникновения контрактур.13. Показываем упражнения для профилактики возникновения контрактур.14. Как правильно поворачивать тяжелобольного.15. Осмотр тяжелобольного человека для профилактики возникновения пролежней.16. Рассказываем, как не пропустить начальный этап возникновения опрелостей и пролежней.	<p>https://pro-palliativ.ru/</p>

17. Как правильно пересаживать тяжелобольного человека с кровати на стул.
18. Правила ухода за мочевым катетером.
19. Рассказываем, как устроен мочевой катетер, какие мочеприемники бывают, как провести замену мочеприемника.
20. Основы интимной гигиены тяжелобольных мужчин.
21. Основы интимной гигиены тяжелобольных женщин.
22. Основы коммуникации в паллиативной помощи.
23. Какие принципы лежат в основе общения в паллиативной помощи и по какой причине пациенту и его близким стоит говорить правду.
24. Вебинар-интервью: Разговоры о смерти.
25. Как правильно ухаживать за волосами тяжелобольного человека.
26. Правила ухода за ногтями и кожей рук и ног тяжелобольного человека.
27. Вебинар: Профилактика осложнений при длительном постельном режиме.
28. Как правильно и безопасно организовать уход и помочь подопечному, какие есть особенности мер профилактики.
29. Бритье и уход за кожей лица у тяжелобольных мужчин.
30. Как правильно обрабатывать полость рта тяжелобольного.
31. Показываем, как именно и в каких положениях можно чистить зубы.
32. Как правильно очищать полость носа тяжелобольного человека.
33. Как правильно застилать кровать тяжелобольного.
34. Вебинар: Как помыть тяжелобольного человека?
35. Мытье головы тяжелобольного человека с помощью шапочки.
36. Мытье головы тяжелобольного человека с помощью надувной ванночки.
37. Правила использования противопролежневого матраса
38. Вебинар: Особенности ухода за глазами и ушами тяжелобольного человека.
39. Вебинар: Коммуникация с дементными пациентами.
40. Вебинар: Как помочь тяжелобольному человеку ходить в туалет и как избежать расстройства мочеиспускания и дефекации.
41. Вебинар: Организация лечебного питания тяжелобольного.
42. Особенности ухода за полостью рта и носа у тяжелобольного человека.
43. Вебинар: Паллиативная помощь в последние дни и часы жизни.

<p>44. Подгузники, впитывающее белье и прокладки. Как выбрать то, что нужно.</p> <p>45. Видео: Что такое стома и какие они бывают.</p> <p>46. Видео: Лечение глубоких пролежней.</p> <p>47. Видео: Как выбрать средства для мытья головы лежачего больного.</p> <p>48. Видео: Профилактика пролежней.</p> <p>49. Видео: Как поднять человека с пола.</p> <p>50. Видео: Перемещение больного в постели.</p> <p>51. Видео: Положение «сидя в кровати» для приема пищи.</p> <p>52. Видео: Как пересадить больного с кровати на стул.</p> <p>53. Видео: Положение больного на спине.</p> <p>54. Видео: Смена нательного белья.</p> <p>55. Вебинар: «Уход за больным с деменцией: проблемы коммуникации».</p>	
<p>Видео-уроки по уходу за лежачими больными.</p> <p>Темы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Эргономика жизненного пространства лежачего больного. 2. Бинтование нижних конечностей лежачего больного. Борьба с варикозом. 3. Позиционирование в положении на спине лежачего больного. 4. Позиционирование на здоровой стороне лежачего больного. 5. Позиционирование на больной стороне лежачего больного. 6. Позиционирование в положении полусидя лежачего и малоподвижного больного. 7. Перемещение в кресло малоподвижного больного. 8. Уход за полостью рта. 9. Уход за глазами, ушами и носом лежачего больного. 10. Мытье головы лежачего больного. 11. Мытье туловища лежачего больного. 12. Практические упражнения для работы по восстановлению речи у больных, перенесших инсульт. 	<p>http://cso24.ru/video-uroki-po-uhodu-za-lezhachimi-bolnyimi/</p>
<p>Видео-пособия по уходу за лежачими больными.</p> <p>Темы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Позиционирование (укладывание) пациента в постели. 2. Надевание подгузника. 3. Подмывание над судном. 4. Первая помощь при падении. 5. Смена рубашки. 	<p>https://miloserdie.help/news/vyshli-novye-videoposobiya-po-ukhodu-za-/</p>

