

**Конкурс профессионального мастерства
работников
ЛОГБУ «Сланцевский ЦСО «Надежда»
«Надежда Центра 2025»**

Номинация: «Лучший социальный работник»

«Домашняя тропинка к здоровью: реабилитация после инсульта»

Автор: Белякова Оксана Сергеевна

Социальный работник

Начало пути в сфере социального обслуживания.

В 2022 году моя жизнь изменилась, когда я впервые начала работать в Центре социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов «Надежда». Это был совершенно новый опыт полный вызовов и неизвестности. Мне предстояло ухаживать сразу за десятью людьми, каждый из которых требовал индивидуального подхода и внимания. Эта работа открыла передо мной мир заботы, ответственности и глубокого человеческого общения.



Особенности ухода за несколькими подопечными

Уход за десятью подопечными одновременно - это огромная ответственность. Каждый человек уникален, со своими привычками, состоянием здоровья и потребностями.

Важно было выстроить индивидуальный график посещений, научиться слушать и понимать каждого, а также быстро реагировать на изменения в их состоянии. Такой опыт требует высокой организованности и эмоциональной устойчивости.



Появление Владимира Федоровича

01 марта 2023 к числу моих
подопечных присоединился
Владимир Федорович. Его
история стала одной из самых
ярких в моей практике.
Владимир был известен своей
силой духа и стойким
характером, но тяжелый
инсульт изменил его жизнь
навсегда. Он стал лежачим,
утратил способность к речи, и
нуждался в постоянной
поддержке и уходе.



Вызовы после инсульта

Инсульт парализовал правую сторону тела Владимира Федоровича, а также лишил его способности говорить. В первые дни после болезни его будущее казалось мрачным, а он сам испытывал отчаяние и беспомощность. Однако даже в таких условиях он проявлял удивительную силу воли, а в его глазах горела надежда на восстановление.



Первые шаги к восстановлению

Наша совместная борьба за восстановление началась с простых упражнений. Владимир Федорович с трудом принимал свою беспомощность, но не сдавался. Мы ежедневно просматривали видеоуроки, адаптируя упражнения под его возможности. Каждый, даже самый маленький, успех вдохновлял нас продолжать работать дальше.

Психологическая поддержка и поощрение на каждом этапе реабилитации значительно повышают шансы на успех восстановления.



Преодоление психологических барьеров



Владимир Федорович, привыкший к активной жизни, сталкивался с сильным внутренним сопротивлением. Иногда ему казалось, что упражнения слишком сложны, и он хотел сдаться. Однако искра надежды и поддержка окружающих помогли ему преодолеть эти барьеры и не опустить руки. Регулярные беседы, поддержка семьи и вера в собственные силы помогают пациентам преодолевать депрессию и страх перед будущим.

Первые успехи в реабилитации

Через несколько месяцев упорных тренировок появились первые результаты: Владимир Федорович научился самостоятельно поворачиваться в постели, а затем с посторонней помощью садиться. Эти успехи стали началом новой главы в его восстановлении и придали нам обоим уверенности в правильности выбранного пути.



Интенсивная реабилитация в Тихвине

06.06.2023 года появилась возможность пройти интенсивную реабилитацию в специализированном центре города Тихвин. Мы собрали все необходимые документы, и при поддержке социального такси Владимир отправился на десятидневный курс реабилитации. Это был важный этап на пути к самостоятельности и новым достижениям.

В реабилитационных центрах используются современные методики и оборудование, что позволяет добиться лучших результатов за короткий срок



Радость возвращения и новые умения



Возвращение из Тихвина стало настоящим праздником. Владимир смог самостоятельно заводить ногу за ногу, спускать ноги с кровати и принимать сидячее положение. Он начал выполнять простые разминочные упражнения руками. Эти достижения стали символом его непреклонного духа и веры в себя. Каждое новое умение увеличивает уверенность получателя услуг в своих силах и способствует дальнейшему прогрессу.

Продолжение занятий дома

После возвращения домой Владимир продолжил регулярно выполнять упражнения, направленные на улучшение кровообращения и чувствительности конечностей. Мы вместе смотрим видеоуроки, адаптируя их под его текущие задачи. Каждый новый успех, будь то поднятие руки или самостоятельное вставание, становится поводом для празднования.

Домашние тренировки требуют самостоятельности и дисциплины, но позволяют поддерживать высокий уровень физической активности.

Вторая и третья реабилитация г. Тихвин и г. Коммунар



Через год 06.06.2024 год появилась возможность пройти второй курс реабилитации, тоже в г. Тихвин. Владимир с энтузиазмом готовился к новым испытаниям, а десятидневная программа позволила значительно улучшить его физическое состояние и координацию движений. Длительные и интенсивные программы реабилитации способствуют освоению новых навыков и возвращению к более самостоятельной жизни.

Триумфальные результаты и гордость



28.04.2025 года Владимир Федорович ездил в третий раз на реабилитацию г. Коммунар. После завершения курса в Коммунаре результаты превзошли все ожидания. Владимир научился самостоятельно принимать пищу левой рукой и значительно улучшил координацию. Это стало триумфальным завершением очередного этапа, наполненного гордостью за совместные усилия и настойчивость.

Успехи в реабилитации укрепляют веру в возможности восстановления даже при тяжелых диагнозах.

Роль духовной поддержки в восстановлении



Особое значение в процессе восстановления Владимира Федоровича приобрела духовная поддержка. Его желание принять крещение стало важным моментом на пути к внутреннему обновлению. Духовное возрождение придало ему новые силы и уверенность в своих возможностях. Духовные практики, молитвы и участие в обрядах способствуют укреплению внутреннего мира и позитивному настрою на выздоровление.

пациента.

Социальный работник и подопечный - команда

Владимир и я - не просто подопечный и социальный работник, а настоящая команда. Мы вместе преодолевали трудности, радовались успехам и поддерживали друг друга в самые сложные моменты. Наш опыт показал, что только совместная работа, доверие и искреннее участие приводят к настоящим переменам в жизни.

Взаимное уважение, поддержка и открытость - основа успешного сотрудничества в социальной сфере.

