

ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СМОЛЕНСКИЙ БАЗОВЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИМЕНИ  
К.С.КОНСТАНТИНОВОЙ»

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ  
«ПОМОЩНИК ПО УХОДУ»**

СМОЛЕНСК  
2025

РАССМОТРЕНО

На заседании Методического  
совета №1  
16.09.2025 г.



И.А.Шкода/

Дополнительная профессиональная образовательная программа профессиональной подготовки «Помощник по уходу» разработана на основе:

- Федерального закона «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» от 21.11.2011 № 323-ФЗ;
- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (в ред. 2022 г);
- Приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 27 декабря 2023 года № 895 «О реализации в Российской Федерации в 2024 году Типовой модели системы долговременного ухода за гражданами пожилого возраста и инвалидами, нуждающимися в уходе»;
- Приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 29 декабря 2023 года № 902 «О реализации в Российской Федерации в 2024 году пилотного проекта по созданию системы долговременного ухода за гражданами пожилого возраста и инвалидами, нуждающимися в уходе, в рамках федерального проекта «Старшее поколение» национального проекта «Демография»;
- Приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 31 мая 2023 года № 482н об утверждении профессионального стандарта «Помощник по уходу».

Организация-разработчик: Областное государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Смоленский базовый медицинский колледж имени К.С. Константиновой».

Разработчики: Н.Н. Васильева, председатель ЦМК специальных дисциплин №1 ОГБПОУ «Смоленский базовый медицинский колледж имени К.С. Константиновой», преподаватель высшей квалификационной категории.

## СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
<b>1. ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ</b>	4
<b>2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ</b>	5
<b>3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ</b>	5
<b>4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ</b>	12
<b>5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ</b>	13

# **1. ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ «ПОМОЩНИК ПО УХОДУ»**

## **1.1. Область применения программы**

Дополнительная профессиональная образовательная программа профессиональной подготовки предназначена для лиц, предоставляющих социальные услуги по уходу, входящие с социальный пакет долговременного ухода, а также для лиц из числа ближайшего окружения, осуществляющих уход за гражданами, нуждающимися в уходе, на основе родственных, соседских или дружественных связей, в том числе на дому, для освоения основного вида профессиональной деятельности (ВПД) – предоставление услуг по уходу за лицами, нуждающимися в уходе с целью обеспечения помощи, позволяющей поддерживать интерес к жизни, здоровье, функциональность и социальные связи, гражданам в случае полной или частичной утраты ими способности либо возможности осуществлять самообслуживание, самостоятельно передвигаться, удовлетворять основные жизненные потребности вследствие заболевания, травмы, возраста или наличия инвалидности (далее – лица, нуждающиеся в уходе).

## **1.2. Цели и задачи дополнительной профессиональной образовательной программы профессиональной подготовки**

Дополнительная профессиональная образовательная программа профессиональной подготовки «Помощник по уходу» направлена на приобретение профессиональных компетенций, соответствующих видам профессиональной деятельности по должности «Помощник по уходу», которые позволят повысить качество ухода за лицами, нуждающимися в уходе, обеспечат максимально возможную бытовую и (или) социальную поддержку в повседневной жизнедеятельности граждан с полной или частичной утратой ими способности к самообслуживанию.

### ***Задачи:***

- систематизировать знания, умения и навыки у слушателей по уходу за лицами с дефицитом самообслуживания;
- актуализировать знания в области профессиональной этики и деонтологии;
- развить коммуникативные навыки;
- сформировать навыки ведения документации по организации и проведению процесса ухода и санитарно-гигиенических мероприятий.

## **1.3. Рекомендуемое количество часов на освоение дополнительной профессиональной образовательной программы профессиональной подготовки**

Всего 40 часов, в том числе:

- теоретическая подготовка – 10 часов;
- практические занятия – 26 часа;

- итоговая аттестация – 4 часа.

## **2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ «ПОМОЩНИК ПО УХОДУ»**

Результатом освоения Программы является овладение обучающимися видом трудовой функции «предоставление услуг по уходу за лицами, нуждающимися в уходе», в том числе профессиональными компетенциями (ПК).