<p>Видео-пособия по уходу за лежачими больными.</p> <p>Темы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Как переместить человека на себя ручным способом. 2. Как подтянуть больного к изголовью на скользящей простыне. 3. Как надеть подгузник. 4. Как пересадить больного. 5. Как повернуть на бок. 6. Как поставить судно. 7. Как снять подгузник. 8. Как усадить больного. 	<p>https://www.miloserdie.ru/news/patronazhnaya-sluzhba-miloserdiya-rasskazhet-ob-uhode-za-lezhachimi-bolnymi/</p>
<p>Видео-пособия по уходу за лежачими больными.</p> <p>Темы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Как ухаживать за лежачим родственником: основы и секреты. 2. Основы ухода: как повернуть тяжелого человека в кровати и не надорвать спину. 3. Основы ухода: как помыть лежачего человека в кровати. 4. Основы ухода: какие есть способы вымыть голову лежачему больному. 5. Основы ухода: что делать, чтобы избежать пролежней. 6. Основы ухода: как правильно посадить человека в кровати. 7. Основы ухода: как удобно устроить лежачего человека на боку. 8. Основы ухода: как надеть брюки на человека, который не может двигаться. 9. Основы ухода: три способа подтянуть лежачего человека к изголовью кровати. 10. Секреты ухода: как поменять памперс взрослому человеку. 11. Секреты ухода: как не опрокинуть судно. 12. Секреты ухода: как легко повернуть человека на бок и не уронить его с кровати. 13. Секреты ухода: как надеть жакет на лежачего больного. 14. Секреты ухода: как посадить больного на край функциональной кровати. 	<p>https://www.miloserdie.ru/article/kak-uhazhivat-za-lezhachim-rodstvennikom-osnovy-i-sekrety/#ftn1</p>
<p>Современные решения деликатных потребностей.</p> <p>Темы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Профилактика и лечение повреждений кожи вокруг стомы продукцией. 2. Как одеть подгузник для взрослого человека. 3. Как одевать подгузники на лежачего больного. 4. Как одеть подгузник на человека в инвалидной коляске 	<p>https://kalopriemniki.ru/help/video/</p>
<p>Родственникам онко пациентов Особенности ухода.</p> <p>Темы:</p>	<p>https://xn--c1akeeifacbeum3p.x</p>

<ol style="list-style-type: none"> 1. Правильная организация ухода за больным. 2. Особенности ухода. 3. Распорядок дня. 4. Пролежни. Профилактика. 5. Уход за глазами. 6. Уход за носом. 7. Уход за ушами. 8. Смена белья и одежды. 9. Уход за кожей. 10. Уход за полостью рта. 11. Переодевание. 12. Уход за ногтями. 13. Уход за волосами. 14. Уход за промежностью и наружными половыми органами. 15. Вставание с постели с посторонней помощью. 16. Современная система профилактики пролежней. 17. Питание больного. 18. Лечебное питание. 	<p>n--plai/vazhno-znat/rodstvennikam-patsientov/</p>
<p>Школа ухода за лежачими больными (видео-уроки). Темы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Утренний туалет глаз у больного. 2. Профилактика пролежней у лежачего больного. 3. Умывание лица больного. 4. Кормление с ложки больного. 5. Зондовое кормление больного. 6. Контроль за стулом больного. 7. Уход за полостью рта больного. 8. Мытье ног больного. 9. Перемещение больного в кресло. 10. Смена подгузников больного. 11. Смена постельного белья больного. 12. Мытье головы больного. 13. Уход за ногтями больного. 14. Бритье больного. 15. Мытье туловища больного. 16. Уход за ушами больного. 17. Мытье рук больного. 18. Уход за носом больного. 19. Мытье спины больного. 20. Помещение для лежачих больных. 21. Позиционирование в положении на спине. 22. Позиционирование на здоровой стороне. 	<p>https://www.youtube.com/watch?v=Y8MSH_VAAkM&list=PLeT-LojIXn3WCXNOHnCJXRvv6naHz8wz0</p>
<p>Рекомендации по уходу за лежачими больными. (Пособие)</p>	<p>http://berdskkcsn.so.ru/sites/berdskkcs</p>

