



Партнеры по уходу

Заботимся вместе

Информационный пакет для посетителей и волонтеров
в пансионатах для пожилых людей



Australian Government
Aged Care Quality and Safety Commission

Engage
Empower
Safeguard



Оглавление

Как защитить себя и своего пожилого подопечного	3
Гигиена рук	6
Ношение маски	9
Советы по ношению СИЗ	13
Борьба с распространением инфекции во время вспышки заболевания	14
Памятка: Посещение пансионата во время вспышки заболевания	17
Что такое программа «Партнеры по уходу»?	21
Декларация	23



Как защитить себя и своего пожилого подопечного

Комиссия по качеству и безопасности ухода за пожилыми людьми разработала материалы, которые помогут родным и близким поддерживать социальные связи и, что немаловажно, заботиться о пожилых людях, живущих в пансионатах, даже во время вспышек заболеваний. Этот информационный пакет научит вас бороться с распространением микробов.

Какая информация вошла в этот пакет?

Пакет расскажет о том, как:

- защитить себя и своего пожилого подопечного
- следить за гигиеной рук
- носить маску
- бороться с распространением инфекции при вспышках заболеваний
- посещать пансионаты для пожилых людей во время вспышек.

Кроме того, Комиссия разработала обучающие онлайн-модули по основной информации в этом пособии. Модули доступны на [сайте Комиссии](#).

Почему важна профилактика и контроль инфекций?

Пожилые люди – одни из самых уязвимых в нашем обществе, особенно к инфекциям и инфекционным заболеваниям. Навещая жильца пансионата, вы несете ответственность за соблюдение надлежащих методов профилактики инфекций и инфекционного контроля.

Некоторые действия нужно совершать при каждом посещении пансионата. Можно чувствовать себя хорошо, но быть заразным, даже не зная об этом. Поэтому все ваши действия очень важны и помогают остановить распространение инфекционных заболеваний вроде желудочного или обычного гриппа и ковида и обезопасить всех, включая вас самих.

Помните:

- Профилактика инфекций и инфекционный контроль – дело всех и каждого.
- Важно соблюдать все рекомендации и требования пансионата. Уточняйте эти требования в пансионате.
- Во время вспышки вам придется действовать иначе, поскольку нужны дополнительные меры предосторожности. Если в пансионате вспышка, обратитесь к нашей [памятке](#) за дополнительной информацией.
- Каждый жилец пансионата имеет право поддерживать социальные связи, в том числе принять не менее одного посетителя за время вспышки. В информационном бюллетене Комиссии [«Обеспечение безопасного доступа посетителей в пансионаты для пожилых людей»](#) подробнее рассказано о различных типах посетителей пансионатов и обязанностях администрации обеспечивать посетителям безопасный доступ.



Как защитить себя и других...

Перед посещением пансионата для пожилых людей

- Если вы приболели оставайтесь дома.
- Следите за сообщениями органов здравоохранения, которые могут повлиять на ваш визит
- Знайте правила посещений, установленные в пансионате
- Знайте требования по вакцинации для посетителей (например, от ковида и гриппа) и вовремя прививайтесь.

Во время посещения



Мойте руки

Почему? Микроны могут распространяться контактным путем. Когда заразный человек касается человека или предмета, а другой человек прикасается к тому же участку. Микроны могут попасть на руки без вашего ведома.



Кашляйте или чихайте в сгиб локтя или в салфетку

Почему? Вирусы могут выделяться при кашле или чихании заразного человека и переноситься по воздуху в виде капелек или аэрозолей. Если кашлять в ладонь, вирусы легко могут остаться на предмете, которого после этого коснется рука. Обязательно мойте руки после пользования салфетками.



Во время посещения



Соблюдайте указания

Почему? Из письменных уведомлений и указаний сотрудников вы получите информацию, актуальную для того учреждения, которое вы посещаете.



Ходите в маске

Почему? Маски и другие средства индивидуальной защиты (СИЗ) помогают снизить риск переноса инфицированных частиц при разговоре, кашле или чихании.



По возможности соблюдайте дистанцию (1,5 м), особенно когда люди болеют

Почему? Близкий контакт создает высокий риск вдохнуть инфицированные капли или аэрозоли от инфицированного человека. Вы должны соблюдать дистанцию 1,5 метра в местах общего пользования, при этом вашему подопечному или компаньону соблюдать социальную дистанцию не нужно.



Откройте окно

Почему? Открытое (по возможности) окно создает естественную вентиляцию и рассеивает заразные частицы в воздухе. Прежде чем открывать окно, спросите разрешения у персонала.