КОД	Наименование результата обучения
ПК 1.1.	Приготовление пищи, подготовка пищи к приему, кормление лиц, нуждающихся в уходе (помощь лицам, нуждающимся в уходе, при приготовлении пищи, при подготовке пищи к приему, при приеме пищи)
ПК 1.2	Оказание гигиенических услуг лицам, нуждающимся в уходе (помощь лицам, нуждающимся в уходе, при оказании гигиенических услуг)
ПК 1.3	Поддержание мобильности лиц, нуждающихся в уходе (помощь лицам, нуждающимся в уходе, при позиционировании, пересаживании, перемещении)
ПК 1.4	Наблюдение за состоянием здоровья лиц, нуждающихся в уходе
ПК 1.5	Поддержание социального функционирования лиц, нуждающихся в уходе

## **3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ «ПОМОЩНИК ПО УХОДУ»**

### **3.1. Учебный план**

№	Наименование разделов	Всего часов	В том числе		Формы контроля
			Лекции и семинары	Практические занятия	
	2	3	4	5	6
1	Понятие долговременного ухода в рамках оказания социально-медицинских услуг	2	2	–	
2	Коммуникация как один из основных элементов ухода	2	2	–	
3	Наблюдение за состоянием здоровья лиц, нуждающихся в уходе	10	2	8	
4	Поддержание мобильности лиц, нуждающихся в уходе	8	2	6	
5	Помощь в проведении гигиенических процедур маломобильному человеку	10	2	8	
6	Организация питания и кормление человека с дефицитом самообслуживания	4		4	
	Итоговая аттестация	4			

Итого	40	10	26	
-------	----	----	----	--

### 3.2. Календарный учебный график

№ п/п	Наименование модулей, разделов, тем	Всего часов	Сроки изучения разделов, модулей
1	Понятие долговременного ухода в рамках оказания социально-медицинских услуг	2	2
2	Коммуникация как один из основных элементов ухода	2	2
3	Наблюдение за состоянием здоровья лиц, нуждающихся в уходе	10	10
4	Поддержание мобильности лиц, нуждающихся в уходе	8	8
5	Помощь в проведении гигиенических процедур маломобильному человеку	10	10
6	Организация питания и кормление человека с дефицитом самообслуживания	4	4
	Итоговая аттестация	4	4
<b>ИТОГО</b>		<b>40</b>	<b>40</b>

### 3.3. Программа учебного модуля

№	Наименование разделов	Всего часов	В том числе		Формы контроля
			Лекции и семинары	Практические занятия	
1	2	3	4	5	6
1	Понятие долговременного ухода в рамках оказания социально-медицинских услуг		2	-	
1.1	Нормативно-правовое обеспечение предоставления социально-медицинских услуг в системе долговременного ухода. -основные нормативные документы в работе помощника по уходу; -стандарты социальных услуг по уходу; -принципы долговременного ухода при оказании медико-социальных услуг.		1		
1.2	Организация профессиональной деятельности помощника по уходу. -требования профессионального стандарта; -профилактика эмоционального выгорания помощника по уходу; -требования охраны труда и пожарной безопасности.		1		
2	Коммуникация как один из основных элементов ухода		2	-	
2.1	Коммуникативные основы деятельности помощника по уходу. -социально-психологические особенности лиц, нуждающихся в постороннем уходе;		1		

