

UCHWAŁA NR 291 /2009

**Zarządu Głównego Polskiego Czerwonego Krzyża z dnia 31 marca 2009 r.
w sprawie systemu szkoleń personelu usług opiekuńczych prowadzonych przez PCK**

Na podstawie § 9 pkt. 8 i 16 Statutu Zarząd Główny PCK:

1. Przyjmuje projekt systemu szkoleń usług opiekuńczych opracowany przez panią Łucję Andrzejczyk – członka Zarządu Głównego PCK

2. Powołuje Komisję ds. Pomocy Społecznej i Szkolenia w składzie:

- | | |
|-----------------------------------|--|
| - Łucja Andrzejczyk | - Przewodnicząca Komisji |
| - mgr Elżbieta Garwacka – Czachor | - wiceprezes Naczelnej Izby Pielęgniarek i Położnych |
| - mgr Anna Niedziółka | - nauczyciel zawodu pielęgniarstwa |
| - Danuta Pilipczuk | - Dyrektor Opolskiego Zarządu Okręgowego PCK |
| - Barbara Stawska | - pracownik Małopolskiego ZO PCK zajmujący się
opieki socjalnej |
| - Elżbieta Szałkiewicz | - krajowy konsultant w dziedzinie pielęgniarstwa
przewlekle chorych i niepełnosprawnych |
| - Anna Szymanowska | - pracownik biura Zarządu Głównego PCK, sekretarz
komisji |
| - mgr Krystyna Wolska-Lipiec | - Przewodnicząca Komisji Historycznej PTP |
| - Barbara Żółtowska | - Dyrektor Zarządu Rejonowego PCK w Płocku |

3. Zobowiązuje Komisję do opracowania regulaminu pracy komisji i przedłożenie go do zatwierdzenia Zarządowi Głównemu PCK

Uchwała wchodzi w życie z dniem powzięcia.

P R E Z Y S
Zarządu Głównego
Polskiego Czerwonego Krzyża

dr Andrzej Podsiadło
W I C E P R E Z Y S

Elżbieta Mikos-Skuza
Elżbieta Mikos-Skuza

Wytyczne do realizacji szkoleń z zakresu usług opiekuńczych

Celem niniejszego opracowania jest przedstawienie propozycji szkoleń umożliwiających:

1. zdobycie zawodu siostry PCK do realizacji usług opiekuńczych /80 godz./
2. zdobycie zawodu siostry PCK do realizacji usług opiekuńczych specjalistycznych /80 godzin plus 20 godzin specjalizacja/
3. zdobycie uprawnień nieprofesjonalnego opiekuna /16godzin/
4. składanie ofert szkoleń komercyjnych /zakres szkolenia uzależniony od zleceniodawcy/
5. składanie ofert szkoleń specjalistycznych w zakresie:
 - a/ opieki paliatywnej dla osób dorosłych /80 godzin plus 20 specjalizacja/
 - b/ opieki paliatywnej dla dzieci /20godzin/
 - c/ programu wsparcia psychologicznego dla rodzin osób chorych /20 godzin/
 - d/ opieki nad dziećmi zdrowymi
 - e/ opieki nad dziećmi niepełnosprawnymi

Wytyczne do szkolenia sióstr PCK

Siostra PCK jest zawodem oficjalnie uwzględnionym w klasyfikacji zawodów i specjalności pod nr 5133 –jako pracownik domowej opieki osobistej /513302 – Siostra PCK/ Zawód ten został uznany od 1973 roku.

Podstawą zdobycia tytułu siostry PCK było spełnienie, co najmniej 2 przesłanek – wiekowej i ukończenia kursu prowadzonego przez PCK (Instrukcja Nr 20/73 z dnia 10 października 1973r. Ministra Zdrowia i Opieki Społecznej).

Kurs siostry PCK - zasady ogólne

1. Do kursu mogą przystąpić osoby, które ukończyły 18 lat, mają świadectwo ukończenia szkoły, co najmniej podstawowej, zaświadczenie lekarskie o dobrym stanie zdrowia do wykonywania zawodu siostry PCK.
2. Rekrutację na kurs sióstr PCK prowadzi odpowiednia struktura PCK (Zarząd Rejonowy, Zarząd Okręgowy, Zarząd Główny).
3. Metody szkolenia: - kurs stacjonarny bez podejmowania pracy,
- kurs przywarsztatowy – nauka powiązana z podjęciem pracy.
4. Program kursu w każdej metodzie - 80 godzin prowadzony w trzech fazach:
 - a/ wykłady,
 - b/ ćwiczenia,
 - c/ praktyka w środowiskach, w miarę możliwości korzystanie z placówek medycznych i pomocy społecznej (szpitale, domy pomocy społecznej, ośrodki rehabilitacyjne, domy dziennego pobytu, środowiska chorych).
5. Każdy kurs winien być zakończony egzaminem końcowym. Skład komisji ustala organizator kursu (ZR, ZO PCK).
6. Organizator kursu zobowiązany jest do prowadzenia dokumentacji obejmującej:
 - a/ dziennik zajęć z rozpisany programem kursu,
 - b/ lista obecności uczestników kursu,

- c/ protokół z egzaminu końcowego (testu),
- d/ wykaz wydanych świadectw ukończenia kursu.

Celem szkolenia jest przygotowanie do zawodu siostry PCK osób, które będą świadczyć pomoc i usługi opiekuńcze w odniesieniu do osób przewlekle chorych, samotnych i niesamodzielnych, które nie mają dostatecznego wsparcia ze strony rodziny lub innych osób z najbliższego otoczenia.

Pomoc i usługi opiekuńcze obejmować będą dziedziny z zakresu:

- a/ pielęgnacji ciała
- b/ odżywiania
- c/ mobilności
- d/ zaopatrzenia z zakresu gospodarki domowej.

W metodyce prowadzenia kursu winny być uwzględnione założenia do standardu podstawowej pielęgnacji osób niezdolnych do samoopieki /załącznik nr 1/.

Program szkolenia – tematyka zajęć:

Zagadnienia wstępne

1/ Pojęcia – niepełnosprawności, niesamodzielności, zdrowia psychicznego, normy psychicznej, form wsparcia przez osoby trzecie, empatia, altruizm, dlaczego pomagamy?
/5 godz./

Choroby wieku starczego-cechy charakterystyczne chorób zwyrodniających narządy ruchu, choroby przewlekle układu krążenia, układu oddechowego, zaburzenia trawienia, choroby układu moczowego, cukrzyca /10 godz./.

Choroby otępienne /Alzheimera, Pica, Huntingtona, Parkinsona, organiczny zespół amnestyczny/starcze zmiany osobowości, trudności z pogodzeniem się ze starością, inne problemy związane ze starością w tym ekonomiczne, postępowanie z ludźmi starszymi /10 godz./.

Psychologiczne problemy osoby opiekującej się osobą starą, niesprawną, niesamodzielną /3 godz./

2/ Pielęgnowanie osób chorych, starszych i niepełnosprawnych w domu.

Organizowanie opieki. Współpraca z lekarzem, pielęgniarką.

Pomieszczenia osób starszych i niepełnosprawnych, udogodnienia, sprzęty rehabilitacyjne. Łóżko i jego wyposażenie, ułożenie w łóżku, podnoszenie i podtrzymywanie, odwracanie na bok, przenoszenie podopiecznych.

Zmiana bielizny, ścielenie łóżka. Utrzymanie czystości podopiecznego - toaleta ranna i wieczorna. Pielęgnowanie jamy ustnej ciężko chorego, nieprzytomnego. Mycie rąk, Kąpiel. Mycie głowy w łóżku. Postępowanie z chorym, który się zanieczyszcza.

Zapobieganie odleżynom, odparzeniom, zapaleniu płuc, zatorom zakrzepom /20godz./.

3/ Odżywianie z uwzględnieniem diet w różnych schorzeniach, zasady prawidłowego żywienia osób starszych, estetyka posiłków.

Obserwacja zakłóceń w trawieniu, pomoc przy przyjmowaniu posiłków, karmienie podopiecznych, gospodarka wodna.

Podawanie zaleconych leków.
Aseptyka, antyseptyka. Choroby zakaźne.
Wydalenie kału, moczu. Wymioty /10godz./.

4/ Mobilność.

Znaczenie ruchu, metody usprawniania, aktywizacja ruchowa podopiecznego, sprzęt rehabilitacyjny pomocny w stanach leżących, organizacja czasu wolnego, usprawnienie intelektualne, rozwijanie zainteresowań./10godz./

5/ Sytuacja prawna siostry PCK – Kodeks pracy, BHP, prawa i obowiązki pracownicze.

6/ Inne podmioty świadczące pomoc na rzecz podopiecznego - pomoc społeczna, służba zdrowia. ZUS, PFRON, inne organizacje pozarządowe./6 godz./

7/ Pierwsza pomoc /5godz/

8/ Egzamin /1godz./ Test i pytania uzupełniające.

Metody szkolenia - wykłady, ćwiczenia, pokazy przy wykorzystaniu sprzętu do nauki pielęgnacji chorego, rzutnik, foliogramy, fantomy.

Podnoszenie kwalifikacji zawodowych - co rok obowiązkowy 10-godzinny kurs doszkalający z uwzględnieniem nowości medycznych i rehabilitacyjnych.

Co trzy miesiące szkolenie tematyczne - wykład lekarza, pielęgniarki, rehabilitanta nt. chorób układu krążenia, schorzeń neurologicznych, zwyrodnieniowych narządu ruchu, chorób układu moczowego, otyłości, cukrzycy, zaburzeń w trawieniu, chorób nowotworowych i pielęgnacji osoby paliatywnej, nerwic, chorób psychicznych .

Szkolenia specjalistyczne - program jak wyżej z uzupełnieniem o 20 godzin tematyki schorzeń psychicznych i opieki w tych chorobach. Łącznie 100 godzin.

Szkolenia dla nieprofesjonalistów - oferta skierowana do członków rodzin, opiekunów niezawodowych, wolontariuszy. Oferta komercyjna lub jako realizacja zadania zleconego przez administrację publiczną.

