



Департамент здравоохранения города Москвы  
Государственное автономное учреждение здравоохранения города Москвы

**МОСКОВСКИЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ  
РЕАБИЛИТАЦИИ,  
ВОССТАНОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ  
ДЕПАРТАМЕНТА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
ГОРОДА МОСКВЫ  
(ГАУЗ МНПЦ МРВСМ ДЗМ)**

**Аннотация к дополнительной профессиональной программе повышения  
квалификации  
«ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА У ПАЦИЕНТОВ 60 ЛЕТ И СТАРШЕ ИЗ ГРУППЫ  
РИСКА ПАДЕНИЙ И КОГНИТИВНЫХ НАРУШЕНИЙ»**

### **ОБЩАЯ ИНФОРМАЦИЯ**

**Категория обучающихся:** врачи клинических специальностей: анестезиология-реаниматология, гериатрия, эндокринология, кардиология, лечебная физкультура и спортивная медицина, лечебное дело, мануальная терапия, неврология, нейрохирургия, общая врачебная практика (семейная медицина), онкология, организация здравоохранения и общественное здоровье, остеопатия, профпатология, психиатрия, психиатрия-наркология, психотерапия, ревматология, рефлексотерапия, сердечно-сосудистая хирургия, скорая медицинская помощь, терапия, токсикология, травматология и ортопедия, физиотерапия, физическая и реабилитационная медицина.

**Форма обучения:** заочная с использованием дистанционных образовательных технологий

**Трудоёмкость обучения:** 18 академических часов (ЗЕТ)

#### **Актуальность:**

Риск падения и когнитивные нарушения – одни из закономерно развивающихся гериатрических, возраст-ассоциированных синдромов, приводящих к повышенной уязвимости жизнедеятельности пожилого человека, с высоким риском развития неблагоприятных исходов для здоровья, потери автономности и смерти. Риск падения и когнитивные нарушения, тесно связанные с полиморбидностью в возрасте 60 лет и старше, потенциально обратимы. Адекватная физическая нагрузка и регулярные занятия физической культурой способны в значительной степени приостановить, затормозить развитие возрастных изменений дегенеративно-дистрофических процессов в различных органах и системах организма и личности, обеспечить доказанный профилактический эффект по снижению риска падения и уменьшению проявлений когнитивных нарушений у лиц в возрасте 60 лет и старше.

**В рамках программы повышения квалификации будут раскрыты следующие**

**темы:**

- периодизация возраста и теории старения;
- возрастные изменения сердечн-сосудистой и респираторной системы;
- возрастные изменения нервной системы, органов чувств;
- возрастные изменения опорно-двигательной системы;
- возрастные изменения эндокринной системы;
- возраст ассоциированные синдромы: риск падения и когнитивных нарушений;
- основные вопросы организации помощи по медицинской реабилитации;
- виды физических упражнений;
- механизм действия упражнений на организм;
- реакции организма и адаптация к физическим нагрузкам лиц в возрасте 60 лет и старше;
- тесты и шкалы выявления риска падения и когнитивных нарушений;
- физические упражнения для профилактики падения у лиц с риском падения в возрасте 60 лет и старше;
- оценка эффективности тренировки;
- физические упражнения для профилактики когнитивных нарушений в возрасте 60 лет и старше;
- оценка эффективности тренировки.

**Особенности реализации программы:** при реализации образовательной программы используются дистанционные образовательные технологии. Местом осуществления образовательной деятельности является место нахождения ГАУЗ МНПЦ МРВСМ ДЗМ независимо от места нахождения обучающихся.

В ГАУЗ МНПЦ МРВСМ ДЗМ созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды – единый профессиональный образовательный портал (далее – образовательный портал), включающий в себя:

- электронные информационные ресурсы;
- электронные образовательные ресурсы;
- совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств и обеспечивающей освоение обучающимися образовательной программы повышения квалификации «Лечебная физкультура у пациентов 60 лет и старше из группы риска падений и когнитивных нарушений» в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

**Цель обучения:** повышение уровня квалификации лиц, заявленных в целевой аудитории, в частности, совершенствование имеющихся и формированием новых профессиональных компетенций, необходимых для ведения пациентов в возрасте 60 лет и старше при наличии риска падения и когнитивных нарушений.