	-особенности общения с лицами, нуждающимися в постороннем уходе, в том числе, имеющими нарушение слуха, зрения, памяти; -эффективное объяснение и обратная связь как фактор качества оказания социально-медицинской услуги.				
<b>2.2</b>	<b>Основы профессиональной этики помощника по уходу.</b> -основные этические принципы; -кодекс этики социального работника.		1		
<b>3</b>	<b>Наблюдение за состоянием здоровья лиц, нуждающихся в уходе</b>		<b>2</b>	<b>8</b>	
<b>3.1</b>	<b>Основы здорового образа жизни.</b> -понятие об образе жизни; - факторы, способствующие сохранению здоровья.		1		
<b>3.2</b>	<b>Оценка функционального состояния лиц, нуждающихся в уходе.</b> -наблюдение за состоянием здоровья получателя социально-медицинских услуг: оценка общего состояния, сознания, внешнего вида подопечного (конституция, телосложение, походка, осанка, выражение лица), оценка кожных покровов (цвет, повреждения, пролежни); -измерение уровня артериального давления, пульса, температуры тела, частоты дыхания, сатурации; -ведение дневника самоконтроля.			4	
<b>3.3</b>	<b>Лекарственная безопасность.</b> -правила хранения лекарственных препаратов; -режим приема лекарственных препаратов в соответствии с медицинскими рекомендациями и инструкцией по применению; -возможные ошибки при приеме лекарств; -побочные эффекты и действия при внештатной ситуации.		1		
<b>3.4</b>	<b>Первая помощь при угрожающих жизни состояниях.</b> -основы элементарной сердечно-легочной реанимации; -правила и порядок действий при оказании первой помощи; -случаи и порядок вызовов служб экстренной и неотложной помощи.			4	
<b>4</b>	<b>Поддержание мобильности лиц, нуждающихся в уходе</b>		<b>2</b>	<b>6</b>	
<b>4.1</b>	<b>Двигательная активность пожилого человека.</b> -понятие о двигательной активности и двигательных режимах; -посильная социальная и бытовая активность;		1		

	-риски падения, бытовой травмы: причины, последствия; -правила, способы и средства адаптации жилых помещений для лиц, нуждающихся в уходе.				
4.2	<b>Технические средства реабилитации.</b> -вспомогательные средства и приспособления для перемещения (передвижения) лиц, нуждающихся в уходе; -обучение лиц, нуждающихся в уходе пользованию техническими средствами реабилитации.			4	
4.3	<b>Биомеханика тела, основы эргономики.</b> -понятие биомеханики и эргономики; -правила биомеханики и их применение при уходе за лицами, нуждающимися в уходе; -понятие, методы и приемы позиционирования, перемещения и размещения малоподвижного (обездвиженного) человека в постели; -оказание помощи при передвижении и изменении положения тела, пересаживании.		1	2	
5	<b>Помощь в проведении гигиенических процедур маломобильному человеку</b>		2	8	
5.1	<b>Инфекционная безопасность ухаживающего и получателя медико-социальных услуг.</b> -понятие об инфекционной безопасности; -пути передачи инфекций и способы их пресечения; -инфекционная безопасности при проведении гигиенических процедур; -гигиеническая обработка рук; -средства индивидуальной защиты: правила использования перчаток и масок.		1		
5.2	<b>Гигиена тела подопечного.</b> -правила поддержания личной гигиены и проведения гигиенических процедур лицам, нуждающимся в постороннем уходе; -утренний/вечерний туалет получателя социально-медицинских услуг; -смена нательного и постельного белья; -уход за слизистыми (нос, глаза, уши, ротовая полость); -особенности ухода за зубными протезами; -уход за кожей: гигиена тела в ванной, душе, обтирание, мытье головы и конечностей; -обзор косметических средств для ухода за подопечными.			4	

5.3	<p><b>Способы проведения гигиенических процедур ухода при физиологических отправлениях,</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-понятие о дефекации и мочеиспускании, нормы и отклонения;</li> <li>-судна и мочеприемники для маломобильных, помощь в пользовании;</li> <li>-использование и смена абсорбирующего белья;</li> <li>-уход за получателем социально-медицинских услуг с колоностомой, цистостомой, мочевым катетером;</li> <li>-интимная гигиена - особенности проведения у женщин и мужчин.</li> </ul>			4	
5.4	<p><b>Пролежни и их профилактика.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-понятие, стадии развития;</li> <li>-факторы риска образования пролежней;</li> <li>-оценка степени риска образования пролежней;</li> <li>-места образования пролежней;</li> <li>-профилактические мероприятия.</li> </ul>		1		
6	<p><b>Организация питания и кормление человека с дефицитом самообслуживания</b></p>			4	
	<p><b>Организация питания и кормление человека с дефицитом самообслуживания.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-возрастные изменения пищеварительной системы;</li> <li>-принципы сбалансированного питания;</li> <li>-продукты и блюда, разрешенные для питания лицам, нуждающимся в постороннем уходе;</li> <li>-сроки и условия хранения скоропортящихся продуктов питания;</li> <li>-принципы лечебного питания, диетические продукты и блюда;</li> <li>-способы кормления малоподвижных и обездвиженных лиц, нуждающихся в уходе;</li> <li>-санитарные правила и нормы при приеме пищи.</li> </ul>			4	