Program realizowany przez PCK - 21godzin /załącznik nr 2/ lub 16 godzin szkoleniowych /załącznik nr 1/.

Szkolenia komercyjne - wszystkie oferty w zależności od ogłoszonego konkursu w tym 100 godzinny program autorski Pani Fedyk /załącznik nr 4/

Opracowanie Łucja Andrzejczyk

Założenia do standardu podstawowej pielęgnacji osób niezdolnych do samoobsługi

Rozdział 1 Przepisy ogólne

§ 1

Założenia odnoszą się do:

- 1) zakresu podstawowej pielęgnacji osób niezdolnych do samoobsługi, zwanej dalej podstawową pielęgnacją,
- 2) metody i organizacji podstawowej pielęgnacji,
- 3) standardu podstawowej pielęgnacji oraz trybu postępowania przy egzekwowaniu jego powszechnego obowiązywania i środków kontroli,
- 4) kwalifikacji osób wykonujących czynności z zakresu podstawowej pielęgnacji oraz terminu dostosowania do wymaganego standardu,
- 5) dokumentowania realizacji podstawowej pielęgnacji.

Rozdział 2 Zakres podstawowej pielęgnacji

§ 1

Podstawowa pielęgnacja obejmuje:

- 1) higienę ciała,
- 2) pomoc w przemieszczaniu,
- 3) pomoc w przyjmowaniu posiłków i napojów.

§ 2

Podstawowa pielęgnacja wspiera proces leczenia oraz oddziaływanie terapeutyczne.

§ 3

1. Czynności z zakresu podstawowej pielęgnacji są wykonywane przez siostry/opiekunki PCK pod nadzorem kierowników punktów kontrolujących usługi opiekuńcze.
2. Siostry/opiekunki PCK wykonując podstawową pielęgnację, współdziałają w procesie terapeutycznym, z wszystkimi osobami zaangażowanymi w proces opieki, przestrzegając zaleceń lekarskich i założonego celu terapeutycznego.

§ 4

1. Ustala się następujące rodzaje czynności opiekuńczych w ramach podstawowej pielęgnacji:
 - 1) higiena ciała, w tym kąpiel i mycie, higiena jamy ustnej, higiena stóp i paznokci, mycie włosów, czesanie, golenie, ubieranie i rozbieranie, pomoc w czynnościach fizjologicznych i stosowaniu środków pomocniczych oraz sprzętu medycznego, dbałość o czystość łóżka i szafki przyłóżkowej, zmiana pościeli.
 - 2) pomoc w przemieszczaniu, w tym zmianę pozycji ciała w łóżku, transfer łóżko – wózek lub fotel, przewożenie wózkiem inwalidzkim lub wózkiem – nosze, asystowanie przy chodzeniu, pomoc w stosowaniu sprzętu wspomagającego przemieszczanie,
 - 3) pomoc w przyjmowaniu posiłków i napojów, w tym ich przygotowanie, np. podgrzanie, rozdrobnienie, posmarowanie kanapek, karmienie, pojenie, zabezpieczenie i właściwe przechowywanie prywatnej żywności i napojów osoby objętej opieką.
2. Zakres podstawowej pielęgnacji i rodzaj czynności dostosowany jest odpowiednio do indywidualnych potrzeb i możliwości psychofizycznych osoby objętej opieką.

Rozdział 3

Metoda i organizacja realizacji podstawowej pielęgnacji.

§ 1

1. Podstawową pielęgnacją obejmuje się osoby chore i niepełnosprawne, które mają ograniczoną zdolność do samoobsługi, w zakresie odpowiednim do poziomu i rodzaju ograniczenia.
2. Podstawowa pielęgnacja ukierunkowana jest przede wszystkim na podtrzymanie codziennych aktywności biologicznych, z uwzględnieniem potrzeb psychicznych osoby objętej opieką.
3. Celem podstawowej pielęgnacji jest zapobieganie skutkom zaniedbań pielęgnacyjnych, wynikających z ograniczonej zdolności do samoobsługi, a szczególnie odparzeniom, odleżynom, zapaleniom płuc, przykurczom, niedożywieniu i odwodnieniu.
4. Poziom zaangażowania osób wykonujących podstawową pielęgnację zależy od stanu osoby objętej opieką i polega na towarzyszeniu, wspieraniu, pomocy i wyręczaniu przy czynnościach wymienionych w § 5.

§ 2

Osoby wykonujące podstawową pielęgnację działają świadomie, systematycznie, planowo i w umotywowany sposób, według schematu:

- 1) zidentyfikowanie potrzeby osoby objętej opieką,
- 2) ustalenie sposobu ich realizacji,
- 3) zaspokojenie potrzeb,
- 4) dokumentowanie czynności opiekuńczych i gospodarczych oraz ocena efektów działania.

Rozdział 4

Standard podstawowej pielęgnacji oraz tryb postępowania przy egzekwowaniu obowiązującego standardu i środki kontroli

§ 1

Siostry/opiekunki PCK wykonując podstawową pielęgnację, powinny posiadać aktualną wiedzę i umiejętności w zakresie prawidłowego podnoszenia i przemieszczania pacjentów oraz stosowanie specjalistycznego sprzętu pielęgnacyjnego, rehabilitacyjnego, wspomagającego, środków pomocniczych, materiałów medycznych i sprzętu medycznego.

§ 2

Polski Czerwony Krzyż jako wykonawca usług opiekuńczych, do wykonywania podstawowej pielęgnacji bierze pod uwagę przygotowanie zawodowe tych osób, cechy osobowościowe, ich kondycję fizyczną i psychiczną, potwierdzoną zaświadczeniem lekarskim.

§ 3

Polski Czerwony Krzyż uwzględnia zalecenia lekarskie, pielęgniarskie i terapeutyczne, a także uwagi pacjenta i jego opiekuna i podmiotu zlecającego świadczenie usług.

§ 4

Standard postępowania w zakresie podstawowej pielęgnacji:

1. Utrzymanie higieny osobistej pacjentów:

- 1) kąpiel w wannie 1 x na tydzień,
- 2) prysznic lub toaleta ciała w łóżku 1 x dziennie,
- 3) mycie włosów 1 x na tydzień,
- 4) mycie rąk i twarzy 3 x na dobę (w związku z przyjmowaniem posiłków),
- 5) toaletę jamy ustnej (mycie zębów, protezy zębowej) 2 x dziennie,
- 6) czesanie 1 x dziennie,
- 7) golenie 1 x na 2 dni,
- 8) ubieranie 1 x na dobę,
- 9) rozbieranie 1 x na dobę,
- 10) obcinanie paznokci 1 x na 2 tygodnie,
- 11) zmianę pieluchomajtek 4 x na dobę,
- 12) toaletę okolic intymnych po oddaniu stolca i zmianę pieluchomajtek w zależności od potrzeb średnio 1 x na dobę,
- 13) opróżnianie worka na mocz 2 x na dobę,
- 14) zmianę worka stomijnego 2 x na dobę.

2. Pomoc w przyjmowaniu posiłków i napojów:

- 1) przygotowanie posiłku, np. podgrzanie, rozdrobnienie, posmarowanie kanapek 3 x na dobę,
- 2) karmienie lub pomoc w przyjmowaniu posiłków 3 do 5 x na dobę,
- 3) pojenie lub pomoc w przyjmowaniu napojów 5 x na dobę (łącznie 2000 ml),
- 4) karmienie przez gastrostomię (5 x na dobę wykonują pielęgniarki).

3. Pomoc w przemieszczaniu:

- 1) zmiana pozycji ciała w łóżku w razie potrzeby, nie rzadziej niż co 2 godziny,
- 2) przemieszczanie łóżko – wózek lub fotel 4 x na dobę, w razie potrzeby przy pomocy sprzętu wspomagającego,
- 3) asystowanie przy chodzeniu lub przewożenie wózkiem średnio 4 x na dobę,
- 4) przy przemieszczaniu osób unieruchomionych stosowanie podnośników i sprzętu ślizgowego.

Czynności opiekuńcze zapisane w § 11 wykonywane w ramach podstawowej pielęgnacji są zapisem minimalnego zakresu świadczeń, a w realizacji pielęgnacji obowiązuje zasada realizacji zgodna z indywidualnymi potrzebami pacjenta/podopiecznego.

§ 5

Czynności z zakresu podstawowej pielęgnacji odnotowuje się w indywidualnej dokumentacji pacjenta/podopiecznego.

§ 6

1. Realizację standardu podstawowej pielęgnacji ocenia poprzez kontrolę:
 - 1) zakresu, częstotliwości i warunków wykonywania czynności opiekuńczych, o których mowa w § 11,
 - 2) wykonania zaleceń pokontrolnych.
2. Kontrolę, o której mowa w ust. 1, w zakresie przestrzegania standardu podstawowej pielęgnacji, przeprowadza Polski Czerwony Krzyż i instytucja zalecająca oraz finansująca świadczenia.

§ 7

1. Kontrola standardu podstawowej pielęgnacji, o której mowa w § 13 ust. 1 pkt. 1, dotyczy w szczególności:
 - 1) zakresu, częstotliwości i jakości usług,
 - 2) przestrzegania praw osoby objętej opieką,
 - 3) kwalifikacji zatrudnionego personelu,
 - 4) sposobu załatwiania skarg i wniosków.
2. Kontrola zakresu i jakości usług, o której mowa w ust. 1 pkt. 1, polega na:
 - 1) ocenie realizacji indywidualnych planów opieki na podstawie analizy karty czynności pielęgnacyjnych,
 - 2) badaniu i ocenie poziomu zatrudnienia i kwalifikacji zatrudnionych pracowników oraz sposobów podnoszenia kwalifikacji zawodowych,
 - 3) przeprowadzeniu wizytacji w miejscu świadczenia usług,
 - 4) zasięgnięciu opinii osób objętych opieką, ich rodzin i personelu, dotyczących standardu podstawowej pielęgnacji.