После посещения



Позвоните директору пансионата, если:

- вы почувствовали недомогание, так как вы могли быть заразны во время посещения
- у вас возникли вопросы или сомнения.



Гигиена рук

Гигиена рук – это содержание рук в чистоте. Она важна и для вашей собственной безопасности, и для защиты окружающих от заболевания. Придя в пансионат, нужно помыть или протереть руки, чтобы предотвратить распространение микробов.

Руки можно держать в чистоте двумя способами:

- протирать антисептиком
- мыть с мылом.

Когда протирать руки антисептиком?

Руки нужно протирать антисептиком:

- при входе и выходе из пансионата
- перед входом в комнату к жильцу
- после касания кнопки дверного звонка, дверных ручек, поручней на лестнице и любых других контактных поверхностей и предметов
- выходя из комнаты жильца.



Чтобы просмотреть ролик о том, как протирать руки антисептиком, считайте QR-код или откройте в браузере ссылку:

<https://www.agedcarequality.gov.au/resources/hand-hygiene-washing-hands-sanitiser-video-partners-care>

Когда нужно мыть руки с мылом?

Руки нужно вымыть с мылом:

- если вы дотронулись до явно грязного предмета
- если на руках видна грязь
- после похода в туалет.



Чтобы посмотреть ролик о том, как мыть руки с мылом, считайте QR-код или откройте в браузере ссылку:

<https://www.agedcarequality.gov.au/resources/hand-hygiene-washing-hands-soap-video-partners-care>



Как протирать руки антисептиком?



1. Нанесите антисептик

- Выдавите 1-2 дозы антисептика на руки.
- Антисептика должно хватать на обе руки.



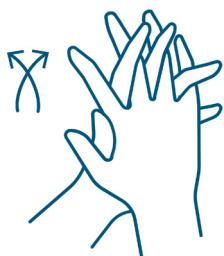
2. Потрите руку об руку

- Сомкните ладони.
- Разотрите антисептик между ладонями.



3. Потрите тыльную сторону ладоней

- Положите одну ладонь на тыльную сторону другой.
- Переплетите пальцы и потрите вверх-вниз.
- Повторите с другой стороны.



4. Переплетите пальцы

- Сомкните руки ладонями.
- Переплетите пальцы и потрите вверх-вниз.



5. Потрите тыльную сторону пальцев

- Согните пальцы одной руки и потрите о другую ладонь круговыми движениями.
- Повторите с другой стороны.



6. Потрите каждый большой палец

- Потрите большой палец ладонью другой руки вверх-вниз.
- Повторите с другой стороны.



7. Потрите ладони кончиками пальцев

- Круговыми движениями пальцев одной руки потрите ладонь другой руки.
- Повторите с другой стороны.

8. Вотрите антисептик в запястье каждой руки

9. Дайте антисептику высохнуть.

- Не вытирайте руки полотенцем.



Как мыть руки с мылом?



1. Намочите руки

- Откройте кран и намочите руки.
- Не закрывайте кран, пока не выполните все шаги, но не смывайте мыло до самого конца.



2. Намыльте руки

- Потрите ладони друг о друга.
- Не экономьте мыло.
- От трения рук друг о друга должна получиться пена.



3. Потрите тыльную сторону ладоней

- Положите одну ладонь на тыльную сторону другой.
- Переплетите пальцы и потрите вверх-вниз.
- Повторите с другой стороны.



4. Переплетите пальцы

- Сомкните руки ладонями.
- Переплетите пальцы и потрите вверх-вниз.



5. Потрите тыльную сторону пальцев

- Согните пальцы одной руки и потрите о другую ладонь круговыми движениями.
- Повторите с другой стороны.



7. Потрите ладони кончиками пальцев

- Круговыми движениями пальцев одной руки потрите ладонь другой руки.
- Повторите с другой стороны.



8. Смойте мыло

- Подставьте руки под воду и смойте всё мыло.
- По возможности закройте кран локтем. НИЧЕГО НЕ ТРОГАЙТЕ РУКАМИ.

9. Вытрите руки насухо

- Вытрите руки чистым бумажным полотенцем.
- Не пользуйтесь тканевыми полотенцами.

Помыв руки, не прикасайтесь ни к раковине, ни к крану, ни к мусорному ведру, иначе руки придется мыть заново.



Ношение маски

Почему нужно ходить в маске?