### 3.4. Перечень вопросов для подготовки к оценке освоения Программы

Тема «Понятие долговременного ухода в рамках оказания социально-медицинских услуг»: нормативно-правовое обеспечение предоставления социально-медицинских услуг в системе долговременного ухода, принципы долговременного ухода при оказании социально-медицинских услуг.

Тема «Коммуникативные основы деятельности помощника по уходу»: правила эффективного общения; особенности общения с лицами, нуждающимися в уходе, в том числе с нарушением зрения, слуха, памяти; способы профилактики эмоционального выгорания.

Тема «Наблюдение за состоянием здоровья лиц, нуждающихся в уходе»: здоровый образ жизни, факторы, способствующие сохранению здоровья; режимы двигательной активности; способы измерения артериального давления, частоты сердечных сокращений (пульса), насыщения крови кислородом (сатурация); режимы приема лекарственных препаратов в соответствии с медицинскими рекомендациями; правила и порядок действий при оказании первой помощи.

Тема «Поддержание мобильности лиц, нуждающихся в уходе»: риски падений, бытовой травмы и возникновения пролежней, правила, способы и средства адаптации жилых помещений для лиц, нуждающихся в уходе; технические средства реабилитации, вспомогательные средства и приспособления для перемещения (передвижения) лиц, нуждающихся в уходе, эргономические методы и приемы размещения, перемещения и позиционирования малоподвижного (обездвиженного) лица, нуждающегося в уходе.

Тема «Помощь в проведении гигиенических процедур маломобильному человеку»: особенности гигиенического ухода за различными категориями лиц, нуждающимися в уходе, правила поддержания личной гигиены и проведения гигиенических процедур, правила смены нательного, постельного и адсорбирующего белья; инфекционная безопасность при проведении гигиенических процедур.

Тема «Организация питания и кормление человека с дефицитом самообслуживания»: принципы здорового питания, правила питьевого режима, принципы лечебного питания, способы кормления малоподвижных лиц, нуждающихся в уходе, санитарные правила и нормы при приеме пищи (кормлении).

### **3.5. Перечень умений для подготовки к оценке освоения Программы**

- строить общение с соблюдением морально-этических норм;
- устанавливать контакт и общаться с лицами, нуждающимися в уходе, в том числе имеющими нарушение слуха, зрения и памяти;
- мотивировать лиц, нуждающихся в уходе, обеспечивать психологический комфорт при содействии их посильной занятости;
- согласовывать действия в процессе наблюдения за состоянием лиц, нуждающихся в уходе;
- оказывать первую помощь лицам, нуждающимся в уходе;
- проверять сроки годности лекарственных препаратов и условия их хранения в соответствии с инструкцией;
- производить измерение артериального давления температуры, частоты сердечных сокращений (пульс), насыщение крови кислородом (сатурация);