SYSTEM SZKOLEŃ

personelu usług opiekuńczych PCK - zasady funkcjonowania

(zatwierdzony Uchwałą nr 291/2009 Zarządu Głównego Polskiego Czerwonego Krzyża z dnia 31 marca 2009 roku)

§ 1. Przepisy ogólne

1. Na podstawie § 9 pkt 8 Statutu, Polski Czerwony Krzyż organizuje i prowadzi działalność w dziedzinie opieki i pomocy społecznej ze szczególnym uwzględnieniem udzielania pomocy rodzinom i opiekunom w sprawowaniu opieki nad osobami starszymi, niepełnosprawnymi, chorymi wymagającymi obsługi pielęgnacyjnej i gospodarczej.
2. Na podstawie § 9 pkt 16 Statutu, Polski Czerwony Krzyż rekrutuje, szkoli i organizuje personel i wolontariat niezbędny do realizacji świadczenia usług opiekuńczych.
3. Szkolenia prowadzone są na zasadach określonych niniejszym systemem dla personelu zatrudnianego na umowę o pracę i na zasadach umów cywilno – prawnych przez jednostki organizacyjne PCK a także na zlecenie innych podmiotów prawnych oraz wszystkich chętnych w tym wolontariuszy .
4. PCK może szkolić kadre wykładowców. Uzyskane przez te osoby uprawnienia są podstawą do prowadzenia szkoleń wg posiadanych kwalifikacji tylko na zlecenie PCK.

§ 2. Organizacja systemu szkoleń

1. Organizatorem szkoleń prowadzonych w imieniu Polskiego Czerwonego Krzyża są jednostki terenowe PCK.
2. Odpowiednie dokumentowanie kursów i szkoleń jest obowiązkiem jednostek terenowych PCK.
3. Organizowaniem szkoleń w jednostkach terenowych PCK zajmują się koordynatorzy usług opiekuńczych zwanych dalej *koordynatorami*. Zasady działalności i zadania koordynatorów określone są w dalszej części systemu.
4. Szkolenia prowadzone są przez:
 - Osoby kierujące pracą Punktów Opieki PCK
 - Wykładowców zajmujących się problematyką opiekuńczą, zwanych dalej *wykładowcami*,
 - Lekarzy, pielęgniarki
5. Osoby kierujące pracą Punktów Opieki PCK, wykładowcy, lekarze, pielęgniarki w ramach wykonywanej działalności szkoleniowej, podlegają właściwemu dyrektorowi/ kierownikowi biura Zarządu Rejonowego PCK, dyrektorowi okręgowemu PCK lub Dyrektorowi Generalnemu ZG PCK w zależności od miejsca realizacji szkolenia lub podmiotu zlecającego szkolenie.
6. Zarząd Główny PCK prowadzi szkolenia w Centrum Edukacyjno - Treningowym znajdującym się w miejscu wyznaczonym przez Zarząd Główny PCK.
7. Jednostki terenowe Polskiego Czerwonego Krzyża prowadzą działalność szkoleniową na obszarze swojego działania. Szkolenia na innym obszarze niż obszar działania danego zarządu PCK, prowadzone są za wiedzą i zgodą właściwego kierownika biura lub dyrektora okręgowego PCK.

8. Odpowiedni terenowo Zarząd realizujący szkolenie przy podpisywaniu umów, które będą przez niego realizowane, bierze pod uwagę lokalne odniesienia co do organizacji szkoleń w tym przewidziane koszty podmiotów zlecających świadczenie usług opiekuńczych.
9. Zarząd Główny PCK jest odpowiedzialny za standaryzację, ogólnokrajową promocję szkoleń oraz opracowywanie materiałów dydaktycznych do szkoleń.

§ 3. Organizacja szkoleń

1. Rodzaje szkoleń ujęte są w wykazie szkoleń prowadzonym przez Polski Czerwony Krzyż zawierającym następujące pozycje:
 - a) nazwa szkolenia,
 - b) liczba godzin szkolenia,
 - c) przeznaczenie szkolenia - adresaci,
 - d) uprawnienia konieczne do prowadzenia szkolenia,
 - e) rodzaj zaświadczenia wydawanego po szkoleniu.
2. Szczegółowe zasady organizacyjne szkoleń zawarte są w wytycznych do szkoleń.
3. Wykaz szkoleń, programy szkoleń i wytyczne do szkoleń zatwierdza Zarząd Główny.
4. Przez ukończenie szkolenia rozumie się uczestnictwo we wszystkich zajęciach zakończone pozytywnym zaliczeniem egzaminu końcowego /testu końcowego/.
5. Osobom, które ukończyły szkolenie wydawane jest stosowne zaświadczenie.
 - a) Wszystkie zaświadczenia są drukami ścisłego zarachowania i są wydawane zarządom okręgowym PCK przez koordynatora krajowego na wniosek koordynatora okręgowego.
 - b) Rodzaj zaświadczenia wydawanego po ukończeniu szkolenia jest określony w wykazie szkoleń.
 - c) Zaświadczenia są wydawane odpłatnie. Cena zaświadczenia ustalana jest przez zarząd odpowiedniego szczebla realizujący szkolenie.
 - d) Zaświadczenia podpisuje osoba prowadząca dane szkolenie i osoba wyznaczona przez zarząd PCK właściwego szczebla.
6. Polski Czerwony Krzyż dokłada wszelkich starań, by szkolenia prowadzone były na najwyższym poziomie, zaś programy szkoleń uwzględniały najnowszą wiedzę medyczną i pielęgnacyjną z dziedziny usług opiekuńczych, opiekuńczych specjalistycznych, opieki długoterminowej, opieki paliatywnej, opieki nad osobami niepełnosprawnymi.

§ 4. Koordynatorzy

1. Organizowaniem szkoleń w jednostkach terenowych PCK zajmują się Koordynatorzy usług Opiekuńczych zwani dalej *koordynatorami*.
2. Koordynatorem szkoleń może być osoba kierująca pracą Punktu Opieki PCK.
3. Koordynatorzy prowadzą nadzór merytoryczny nad pracą osób bezpośrednio prowadzących szkolenia. Ponadto należy do nich,
 6. organizacja kursów oraz pozyskanie wykładowców,
 7. współpraca z Komisją Pomocy Społecznej o ile taka jest powołana na danym szczeblu organizacyjnym PCK,

8. działania organizacyjne (druk formularzy zaświadczeń, przesyłanie formularzy zaświadczeń, druk niektórych materiałów szkoleniowych itp.),
9. utrzymywanie stałej współpracy z Koordynatorami usług w innych jednostkach organizacyjnych PCK, wymiana doświadczeń związanych z realizacją usług opiekuńczych,
 - e) dbanie o stały rozwój działalności szkoleniowej na podległym terenie.
4. W celu prowadzenia szkoleń z osobami posiadającymi odpowiednie uprawnienia są zawierane stosowne umowy.

§ 5. Komisja Pomocy Społecznej

1. Przy Zarządzie Głównym PCK działa Komisja Pomocy Społecznej.
2. Komisja Pomocy Społecznej zajmuje się;
 - zagadnieniami ze sfery pomocy społecznej wpisanymi w Statut PCK,
 - opracowywaniem nowych programów kursów,
 - standaryzacją sposobów prowadzenia zajęć,
 - opiniowaniem przedstawionych programów ze sfery pomocy społecznej, opracowywaniem materiałów dydaktycznych,
 - oraz innymi zagadnieniami związanymi z realizacją usług opiekuńczych.
3. Komisja programowa składa się z osób wyróżniających się wiedzą z zakresu udzielania pomocy społecznej i usług opiekuńczych.
4. Skład Komisji Pomocy Społecznej zatwierdza Zarząd Główny PCK.

§ 6. Przepisy końcowe

1. System szkoleń składa się z następujących dokumentów:
 - Wytyczne do realizacji szkoleń z zakresu usług opiekuńczych,
 - Założenia do standardu podstawowej pielęgnacji osób niezdolnych do samoobsługi,
 - Wykaz szkoleń.
2. System wchodzi w życie z dniem 1 kwietnia 2009 roku, z tym że okres dostosowawczy trwać będzie do końca 2009 r. .
3. O zapisach systemu oraz wszelkich zmianach, również w dokumentach wymienianych w systemie, Biuro Zarządu Głównego Polskiego Czerwonego Krzyża informuje biura zarządów okręgowych PCK. Biura zarządów okręgowych PCK przekazują informację do zarządów rejonowych PCK .

Wykaz szkoleń z zakresu usług opiekuńczych PCK

1. Szkolenie dla nieprofesjonalistów – 16 godzin szkoleniowych (nr 1)
2. Szkolenie dla nieprofesjonalistów – 21 godzin szkoleniowych (nr 2)
3. Szkolenie specjalistyczne – 25 godzin szkoleniowych (nr 3)
4. Szkolenie komercyjne – 100 godzin szkoleniowych (nr 4)

Szkolenie dla nieprofesjonalistów (16 godzin szkoleniowych)

Program szkolenia PCK z zakresu udzielania pomocy osobom starszym, przewlekle chorym przez nieprofesjonalistów (członków rodziny, opiekunów, wolontariuszy)

Wprowadzenie

Celem programu jest wspieranie rodzin w opiece na osobami starszymi lub przewlekle chorymi poprzez :

- a) kształcenie członków rodziny (wolontariuszy) w zakresie udzielania pomocy osobom starszym i przewlekle chorym (diagnozowanie potrzeb osoby starszej i chorej oraz poznanie metod ich zaspakajania),
- b) stworzenie możliwości uzupełnienia pozyskanej podczas szkolenia wiedzy oraz utrwalenia nabytych umiejętności w Punkcie Konsultacyjnym PCK ds. opieki nad chorym w domu.

Szczegółowe cele kształcenia

W wyniku szkolenia słuchacz powinien znać podstawowe zasady pielęgnacji osób starszych, niepełnosprawnych i przewlekle chorych, umieć udzielić podopiecznym wsparcia psychicznego oraz wspierać proces ich leczenia i rehabilitacji.