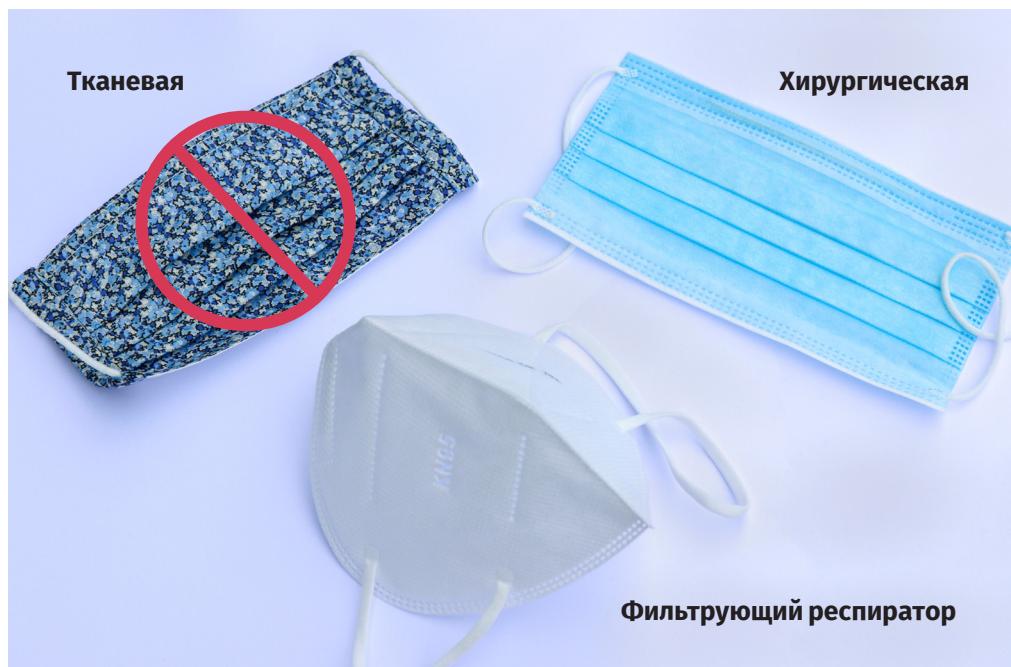
Маска – важная часть самозащиты от болезней. Маска защитит и того, кого вы посещаете или о ком заботитесь. В обычной жизни вы могли ходить в тканевой или хирургической маске. Еще существуют маски-респираторы.

В пансионатах для пожилых людей нужно надевать соответствующую маску, чтобы предотвратить распространение микробов, включая вирусы простуды, гриппа и ковида. Можно быть переносчиком микробов, даже не имея симптомов.

Какую маску выбрать?

Чтобы защитить себя и окружающих, желательно ходить в хирургической маске или фильтрующем респираторе (другие названия – маска PFR, P2 или N95). Тканевые маски не так эффективны и не подходят для ношения в пансионатах для пожилых людей. Маска должна плотно прилегать и закрывать нос и рот.

Рекомендуется гладко бриться (или коротко подстригать щетину): доказано, что борода нарушает прилегание маски у носа и рта. Неплотно сидящая маска повышает риск распространения микробов.





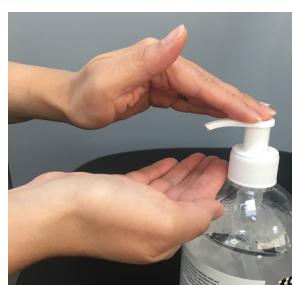
Как часто нужно менять маску?

Хирургические маски, маски Р2 и Н95 НЕ многоразовые. При каждом посещении пансионата нужно надевать новую маску. Тогда маска прослужит до четырех часов, если только не намокнет и не порвется. Если маска намокла или порвалась, ее нужно сразу заменить.

Если вы сняли маску, ее нужно выбросить в мусор и надеть новую. Во время вспышек инфекций использованные маски нужно выбрасывать в специальный мусорный бак. Персонал вам в этом поможет.

Выбросив маску, не забывайте сразу дезинфицировать руки.

Как надевать хирургическую маску?



Шаг 1. Протрите руки антисептиком.



Шаг 2. Возьмите маску за ремешки или петли и наденьте ремешки на голову или петли на уши.



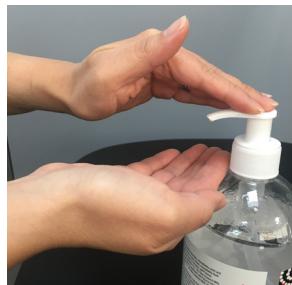
Шаг 3. Проверьте, что маска закрывает рот, нос и плотно прилегает к лицу, и обожмите клипсу вокруг носа.



