

### Чек-лист для выбора учреждения долговременного проживания для пожилого человека.

Мы знаем, что вам важно обеспечить своему близкому человеку долговременный уход самого высокого уровня, и мы хотим вам помочь выбрать правильное учреждение, в котором ваш близкий будет в безопасности в окружении профессионалов.

Скорее всего, все учреждения, в которые вы позвоните, расскажут вам про домашнюю атмосферу, безопасность, круглосуточное медицинское обслуживание, качественный уход и питание. Чтобы убедиться, что все обещанное по телефону соответствует действительности, обязательно посетите понравившиеся учреждения и обратите внимание, соответствуют ли они следующим критериям:

№	Название критерия	Что проверить?	Ваша отметка
1.	<b>Адаптированность здания</b>		
		✓ входные группы оборудованы пандусами и поручнями;	
		✓ наличие на территории скамеек (стационарных или мобильных) с достаточным количеством мест для пожилых людей, передвигающихся самостоятельно;	
		✓ наличие замкнутого прогулочного маршрута на территории для пожилых людей, страдающих деменцией;	
		✓ убедитесь, что ширина входной двери и коридоров в здании достаточная для проезда инвалидных кресел (не менее 100 см), межкомнатных дверей не менее 90 см;	
		✓ наличие коридорных поручней и на лестницах с двух сторон;	
		✓ наличие в комнатах кнопок вызова сотрудников, в том числе переносных (для немобильных пожилых людей);	
		✓ обеспечение всеми необходимыми средствами для оказания ухода: функциональные кровати, кресла-туалеты, кресла-каталки, противопролежневые системы, ходунки и т.п.;	
		✓ наличие санузлов в каждой комнате и их адаптированность (в санузле не должно быть высокой ванной, в идеале, чтобы это был слив в пол, в крайнем случае, поддон, к которому можно подойти с двух сторон (не путать с душевой кабинкой, дверцы которой мешают оказывать помощь при осуществлении гигиенических процедур), обязательно наличие стула для мытья и поручней на стенах). Вас должно насторожить, если вам говорят о том, что для пожилых людей, страдающих деменцией, для немобильных пожилых людей не нужен санузел/душ в комнате. Скорее всего, в этом учреждении нет должного уважения к личному достоинству человека, и будут надевать подгузник даже тем, кто может еще контролировать мочеиспускание самостоятельно. Запомните, санузел и душ в комнате должен быть всегда;	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ спросите, на каком этаже проживают маломобильные и немобильные пожилые люди, если выше первого, есть ли возможность выхода на улицу;</li> </ul>	
<b>2.</b>	<b>Качество ухода и активизация</b>		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ отсутствие неприятного запаха (при хорошем уходе не должно быть неприятного запаха в помещении, вас так же должно насторожить, если слишком сильно пахнет освежителем воздуха/хлоркой, это может быть один из способов замаскировать наличие неприятного запаха);</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ опрятный внешний вид пожилых людей: ногти подстрижены, чистые и хорошо расчесанные волосы, чистая отглаженная одежда, соответствующая сезону;</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ отсутствие (или низкий процент) в учреждении людей, которые в дневное время лежат в комнатах (даже немобильные пожилые люди должны быть одеты, причесаны и принимать участие в занятиях в общей зоне. Пожилым людям важна социализация. Питание в кровати, отсутствие прогулок и занятий снижает продолжительность и качество их жизни);</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ использование подгузников только тогда, когда это действительно необходимо (задайте вопрос: много ли пожилых людей используют подгузники, вас должно насторожить, если их большинство. Даже пожилого человека, страдающего деменцией необходимо водить в туалет, чтобы он не утратил этот навык. Для персонала подгузник – меньше хлопот, для пожилого человека – унижение и утрата навыка);</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ обратите внимание на досуговые мероприятия, чем заняты люди во время вашего визита, если занятия есть, то кто их проводит специалист или те же сиделки, которые занимаются оказанием ухода;</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ предусмотрены ли в учреждении выездные мероприятия, как отмечаются праздники, участвуют ли в них немобильные пожилые люди и люди, страдающие когнитивными расстройствами.</li> </ul>	
<b>3.</b>	<b>Медицина</b>		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ наличие медицинской лицензии (попросите показать);</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ обратите внимание, попросят ли у вас при поступлении хотя бы базовые анализы на отсутствие инфекционных заболеваний, это в первую очередь безопасность;</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ наличие врачей, которые регулярно следят за состоянием здоровья пожилых людей (лучше, если врачи штатные, а не приглашенные извне. В учреждении должен быть хотя бы терапевт (гериатр), который наблюдает пожилого человека и знает все его особенности.);</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ попросите показать, какая документация ведется,</li> </ul>	