**Совершенствуемые компетенции:**

- способность и готовность анализировать закономерности функционирования отдельных органов и систем, использовать знания анатомо-физиологических основ, биомеханики, результаты клинично-лабораторных и функциональных методов исследований и оценки функционального состояния организма пациентов в возрасте 60 лет и старше при наличии риска падения и когнитивных нарушений для назначения различных форм и средств лечебной физкультуры;

- способность к обследованию пациентов в возрасте 60 лет и старше при наличии риска падения и когнитивных нарушений с целью назначения лечебной физкультуры и физиотерапии;
- способность и готовность применять современные методы оценки физического развития и физической работоспособности лицам в возрасте 60 лет и старше при наличии риска падения и когнитивных нарушений на основании владения пропедевтическими, лабораторными, инструментальными и иными методами исследования;
- способность и готовность оценивать риски падения и развития когнитивных нарушений на основании владения пропедевтическими, лабораторными, инструментальными и иными методами исследования;
- способность и готовность применять методы и методики лечебной физкультуры (кинезиотерапии), включая современные, лицам в возрасте 60 лет и старше с риском падения и когнитивных нарушений, давать рекомендации по выбору оптимального режима двигательной активности в зависимости от морфофункционального статуса, формулировать показания и противопоказания к назначению средств реабилитации и ассистивных технологий;
- способность и готовность к назначению оптимального режима двигательной активности лицам в возрасте 60 лет и старше с риском падения и когнитивных нарушений;
- способность и готовность формировать программу медицинской реабилитации пациентов в возрасте 60 лет и старше при наличии риска падения и когнитивных нарушений на основе мультидисциплинарного подхода;
- способность оценки текущего функционального состояния пациентов в возрасте 60 лет и старше при наличии риска падения и когнитивных нарушений на основе клинико-функциональных и лучевых методов диагностики;
- готовность и способность осуществить клинико-лабораторный-инструментальный контроль эффективности применения лечебной физкультуры (кинезиотерапии) у пациентов в возрасте 60 лет и старше при наличии риска падения и когнитивных нарушений;
- способность проводить тестирование функционального статуса пациентов по профилю основного заболевания с помощью специальных функционально-двигательных тестов, опросников и шкал;
- готовность и способность участия в мультидисциплинарной бригаде.

**Планируемые результаты обучения:** в результате освоения образовательной программы повышения квалификации «Лечебная физкультура у пациентов 60 лет и старше из группы риска падений и когнитивных нарушений» слушатель должен:

- закрепить уже имеющиеся и приобрести новые знания в области лечебной физкультуры (кинезиотерапии) пациентов в возрасте 60 лет и старше при наличии риска падения и когнитивных нарушений (о передовых технологиях, разработках);
- научиться применять в профессиональной деятельности действующие нормативно-правовые акты в области здравоохранения, в частности в области медицинской реабилитации;
- усовершенствовать имеющиеся/ приобрести новые умения и практические навыки.

**Итоговая аттестация:**

Итоговая аттестация проводится в форме тестирования и выявляет практическую подготовленность слушателей в соответствии с требованиями квалификационных характеристик специалиста.

Обучающийся допускается к итоговой аттестации после модульного обучения в объеме, предусмотренном учебным планом данной дополнительной профессиональной программы повышения квалификации.

Лица, освоившие профессиональную образовательную программу повышения квалификации «Лечебная физкультура у пациентов 60 лет и старше из группы риска падений и когнитивных нарушений» и успешно прошедшие итоговую аттестацию, получают удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

**Лицензия на осуществление образовательной деятельности №1429 от 06.05.2015.**