Шаг 4. Надев маску, не прикасайтесь к ее передней части.



Как надевать маску Р2 или N95?



Шаг 1. Протрите руки антисептиком.



Шаг 2. Разверните маску внутренней стороной вверх. Раскройте боковины и расправьте ремешки. У верхнего края маски есть металлическая полоска. Это клипса на нос. Слегка согните ее пополам.



Шаг 3. Возьмите маску в пригоршню, а ремешки пропустите за пальцами.



Шаг 4. Приложите маску нижним краем ниже подбородка, а клипсой на переносицу.



Шаг 5. Одной рукой поддерживая маску снаружи, натяните нижний ремешок на голову. Расположите ремешок на затылке ниже ушей.



Шаг 6. Верхний ремешок натяните на голову и расположите у макушки.



Шаг 7. Поправьте ремешки. Ремешки не должны перекручиваться.



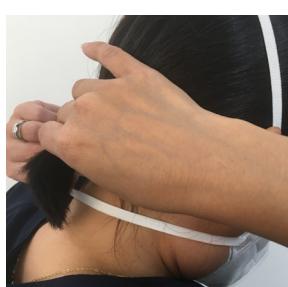
Шаг 8. Поправьте маску на щеках и подбородке.



Шаг 9. Всегда подгоняйте и прижимайте металлическую клипсу к переносице двумя руками по направлению к лицу.



Шаг 10. Пальцами обожмите клипсу с обеих сторон.



Шаг 11. Проверьте, что под маску не попали щетина, волосы и серьги.



Шаг 12. Прижмите края маски к лицу, щекам и носу.



ВидеоИнструкция по надеванию маски P2 или N95 и проверке посадки доступна по QR-коду или по ссылке: <https://www.agedcarequality.gov.au/resources/wearing-mask-video-partners-care>

Как проверить, что маска P2 или N95 сидит правильно?



Шаг 1. Поднесите руки к краям маски.



Шаг 2. Глубоко вдохните и задержите дыхание на несколько секунд, при этом маска должна схлопнуться внутрь.



Шаг 3. Выдохните, проверьте, что маска надулась, и пощупайте, не выходит ли воздух.

Важно, чтобы маска правильно сидела: это предотвратит проникновение вирусов при вдохе. Чтобы проверить, правильно ли сидит маска:

- выполняя следующие два шага, осторожно поднесите руки к краям маски и пощупайте, не просачивается ли воздух из-под боков или верха маски
- **ШАГ 1:** глубоко вдохните; маска должна схлопнуться внутрь
- **ШАГ 2:** выдохните; маска должна надуться наружу
- если воздух просачивается по бокам маски. Поправьте маску, обожмите металлическую клипсу и поправьте ремешок
- если воздух просачивается у носа. Поправьте клипсу до плотного прилегания.

Если отрегулировать маску не удается, обратитесь за помощью к сотрудникам пансионата. Возможно, нужно проверить ремешки и посмотреть, не попало ли что-нибудь (например, серьги или волосы) под края маски.

Если маску пришлось отрегулировать, то после регулировки нужно снова проверить, как она сидит. Если маска все равно не прилегает, возьмите маску другого типа. Лица у всех разные. Одни маски сидят лучше, другие хуже.



Советы по ношению СИЗ

- Маска может давить и причинять неудобство. Попросите персонал проверить, правильно ли сидит маска. Ремешки не должны быть смяты или перекручены. Края маски не должны быть смяты, свернуты или лежать складками.
- Увлажняйте кожу лица до и после посещения в маске.
- Перед тем как надеть СИЗ, заколите волосы или соберите их на затылке. Если на вас защитный лицевой щиток, не убирайте под ним волосы от глаз руками в перчатках.
- Чтобы маска плотно сидела, лицо должно быть гладко выбритым либо с короткой щетиной.
- Прежде чем надевать СИЗ, подумайте, какие предметы вам могут понадобиться. При надетых СИЗ нельзя засовывать руки в карманы, в сумки или снимать одежду, поскольку это приводит к загрязнению.





Борьба с распространением инфекции во время вспышки

Риск заражения существует при каждом посещении пансионата, но во время вспышки или когда ваш подопечный заражен, могут возникать дополнительные риски.

Посещая пансионат во время вспышки инфекционного заболевания, например, желудочного гриппа или ковида, нужно совершать дополнительные действия, чтобы не дать инфекции распространяться, а также чтобы ограничить риски и обезопасить всех.