Po ukończeniu kursu słuchacz powinien umieć :

- utrzymywać prawidłowy kontakt z osobą chorą i pozyskać jej akceptację w stosunku do proponowanych form pomocy,
- rozpoznawać potrzeby i problemy chorego,
- obserwować stan zdrowia chorego i dostrzegać ewentualne wystąpienie nieprawidłowości i pogorszenie zdrowia podopiecznego,
- przystosować mieszkanie do potrzeb chorego zgodnie z zasadami higieny i bezpieczeństwa
- zaplanować zakres pomocy i dostosować metody działania do realiów środowiska życia chorego,
- zaspokajać potrzeby chorego w zakresie higieny osobistej i podstawowych zabiegów pielęgnacyjnych,
- dostosować dietę żywieniową do stanu zdrowia chorego,
- udzielać podopiecznemu wsparcia emocjonalnego,
- aktywizować chorego i wspierać go w jego aktywności i rozwijaniu zainteresowań,
- prowadzić podstawowe ćwiczenia rekreacyjne i usprawniające dostosowane do stanu zdrowia podopiecznego,

- dbać o bezpieczeństwo chorego i umieć udzielić pierwszej pomocy w stanach nagłego zagrożenia życia i pogorszenia stanu zdrowia,
- rozpoznać i wykorzystywać zasoby środowiska lokalnego w zakresie programów oraz instytucji i organizacji wspierających podopiecznego i jego rodzinę oraz pomocnych w rozwiązywaniu problemów życiowych podopiecznego,
- radzić sobie ze stresem wywołanym przewlekłą chorobą w rodzinie.

Treści merytoryczne (materiał nauczania)

Treści merytoryczne kursu są zawarte w czterech blokach programowych :

1. Psychospołeczne uwarunkowania opieki nad osobą przewlekle chorą (3 godziny)
 - a) Cechy jakimi powinna odznaczać się osoba opiekująca się chorymi,
 - b) Starzenie się jako proces fizjologiczny (zmiany biologiczne i specyfika psychiki ludzi w wieku starszym, indywidualność postępowania procesu starzenia się),
 - c) Zasady utrzymywania prawidłowego kontaktu i postępowania z podopiecznym (zdobycie zaufania, poszanowanie godności chorego, odpowiedzialność prawna wolontariusza, utrzymywanie kontaktu z lekarzem i pielęgniarką środowiskową,
 - d) Umiejętności wspomagające opiekę nad chorym /niepełnosprawnym (utrzymywanie pozytywnych relacji międzyludzkich, rozwiązywania konfliktów, asertywności, radzenia sobie ze stresem),
 - e) Zasoby środowiska lokalnego pomocne w opiece nad chorym i jego rehabilitacji (lokalne instytucje społeczne i organizacje wspomagające rodziny i osoby chore w rozwiązywaniu ich problemów życiowych),
2. Pielęgnowanie osób starszych, przewlekle chorych (5 godzin)
 - a) Ogólna charakterystyka chorób wieku starczego (schorzenia układu nerwowego, przewlekle schorzenia układu krążenia, starcze schorzenia układu oddechowego, schorzenia zwyrodnieniowe narządów ruchu, zaburzenia w trawieniu i wydalaniu, patologia układu moczowego, otyłość i cukrzyca),
 - b) Diagnozowanie potrzeb chorego w oparciu o rodzaj choroby/niepełnosprawności oraz dostosowywanie pomocy do rodzaju i fazy choroby, możliwości chorego i jego środowiska domowego,

- c) Organizowanie środowiska mieszkaniowego zgodnie z potrzebami chorego i higiena otoczenia
 - chorego (wyposażenie pokoju, ułożenie chorego w łóżku),
- d) Higiena osobista i pielęgnacja chorego - niebezpieczeństwa złej pielęgnacji (toaleta chorego
 - w łóżku i łazience, przesłanie łóżka, zmiana pościeli, podnoszenie i przenoszenie chorego,
 - zapobieganie odparzeniom i odleżynom),
- e) Podstawowe wskazania żywieniowe dla ludzi w wieku starszym i osób chorych (zasady
 - racjonalnego żywienia, podstawowe rodzaje diet w różnych schorzeniach, estetyka i higiena przyrządzania posiłków),
- f) Obserwacja podopiecznego (wyglądu skóry, samopoczucia, mierzenie tętna, oddechu i temperatury) i wykonywanie czynności zleconych przez lekarza (zasady przechowywania i podawania leków).

3. Aktywizacja i rehabilitacja chorego w domu (3 godziny)

- a) Specyfika rehabilitacji ludzi starszych – uzyskanie zgody i współpracy chorego jako podstawa aktywizacji i rehabilitacji,
- b) Usprawnianie chorego w łóżku – ćwiczenia oddechowe i ćwiczenie kończyn,
- c) Usprawnianie chorego poza łóżkiem (werandowanie, spacer, sprzęt pomocniczy),
- d) Aktywizacja chorego poprzez organizowanie czasu wolnego i rozwijanie zainteresowań.

4. Udzielanie pierwszej pomocy osobom starszym i chorym w nagłych wypadkach i pogorszeniach

- stanu zdrowia (5 godzin).
- a) Zapobieganie wypadkom w domu,
- b) Ocena sytuacji i stanu poszkodowanego – kontrola czynności życiowych ,
- c) Postępowanie z poszkodowanym nieprzytomnym,
- d) Podstawowe podtrzymywanie życia (resuscytacja krążeniowo-oddechowa),
- e) Postępowanie w przypadku poważnych ran i urazów (krwotok, złamania, urazy kręgosłupa, oparzenia),
- f) Omdlenie, zakrzuszenie, atak serca, padaczka, zatrucie lekami.

Metody szkolenia

Szkolenie będzie prowadzone przy pomocy wykładów, pokazów, ćwiczeń, odgrywania ról i dyskusji

Środki dydaktyczne

Podstawowy sprzęt do nauki pielęgnacji chorego, foliogramy, filmy, fantom do nauki resuscytacji krążeniowo-oddechowej, apteczka pierwszej pomocy, materiały edukacyjne dla słuchaczy.

Treści merytoryczne w zakresie opieki nad osobami starszymi i przewlekle chorymi będą przekazywane w oparciu o książkę Ireny Szymanowskiej pt. „Opieka nad chorym w domu”, a w zakresie pierwszej pomocy w oparciu o materiały edukacyjne PCK oraz broszurę Brytyjskiego Czerwonego Krzyża pt. „Udzielanie pierwszej pomocy osobom starszym”.

Osoby przeszkolone otrzymają certyfikat PCK z zakresu opieki rodzinnej nad osobami starszymi przewlekle chorymi.

Szkolenie dla nieprofesjonalistów (21 godzin szkoleniowych)

Program szkolenia przygotowany przez Zarząd Główny Polskiego Czerwonego Krzyża. Szkolenie przeznaczone dla opiekunów (członków rodziny i wolontariuszy) osób starszych, niepełnosprawnych i przewlekle chorych.

Wprowadzenie

Celem programu jest wspomaganie przez Polski Czerwony Krzyż rodzin i wolontariuszy w opiece na osobami starszymi, niepełnosprawnymi i przewlekle chorymi poprzez :

1. Kształcenie w zakresie udzielania pomocy fizycznej, psychiczno-emocjonalnej oraz społecznej,
w tym m.in.: diagnozowanie potrzeb podopiecznego, poznanie metod ich zaspakajania,
rozwinięcie umiejętności komunikacyjnych, umiejętność radzenia sobie ze stresem
podopiecznego i opiekuna, udzielanie wsparcia emocjonalnego podopiecznemu, aktywizacja chorego w środowisku domowym i poza nim, pielęgnacja i pomoc w nagłych wypadkach
i w sytuacjach nagłego pogorszenia zdrowia.
2. Stworzenie możliwości uzupełnienia pozyskanej podczas szkolenia wiedzy oraz utrwalenia
nabytych umiejętności w Punkcie Konsultacyjnym PCK ds. opieki nad chorym w domu.

Szczegółowe cele kształcenia

W wyniku szkolenia słuchacz powinien znać podstawowe zasady pielęgnacji osób starszych, niepełnosprawnych i przewlekle chorych, umieć udzielić podopiecznym wsparcia emocjonalnego oraz wspierać proces ich leczenia i rehabilitacji. Uczestnik szkolenia nabyte również umiejętności radzenia sobie ze stresem związanym z opieką oraz będzie miał wiedzę na temat tego, w jakich instytucjach szukać pomocy i konsultacji.

Podsumowując, po ukończeniu kursu słuchacz powinien umieć :

- utrzymywać prawidłowy kontakt z osobą chorą i pozyskać jej akceptację w stosunku do proponowanych form pomocy,
- 10. - rozpoznawać potrzeby i problemy chorego,
- obserwować stan zdrowia podopiecznego i dostrzegać ewentualne wystąpienie nieprawidłowości

- oraz pogorszenia stanu podopiecznego,
11. - udzielać podopiecznemu wsparcia emocjonalnego,
 12. - aktywizować chorego i wspierać go w jego aktywności i rozwijaniu zainteresowań,
- radzić sobie ze stresem wywołanym przewlekłą chorobą w rodzinie,
 13. - zaplanować zakres pomocy i dostosować metody działania do realiów środowiska życia chorego,
 14. - rozpoznać i wykorzystywać zasoby środowiska lokalnego w zakresie programów oraz instytucji i
 15. organizacji wspierających podopiecznego i jego rodzinę oraz pomocnych w rozwiązywaniu
 16. problemów życiowych podopiecznego,
 17. - przystosować mieszkanie do potrzeb chorego zgodnie z zasadami higieny i bezpieczeństwa,
 18. - zaspokajać potrzeby chorego w zakresie higieny osobistej i podstawowych zabiegów
 19. pielęgnacyjnych,
- dostosować dietę żywieniową do stanu zdrowia chorego,
 20. - prowadzić podstawowe ćwiczenia rekreacyjne i usprawniające dostosowane do stanu zdrowia
 21. podopiecznego,
- dbać o bezpieczeństwo chorego i umieć udzielić pierwszej pomocy w stanach nagłego zagrożenia
życia i pogorszenia stanu zdrowia.

