

Положение о «Школе активного долголетия»

- 1.1. Основная цель «Школы активного долголетия» (в дальнейшем «Школа») оптимизация, совершенствование доступности и улучшение качества оказания медицинской профилактической помощи населению.
- 1.2. Школа создается на базе амбулаторно- поликлинического отделения, в том числе в отделении медицинской профилактики, отделений первичного звена.
- 1.3. Школа организуется приказом главного врача медицинской организации. В приказе утверждается руководитель школы порядок и формы направления пациентов на обучение в школе, график проведения школы на год.
- 1.4. Руководство Школой проводит специалист с высшим или средним медицинским профессиональным образованием, осуществляющий медицинскую деятельность.
- 1.5. Работа в Школе осуществляется в соответствии с настоящим Положением.
- 1.6. Занятие в школе имеют право проводить медицинские работники, в т.ч. врач, фельдшер, акушерка, инструктор по гигиеническому воспитанию, медицинская сестра.
- 1.7. Рекомендуемая численность пациентом в группе -10-12 человек.
- 1.8. Пациенты направляются на занятия в школе лечащим врачом или специалистами любого профиля.
- 1.9. Организационные модели школы здоровья могут включать две схемы:
 - обучение пациентов на всех занятиях курса поводит один специалист;
 - обучение пациентов проводится различными специалистами в зависимости от наличия и квалификации. В соответствии с тематикой школы здоровья и конкретного занятия могут принимать участие врач общей практики, врач — диетолог, врач — гериатр, врач или инструктор по лечебной физкультуре и др. специалисты.
- 1.10. Анализ деятельности и контроль качества обучения пациентов в школе осуществляется руководителем Школы.
- 1.11. Отчет о работе школы ежегодно предоставляется в период сдачи годового отчета в форме № 30 «Сведения о медицинской организации» в таблице деятельности отделения медицинской профилактики.

II. Задачи школы здоровья

- 2.1. Основными задачами школы является формирование гигиенической культуры и принципов активного долголетия у лиц пожилого возраста.
- 2.2. Обучение граждан пожилого возраста практическим навыкам и методам укрепления и сохранения здоровья.
- 2.3. Ознакомление с принципами и особенностями питания и режимом двигательной активности в пожилом возрасте;
- 2.4. Повышение ответственности пациентов за сохранение своего здоровья;
- 2.5. Формирование у пожилых навыков и умений по снижению неблагоприятного влияния на их здоровье поведенческих факторов риска (питание, двигательная активность, управление стрессом, отказ от вредных привычек);

- 2.6. Предупреждение рецидивов и прогрессирования заболеваний;
- 2.7. Обучение оказанию самопомощи в экстренных случаях и убеждению в необходимости точного соблюдения всех назначений рекомендаций;

III. Основная деятельность школы здоровья

- 3.1. Обучение пациентов по типовым программам, включающая в себя вопросы вторичной профилактики, физической, психологической и социальной реабилитации, предупреждения программирования заболеваний и осложнений.
- 3.2. Контроль уровня полученных знаний, умений и навыков у обученных в школе.
- 3.3. Оценка организации и качества обучения в школе .

IV. Оснащение школы здоровья

- 4.1. Обязательное оборудование школы:
 - помещение для занятий;
 - столы и стулья;
 - доска, мелки, бумага, фломастеры, ручки, карандаши;
 - информационные материалы для пациентов (дневники, памятки, буклеты, плакаты и пр.).
- 4.2. Дополнительное (по необходимости) оборудование Школы:
 - проектор (мультимедиа), компьютер, экран;
 - принтер, ксерокс, программное обеспечение для создания и обновления базы данных на прошедших обучение пациентов;
 - аудио- и видеоаппаратура и аудио и видеоматериалы;
 - зал лечебной физкультуры.
- 4.3. Оснащение школы: напольные весы, ростомер, сантиметр для измерения окружности талии; календарь для определения ИМТ.

V. Информирование Школ здоровья

5. 1. Обязательный информационный минимум должен содержать:
 - ознакомление больного с сущностью имеющегося заболевания (коротко, в рамках доступности пониманию больного);
 - обоснование и расшифровку личностного фактора, необходимости участия самого больного в борьбе с болезнью;
 - разъяснения важности и необходимости пунктуального выполнения всех назначений, рекомендаций, касающихся принципов экстренной взаимопомощи;
 - гигиенические советы, рекомендации, касающиеся:
 - правильного питания и основ диетотерапии;
 - режима труда и отдыха;
 - физической активности;
 - необходимости отказа от вредных привычек и методов борьбы с ними;
 - устранение перегрузок и стрессовых ситуаций.

1. Построение занятий.

- 6.1. Каждое новое занятие должно начинаться с приветствия и повторения

предыдущего материала (7-10 мин). Новый материал должен излагаться доступным языком, сопровождается демонстрацией плакатов, слайдов, раздачей памяток.

- 6.2. Важно постоянно поддерживать контакт с аудиторией. Для этого обучение необходимо вести в форме бесед с активным участием пациентов. На задаваемые вопросы отвечать однозначно, сразу показывая или записывая конкретные советы или приемы. Для этого целесообразно иметь наготове методическую литературу и наглядные пособия.

VII. Обязанности руководителя школы

- 7.1. Обеспечить регулярной деятельности школы.
- 7.2. Контроль уровня знаний, приобретенных пациентами в школе.
- 7.3. Оценки организации и качества обучения в Школе.
- 7.4 Координация деятельности со специалистами других подразделений.
- 7.5. Ежеквартальные и ежегодные предоставление отчета о работе школы в отдел медицинской профилактики БУ «Республиканский центр профилактики, лечебной физкультуры и спортивной медицины» МЗСР ЧР.
- 7.6. Контроль качества занятий проводится по результатам анкетирования до начала и после каждого занятия.

VIII. Тематика занятий

1. Принципы активного долголетия.
2. Как подготовиться к выходу на пенсию.
3. Основные принципы питания в пожилом возрасте.
4. Психическое здоровье пожилого человека.
5. Двигательная активность и ЛФК для людей пожилого возраста.
6. Избыточная масса тела. Профилактика ожирения.