Если вы не хотите прерывать посещения на время вспышки, нужно прежде всего учесть все риски, включая ваше собственное состояние здоровья и иммунитет.

Важно помнить, что режим посещений и инфекционного контроля в пансионатах может быстро меняться в зависимости от рисков в любое время. Будьте в курсе возможных изменений, чтобы вспышка не застала вас врасплох.



Требования к посетителям

Посещение пансионата во время вспышки нужно согласовывать с пансионатом, чтобы там подготовились к вашему приходу. Подготовка включает в себя наличие СИЗ и поддержки для вас. Будут приложены все усилия, чтобы вы могли продолжать навещать своего подопечного.

Перед посещением проверьте, что вы соблюли все требования пансионата. В разное время это могут быть:

- предписания и сообщения органов здравоохранения
- требования к вакцинации (например, от ковида и гриппа)
- экспресс-тест на антигены (rapid antigen test RAT) или другие тесты согласно указаниям.
- прохождение всего обучения, предусмотренного программой «Партнеры по уходу», и обучения, предусмотренного конкретным учреждением.

В первое посещение после начала вспышки может также проводиться инструктаж, на котором вам покажут, в какие зоны можно заходить, а в какие нельзя, и научат правильно и безопасно пользоваться СИЗ.

Помните: если вы чувствуете недомогание, оставайтесь дома и не ходите в пансионат для пожилых людей.



Помните о гигиене рук

Руки всегда должны быть чистыми. Подумайте:

- правильно ли вы моете руки?
- знаете ли вы, когда руки нужно мыть, а когда дезинфицировать?
- моете ли вы руки, когда это необходимо?

Например, на входе и на выходе из комнаты человека, которого посещаете.



Не забывайте об окружающих

Думаете ли вы об окружающих? Помните:

- по возможности нужно соблюдать дистанцию 1,5 м
- количество людей в той или иной зоне ограничено.

Пансионат будет разделен на разные зоны в зависимости от уровня риска. Знайте, когда можно приходить в пансионат, а когда нельзя, и соблюдайте правила.



Надевайте необходимые СИЗ

К средствам индивидуальной защиты (СИЗ) относятся маски, халаты, перчатки и средства защиты глаз. В пансионате вас могут попросить надеть СИЗ, чтобы снизить риск заражения и переноса микробов.

Во время вспышки обязательны маски с повышенным уровнем защиты; они называются Р2 или N95. Снимая маску, нужно ее правильно утилизировать и продезинфицировать руки.

При посещении вас могут попросить надеть дополнительные СИЗ, если:

- человек, которого вы посещаете, нездоров и ожидает результата теста
- человек, которого вы посещаете, является контактом высокого риска и может быть инфицирован
- в пансионате вспышка заболевания.

Во время вспышки такими дополнительными СИЗ могут быть:

- маски Р2 или N95 с повышенным уровнем защиты. Снимая маску, нужно ее правильно утилизировать и продезинфицировать руки.
- средства защиты глаз – например, защитные очки или лицевые щитки (помните: очки с диоптриями не обеспечивают достаточной защиты)
- халаты
- перчатки.



Соблюдайте все указания

Важно соблюдать все указания пансионата, в том числе о входе и перемещении по зданию.

Во время вспышки ваше передвижение будет ограничено определенными зонами в пределах пансионата. Это значит, что:

- у вас может быть доступ только в определенные зоны
- СИЗ придется менять при выходе из зоны, например, в туалет.

Во время вспышки могут меняться график и формат посещений. Чтобы обезопасить вас и вашего подопечного, вам сообщат, ограничен ли ваш визит комнатой жильца. Это зависит от уровня риска.



Другие изменения

Вы можете заметить и другие изменения во время вспышки, например:

Более частая уборка

Контактные поверхности, например, поручни кроватей, выключатели света и поручни могут чаще протираться, а спальни могут чаще убираться.

Изменения в питании

Еда может готовиться в другом месте и доставляться в комнату к вашему подопечному. Кроме того, еда может подаваться не в обычной, а в одноразовой посуде.

Усиленный контроль

Может быть усилен контроль за здоровьем и самочувствием всех жильцов. Это может быть регулярное измерение температуры, аусcultация легких и контроль других изменений состояния и самочувствия.

Персонал

Временно помогать с уходом и поддержкой может другой или новый персонал. Это может быть связано с тем, что обычный персонал находится на самоизоляции дома.

Поймите: изменения призваны защитить жильцов и персонал. Они вводятся временно.