Treści merytoryczne

Treści merytoryczne kursu są zawarte w czterech blokach programowych :

1) Psychospołeczne uwarunkowania opieki nad osobą przewlekle chorą (8 godzin)

– teoria i warsztaty:

1. Cechy dobrego opiekuna.
2. Starzenie się jako proces fizjologiczny - zmiany biologiczne i analiza zmian psychiki ludzi
w wieku starszym, indywidualność postępowania procesu starzenia się – jak znoszą ten proces
podopieczni i opiekunowie, wymiana doświadczeń pomiędzy uczestnikami szkolenia,
jakie
mają doświadczenia w tym zakresie, jak reagować na zmiany zachodzące w miarę starzenia się
podopiecznego.
3. Problemy związane z opieką nad osobami niepełnosprawnymi.
4. Zdobywanie umiejętności emocjonalnych przez opiekunów, w tym: nabycie i rozwijanie
umiejętności komunikacyjnych, empatia, rozwój relacji interpersonalnych, nawiązanie
dobrego
kontaktu, zdobycie zaufania, poszanowanie godności chorego,
5. Zdobywanie umiejętności psychospołecznych wspomagających opiekę nad chorym/niepełno-

sprawnym umiejętność rozwiązywania konfliktów, asertywność, radzenie sobie ze stresem.

6. Jak opiekun może „zaopiekować się sobą”:

treningi relaksacyjne, możliwość udziału w grupach wsparcia dla osób w podobnej sytuacji.

7. Jak rozmawiać, żeby rozpoznać potrzeby chorego i aktywizować go poprzez organizowanie

czasu wolnego i rozwijanie jego zainteresowań, aktywizacja podopiecznego poza

środowiskiem domowym.

8. Zasoby środowiska lokalnego pomocne w opiece nad chorym i jego rehabilitacji - lokalne

instytucje społeczne i organizacje wspomagające rodziny i osoby chore w rozwiązywaniu ich

problemów życiowych.

Utrzymywanie kontaktu z lekarzem i pielęgniarką środowiskową, możliwość nawiązania

kontaktu z innymi grupami wsparcia lub rodzinami celem współpracy, wymiany doświadczeń

i uzyskania wsparcia emocjonalnego, uzyskiwanie pomocy wolontariuszy.

9. Aspekty prawne związane z opieką.

2) Pielęgnowanie osób starszych, przewlekle chorych (5 godzin)

1. Ogólna charakterystyka chorób wieku starczego – schorzenia układu nerwowego, przewlekle

schorzenia układu krążenia, starcze schorzenia układu oddechowego, schorzenia

zwyrodnieniowe narządów ruchu, zaburzenia w trawieniu i wydalaniu, patologia układu

moczowego, otyłość, cukrzyca.

2. Diagnozowanie potrzeb chorego w oparciu o rodzaj choroby/niepełnosprawności oraz

dostosowywanie pomocy do rodzaju i fazy choroby, możliwości chorego i jego

środowiska domowego.

3. Organizowanie środowiska mieszkaniowego zgodnie z potrzebami chorego i higiena

otoczenia chorego (wyposażenie pokoju, ułożenie chorego w łóżku).

4. Higiena osobista i pielęgnacja chorego - niebezpieczeństwa złej pielęgnacji (toaleta chorego

w łóżku i łazience, przesłanie łóżka, zmiana pościeli, podnoszenie i przenoszenie chorego,

zapobieganie odparzeniom i odleżynom).

5. Podstawowe wskazania żywieniowe dla ludzi w wieku starszym i osób chorych

(zasady racjonalnego żywienia, podstawowe rodzaje diet w różnych schorzeniach, estetyka

i higiena przyrządzania posiłków).

6. Obserwacja podopiecznego (wyglądu skóry, samopoczucia, mierzenie tętna, oddechu i temperatury) i wykonywanie czynności zleconych przez lekarza (zasady przechowywania i podawania leków).

3) Aktywizacja i rehabilitacja chorego w domu (3 godziny)

1. Specyfikacja rehabilitacji ludzi starszych - uzyskanie zgody i współpracy chorego jako podstawa aktywizacji i rehabilitacji.
2. Usprawnianie chorego w łóżku - ćwiczenia oddechowe i ćwiczenie kończyn.
3. Usprawnianie chorego poza łóżkiem (werandowanie, spacer, sprzęt pomocniczy).

4) Udzielanie pierwszej pomocy osobom starszym i chorym w nagłych wypadkach

i pogorszeniach stanu zdrowia (5 godzin)

1. Zapobieganie wypadkom w domu.
2. Ocena sytuacji i stanu poszkodowanego - kontrola czynności życiowych.
3. Postępowanie z poszkodowanym nieprzytomnym.
4. Podstawowe podtrzymywanie życia (resuscytacja krążeniowo-oddechowa).
5. Postępowanie w przypadku poważnych ran i urazów (krwotok, złamania, urazy kręgosłupa, oparzenia).
6. Omdlenie, zakrzuszenie, atak serca, padaczka, zatrucie lekami.

Metody szkolenia

Szkolenie będzie prowadzone przy pomocy wykładów i warsztatów, na których uczestnicy będą mieli możliwość odgrywania ról i dyskusowania o problemach związanych z opieką pokazów, ćwiczeń.

Środki dydaktyczne

Podstawowy sprzęt do nauki pielęgnacji chorego, foliogramy, filmy, fantom do nauki resuscytacji krążeniowo-oddechowej, apteczka pierwszej pomocy, materiały edukacyjne dla słuchaczy.

Treści merytoryczne w zakresie opieki nad osobami starszymi i przewlekle chorymi będą przekazywane w oparciu o książkę Ireny Szymanowskiej pt. „Opieka nad chorym w domu”, a w zakresie pierwszej pomocy w oparciu o materiały edukacyjne PCK oraz broszurę Brytyjskiego Czerwonego Krzyża pt. „Udzielanie pierwszej pomocy osobom starszym”.

Osoby przeszkolone otrzymają zaświadczenie o ukończeniu szkolenia.

Szkolenie specjalistyczne (25 godzin szkoleniowych)

Wsparcie i pomoc psychologiczna w łagodzeniu stresu spowodowanego niepełnosprawnością osób przewlekle chorych.

Program szkolenia przygotowany przez Zarząd Główny Polskiego Czerwonego Krzyża.

Program szkoleniowy przeznaczony dla opiekunów i członków rodzin osób niepełnosprawnych oraz przewlekle chorych a także dla oraz wolontariuszy i sąsiadów tych osób.

Opis problemu

Pojęcie stresu zostało wprowadzone do nauki przez kanadyjskiego fizjologa pochodzenia węgierskiego Hansa Selyego. Na podstawie swoich badań doszedł do wniosku, że pod wpływem różnorodnych bodźców szkodliwych, organizm reaguje nie tylko w sposób charakterystyczny dla danego bodźca, ale także w sposób podobny bez względu na rodzaj bodźca szkodliwego. Ten zespół niespecyficznych zmian na różne bodźce szkodliwe /stresory/ fizjolog nazwał stresem. Obecnie Światowa Organizacja Zdrowia nazwała stres chorobą stulecia.

Stres oznacza nacisk, obciążenie, napięcie i jest rozumiany jako określony stan psychofizyczny. Choroba własna, choroba członków rodziny, osób, z którymi jesteśmy zaprzyjaźnieni, niepełnosprawność wrodzona lub nabyta w wyniku wypadku, lub choroby powoduje, iż znajdujemy się z sytuacji, z którą nie zawsze sami potrafimy sobie poradzić. Często na takie zdarzenia nie jesteśmy zupełnie przygotowani.

Bywa też i tak, iż początkowo sobie radzimy z trudną sytuacją, w jakiej znaleźliśmy się jako opiekunowie takich osób jak niepełnosprawni, długotrwale chorzy jednakże po jakimś czasie następuje u nas długotrwałe przeciążenie udzielaniem stałej pomocy i sami wymagamy wyprowadzenia nas ze stresu.

Do najczęstszych obszarów stresogennych należą: pogorszenie się stanu naszego zdrowia, zdrowia naszych bliskich, niepełnosprawność.

Kiedy nas to spotyka powinniśmy znać sposoby radzenia sobie ze stresem a tu podstawowymi sposobami jest poszukiwanie informacji, bezpośrednie działanie lub powstrzymanie się od działania, aktywność związana z regulacją własnych emocji i profilaktyka a więc zapobieganie stresowi oraz korzystanie z pomocy tych, którzy sami byli poddani podobnym doświadczeniom.

Chorzy i niepełnosprawni oprócz leczenia i leków, codziennej pielęgnacji potrzebują wyczerpującej informacji i wsparcia psychicznego. Ich opiekunowie nie mogą być

osamotnieni, aby nie znaleźli się w sytuacji i okolicznościach niemożności rozładowania własnego stresu.

Wprowadzenie

Celem ogólnym programu jest przygotowanie opiekunów, członków rodzin, wolontariuszy i sąsiadów do wsparcia i pomocy w opiece na osobami starszymi, niepełnosprawnymi i przewlekle chorymi ze szczególnym uwzględnieniem sposobów radzenia sobie ze stresem podopiecznego i własnym.

Celami szczegółowymi jest:

1. Wzbogacenie wiedzy na temat stresu, jego objawów i skutków.
2. Kształtowanie u osób pomagających umiejętności radzenia sobie ze stresem i sytuacjami stresowymi.
3. Przekazanie wiedzy na temat funkcjonowania grup wsparcia i różnorodnych możliwości uzyskania pomocy oraz łagodzenia trudnych sytuacji stresowych.
4. Kształtowanie pozytywnych postaw wobec osób starszych, niepełnosprawnych, przewlekle chorych.
5. Kształcenie w zakresie udzielania pomocy fizycznej, psychiczno-emocjonalnej oraz społecznej, w tym m.in.: diagnozowanie potrzeb podopiecznego, poznanie metod ich zaspakajania, rozwinięcie umiejętności komunikacyjnych, umiejętność radzenia sobie ze stresem podopiecznego i własnym, udzielanie wsparcia emocjonalnego podopiecznemu, jego aktywizacja w warunkach domowych i poza nim, pielęgnacja i pomoc w nagłych wypadkach oraz w sytuacjach nagłego pogorszenia zdrowia.
6. Stworzenie możliwości uzupełnienia i poszerzenia pozyskanej wiedzy podczas innych szkoleń oraz utrwalenia nabytych umiejętności w Punkcie Konsultacyjnym PCK ds. opieki nad chorym w domu.
7. Korzystanie w placówkach PCK z pomocy psychologa i grup wsparcia w sytuacjach powodujących stres związany z długotrwałą chorobą i niepełnosprawnością własną lub członków rodzin.

