

# Руководство по подготовке к чрезвычайным ситуациям

## Социальная изоляция: как определить и куда сообщить



### Роль работников по уходу на дому при обнаружении случая социальной изоляции, или как помочь родственникам идентифицировать социально изолированного человека и взаимодействовать с ним

Работа специалистов, обеспечивающих уход на дому, требует внимательного отношения к состоянию и ситуации пациента. Непосредственный поставщик медицинских услуг играет жизненно важную роль в разработке плана медицинского обслуживания. План ухода является ключевым моментом для определения того, получают ли пациенты надлежащий уровень обслуживания.

Хотя поставщики услуг по уходу на дому часто становятся связующим звеном между пациентами и остальными службами по уходу, они не могут принимать решения относительно ухода за пациентами. Несмотря на это, они могут заметить признаки пренебрежения к себе, изоляции, сокрытия болезней или других проблем у людей, которые не хотят покинуть свой дом, но в то же время не могут заботиться о себе самостоятельно.

### Что такое пренебрежение к себе?

Департамент по делам старения Мэриленда (Maryland Department of Aging) определяет пренебрежение к себе как «неспособность человека удовлетворить жизненно важные потребности в уходе за собой, что ставит под угрозу его безопасность и/или его здоровье».

Для дополнительной информации, посетите веб-сайт [Maryland Department of Aging](https://www.marylandaging.org/) или позвоните 410-767-1100 или 800-243-3425.

### Каковы признаки пренебрежительного отношения к себе и социальной изоляции?

Есть несколько признаков, на которые следует обратить внимание, чтобы определить, что кто-то не заботится о себе должным образом и не позволяет другим помогать ему (например, членам семьи или медицинским работникам).

Организация AARP обращает внимание на четыре признака того, что человек может быть изолирован:

- Тягостная скука, общее отсутствие интереса и замкнутость
- Безразличие к личной гигиене
- Неудовлетворительное питание
- Значительная обветшалость жилого помещения, беспорядок и накопительство

### Что с этим можно сделать

В то время как одиночество может быть полезным, старение в одиночестве таковым не является. Вот некоторые действия, которые может предпринять медицинский работник, если он обеспокоен благополучием пациента:

- Сообщить руководству и медперсоналу агентства о возможной проблеме
- Уведомить членов семьи
- Поговорить с семейным врачом
- Уведомить социальные службы

Департамента в серьезных случаях или при отсутствии членов семьи/другой поддержки

**Дополнительным ресурсом является Шкала Одиночества UCLA. Ее можно использовать, чтобы помочь пациенту ответить на ряд вопросов, которые помогут и вам, и пациенту понять, насколько сильно изоляция влияет на них. Вы также можете поработать с семьей, и задать вопросы им. Результаты следует обсудить с лечащим врачом, родственниками и другими людьми по мере необходимости.**

#### **Инструкция**

Используя 4-балльную шкалу оценок (1 = никогда; 4 = всегда), участники отвечают на 20 вопросов, например: «Как часто вы чувствуете себя обделенным вниманием?» и «Как часто вы чувствуете себя частью группы друзей?» Позже исследователи производят перестановку шкалы оценок в обратном порядке в положительно сформулированных вопросах таким образом, чтобы высокие значения означали большую степень одиночества, а затем подсчитывают баллы для каждого респондента.

#### **Форма ответа**

**1 = Никогда 2 = Редко 3 = Иногда 4 = Всегда**

1. Я чувствую себя в гармонии с окружающими меня людьми.
2. Мне не хватает общения.
3. У меня нет никого, к кому я могу обратиться.
4. Я не чувствую себя одиноким.
5. Я чувствую себя частью группы друзей.
6. У меня много общего с людьми вокруг меня.

7. Я больше ни с кем не поддерживаю близких отношений.
8. Окружающие не разделяют мои интересы и идеи.
9. Я общительный человек.
10. У меня есть люди близкие мне люди.
11. Я чувствую себя обделенным вниманием.
12. Мои отношения поверхностны.
13. На самом деле никто не знает, какой я.
14. Я чувствую себя изолированным от других.
15. Я могу найти себе компанию, когда захочу.
16. Вокруг меня есть люди, которые меня действительно понимают.
17. Я недоволен тем, что я настолько замкнут.
18. Люди вокруг меня, но не со мной.
19. У меня есть люди, с которыми я могу поговорить.
20. Есть люди, к которым я могу обратиться.

**Ссылка на онлайн тест:** <https://artemciy.gitlab.io/loneliness-scale/#/>

*Суммируйте баллы за каждый ответ. Результат в 44 балла и выше может быть интерпретирован как "одиночество".*

**Источник:** <https://spartools.org/mobility-measure/ucla-loneliness-scale-version-3/>

#### **Дополнительная информация и онлайн источники**

- Предотвращение жестокого обращения с пожилыми людьми: что делать, если вы подозреваете факт насилия Департамент по делам старения Мэриленда. <https://aging.maryland.gov/Pages/elder-abuse-prevention.aspx#:~:text=This%20includes%20not%20providing%20essential,their%20safety%20and%20for%20health>
- Опасность социальной изоляции - как ее обнаружить, как с ней бороться и как ее предотвратить. David Frank, AARP, July 3, 2018. <https://www.aarp.org/health/conditions-treatments/info-2018/social-isolation-symptoms->

Предоставлено в сотрудничестве с Управлением готовности и реагирования Министерства здравоохранения Мэриленда (Maryland Department of Health Office of Preparedness and Response) и Национальной столичной ассоциацией по уходу на дому Мэриленда (Maryland-National Capital Homecare Association).



[danger.html](https://www.dhs.gov/preparedness/health-prepare/danger.html)[preparedness.health.maryland.gov](https://preparedness.health.maryland.gov)

- Пренебрежение к себе. <https://www.dshs.wa.gov/altsa/home-and-community-services/self-neglect>.
- Социальные и медицинские работники могут решить проблему социальной изоляции и одиночества. Robert Espinoza, March 2, 2020. <http://phinational.org/direct-care-workers-can-help-address-social-isolation-and-loneliness/>
- Где вы живете, имеет значение. ASHA. <http://phinational.org/direct-care-workers-can-help-address-social-isolation-and-loneliness/>

ВПИШИТЕ ИМЯ И НОМЕР ТЕЛЕФОНА ВАШЕГО РАБОТНИКА ПО УХОДУ НА ДОМУ/УЧРЕЖДЕНИЕ ПАЛЛИАТИВНОЙ ПОМОЩИ