Защитите себя и окружающих

Подумайте о том, как вам продолжать навещать своего подопечного без риска для себя и как не дать инфекции распространяться на других людей. В следующей памятке для посещения пансионата во время вспышки приведены рекомендации о том, как ограничить риски для себя и окружающих.

Доступная поддержка:

С возникающими вопросами обращайтесь к директору пансионата.

За дополнительной информацией звоните.

в службу My Aged Care **1800 200 422** или

заходите на сайт www.myagedcare.gov.au

на Единую горячую линию по коронавирусу
1800 020 080



Памятка: Посещение пансионата во время вспышки

Эта памятка о том, как на практике ограничить риски для себя и окружающих при посещении пансионата для пожилых людей во время вспышки инфекции.

Перед посещением

Что?	Почему?
Гигиена рук: не забывайте протирать руки антисептиком или мыть с мылом.	Правильная гигиена рук очень важна для защиты от микробов и от распространения микробов среди других людей.
Обсудите с пансионатом время вашего первого посещения.	Персонал поможет вам сориентироваться в пансионате и объяснит, в какие зоны можно заходить. Вам также объяснят, какие СИЗ нужны, помогут их надеть и снять и ответят на возникшие вопросы.
Имейте в виду, что ваш визит будет ограничен определенной зоной пансионата – например, комнатой человека, за которым вы ухаживаете.	Это снижает риск распространения инфекции в пансионате.
Уточните у персонала, какие нужны СИЗ. Если до этого вы не пользовались СИЗ, может потребоваться время на привыкание, поэтому может иметь смысл запланировать сокращенный визит.	СИЗ помогут снизить риск заражения и распространения микробов.
Вовремя прививайтесь от ковида и от гриппа; будьте готовы предъявить справки о вакцинации.	Вакцинация – важный способ не заразиться и не заболеть, а также не заразить других.



В день посещения: прежде чем выйти из дома

Что?	Почему?
Отмените посещение, если вы чувствуете недомогание или появились такие симптомы, как кашель или чихание.	Посещение пансионата для пожилых людей при плохом самочувствии создает риск дополнительного заноса инфекции в пансионат.
Одевайтесь удобно. Не надевайте одежду, в которой при надетых СИЗ будет слишком жарко или холодно. Страйтесь не надевать вещи, которые могут сползти или сняться вместе с СИЗ (например, серьги).	В СИЗ (например, в халате) бывает жарко и неудобно. Кроме того, СИЗ могут цепляться за свободную одежду или украшения.
При работе в СИЗ очки с диоптриями могут запотевать.	Чтобы очки не так запотевали, можно в аптеке или салоне оптики купить антизапотевающие салфетки (anti-fog wipes). Это поможет лучше видеть при надетых СИЗ.
В пансионат берите с собой только самое необходимое, чтобы не принести домой предметы, на которых остались микробы. Если вы обычно носите украшения, например, серьги или часы, лучше их оставить их дома. Вам нельзя будет пользоваться личной бутылкой для питья, пока вы находитесь в комнате у жильца пансионата.	Предметы, вносимые в каждую зону пансионата во время вспышки, перед выносом из зоны нужно протирать и дезинфицировать. Если вы обычно ходите с сумочкой, уточните у персонала, можно ли ее проносить к жильцу. Это бывает запрещено из-за риска заражения. Некоторые предметы, например, еда или книги, которые вы принесете жильцу, останутся у него. Если вы планируете принести в комнату жильца такие устройства, как планшеты или ноутбуки, а уходя забрать их с собой, сначала уточните у персонала, разрешено ли это и смогут ли вам помочь с протиранием и дезинфекцией в начале и в конце посещения.
Перед выходом из дома не забудьте поесть и попить.	В комнате у жильца небезопасно есть и пить, не сняв маску.
Берите с собой еду или закуски, которые ваш подопечный сможет съесть без риска для здоровья.	Вместе принимать пищу не рекомендуется, но ваш подопечный может спокойно и без опаски есть в вашем присутствии.
Перед посещением пансионата зайдите в туалет.	Может оказаться, что вам нельзя будет пользоваться туалетом в комнате жильца. Возможно, вам разрешат сходить в другой туалет в пансионате, но в этом случае вам нужно будет снять все СИЗ и надеть новые.



