

## ТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ СРЕДА КАК СРЕДСТВО РЕАБИЛИТАЦИИ

О.Н. Старцева

Ярославский государственный медицинский университет

E-mail: startsevaon@yandex.ru

**Описана терапевтическая среда как средство реабилитации в гериатрии. Изучены удовлетворенность пожилых пациентов условиями проживания в геронтологическом учреждении и гериатрический статус пациентов старших возрастных групп.**

*Ключевые слова:* пожилые люди, условия проживания в стационаре, терапевтическая среда, социальная помощь.

В сложившейся социально-демографической ситуации проблемы пожилых людей становятся все более актуальными и требуют разработки новых подходов к оказанию таким пациентам социально-медицинской и профилактической помощи. Пожилые люди подвержены воздействию ряда неблагоприятных факторов социальной среды, которая очень часто становится для них источником многих опасностей. Этому способствуют как физические нарушения (нарушение устойчивости, походки, головокружения), психические расстройства, так и факторы окружения (скользкие полы, острые углы мебели и др.) [3–5, 7].

Особую группу составляют пожилые люди, которые не могут самостоятельно проживать дома и поступают на постоянное проживание в условия «защищенной среды», т.е. в стационарные социальные учреждения, где должна быть создана дружественная терапевтическая среда, оказывающая на пожилого человека реабилитационное воздействие; все компоненты такой среды взаимодействуют между собой и терапевтически влияют на пациента.

Работа посвящена созданию терапевтической среды в Ярославском областном геронтологическом центре – типичном учреждении стационарного социального обслуживания. Проведен опрос проживающих в Центре пожилых людей с целью выяснения их мнения о комфортности проживания [6, 7]. Проведена также комплексная гериатрическая оценка всех клиентов Центра, составной частью которой явился специализированный гериатрический осмотр, позволяющий выявить основные гериатрические синдромы и сформировать меры по созданию терапевтической среды, направленные на профилактику их прогрессирования [2,8].

В ходе опроса отмечено, что удовлетворены условиями проживания 92,4±2,4% пациентов, не удовлетворены 7,6±2,4%. Пожилые люди отмечали недостаточное количество приспособлений для людей, ограниченных в движении; некоторым пациентам хотелось бы более разнообразного питания, большего общения с окружающими и более широких контактов с внешним миром.

Исследование гериатрического статуса пациентов показало, что 72,6±2,8% обследованных имели синдром старческой астении разной степени тяжести; выяснено, что зависимость пациентов от посторонней помощи формируется в основном за счет нарушений двигательной активности и расстройств когнитивных функций.

С учетом данных анализа удовлетворенности пациентов условиями проживания, результатов изучения гериатрического статуса, сведений о преобладающих гериатрических синдромах предложены основные меры по созданию в стационарном социальном учреждении терапевтической среды с использованием всех ее компонентов (медицинского, психологического и социального).

Можно выделить 3 таких компонента: интерьерный и экстерьерный; социально-медицинский; психолого-педагогический.

Терапевтическое воздействие оказывает эстетичное оформление помещений (холлов, коридоров и комнат), использование современных дизайнерских решений, безопасных строительных материалов. В жилых комнатах рекомендуется создать максимальный уют, комфортный температурный режим, обеспечить помещения удобной мебелью, адаптированной к нуждам пожилых людей и инвалидов, индивидуальным освещением, элементами домашней обстановки.

Необходимо рациональное размещение информации (часы с крупным циферблатом; календари с указанием даты и дня недели; общая информация на стендах о работе организации, сотрудниках учреждения, режиме дня; расписание мероприятий; обозначение помещений, в том числе пиктограммы, тактильно-информационные знаки).

Коридоры, палаты, туалетные и ваннные комнаты необходимо оборудовать поручнями, лестницы – перилами. В целях профилактики синдрома

падения необходимо создать широкие свободные проходы, обеспечить достаточную освещенность всех помещений, исключить скользкие неровные поверхности, острые углы; ковровые покрытия должны быть фиксированы к полу [7].

Следует предусмотреть наличие в жилых комнатах кнопки вызова персонала. Для обеспечения достаточного питьевого режима необходимо в коридорах и холлах установить кулеры и пурифайеры для воды.