	on.nso.ru/wodby_files/files/page_59/ch.1.pdf
Уход за маломобильными гражданами на дому. (Пособие)	https://kctson.by/download/posobie.pdf
Сестринское дело: алгоритмы по уходу за пациентами. (Пособие)	https://book.zdrav.ru/files/book/40_pdf.pdf
Рекомендации по основам ухода за маломобильными пожилыми гражданами. (Пособие)	http://belkctson.ucoz.net/buklet/rekomendacii_po_osnovam_ukhoda_za_malomobilnymi_po.pdf
Федотова Ольга Германовна УЧЕБНОЕ ПОСОБИЕ «УХОД ЗА ТЯЖЕЛОБОЛЬНЫМ» (Пособие)	http://medcol.ru/images/documents/Obrazovanie/fedotova4.pdf
Блог Темы: <ol style="list-style-type: none"> 1. Почему так опасны падения в пожилом возрасте? 2. Слезоточивость глаз у пожилых людей. 3. Как успокоить больного деменцией при обострении. 4. Бессонница в пожилом возрасте. 5. Лечебная физкультура для пожилых людей. 6. Как поднять гемоглобин пожилому человеку. 7. Когнитивные способности человека в пожилом возрасте. 8. Упражнения после инсульта. 9. Упражнения при переломе шейки бедра. 	https://life-house.ua/ru/blog/
Упражнения для активизации мозга пожилых людей. (Пособие)	https://sumut.fi/media-files/ETNIMU_Harjoitus_2_RU.pdf
Сборник упражнений для активизации умственной деятельности. (Пособие)	http://pinimc.org.ru/Docs/SPPS/Metod/SbornikGimnastika%20dlya%20uma.pdf
КОГНИТИВНАЯ ГИМНАСТИКА (Пособие)	https://medsestrajournal.ru/sites/default/files/fulltext-pdf/25879979-2017-05-06.pdf
Развитие памяти у пожилых Упражнения.	https://xn----8sbn4alcffqc1i8a.xn

	-- p1ai/poleznoe/uprazhneniya-dlya-pamyati-dlya-pozhilykh-lyudey/
ПРОФИЛАКТИКА КОГНИТИВНЫХ И ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ НАРУШЕНИЙ (Пособие) (рекомендации для лиц пожилого возраста и их родственников). Пособие.	https://petsu.ru/files/user/4789919143e0efc556b26e99ac3a2def/SolovyevA_G_Prof_kognitiv_i-emots_narusheniy.pdf
Гимнастика пожилым людям (Видео-уроки): 1. Гимнастика для пожилых в спокойном темпе. 2. Гимнастика для пожилых. 3. Гимнастика для пожилых СпортТайм. 4. 30 - ти минутная зарядка для любимых мам и бабушек.	https://www.youtube.com/playlist?list=PLL07_SiXle_kXHMEYLNsykzxwTamJMXkW
Лечебная гимнастика для пожилых людей при заболеваниях опорно-двигательного аппарата (Памятка)	https://www.gbuzrcmp.ru/informatsionnye-materialy-dlyanaseheniya/informatsiya-dlyaskachivaniya/pamyatki1/%D0%9B%D0%B5%D1%87%D0%B5%D0%B1%D0%BD%D0%B0%D1%8F%20%D0%B3%D0%B8%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%BF%D0%BE%D0%B6%D0%B8%D0%BB%D1%8B%D1%85%20%D0%BF%D1%80%D0%B8%20%D0%B7%D0%B0%D0%B1.%20%D0%9E%D0%94%D0%90.pdf

Гигиена маломобильного человека. Лена Андреев: вебинар

https://www.youtube.com/watch?v=KyowV_7Qg68