В день посещения: посещение своего подопечного

Что?	Почему?
Следуйте указаниям и отвечайте на все вопросы о симптомах.	Это одно из мероприятий по минимизации заноса инфекции в пансионат.
По требованию предъявите документы о вакцинации. Персонал также сообщит, нужно ли вам сделать экспресс-тест на антигены (RAT).	
Персонал пансионата поддержит вас и проконсультирует по вопросам инфекционного контроля и СИЗ. Чтобы безопасно надевать и снимать СИЗ, нужно много практики и опыта.	Инфекционный контроль и СИЗ могут быть для вас в новинку. В целях безопасности персонал может вам помочь и показать, что делать, в том числе как пользоваться СИЗ, прежде чем вы войдете в пансионат или комнату жильца.
Прежде чем надевать СИЗ, подумайте, какие предметы вам могут понадобиться. Надев СИЗ, нельзя засовывать руки под СИЗ в карманы, в сумки или снимать одежду.	После того, как СИЗ надеты, внешние слои могут быть заражены. Ни в коем случае нельзя засовывать руку под халат или под маску, в том числе чтобы достать телефон или что-нибудь из кармана, так как есть риск заразиться.
Во время вспышки, скорее всего, изменятся виды разрешенных совместных занятий с жильцом.	В этом случае вам придется снять надетые СИЗ, правильно утилизировать в соответствующие контейнеры, протереть руки антисептиком, а затем надеть новые СИЗ.
Советы по безопасному посещению:	Уточняйте у персонала, какие занятия разрешены без угрозы для безопасности. Для занятий или смены обстановки могут лучше подойти открытые площадки.
<ul style="list-style-type: none">• можно сидеть рядом с жильцом (не обязательно соблюдать дистанцию 1,5 метра)• можно помогать с такими процедурами, как причесывание и чистка зубов, прием пищи, увлажнение кожи и прочее, что доставляет человеку комфорт• не стоит целовать жильца (не следует снимать маску)• Если вы пользуетесь ноутбуком или мобильным устройством, то прикасаться к устройству должны только вы (а не оба).• Идя по зданию до комнаты жильца, сознательно старайтесь ничего не касаться.	



В день посещения: в конце посещения

Что?	Почему?
Снимая СИЗ, важно сделать это правильно, а также правильно разложить СИЗ по контейнерам для инфекционных отходов. Персонал сможет вам помочь. Сняв СИЗ, не забудьте вымыть руки с мылом.	Снятие СИЗ – самая сложная часть. Важно всё делать правильно, иначе есть риск перенести инфекцию с загрязненных СИЗ на себя.
Если вы внесли какие-либо вещи в комнату жильца и хотите вынести их обратно, вещи нужно будет тщательно протереть и продезинфицировать.	Персонал должен будет вас этому научить. Вам выдадут моющие и спиртовые салфетки для протирания и дезинфекции личных вещей. При этом нужна осторожность, так как некоторые химикаты разъедают экраны электронных устройств. Возможно, придется уточнить этот вопрос у производителя.

В день посещения: придя домой

Что?	Почему?
Если вы посетили пансионат во время вспышки, вам лучше сразу направиться домой и переодеться.	Чтобы свести к минимуму риск заноса инфекции в дом, одежду следует выстирать. Стирать одежду можно вместе с другим бельем обычным моющим средством на горячей программе.
Придя домой, вымойте руки с мылом.	Если за время посещения вам пришлось несколько раз дезинфицировать руки, на них может остаться липкий слой антисептика.
Если от маски на коже появилось раздражение, нанесите увлажняющий крем и наблюдайте за состоянием кожи.	Успокоить раздражение поможет нанесение увлажняющего крема до и после ношения СИЗ.
Если после посещения у вас ухудшилось самочувствие, сообщите директору пансионата. Берегите свое здоровье! Вы – важная часть чьей-то группы поддержки и заботы.	Нельзя исключить, что вы были в пансионате в свой период заразности. Важно, чтобы в пансионате об этом знали и принимали соответствующие меры для защиты жильцов и персонала.

[Памятка разработана при участии экспертов-инфекционистов Минздрава штата Виктория](#)



Что такое программа «Партнеры по уходу»?

Программа «Партнеры по уходу» способствует развитию существующих отношений заботы между жителем пансионата и его родными и близкими.

Качество жизни и благополучие наших уязвимых пожилых людей имеют важнейшее значение. За пандемию мы узнали, насколько важна непрерывность ухода и как нарушение повседневной жизни и социальных связей вредит общему благополучию человека.

Ставясь партнерами по уходу (или просто партнерами), близкие друзья и родственники могут поддерживать тесные участливые отношения с пожилым жильцом пансионата и быть рядом с ним в самые нужные моменты. Роль партнера подразумевает возможность дополнительных посещений для ухода, поддержки и общения даже в периоды ограниченного доступа, такие как вспышки заболеваний.