Экстерьерный компонент среды – это территория учреждения, которая должна выглядеть эстетично. Следует установить удобные скамейки для отдыха, беседки и павильоны, оформить широкие, с гладким покрытием, прогулочные дорожки, разбить газоны и цветочные клумбы, посадить деревья и кустарники, запланировать создание на территории учреждения магазина и кафе.

Территория должна быть хорошо освещена, иметь удобные подъездные пути; необходимы пандусы, поручни, подъемники, информационные знаки; требуется устранить препятствия и опасные приспособления. Для оздоровительных занятий целесообразно иметь спортивные площадки и уличные тренажеры.

В целях расширения коммуникативных возможностей пожилых людей необходимо обеспечить их книгами, журналами, газетами, настольными играми, организовать местную радиосвязь, выпуск ежемесячной газеты, буклетов, памяток, брошюр, создавать видеofilьмы о работе учреждения, обеспечить функционирование его сайта.

Следует предусмотреть возможность для пациентов пользования современными информационными технологиями (стационарным и мобильным телефоном, компьютером, интернетом).

Социально-медицинский компонент терапевтической среды состоит в применении средств и методов социально-медицинской реабилитации, направленных на коррекцию ведущих гериатрических синдромов.

Обязательны оценка общего состояния пациентов, показателей жизнедеятельности, динамическое наблюдение, при необходимости – измерение температуры тела, контроль артериального давления. При назначении медикаментозного лечения средний медицинский персонал должен строго контролировать выдачу и прием лекарств.

Для поддержания физической активности рекомендуется использовать разнообразный арсенал реабилитационного оборудования и средств для занятий лечебной физкультурой, кинезотерапией.

В стационарном учреждении социального обслуживания должны учитываться потребности пациентов в одежде и обуви с учетом их запросов и пожеланий. Необходим подбор одежды с учетом се-

зона, роста, размера, подбор удобной, при необходимости – ортопедической обуви в целях профилактики синдрома падений. Следует обеспечить пациентам достаточный питьевой режим, разнообразное 3–4-разовое питание в столовой, при необходимости организовать диетическое питание, а также возможность самостоятельного приготовления пищи в специально отведенных местах.

Для реабилитации пожилого человека важно создание и поддержание благоприятного психологического микроклимата в стационарном учреждении [1]. Психолого-педагогический компонент терапевтической среды предусматривает следующие меры:

- анкетирование пожилых людей, поступающих на стационарное обслуживание, для получения общей информации о личной истории пожилого человека, его увлечениях, привычках и предпочтениях, которые затем могут быть использованы для его включения в социальную жизнь учреждения; анкетирование позволяет также выявить пациентов, нуждающихся в дополнительной психологической, социальной, бытовой поддержке;
- информирование о работе учреждения, его возможностях, специалистах, досуговых мероприятиях, расположении помещений.

Из методов работы рекомендуются индивидуальные и групповые консультации психологов, специалистов по социальной работе. Учитывая психологические особенности пациентов старших возрастных групп, на занятиях целесообразно использовать релаксационные и акустические методики (медитация, аутотренинги). Положительное реабилитационное воздействие оказывает арт-терапия, музыкотерапия, фототерапия, мемуаротерапия, библиотерапия, сказкотерапия, изотерапия, терапия путем обеспечения возможности творческого самовыражения.

В целях установления межличностного общения, гармонизации взаимоотношений, улучшения общего эмоционального фона пожилых людей, повышения их уверенности в своих силах необходимы организация выставок творческих работ, фото- и арт-альбомов, участие пациентов в оформлении стендов, выпуске ежемесячной газеты.

Психоэмоциональные проблемы пожилых людей можно скорректировать с помощью общения с животными, используя методики анималотерапии, иппотренинга, фелинотерапии и др. – такие занятия оказывают гармонизирующее воздействие.

Для пациентов следует организовать образовательные мероприятия: обучение навыкам самоконтроля за состоянием здоровья, эмоциями, правильным питанием и др.