Rezultat realizacji projektu

W wyniku realizacji projektu jego uczestnik powinien poznać i umieć ocenić sytuację kryzysową, podstawowe zasady pielęgnacji osób starszych, niepełnosprawnych i przewlekle chorych, umieć udzielić podopiecznym wsparcia emocjonalnego oraz wspierać proces ich leczenia i rehabilitacji a także umiejętnie opanować stres własny oraz swojego podopiecznego.

Uczestnik szkolenia nabędzie również umiejętności radzenia sobie w trudnych sytuacjach a także, w jakich instytucjach szukać pomocy i konsultacji.

Podsumowując, po zakończeniu programu szkoleniowego jego uczestnik powinien umieć:

- utrzymywać prawidłowy kontakt z osobą przewlekle chorą i niepełnosprawną oraz pozyskać jej
 - akceptację w stosunku do proponowanych form pomocy,
- 3. rozpoznawać potrzeby i problemy chorego,
- obserwować stan zdrowia podopiecznego i dostrzegać ewentualne wystąpienie nieprawidłowości
 - oraz pogorszenia stanu podopiecznego,
- udzielać podopiecznemu wsparcia emocjonalnego,
- 4. aktywizować chorego i wspierać go w jego aktywności i rozwijaniu zainteresowań,
- radzić sobie ze stresem wywołanym przewleklą chorobą lub niepełnosprawnością w rodzinie lub środowisku, w którym podejmuje się świadczenia pomocy,
- zaplanować zakres pomocy i dostosować metody działania do realiów środowiska życia podopiecznego,
- 5. rozpoznać i wykorzystywać zasoby środowiska lokalnego w zakresie programów oraz instytucji i organizacji wspierających podopiecznego i jego rodzinę oraz pomocnych w rozwiązywaniu problemów życiowych podopiecznego,
- 6. przystosować mieszkanie do potrzeb chorego zgodnie z zasadami higieny i bezpieczeństwa,
- 7. zaspokajać potrzeby chorego w zakresie higieny osobistej i podstawowych zabiegów pielęgnacyjnych,
- 8. dostosować dietę żywieniową do stanu zdrowia chorego
- 9. prowadzić podstawowe ćwiczenia rekreacyjne i usprawniające dostosowane do stanu zdrowia podopiecznego,
- 10. dbać o bezpieczeństwo chorego i umieć udzielić pierwszej pomocy w stanach nagłego zagrożenia życia i pogorszenia stanu zdrowia.

Grupy docelowe

1. Opiekuni nieprofesjonalni, członkowie grup wsparcia.

2. Rodzina, sąsiedzi osoby wymagającej wsparcia.
3. Wolontariusze.

Koordinacja Programu

Zarząd Główny PCK i jednostki terenowe – Zarządy Okręgowe i Rejonowe PCK

Treści merytoryczne

Treści merytoryczne kursu są zawarte w pięciu blokach programowych:

1) Co to jest stres (8 godzin w tym 3 godziny warsztaty)

- a) stadium reakcji alarmowej – reakcje na wieści o rodzajach zagrożeń, z jakimi się stykamy,
konfrontacja z nową sytuacją. Faza szoku, faza przeciwdziałania szokowi,
- b) stadium adaptacji - stopniowe przyzwyczajanie się do nowej sytuacji, faza przystosowania,
- c) faza wyczerpania - zmęczenie, załamanie,
- d) co jest stresem,
- e) fizyczne objawy stresu,
- f) skutki stresu- fizyczne, zdrowotne, psychiczne, socjologiczne, emocjonalne,
- g) przykłady rozwiązywania sytuacji krytycznych, pomoc faktyczna, odniesienia czasowe,
sposoby interwencji, redukowanie stresu,
- h) tworzenie grup pomocy, zadania i sposoby postępowania /3 godziny warsztaty/.

2) Psychospołeczne uwarunkowania opieki nad osobą przewlekle chorą, niepełnosprawną (6 godzin) – teoria i warsztaty:

1. Cechy dobrego opiekuna.
2. Starzenie się jako proces fizjologiczny - zmiany biologiczne i analiza zmian psychiki ludzi
w wieku starszym, indywidualność postępowania procesowi starzenia się – jak znoszą ten proces
podopieczni i opiekunowie, wymiana doświadczeń pomiędzy uczestnikami szkolenia, jakie mają doświadczenia w tym zakresie, jak reagować na zmiany zachodzące w miarę starzenia się podopiecznego.
3. Problemy związane z opieką nad osobami niepełnosprawnymi.
4. Zdobycie umiejętności emocjonalnych przez opiekunów, w tym: nabycie i rozwijanie umiejętności komunikacyjnych, empatia, rozwój relacji interpersonalnych, nawiązanie dobrego kontaktu, zdobycie zaufania, poszanowanie godności chorego.
5. Zdobycie umiejętność psychospołecznych wspomagających opiekę nad chorym/niepełnosprawnym umiejętność rozwiązywania konfliktów, asertywność, radzenie sobie ze stresem.

6. Jak opiekun może „zaopiekować się sobą”: treningi relaksacyjne, możliwość udziału w grupach

wsparcia dla osób w podobnej sytuacji.

7. Jak rozmawiać, żeby rozpoznać potrzeby chorego i aktywizować go poprzez organizowanie

czasu wolnego i rozwijanie jego zainteresowań, aktywizacja podopiecznego poza

środowiskiem domowym.

8. Zasoby środowiska lokalnego pomocne w opiece nad chorym i jego rehabilitacji - lokalne

instytucje społeczne i organizacje wspomagające rodziny i osoby chore w rozwiązywaniu ich

problemów życiowych.

Utrzymywanie kontaktu z lekarzem i pielęgniarką środowiskową, nawiązywanie kontaktu

z innymi grupami wsparcia lub rodzinami celem współpracy, wymiany doświadczeń

i uzyskania wsparcia emocjonalnego, uzyskiwanie pomocy wolontariuszy.

9. Aspekty prawne związane z opieką.

3) Pielęgnowanie osób starszych, przewlekle chorych (5 godzin)

1. Ogólna charakterystyka chorób wieku starczego – schorzenia układu nerwowego, przewlekłe

schorzenia układu krążenia, starcze schorzenia układu oddechowego, schorzenia

zwyrodnieniowe narządów ruchu, zaburzenia w trawieniu i wydalaniu, patologia układu

moczowego, otyłość, cukrzyca, demencje starcze, choroba Alzheimera.

2. Diagnozowanie potrzeb podopiecznych w oparciu o rodzaj choroby/niepełnosprawności

oraz dostosowywanie pomocy do rodzaju i fazy choroby, możliwości chorego i jego

środowiska domowego.

3. Organizowanie środowiska mieszkaniowego zgodnie z potrzebami podopiecznego i higiena

jego otoczenia (wyposażenie pokoju, ułożenie chorego w łóżku).

4. Higiena osobista i pielęgnacja chorego - niebezpieczeństwa złej pielęgnacji (toaleta chorego

w łóżku i łazience, przesłanie łóżka, zmiana pościeli, podnoszenie i przenoszenie chorego,

zapobieganie odparzeniom i odleżynom).

5. Podstawowe wskazania żywieniowe dla ludzi w wieku starszym i osób chorych (zasady

racjonalnego żywienia, podstawowe rodzaje diet w różnych schorzeniach, estetyka i higiena

przyrządzania posiłków).

6. Obserwacja podopiecznego (wyglądu skóry, samopoczucia, mierzenie tętna, oddechu

i temperatury) i wykonywanie czynności zleconych przez lekarza (zasady przechowywania

i podawania leków).

4) Aktywizacja i rehabilitacja w domu chorych i niepełnosprawnych (3 godziny)

1. Specyfika rehabilitacji ludzi starszych - uzyskanie zgody i współpracy chorego jako podstawa

aktywizacji i rehabilitacji.

2. Usprawnianie chorego w łóżku - ćwiczenia oddechowe i ćwiczenie kończyn.

3. Usprawnianie chorego poza łóżkiem (werandowanie, spacer, sprzęt pomocniczy).

5) Udzielanie pierwszej pomocy osobom starszym i chorym w nagłych wypadkach i pogorszeniach stanu zdrowia (3 godziny)

1. Zapobieganie wypadkom w domu.

2. Ocena sytuacji i stanu poszkodowanego - kontrola czynności życiowych.

3. Postępowanie z poszkodowanym nieprzytomnym.

4. Podstawowe podtrzymywanie życia (resuscytacja krążeniowo-oddechowa).

5. Postępowanie w przypadku poważnych ran i urazów (krwotok, złamanie, urazy kręgosłupa, oparzenia).

6. Omdlenie, zakrzuszenie, atak serca, padaczka, zatrucie lekami.

Metody szkolenia

Szkolenie będzie prowadzone przy pomocy wykładów i warsztatów, na których uczestnicy będą mieli możliwość odgrywania ról i dyskusowania o problemach związanych z opieką pokazów, ćwiczeń symulacji sytuacji stresowych, pomocy i form ich rozwiązywania.

Środki dydaktyczne

Podstawowy sprzęt do nauki pielęgnacji chorego, foliogramy, filmy, fantom do nauki resuscytacji krążeniowo-oddechowej, apteczka pierwszej pomocy, materiały edukacyjne dla słuchaczy.

Treści merytoryczne w zakresie opieki nad osobami starszymi i przewlekłe chorymi będą przekazywane w oparciu o książkę Ireny Szymanowskiej pt. „Opieka nad chorym w domu”, a w zakresie pierwszej pomocy w oparciu o materiały edukacyjne PCK oraz broszurę Brytyjskiego Czerwonego Krzyża pt. „Udzielanie pierwszej pomocy osobom starszym”.