Ваша поддержка как партнера по уходу будет зависеть от ваших отношений и потребностей вашего подопечного. Это могут быть такие мероприятия, как:

- помочь в одевании, уходе за полостью рта и зубами, сборах и другой уход, который вы обычно обеспечиваете
- разговоры, совместный прием пищи и другое времяпрепровождение
- помочь в выполнении физических упражнений
- сопровождение в поездках по интересующим местам.

Важно отметить, что для участия в программе «Партнеры по уходу» требуется согласие жильца пансионата или его представителя.

Каковы достоинства программы «Партнеры по уходу»?

Участие в программе «Партнеры по уходу» обеспечивает, что

1. жилец будет получать больше поддержки в повседневной жизни в плане возрастного ухода, психического здоровья, физической активности, социализации и удовлетворения культурных потребностей
2. у вас будет договор с пансионатом, и вы сможете оказывать дополнительную поддержку своему подопечному, когда он больше всего в этом нуждается и в важных для него делах
3. вы сможете уменьшить вред от социальной изоляции для здоровья и общего благополучия своего подопечного
4. в пансионате будут знать, в чём вы помогаете своему подопечному. Это особенно важно в те периоды, когда вы не можете посещать пансионат, чтобы там могли продолжать поддерживать вашего подопечного в таких важных делах, как одевание, прием пищи и общение
5. вам помогут освоить или усовершенствовать навыки профилактики инфекций и инфекционного контроля, чтобы вы могли как можно безопаснее посещать своего подопечного, не подвергая опасности ни себя, ни других жильцов.



Что нужно сделать, чтобы стать партнером?

Партнеров выбирает сам пожилой человек или его представитель. Это должен быть человек в тесных личных отношениях с жильцом.

Чтобы стать партнером, вам рекомендуется:

- посмотреть обучающие видеоролики
- изучить всю информацию в этом пакете
- изучить материалы по ссылкам – например, обучающие онлайн-модули, доступные на сайте
- пройти вводный инструктаж в пансионате

Изучив всю информацию и посмотрев видеоролики, заполните декларацию на последней странице и уточните в пансионате, какие особые требования предъявляются к участникам программы партнеров по уходу.

Договор с партнером по уходу

Договор с партнером по уходу формально закрепляет партнерские договоренности с жильцом и пансионатом. А самое главное, договор помогает обеспечить непрерывность ухода на то время, когда партнер не может навещать жильца, потому что в пансионате будут знать, в чём именно партнер помогает пожилому человеку. Это поможет пансионату заранее спланировать, как удовлетворять критические потребности в таких случаях.

Договор с партнером по уходу может включать:

- сведения о том, в чём именно партнер помогает жильцу пансионата, в том числе о том, как часто партнер будет для этого посещать пансионат.
- требования к подготовке, включая обучение профилактике и контролю инфекций (IPC) и вводные инструктажи в пансионатах
- сроки пересмотра условий договора.

[Наш образец договора с партнером.](#)

Тип поддержки, которую может предложить партнер, может измениться, если в пансионате произойдет вспышка или поступят предписания органов здравоохранения. В случае заражения или вспышки ковида пансионат введет в действие план борьбы со вспышкой. В это время должен быть обеспечен скорейший доступ, чтобы ваш подопечный и все проживающие имели постоянную возможность посещений.

Декларация

Заполните форму и распишитесь за ознакомление со всеми учебными материалами.

Как защитить себя и своего пожилого подопечного	Да	Нет
Гигиена рук	Да	Нет
Ношение маски	Да	Нет
Борьба с распространением инфекции во время вспышки	Да	Нет
Посещение пансионата во время вспышки	Да	Нет

Подпись:

Дата:



Комиссия по качеству и безопасности ухода за пожилыми людьми признает традиционных хозяев земли по всей Австралии и их непрерывную связь с землей, морем и обществом. Мы отдаляем дань уважения им и их культурам, а также старейшинам прошлого и настоящего

Редакция от 11 мая 2023 г. Могут выпускаться обновленные версии с новым материалом, поэтому регулярно заходите к нам на сайт и проверяйте актуальность своих версий. Отзывы и предложения по этому ресурсу просим направлять по электронной почте на education@agedcarequality.gov.au.



Телефон

1800 951 822



Сайт

agedcarequality.gov.au



Почтовый адрес

Aged Care Quality and Safety Commission
GPO Box 9819 (в столице вашего штата)