- осуществлять наблюдение за состоянием здоровья лиц, нуждающихся в уходе;
- осуществлять заполнение дневников наблюдения за состоянием здоровья лиц, нуждающихся в уходе;
- согласовывать действия в процессе организации мобильности лиц, нуждающихся в уходе;
- оказывать помощь лицам, нуждающимся в уходе, при передвижении;
- применять эргономичные методы, приемы и средства при позиционировании и перемещении малоподвижных (обездвиженных) лиц, нуждающихся в уходе;
- согласовывать действия по оказанию гигиенических услуг лицам, нуждающимся в уходе;
- оказывать помощь в адаптации жилого помещения к потребностям лиц, нуждающихся в уходе;
- осуществлять наблюдение и сопровождение лиц, нуждающихся в уходе, при проведении гигиенических процедур с использованием технических средств реабилитации (без использования);
- осуществлять наблюдение и сопровождение лиц, нуждающихся в уходе, при осуществлении переодевания лиц, нуждающихся в уходе;
- оказывать помощь в умывании, причесывании, принятии ванны, душа, проводить влажное обтирание и другие гигиенические процедуры;
- пользоваться специальными приспособлениями для проведения гигиенических процедур;
- обеспечивать инфекционную безопасность и соблюдение санитарных норм и правил при оказании помощи лицам, нуждающимся в уходе;
- согласовывать действия в процессе организации питания с лицом, нуждающимся в уходе;
- осуществлять наблюдение и сопровождение лиц, нуждающихся в уходе, при приеме пищи, соблюдении питьевого режима;
- организовывать прием пищи лицам, нуждающимся в уходе, с соблюдением правил личной гигиены и санитарии;
- проверять условия и сроки хранения продуктов питания;
- готовить пищу к приему согласно медицинским рекомендациям;
- организовывать место для приема пищи, воды;
- организовывать помощь лицам, нуждающимся в уходе, в принятии безопасной позы для приема пищи, воды;
- оказывать помощь при самостоятельном приеме пищи, в том числе с использованием адаптивной столовой посуды, адаптивных столовых приборов, нескользящих ковриков;
- осуществлять кормление лиц, нуждающихся в уходе, согласно медицинским рекомендациям;
- обеспечивать безопасность приема пищи, воды или кормления лиц, нуждающихся в уходе, оказывать самопомощь;

## **4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ «ПОМОЩНИК ПО УХОДУ»**

### **4.1. Требования к кадровому обеспечению программы**

К преподавательской деятельности привлекаются лица, имеющие высшее образование, соответствующее профилю преподаваемого модуля. А также лица, имеющие среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование, соответствующее профилю преподаваемого модуля; наличие опыта деятельности в организациях соответствующей профессиональной сферы.

### **4.2. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению программы**

Материальная база соответствует действующим санитарно-техническим нормам и обеспечивает проведение всех видов аудиторных и практических занятий, предусмотренных учебным планом реализуемой образовательной программы. Для этих целей используются: учебные аудитории на базе Колледжа; библиотека; мультимедийные и аудиовизуальные средства обучения; медицинское оборудование и оснащение.

## **5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ «ПОМОЩНИК ПО УХОДУ»**

### **5.1. Форма итоговой аттестации**

Итоговая аттестация обучающихся осуществляется после освоения Программы в форме решения тестовых заданий и демонстрации практических навыков.

Приложение 1

ИСТОЧНИКИ ИНФОРМАЦИИ:

#### **Нормативно-правовые источники**

1. Европейская конвенция по правам человека
2. Конвенция ООН о правах инвалидов
3. Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. N 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями)
4. Федеральный закон от 28.12.2013 N 442-ФЗ (ред. от 28.04.2023) "Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации"

5. Приказ Минтруда России от 31.12.2013 г. № 792 «Об утверждении Кодекса этики и служебного поведения работников органов управления социальной защитой и учреждений социального обслуживания населения».
6. Приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 27 декабря 2023 года № 895 «О реализации в Российской Федерации в 2024 году Типовой модели системы долговременного ухода за гражданами пожилого возраста и инвалидами, нуждающимися в уходе»;
7. Приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 29 декабря 2023 года № 902 «О реализации в Российской Федерации в 2024 году пилотного проекта по созданию системы долговременного ухода за гражданами пожилого возраста и инвалидами, нуждающимися в уходе, в рамках федерального проекта «Старшее поколение» национального проекта «Демография»
8. ГОСТ 56819-2015 «Надлежащая медицинская практика. Инфологическая модель. Профилактика пролежней.»
9. СанПиН 2.3.2.1324-03 «Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов»
10. Методические рекомендации МР 3.5.1.0113-16 «Использование перчаток для профилактики инфекций, связанных с оказанием медицинской помощи, в медицинских организациях»