		отслеживается ли динамика состояния проживающих пожилых людей, где это фиксируется;	
		✓ круглосуточное наличие медсестер для оказания первой медицинской помощи до приезда скорой;	
		✓ наличие других специалистов психиатр, инструктор ЛФК, реабилитолог и пр. (особенно это важно, если вы привозите человека, страдающего деменцией, или перенесшего инсульт, инфаркт, перелом шейки бедра и прочие тяжелые заболевания);	
		✓ наличие четких протоколов действий в чрезвычайных ситуациях (спросите, например, как поступают сотрудники, если случается падение пожилого человека. Убедитесь, что есть четкий протокол действий);	
		✓ сотрудничество с клиниками для экстренной помощи и госпитализации (лучше, если у учреждения, которое вы смотрите, есть договоры, заключенные с несколькими клиниками. У вас должен быть выбор - обратиться в местную больницу, или в более специализированное учреждение, если этого требует ситуация);	
		✓ могут ли ухаживать за немобильными пожилыми людьми и пожилыми людьми, страдающими когнитивными расстройствами и чем это подтверждают (специалисты, занятия по поддержанию когнитивных функций, лицензия, наличие документации для мониторинга потребления жидкости, состояния кожного покрова, контроля выделений и т.п.).	
<b>4.</b>	<b>Персонал</b>		
		✓ создают ли сотрудники впечатление отдохнувших и мотивированных на работу людей (пообщайтесь не только со старшей медсестрой/управляющей учреждения, но и с сиделками, спросите, где живут сотрудники и какой у них график работы, убедитесь, что сотрудники не ночуют в комнатах вместе с проживающими и не работают сутками);	
		✓ достаточное ли количество персонала (посмотрите, гуляют ли с маломобильными пожилыми людьми, если не гуляют, скорее всего, сотрудников не хватает, и нет времени, чтобы одеть и сопроводить маломобильных пожилых людей на прогулку);	
		✓ скорость реакции на просьбу о помощи (обратите внимание, как реагируют сотрудники на просьбы проживающих людей, если в комнате, которую вы смотрите, есть тревожная кнопка, нажмите на нее, посмотрите на скорость реакции персонала на вызов);	
		✓ наличие медицинских книжек у сотрудников (задайте вопрос, есть ли они, попросите показать)	
<b>5.</b>	<b>Уважение достоинства личности</b>		
		✓ обратите внимание, как сотрудники общаются с пожилыми людьми, страдающими деменцией, как	

		реагируют на их просьбы (общение должно происходить вежливо, не раздражительно), насколько уважительно вам рассказывают о пожилых людях, страдающих деменцией;	
		✓ обратите внимание, стучатся ли сотрудники в дверь перед тем, как зайти в комнату;	
		✓ в идеале проживание должно быть 1-2 местное, если в учреждении вам предлагают 4-5 местную комнату об уважении достоинства в нем точно не может быть и речи;	
		✓ обратите внимание, зададут ли вам вопрос про привычки пожилого человека, его интересы;	
		✓ обратите внимание на то, соблюдается ли в учреждении приватность (например, не меняют ли подгузники при открытой входной двери в комнату).	
<b>6.</b>	<b>Пожарная безопасность</b>		
		✓ огнетушители на каждом этаже;	
		✓ наличие автоматической пожарной сигнализация (чтобы быть уверенными, что датчики – не муляж, проверьте, что сигнал выводится на общий пост);	
		✓ передача сигнала автоматической пожарной сигнализации в МЧС (попросите показать оранжевый ящик – «Стрелец-мониторинг»);	
		✓ необходимое количество средств индивидуальной защиты дыхания при пожаре (попросите показать маски «Феникс» или «Шанс», убедитесь хотя бы на глаз, что их хватит для всех проживающих);	
		✓ наличие аптечки на каждом посту для оказания помощи при пожаре (желательно на каждом этаже);	
		✓ передаются ли сведения о людях, находящихся на объекте, в пожарную часть (попросите показать журнал передачи, в нем должна быть информация о том, сколько человек проживает, сколько работает).	