

Program szkolenia
Usługi opiekuńcze – podstawy pracy opiekuna osoby niesamodzielnej
Czas trwania: 16 godzin (2 dni x 8 h)

DZIEŃ 1 – Podstawy opieki nad osobą niesamodzielną (8 h)

1. Wprowadzenie do pracy opiekuna osoby niesamodzielnej

- rola i zadania opiekuna w systemie usług opiekuńczych
- kim jest osoba niesamodzielna / zależna
- zakres obowiązków opiekuna
- granice kompetencji opiekuna a kompetencje pielęgniarki i lekarza
- etyka pracy opiekuna
- odpowiedzialność i bezpieczeństwo w pracy

2. Najczęstsze choroby i problemy zdrowotne osób starszych i niesamodzielnych

- starzenie się organizmu – podstawowe zmiany fizjologiczne
- najczęstsze choroby osób starszych:
 - choroby układu krążenia
 - cukrzyca
 - choroby neurologiczne
 - choroby otępienne (np. demencja, Alzheimer)
 - choroba Parkinsona
- ograniczenia ruchowe i ich konsekwencje
- rozpoznawanie niepokojących objawów

3. Podstawy pielęgnacji osoby niesamodzielnej

- codzienna higiena osoby zależnej
- pielęgnacja skóry osoby leżącej
- zapobieganie odleżynom
- pomoc w ubieraniu i rozbieraniu
- pomoc przy toalecie porannej i wieczornej
- wymiana bielizny osobistej i pościelowej
- higiena jamy ustnej

4. Pomoc w zaspokajaniu podstawowych potrzeb życiowych

- pomoc przy spożywaniu posiłków
- zasady karmienia osoby niesamodzielnej
- nawodnienie organizmu
- pomoc przy korzystaniu z toalety
- korzystanie z pieluchomajtek i środków higienicznych
- obserwacja stanu zdrowia podopiecznego

5. Komunikacja i relacja z podopiecznym

- potrzeby psychiczne osób starszych i niesamodzielnych
- komunikacja z osobą chorą lub osłabioną
- komunikacja z osobą z demencją
- empatia i budowanie zaufania
- radzenie sobie z trudnymi emocjami podopiecznego
- współpraca z rodziną podopiecznego

DZIEŃ 2 – Bezpieczeństwo i praktyczne umiejętności opiekuńcze (8 h)

6. Bezpieczne przemieszczanie i pomoc w poruszaniu się

- zasady ergonomii pracy opiekuna
- ochrona kręgosłupa opiekuna
- pomoc przy wstawaniu z łóżka
- pomoc przy siadaniu i chodzeniu
- transfer z łóżka na wózek
- wykorzystanie sprzętu pomocniczego (balkonik, kule, wózek)

7. Sprzęt pomocniczy w opiece nad osobą niesamodzielną

- podstawowe sprzęty wykorzystywane w opiece:
 - łóżko rehabilitacyjne
 - materace przeciwoleżynowe
 - wózki inwalidzkie
 - balkoniki i kule
- zasady bezpiecznego korzystania ze sprzętu
- utrzymanie sprzętu w czystości

8. Pierwsza pomoc w pracy opiekuna

- ocena stanu osoby poszkodowanej
- wezwanie pomocy
- podstawowe czynności ratujące życie
- omdlenie
- zadławienie
- upadki
- pogorszenie stanu zdrowia podopiecznego

9. Organizacja pracy opiekuna i bezpieczeństwo w opiece

- plan dnia osoby niesamodzielnej
- obserwacja i dokumentowanie stanu zdrowia podopiecznego
- współpraca z rodziną i personelem medycznym
- zapobieganie wypadkom w domu osoby niesamodzielnej
- higiena pracy i profilaktyka zakażeń

10. Podsumowanie szkolenia i ćwiczenia praktyczne

- omówienie najczęstszych sytuacji w pracy opiekuna
- analiza przypadków (case study)
- pytania uczestników
- najważniejsze zasady dobrej opieki

Dodatkowe elementy

Ćwiczenia praktyczne:

- pomoc przy wstawaniu z łóżka
- zmiana pozycji osoby leżącej
- pomoc przy chodzeniu
- karmienie osoby niesamodzielnej

Pokaz sprzętu:

- pieluchomajtki
- podkłady higieniczne
- materac przeciwoleżynowy.

SZKOLENIE REALIZOWANE we WSPÓŁPRACY:



Recentia - Szkoły, Kursy, Szkolenia - Marta Dajewska

www.recentia.pl