## **Основная литература**

1. Кодекс этики социального работника и социального педагога / Союз социальных педагогов и социальных работников России. – М., 2014.
2. Кулешова Л.И., Пустоветова Е.В. Основы сестринского дела: курс лекций. Ростов-на-Дону: Феникс, 2022 г.
3. Недержание мочи у пациентов пожилого и старческого возраста: клинические рекомендации Минздрава России, 2020 г.
4. Недостаточность питания у лиц пожилого и старческого возраста: клинические рекомендации Минздрава России, 2020 г.
5. Обуховец Т.П., Чернова О.В. Основы сестринского дела: учебное пособие. Ростов-на-Дону: Феникс, 2022 г.
6. Падения и переломы у пациентов пожилого и старческого возраста: клинические рекомендации Минздрава России, 2020 г.
7. Прощаев К. И., Ильницкий А. Н., Жернакова Н. И. Основные гериатрические синдромы: учебное пособие. Белгород, 2012. – С. 41–54.
8. Старческая астения: клинические рекомендации Минздрава России, 2020 г.
9. Тяжелобольной дома: лечение, уход, реабилитация/ под ред. Краковяка П., Кшижановски Д., Модлинська А.- Гданьск, 2013.
10. Уход за ослабленными пожилыми людьми: Российские рекомендации - М., 2021 г.

## **Дополнительная литература**

1. Холостова Е.И. Социальная работа с пожилыми людьми. – М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и Ко», 2014.
2. Шелковин И.Д. Охрана труда в организациях социального обслуживания населения: основные аспекты деятельности: Учебно-методические рекомендации. – М.: ИДПО ДСЗН, 2015.
3. Чуйко Л. Синдром менеджера. Эмоциональное выгорание и управление стрессом. – СПб: Речь, 2010.
4. Цыплакова Л.Б., Малащенко Е.В., Архипова О.В. Роль комплексной помощи и поддержки в профилактике и лечении профессионального выгорания у 23 сотрудников социальной сферы // Психология зрелости и старения. – 2013. – № 4 (64). – С. 96-108.

### **Интернет-ресурсы:**

1. Всемирная организация здравоохранения: официальный сайт. – Режим доступа: <http://www.who.int/ru>.
2. Российский геронтологический научно-клинический центр: [rgnkc.ru](http://rgnkc.ru)

Рассмотрено  
на заседании Методического  
совета № 1

« 16 » \_\_\_\_\_ 09 20 25 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по УР

/И.А.Шкода/

\_\_\_\_\_ 09 2025 г.



**ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ К  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ  
ПОДГОТОВКЕ**

**«ПОМОЩНИК ПО  
УХОДУ»**

1. Выберите один правильный ответ. К лицам пожилого возраста относятся лица:

- 45-59 лет
- + 60-74 лет
- 75-80 лет
- 80-90 лет

2. Выберите один правильный ответ. Общие правила ухода за лицами, нуждающимися в уходе, включают:

- создание безопасных бытовых условий
- полноценное питание
- соблюдение правил личной гигиены
- + все перечисленные направления

3. Выберите один правильный ответ. Какие осложнения возникнут у человека, если его неправильно подмывать при смене подгузника?

- контрактуры
- запоры
- + опрелости
- варикозное расширение вен

4. Выберите один правильный ответ. Какое адсорбирующее белье подходит хотя бы частично подопечному с недержанием мочи средней тяжести?

- не нуждается в адсорбирующем белье
- впитывающие пеленки
- подгузники
- + абсорбирующие трусы

5. Выберите один правильный ответ. При травме руки подопечному рубашку надевают:

- + сначала на травмированную руку, затем на здоровую
- на обе руки одновременно
- сначала на здоровую руку, затем на травмированную
- возможны все перечисленные варианты

6. Выберите один правильный ответ. Как часто необходимо менять положение немобильного человека в постели с целью профилактики образования пролежней?