Treści merytoryczne obejmujące walkę ze stresem w oparciu o program wsparcia psychologicznego w sytuacjach kryzysowych opracowany przez Centrum Działań Pomocy Psychologicznej w Kopenhadze na potrzeby Stowarzyszeń Czerwonego Krzyża i Czerwonego Półksiężycy.

Osoby przeszkolone otrzymają zaświadczenie o ukończeniu szkolenia.

Opracowanie - Łucja Andrzejczyk

Szkolenie komercyjne (100 godzin szkoleniowych)

Program

Program szkolenia opiekunów PCK w zakresie:
profesjonalnej opieki specjalistycznej – dla sióstr PCK
Program przeznaczony jest dla przyszłych opiekunów osób starszych,
niepełnosprawnych i przewlekle chorych

Potrzeba kształcenia opiekunów opiera się na:

- Statucie i strategii programowej PCK,
- Ustawie z dn. 12.03.2004 r. o pomocy społecznej (Dz.U.Nr 64, poz.593 z późn. zm.),
- Ustawie o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych z dnia 27.08.2004 r. (Dz.U.Nr 210, poz.2135 z późn. zm.),
- Ustawie o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie z dnia 24.04.2003r. (Dz.U.Nr 96, poz.873, 874 z późn. zm.),
- Rozporządzeniu MPiPS w sprawie specjalistycznych usług opiekuńczych z dnia 22.09.2005r. (Dz.U.Nr 189, poz.1598 z późn. zm.).

Cele szkolenia:

Cele ogólne:

5. wykształcenie kadry osób przygotowanych do świadczenia racjonalnej pomocy osobom niezdolnym do samoopieki i zapewnienia podopiecznym właściwych relacji w rodzinie i społeczeństwie,
6. przygotowanie przyszłych opiekunów osób starszych, przewlekle chorych i niepełnosprawnych do pełnienia wykwalifikowanej, wielokierunkowej opieki nad podopiecznym i członkami rodziny.

Czas trwania szkolenia: 100 godz.

- wykłady - 42 godz.
- ćwiczenia - 31 godz.
- zajęcia praktyczne - 27 godz.

Zajęcia odbywają się w formie wykładów, ćwiczeń (warsztatów) oraz praktyk w środowisku podopiecznych.

Wykłady są przeprowadzane dla całej grupy słuchaczy.

Ćwiczenia odbywają się w grupach 8-12 osobowych.

Praktyka (staż) – 1-2 osoby pod opieką siostry PCK u podopiecznych tej siostry lub w domu opieki społecznej pod opieką pielęgniarki (opiekuna).

Szkolenie kończy się egzaminem teoretycznym i stażem. Słuchacz otrzymuje certyfikat uprawniający do pracy na stanowisku opiekuna osób starszych, niepełnosprawnych i przewlekle chorych.

Wykaz umiejętności będących przedmiotem kształcenia: (cele szczegółowe)

W wyniku realizacji treści nauczania słuchacz powinien:

- znać podstawy prawne wykonywanych zadań na rzecz podopiecznego,
- rozpoznać potrzeby podopiecznego (zdrowotne, psychologiczne i społeczne), zaplanować opiekę i realizować ją wybierając optymalne metody i środki,
- nawiązać kontakt i właściwe relacje emocjonalne z podopiecznym i jego rodziną,
- umieć obserwować zmiany stanu zdrowia podopiecznego i rozpoznawać objawy zagrażające pogorszeniu zdrowia lub życiu, oraz udzielić pomocy przedlekarskiej w nagłych wypadkach,
- zapewnić bezpieczeństwo podopiecznemu w jego środowisku, przystosowując mieszkanie do jego potrzeb i możliwości,
- w razie potrzeby korzystać z pomocy instytucji i organizacji działających na danym terenie, wspierających podopiecznego w formie rzeczowej, finansowej, prawnej i innej, pomagając rozwiązać problemy życiowe podopiecznego,
- umacniać zdrowie podopiecznego i jego sprawność poprzez dobór diety, aktywizację ruchową, umysłową i kulturalną,
- wspierać emocjonalnie podopiecznego i jego rodzinę, uczyć metod radzenia sobie ze stresem,
- wykonywać pełen zakres zabiegów higienicznych i pielęgnacyjnych oraz czynności gospodarczych w różnych warunkach socjalnych
- współuczestniczyć pod kierunkiem rehabilitanta w realizowaniu rehabilitacji pacjenta w wieku podeszłym i przewlekle chorego,
- prowadzić rzetelną dokumentację świadczonych usług oraz współpracować z pielęgniarką środowiskową i lekarzem rodzinnym,
- sprawować kompleksową opiekę nad człowiekiem w podeszłym wieku i przewlekle chorym,
- dbać o własne bezpieczeństwo i higienę pracy.

Program szkolenia:

Blok tematyczny	Teoria- wykłady	Ćwi- czenia	Praktyka (staż)		Liczba godzin
			placówka	Liczba godzin	
1. Podstawy prawne i etyczne, działalność PCK Organizacja pracy opiekuna,	2				2

2. BHP w prowadzeniu gospodarstwa domowego, prace porządkowe	6	6 prac.	Środowisko domowe podopiecznego	3	15
3. System opieki socjalnej i społecznej oraz instytucje i grupy zawodowe świadczące opiekę medyczną, zdrowotną i socjalną w Polsce	4				4
4. Podstawy geriatry i pielęgniarstwa geriatrycznego	6				6
5. Komunikowanie się z podopiecznym i jego rodziną	1	1	Wizyta patronażowa w domu chorego	1	3
6. Obserwacja podopiecznego i dokonywanie pomiarów parametrów życiowych	1	2	Środowisko domowe podopiecznego lub Dom Opieki Społecznej	2	5
7. Planowanie i dokumentowanie pracy z podopiecznym	1	2	Dom opieki społecznej lub środowisko domowe podopiecznego	2	5
8. Pielęgnowanie w schorzeniach wieku starczego	8		Środowisko domowe podopiecznego	8	16
9. Pielęgnowanie osób przewlekle chorych i niepełnosprawnych	3		Środowisko domowe podopiecznego	4	7
10. Podstawy rehabilitacji osób starszych	2	2	Dom opieki społecznej	2	6
11. Pierwsza pomoc w nagłych wypadkach i pogorszeniu zdrowia	4	8 prac.			12
12. Zabiegi pielęgnacyjne i higieniczne	2	8 prac.	Podopieczny w środowisku dom.	5	15
13. Wprowadzenie do dietetyki, żywienie osób w podeszłym wieku i w różnych schorzeniach	2	2 prac.			4
Łączna liczba godzin	42	31		27	100

Egzamin końcowy: a) test + egzamin praktyczny u podopiecznego lub w domu opieki społecznej – lub:
b) ustny z zestawem pytań.

Szczegółowy program szkolenia:

I. Podstawy prawne i etyczne, działalność PCK, odpowiedzialność pracy opiekuna - 2 godz.

1. Odpowiedzialność prawna świadczonych usług, (prawa i obowiązki, kodeks pracy-wyciąg).

2. Wprowadzenie do etyki zawodu opiekuna, (tajemnica zawodowa, poszanowanie godności

- podopiecznego, empatia, asertywność).
3. Ogólne wiadomości o Czerwonym Krzyżu i jego działalności.
 4. Struktura organizacyjna PCK.
 5. Charakterystyka pracy, zasady działalności PCK na rzecz osób starszych, przewlekle chorych i niepełnosprawnych.
 6. Pożądane cechy psycho-fizyczne opiekuna, motywacje do zawodu.
- II. BHP w prowadzeniu gospodarstwa domowego, prace porządkowe (wykłady) - 6 godz.
1. Czyszczenie i zmywanie powierzchni podłóg, blatów, okien.
 - rodzaje środków czyszczących, sposób ich przechowywania, niebezpieczeństwa stosowania substancji chemicznych (oparzenia, zatrucia, zniszczenie powierzchni i sprzętów, alergie),
 - zasady zachowania bezpieczeństwa w przypadku powierzchni śliskich/mokrych,
 - postępowanie zabezpieczające przed upadkiem z wysokości/podwyższenia,
 - zasady postępowania z ostrymi przedmiotami.
 2. Zasady używania sprzętów i narzędzi elektrycznych.
 3. Zasady używania kuchenki gazowej zasilanej z butli gazowej i instalacji.
 4. Zasady postępowania z substancjami żrącymi i toksycznymi w gospodarstwie domowym,
 - przykłady produktów (rozpuszczalniki, kwasy, postępowanie ze sfluczonym termometrem rtęciowym).
 5. Zasady pracy z obciążeniem, normy dźwigania ciężarów dla kobiet i mężczyzn.
 6. Zasady obchodzenia się z ogniem, zapobieganie zagrożeniom pożarowym.
 7. Stosowanie odzieży ochronnej, zachowania chroniące przed zakażeniem.
 8. Organizacja prac porządkowych w różnych warunkach socjalnych.
 9. Wskazówki do zabezpieczania mieszkania na czasową nieobecność podopiecznego (np. pobyt w szpitalu).
 10. Apteczka domowa.
- III. System opieki socjalnej i społecznej oraz instytucje i grupy zawodowe świadczące opiekę medyczną, zdrowotną i socjalną w Polsce - 4 godz.
1. Świadczenia ze strony ochrony zdrowia i opieki społecznej i ich struktura.
 2. Zakres świadczeń zdrowotnych POZ dla podopiecznych punktów PCK.
 3. Zakres i formy świadczeń ze strony pomocy społecznej podopiecznym punktów PCK.
 4. Działalność organizacji i stowarzyszeń w zakresie pomocy ludziom starszym, przewlekle chorym i niepełnosprawnym.
 5. Rola PCK w świadczeniu usług osobom starszym, przewlekle chorym i niepełnosprawnym.
- IV. Podstawy geriatry i pielęgniarstwa geriatrycznego - 6 godz.
1. Fizjologia procesu starzenia się: zmiany w różnych układach (skóra, układ ruchu, narządy zmysłów, układ pokarmowy, krążenia, oddechowy, moczowy).

