

О **беспечить качественный уход за лежащими нездоровыми людьми или пациентами после инсульта невозможно без специалистов по уходу или, как их называют в народе, сиделок. И здесь нужны специалисты с большим профессионализмом и огромной самоотдачей, опытом, умениями и знаниями. Но все навыки не будут иметь смысла, если отсутствует желание помочь старикам. Гораздо легче ухаживать за детьми, за людьми среднего возраста, которые попали в ту или иную жизненную ситуацию. Но совершенно другое дело - уход за пожилым человеком.**

Потому что пожилые люди требуют гораздо больше внимания и заботы, они чаще находятся в раздражении, ворчат, порой у них возникают агрессивные состояния. Поэтому очень важно, когда сиделка не только выполняет свои обязанности, но и вкладывает душу в то, что делает.

Несмотря на тяжести и сложности, сиделка сосновского пансионата для пожилых людей "Эпоха" Наталья Девятова борется за жизнь и хорошее самочувствие своих подопечных. Наталья Владимировна работает сиделкой в сфере социального обслуживания уже более десяти лет, до этого трудилась нянечкой в детском саду и работала на стройке штукатуром-маляром. Всю жизнь училась - на строителя, зоотехника, обучалась швейному делу.

- Расскажите, пожалуйста, о Вашем профессиональном выборе. Почему, при наличии таких разнообразных компетенций, в итоге Вы все же решили посвятить свою жизнь социальной помощи?

- Я считаю работу в сфере социальной защиты своей миссией. Наверное, истоки моей тяги к этой профессии лежат в детстве: желание стать помощником по уходу за больными пожилыми людьми пробудила во мне моя бабушка Мария Митрофановна. Она воспитывала нас с сестрой, когда мы в раннем детстве остались сиротами, приучала уважительно относиться к пожилым и немощным. Мы жили тогда в маленьком поселке Тамбовской области, бабушка трудилась в полеводстве, потом работала дояркой на ферме, она одна поднимала нас. Дедушка Семен Иванович погиб на войне в 1942 году. Мы старались ей во всем подражать - тоже выполняли какие-то посильные сельскохозяйственные работы, трудились на домашнем хозяйстве (бабушка держала курочек, козочек, поросят). Наша бабушка всю себя отдавала нам, вообще была очень отзывчивым человеком, мягкой и доброй, никому не отказывала в помощи и поддержке - я прониклась бабушкиными жизненными принципами милосердия, заботы и любви.

Как замечает Наталья Девятова, вообще, если человек пришел в эту профессию, то очень быстро появляется понимание: подходит ему эта деятельность или нет. Здесь нужно обладать особым набором качеств: высокой работоспособностью, равнодушием, личной готовностью отдавать и большим терпением.

В пансионате всего проживают 65 постояльцев различных возрастов (от 45 до 93 лет), за моей героиней закреплены десять подопечных. По словам Натальи Владимировны, приоритетная задача всего коллектива - обеспечить всем пожилым людям достойное проживание, которое включает в себя и уход, и организацию досуга, и физическую активность, и социальную адаптацию, и общение со своими сверстниками.

- К нам приезжают пожилые

зывает Наталья Девятова.

На самом деле такое чудесное превращение пожилой женщины смогло состояться во многом благодаря тщательному уходу и большой заботе сиделки, которая относится к своей подопечной с открытым сердцем.

- Наверное, в вашей работе есть какие-то специальные методики ухода, чтобы добиваться таких прекрасных результатов?

- Вообще, самое главное - это доброта и терпение. А еще - гуманность. Наши проживающие обре-

● МЕДИАПРОЕКТ «ПРОФИ - И ТОЧКА»

МИЛОСЕРДИЕ КАК РАБОТА



Наталья Девятова с одной из своих подопечных.

люди в различном состоянии: кто-то просто залежался дома, не имея стимула к движению и общению, у кого-то наблюдаются признаки деменции, а за людьми с такими заболеваниями необходимы круглосуточное наблюдение и помощь в быту, есть лежащие постельные, перенесшие инсульт, - добавляет моя собеседница.

О каждом своем подопечном Наталья Владимировна может рассказать целую историю.

- Наши опекаемые - удивительные люди. Несмотря на преклонный возраст, они горят желанием жить. Они интересуются всем, что происходит вокруг. Например, у нас живет 75-летняя Валентина Ивановна, она всю свою жизнь отдала медицине, была прекрасным фельдшером, имеет много благодарностей, ветеран труда, у нее есть муж и дочь. Несколько лет назад после перенесенной коронавирусной инфекции ее здоровье стало ухудшаться, прогрессиrowали заболевания (гипертония, цереброваскулярная болезнь и другие), так что родные перестали справляться. Она много времени стала проводить в больницах, вследствие ухудшившегося самочувствия практически ничего не ела и не разговаривала. И вот только у нас здесь, благодаря усилиям врачей и обслуживающего персонала, она вновь стала оживать, появились силы жить, появился хороший аппетит, - расска-

зывают болезнями, они не так быстро и ясно мыслят, а еще им одиноко. И мы их в таком состоянии принимаем, верим в их силы и возможности, морально и психологически поддерживаем, умеем выслушивать и сопереживать их историям. Создаем спокойную позитивную обстановку, помогающую подопечным сохранять оптимистичный настрой и бодрость. Даже в тяжелом состоянии возможны улучшения и выздоровление, если больной стремится бороться с недугом, нужно лишь создать ему благоприятные условия.