- 2 раза в день

- + каждые 2 часа
- 4 раза в день
- каждые 4 часа

7. Выберите один правильный ответ. Что является последствием длительного запора?

- + интоксикация
- малоподвижный образ жизни
- обезвоживание
- снижение артериального давления

8. Выберите один правильный ответ. Число сердечных сокращений (частота пульса) в минуту у взрослого человека в норме составляет:

- 16 - 20
- + 60 - 80
- 40 - 50
- 100 - 120

9. Выберите один правильный ответ. В норме температура тела человека в подмышечной впадине равна:

- + 36,2 – 36,9°C
- 35,0 – 36,0°C
- 37,0 – 38,0°C
- 32,0 – 42,0°C

10. Выберите один правильный ответ. При высокой температуре тела и чувстве жара у подопечного необходимо:

- наложить согревающий компресс
- + наложить холодный компресс на область лба
- применить грелку
- напоить его горячим чаем

11. Выберите один правильный ответ. При возникновении ушибов и растяжений следует немедленно применить:

- грелку
- + давящую повязку, холод
- свободную повязку
- спиртовой компресс

12. Выберите один правильный ответ. Какие цифры артериального давления относятся к артериальной гипертензии и требуют обращения к врачу?

- 110/70 мм рт.ст.
- 125/85 мм рт.ст.
- + 150/100 мм рт.ст.
- 100/60 мм рт.ст.

13. Выберите один правильный ответ. Уровень кислорода в крови (сатурация) в норме составляет:

- 110 – 120 %
- + 95 – 99 %
- 70 – 88 %
- менее 50 %

14. Выберите один правильный ответ. С целью удаления корочек из носовой полости используют:

- 0,5% раствор хлоргексидина
- 3% раствор перекиси водорода
- 70% этиловый спирт
- + вазелиновое масло

15. Выберите один правильный ответ. При уходе за слизистой глаз подопечного обработку проводят в направлении:

- + от наружного угла глаза к внутреннему, каждый раз меняя тампон
- от внутреннего угла глаза к наружному, каждый раз меняя тампон
- круговым движением по часовой стрелке
- в любом направлении

16. Выберите один правильный ответ. Когда следует начинать сердечно-легочную реанимацию?

- при наличии болей в области сердца и затрудненного дыхания
- при потере сознания, независимо от наличия пульса на сонной артерии и признаков дыхания
- + при отсутствии сознания и пульса на сонной артерии
- нет правильного ответа

17. Выберите один правильный ответ. По каким признакам определяется состояние биологической смерти, при котором реанимационные действия уже не проводятся?

- + зрачок деформируется во время сдавливания глазного яблока, есть трупные пятна, роговица глаза высохла
- отсутствует пульс на сонной артерии, отсутствует сознание, зрачки не реагируют на свет

18. Выберите один правильный ответ. Для извлечения инородного тела, попавшего в дыхательные пути, необходимо:

- уложить пострадавшего на свое колено лицом вниз и ударить кулаком по спине несколько раз
- вызвать у пострадавшего рвоту, надавив на корень языка
- + ударить несколько раз ладонью по спине пострадавшего, при отрицательном результате встать сзади, обхватить руками на уровне нижних ребер, сцепив свои руки в замок и резко надавить на область живота в направлении внутрь и кверху
- следует применить все перечисленные способы помощи

19. Выберите один правильный ответ. С целью оказания неотложной доврачебной помощи при носовом кровотечении необходимо:

- запрокинуть голову назад, наложить пращевидную повязку на нос
- + нагнуть голову вперед, применить холод на переносицу, выполнить переднюю тампонаду носового хода
- уложить на спину без подушки, применить холод на переносицу, выполнить переднюю тампонаду
- применить все перечисленные способы помощи

20. Выберите один правильный ответ. Что следует сделать с использованными в процессе ухода за подопечным перчатками?

- можно использовать повторно
- положить в карман и выбросить в конце рабочей смены
- + поместить в мешок для отходов
- социальный работник не выполняет услуги в перчатках