2. Zmiany w psychice osób starszych, psychospołeczne aspekty starzenia się.
3. Wpływ rodziny i środowiska na funkcjonowanie osób w wieku geriatrycznym.
4. Sposoby rekompensowania niedomagań organizmu człowieka starego i umacniania jego zdrowia w zarysie.

V. Komunikowanie się z podopiecznym i jego rodziną - 3
godz.

1. Zaufanie podstawą dobrego kontaktu.
2. Kontakt werbalny: ton i natężenie głosu, szybkość przekazu, słownictwo.
3. Kontakt niewerbalny: język gestów i mimiki twarzy.
4. Czynniki zewnętrzne zaburzające komunikację (hałas, ruch, obecność osób postronnych, TV, zimno, wiatr, upał).
5. Czynniki wewnętrzne zaburzające komunikację (zaburzenia słuchu, mowy, pamięci, koncentracji, ból, głód, gorączka).

VI. Obserwacja podopiecznego i dokonywanie pomiarów parametrów życiowych - 5
godz.

1. Obserwacja zachowania, reakcji na bodźce, nawyków (obserwacja jawna i utajona).
2. Obserwacja skóry: kolor, napięcie, nawodnienie, funkcję gruczołów potowych i łojowych, stan higieny, obrzęki, pomiar temperatury.
3. Obserwacja oddechu, pomiar częstości oddechu, zaburzenia oddychania, objawy duszności i niedotlenienia.
4. Obserwacja cech tętna i pomiar tętna.
5. Obserwacja wydzielin i wydaliny: płwociny, wydzieliny z ran, z nosa, stolca, moczu, pobieranie próbek do badań.
6. Pomoc w badaniu poziomu cukru we krwi glukometrem.

VII. Planowanie i dokumentowanie pracy z podopiecznym - 5
godz.

1. Zbieranie informacji: obserwacja, wywiad, analiza dokumentacji.
2. Analiza i weryfikacja danych.
3. Ustalenie problemów (życiowych, zdrowotnych i pielęgnacyjnych).
4. Ustalenie celów działania.
5. Sporządzenie planu działania i pielęgnacji z uwzględnieniem priorytetów.
6. Ocena stopnia osiągnięcia celów, wnioski do dalszej pielęgnacji.
7. Rodzaje dokumentacji, sposób prowadzenia, udostępniania i przechowywania.

VIII. Pielęgnowanie w schorzeniach wieku starczego - 16
godz.

1. Pielęgnowanie w chorobach układu krążenia: choroba wieńcowa, nadciśnienie tętnicze, niewydolność serca prawo- i lewokomorowa.
2. Pielęgnowanie w schorzeniach układu pokarmowego: zaburzenia trawienia, zatrucia

- infekcyjne i na skutek błędów dietetycznych, zaparcia, wzdęcia, nietrzymanie stolca.
3. Pielęgnowanie w schorzeniach układu moczowego: niewydolność nerek, zakażenia UM,
nietrzymanie moczu, zatrzymanie moczu, obrzęki.
 4. Pielęgnowanie w schorzeniach układu oddechowego: astma, zapalenie płuc,
duszność,
niedotlenienie, choroba nowotworowa, gruźlica, stosowanie inhalacji.
 5. Choroby zwyrodnieniowe układu ruchu: niestabilny chód, zeszywniające zapalenie stawów kręgosłupa (ZZSK), dostosowanie i nauka korzystania ze sprzętu rehabilitacyjnego,
podstawy rehabilitacji.
 6. Choroby neurologiczne: choroba Parkinsona, Alzheimer, niedowłady i porażenia
poudarowe, afazja.
 7. Niewydolność intelektualna.
 8. Cukrzyca: tryb życia, higiena, dieta.

IX. Pielęgnowanie osób przewlekle chorych i niepełnosprawnych - 7
godz.

1. Ułożenie chorego w łóżku i zmiana pozycji: wyposażenie łóżka podstawowe i udogodnienia
2. Ochrona przed odparzeniami i odleżynami, ocena ryzyka wystąpienia odleżyn.
3. Karmienie chorych.
4. Podawanie basenu i kaczki.
5. Wykonywanie niektórych zleceń lekarskich i pielęgnarskich: przechowywanie, podawanie leków - drogi podawania (doustnie, na skórę, doodbytniczo), zasady, wykonanie okładów,
kompresów.
6. Wspieranie emocjonalne rodziny i podopiecznego.

X. Podstawy rehabilitacji osób starszych - 6
godz.

1. Usprawnianie ruchowe: zwiększanie zakresu ruchu poszczególnych stawów, umacnianie siły mięśniowej, poprawa koordynacji ruchów oraz walka z bólem ograniczającym ruch metodami nefarmakologicznymi.
2. Pomoc w zmianie pozycji w łóżku, nauka siadania, wstawania, chodzenia z pomocą „balkonika”, kul pachowych i typu „szwedka”, korzystania z wózka inwalidzkiego (siadanie i zsiadanie, obsługa), pomoc w zakładaniu gorsetów, aparatów, protez.
3. Rehabilitacja oddechowa: pomoc w odkrztuszaniu, oklepywanie klatki piersiowej,
ćwiczenia oddechowe.

XI. Pierwsza pomoc w nagłych wypadkach i pogorszeniu zdrowia. - 12
godz.

1. Zranienia, stłuczenia, zwichnięcia, złamania, oparzenia.

2. Omdlenia, utrata przytomności.
3. Nagłe zatrzymanie krążenia (NZK), resuscytacja krążeniowo-oddechowa.
4. Gorączka – niefarmakologiczne metody walki z gorączką, pielęgnacja w gorączce.
5. Dusznosc, sinica.
6. Zakrzuszenie.
7. Zakładanie opatrunków, okładów i kompresów, bandażowanie.

XII. Zabiegi pielęgnacyjne i higieniczne godz.

- 15

1. Ścielenie łóżka: technika, dobór pościeli i jej czystosc, typy materaca, stosowanie udogodnień.
2. Układanie podopiecznego w różnych pozycjach z użyciem udogodnień (pozycja wysoka, boczna, boczna ustalona, grzbietowa płaska, drenaż złożeniowy).
3. Pomoc w czynnościach higienicznych, mycie całego ciała w łóżku, mycie głowy, pielęgnacja włosów i paznokci, higiena protez zębowych i jamy ustnej.
4. Zasady karmienia chorych.
5. Spacerowanie i werandowanie.
6. Pomoc w dawkowaniu i podawaniu leków, przechowywanie leków, kontrola przydatności do użycia.

XIII. Wprowadzenie do dietetyki, żywienie osób w podeszłym wieku i w różnych schorzeniach

- 4 godz.

1. Dieta lekkostrawna – podstawa żywienia każdego człowieka.
2. Podstawowe składniki spożywcze (węglowodany, białka i tłuszcze) i produkty, w których są zawarte.
3. Jakość produktów spożywczych, planowanie jadłospisu (kaloryczność, liczba posiłków w ciągu dnia, pory spożywania posiłków).
4. Rodzaje diet w różnych schorzeniach: chorobie wieńcowej, nadciśnieniu tętniczym, schorzeniach nerek, w cukrzycy, osteoporozie.
5. Czynniki pozytywne i negatywne wpływające na apetyt.

Wyniki nauczania:

- absolwent jest odpowiedzialny za stan własnej wiedzy i umiejętności zawodowe oraz skutki

podejmowanych działań,

- posiada zamiłowanie do porządku i dbałości o szeroko pojęte dobro podopiecznego,

- pozytywna ocena egzaminacyjna odzwierciedla stopień opanowania wiedzy i umiejętności
będących tematem wykładów, ćwiczeń i własnej pracy nad doskonaleniem zdobytej wiedzy.

Pomoce i materiały: - rzutnik multimedialny lub epidiaskop + foliogramy,
- bandaże, chusty trójkątne, szyny unieruchamiające,
- fantom do resuscytacji,
- łóżko z kompletem pościeli i bielizny pościelowej + udogodnienia*,
- rynienka do mycia głowy w łóżku*,
- termometr lekarski, aparat do mierzenia ciśnienia tętniczego,
- glukometr,
- wzory dokumentacji, formularzy,
- filmy instruktażowe: stosowanie udogodnień i urządzeń do zmiany
pozycji
osoby
chorym leżącym, kąpiel w łóżku, dostosowanie mieszkania do potrzeb
niepełnosprawnej, bezpieczeństwo w gospodarstwie domowym.

* - lub film instruktażowy

Literatura podstawowa:

- 2) Mose J. R.: Opieka nad chorym w domu. wyd. ABA 2007
- 3) Garrett G.: Potrzeby zdrowotne ludzi starszych. Wyd. PZWL1990
- 4) Kędziora K.(red): Kompendium pielęgnowania pacjentów w starszym wieku. wyd. Czelej 2007
- 5) Chrzęszczewska A.: Bandażowanie. Wyd. V PZWL 2005

Literatura uzupełniająca:

- 6) Schiefele J., Standt I., Dach M.M.: Pielęgniarstwo geriatryczne. wyd. U&P
- 7) Wilczek-Rużyczka E.: Komunikowanie się z chorym psychicznie. Wyd. Czelej 2007
- 8) Wrońska I. (red): Etyka w pracy pielęgniarstwie. Rozdział VI - Szczegółowa etyka pielęgniarki
- 9) Ciborowska H., Rudnicka A.: Dietetyka. Żywnienie zdrowego i chorego człowieka. W-wa 2007
- 10) Rosińczuk-Tonderys J., Uchmanowicz I., Arendarczyk M.: Profilaktyka i leczenie odleżyn. 2005
- 11) Rutkowska E. (red): Rehabilitacja i pielęgnowanie osób niepełnosprawnych. Rozdział V: Ogólne zasady rehabilitacji w opiece medycznej nad osobami niepełnosprawnymi w wyniku urazów i chorób.
- 12) Jaśko J.: Stres w chorobach przewlekłych. Wyd. PZWL 2007