В нашей работе все приемы и средства направлены на поддержание качества жизни и нормального функционирования всех систем организма. С этой целью регулярно выполняем гигиенические и профилактические процедуры, контролируем своевременный прием лекарств, обеспечиваем полноценное сбалансированное питание с учетом индивидуальных особенностей. Конечно, человек должен быть нами вымыт, мы следим, чтобы он был чисто и опрятно одет, чтобы был накормлен, спал в чистой постели, и все его вещи находились в порядке.

Сопровождаем проживающих на занятия по ЛФК, ведь умеренные физические нагрузки - это ежедневная часть их режима дня. Иногда мы становимся руками, ногами, глазами человека. К примеру, у нас есть пожилой постоя-



В пансионате всего проживают 65 постояльцев в возрасте от 45 до 93 лет.

Я считаю работу в сфере социальной защиты своей миссией. Наверное, истоки моей тяги к этой профессии лежат в детстве: желание стать помощником по уходу за больными пожилыми людьми пробудила во мне моя бабушка Мария Митрофановна. Она воспитывала нас с сестрой, когда мы в раннем детстве остались сиротами, приучала уважительно относиться к пожилым и немощным. Мы жили тогда в маленьком поселке Тамбовской области, бабушка трудилась в полеводстве, потом работала дояркой на ферме, она одна поднимала нас.

лец - Леонид Игоревич, ему около 80 лет. В прошлом он был талантливым дирижером. Сейчас, к сожалению, имеет болезнь Альцгеймера, которая прогрессирует, и нет лечения, способного остановить это заболевание. Уход за людьми с такими заболеваниями особенно сложен. У человека очень слабый мышечный корсет. Попросту говоря, человек не может контролировать свое тело и мышцы, управлять ими. Приходится фиксировать его в кресле, чтобы он случайно не потерял равновесие и не упал. Тем не менее, это высокий мужчина, которого необходимо переодевать, мыть, оказывать помощь в чистке зубов, кормить, готовить к прогулке, выводить на прогулку и так далее. Мы стараемся со всеми этими задачами не просто справляться на отлично, но и при этом создать максимально комфортные условия опекаемому.

Комфортному пребыванию и улучшению самочувствия способствует и само окружение: территория пансионата расположена в живописном сосновом бору на берегу красивого озера. В здании комнаты обставлены по-домашнему уютно, оснащены медицинскими кроватями для инвалидов

с подъемными механизмами и специальными матрасами против пролежней, это облегчает уход и снижает риск осложнений. Ванны оборудованы стульями для мытья и нескользящими ковриками. У кроватей установлены кнопки тревожного вызова персонала.

В интерьере все максимально обустроено по принципу доступной среды, помещения оборудованы поручнями, перилами и пандусами. В учреждении предоставляют ходунки, коляски и другие средства передвижения для маломобильных постояльцев. У пожилых людей есть возможность посещать творческие вечера, выступления приглашенных коллективов, участвовать в праздниках и мастер-классах.

- Скажите, за что Вы цените свою профессию, какие плюсы в ней есть?

- Вы знаете, моя работа научила меня по-другому смотреть на старость. К ней нужно себя постепенно готовить: оставаться в хорошей форме - например, найти для себя вариант легкой физической нагрузки, заниматься ходьбой, следить за питанием и весом, а еще тренировать ум и память - читать литературу, разгадывать кроссворды или заниматься творчеством, вовремя начинать обращаться к врачам, потому что многие болезни коварно прячутся, а ведь здоровье лучше проверять каждый год. Удовольствие в моей работе мне приносит то, что я окружена очень приятными и дружелюбными людьми, что я несу людям мир и любовь, как бы продаю им жизнь.

Дело реабилитации и ухода за пожилыми и больными людьми стало призванием моей героини. Она, как и все помощники по уходу в пансионате, работает вахтовым методом, имея достаточный отпуск, чтобы восстановиться. Однако Наталья Владимировна не может надолго оставить своих подопечных и уезжает домой всего пару раз за год на несколько дней, чтобы вернуться и с новыми силами продолжить нести свою особую миссию.

- Мои дети уже выросли, мужа нет в живых, а с внуками я общаюсь ежедневно с помощью гаджетов, - сказала напоследок моя героиня. - Теперь социальная помощь - дело всей моей жизни. И наши подопечные стали мне как родные дедушки и бабушки^[47]

Людмила ЛОГИНОВА

Фото предоставлены автором

