областное государственное бюджетное учреждение социального обслуживания «Шебертинский дом-интернат для престарелых и инвалидов»

Утверждено

приказом директора

ОГБУСО

«Шебертинский дом-интернат для престарелых и инвалидов»

от 15 февраля № 28 ОД от 2016 г.

**Положение**

**о «Школе здоровья» для получателей социальных услуг**

ОГБУСО «Шебертинский дом-интернат для престарелых и инвалидов»



**Общие положения**

С целью повышения повышение уровня гигиенической культуры, пропаганды медицинских аспектов формирования и укрепления здоровья, способствующих медицинской реабилитации и активному долголетию, борьбы с преждевременным старением, профилактики заболеваний в пожилом возрасте, гигиеническому воспитанию, обучению и пропаганде здорового образа жизни в ОГБУСО «Шебертинский дом-интернат для престарелых и инвалидов» (далее-Учреждение) создана «Школа здоровья» для получателей социальных услуг (далее «Школа»).

Школа здоровья - является организационной формой работы с получателями социальных услуг по проблемам укрепления и сохранения здоровья, формой группового профилактического консультирования, не исключающей проведение индивидуального консультирования, профилактического и клинического обследования. Руководство Школой осуществляет врач – терапевт. Работа Школы проводится в соответствии с настоящим Положением.

**2. Цель и задачи Школы:**

2.1.**Основная цель** Школы здоровья – оптимизация, совершенствование доступности и улучшение качества оказания медицинской профилактической помощи получателям социальных услуг.

2.2.**Задачи Школы:**

• повышение ответственности получателей социальных услуг за сохранение своего здоровья, мотивации к оздоровлению, приверженности к лечению и выполнению рекомендаций врача;

• формирование умений и навыков по самоконтролю за состоянием здоровья, оказанию первой доврачебной помощи;

• формирование навыков и умений по снижению неблагоприятного влияния на здоровье поведенческих факторов риска (питание, двигательная активность, управление стрессом, отказ от вредных привычек);

• формирование практических навыков по анализу причин факторов, влияющих на здоровье;

• формирование установок на здоровый образ жизни;

• сохранение и укрепление психологического здоровья.

**3. Целевая группа Школы:**

- граждане пожилого возраста (женщины старше 55 лет, мужчины старше 60 лет), инвалиды старше 18 лет, сохранившие способность к самообслуживанию и активному передвижению.

**4. Формы работы Школы:**

    Занятия проводятся в групповой форме, не менее 1 раза в месяц. Формирование групп слушателей Школы осуществляется из числа получателей социальных услуг учреждения.



**5.Основные направления работы Школы:**

Занятий с получателями социальных услуг проводятся по следующим направлениям:

- обучение практическим навыкам, методам укрепления и сохранения здоровья;

- ознакомление с принципами, потребностями, особенностями питания и двигательным режимом в пожилом возрасте, физиологическими особенностями гериатрических изменений;

- обучение практическим навыкам самопомощи;

- формирование новой среды общения, выявление нереализованного потенциала;

- повышение грамотности клиентов в вопросах здорового образа жизни и профилактики заболеваний;

-обучение методам самоконтроля, снижение заболеваемости, инвалидности и предупреждения тяжелых осложнений;

- адаптация к полноценной жизни, социальной и трудовой реабилитации;

- оказание профилактической и оздоровительной помощи.

**6. Эффективность работы Школы**

     Руководство и ход реализации осуществляется медицинской сестрой палатной. Выполнение мероприятий по разделам происходит при непосредственном взаимодействии с получателями социальных услуг.

**План**

**занятий работы Школы**

|  |  |
| --- | --- |
| № п/п | Тема занятий |
| 1. | Сахарный диабет. Что такое диабет, классификация, причины и механизмы развития. Группа риска по сахарному диабету. Осложнения сахарного диабета. |
| 2. | Принципы рационального питания при сахарном диабете. Способы самоконтроля.  Глюкометр. |
| 3. | Артериальная гипертония. Что такое АД? Почему возникает Г.Б.  Как развивается гипертония. Чем опасна гипертония. |
| 4. | ИБС. Общий обзор. Атеросклероз как этиологическая первопричина ИБС. Что такое холестерин? |
| 5. | ИБС, стенокардия. Неотложные меры, Правила здоровья: 8 «Нельзя» и 8 «Необходимо» для профилактики ССЗ. |
| 6. | Бронхиальная астма. Определение, симптомы заболевания, причины болезни. |
| 7. | Физическая культура лиц пожилого возраста. Гиподинамия. Ожирение, причины. |
| 8. | Заболевания суставов и позвоночника. |