Целесообразно проведение занятий по профилактике развития и прогрессирования когнитивных

расстройств, обучение компьютерной грамотности. Улучшению психоэмоционального состояния способствуют концерты, праздники, выставки, конкурсы, просмотр фильмов, экскурсии. Необходимо обеспечить возможность контактов с родственниками, близкими и знакомыми. Организации терапевтической среды обязательно должно сопутствовать взаимодействие между всеми службами и специалистами учреждения.

Меры по созданию терапевтической среды показали свою эффективность. Отмечено повышение удовлетворенности условиями проживания на 11,5%, улучшение морального статуса на 35,3%.

### Литература

1. Архипова О.В. Психологические проблемы пожилых клиентов в условиях стационарного проживания и пути их решения. Психология зрелости и старения. 2013; 2 (62): 102–12.
2. Ильницкий А.Н. Специализированный гериатрический осмотр. А.Н. Ильницкий, К.И. Прощаев. Геронтологический журнал им. В.Ф. Купревича. 2012; 4–5: 66–84.
3. Ильницкий А.Н. Пожилой человек и социальная служба: метод. рекомендации. А.Н. Ильницкий, И.В. Архипов, К.И. Прощаев. М., 2014; 79.
4. Прощаев К.И. Терапевтическая среда в домах-интернатах для пожилых граждан и инвалидов: учеб.-метод.

пособие. Под ред. К.И. Прощаева и др. М., Белгород; 2012; 172.

5. Прощаев К.И. Безопасная и безбарьерная среда в местах пребывания пожилых людей. Сборник III Всеросс. научно-практич. конф. с междунар. участием «Социальный работник и пожилой человек». М.: ВНМГЦ, 2014; 53–9.

6. Старцева О.Н. Оценка удовлетворенности проживанием в стационарном учреждении социального обслуживания (на примере Ярославского областного геронтологического центра). Успехи геронтологии. 2015; 28 (4): 780–2.

7. Старцева О.Н. Синдром падений в геронтологическом стационаре. Медицинская сестра. 2016; 4: 40–2.

8. <https://www.rosminzdrav.ru/news/2016/08/16/3116>

### THE THERAPEUTIC ENVIRONMENT AS A MEANS OF GERIATRIC REHABILITATION

O.N. Startseva

Yaroslavl State Medical University

**The paper describes the therapeutic environment as a means of geriatric rehabilitation. Elderly patients' satisfaction with living conditions in their gerontological facility and the geriatric status of patients in older age groups were studied to elaborate therapeutic environment measures.**

*Key words:* elderly people, therapeutic environment, social assistance.

## Вопросы биологической, медицинской и фармацевтической химии

Учредитель — Всероссийский научно-исследовательский институт лекарственных и ароматических растений (ВИЛАР).

Журнал рекомендован Высшей аттестационной комиссией (ВАК) для публикаций основных результатов диссертационных исследований.

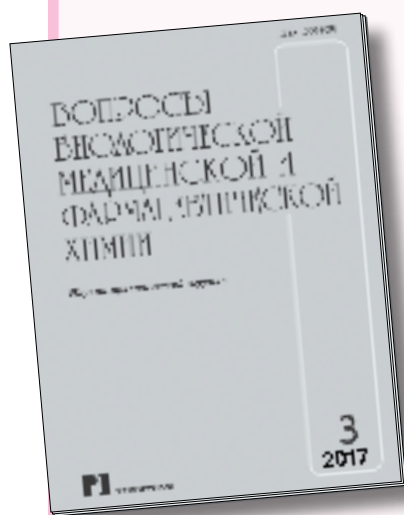
Научно-практический журнал освещает новое в науках о жизни, включая метаболомику, протеомику, разработки нанобиомедтехнологий живых систем;

уделяет внимание разработкам современных биотест-систем на разных уровнях, используемых для контроля качества, оценки безопасности продуктов, мониторинга окружающей среды; знакомит с достижениями по совершенствованию биообъектов, используемых в качестве средств производства для создания перспективных лекарственных препаратов.

**Подписаться можно с любого месяца**

Подписной индекс по каталогу «Роспечать» – 47284

**Подписка через Издательство – со скидкой.  
Подписка на электронную версию журнала  
на сайте [www.rusvrach.ru](http://www.rusvrach.ru)**



ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ  
«РУССКИЙ ВРАЧ»