

**ДРОГОБИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА**

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор з науково-педагогічної роботи

В.Л. Шаран

Підпис

_____ 2019 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
Фізична терапія в геронтології та геріатрії**

Галузь знань 22 Охорона здоров'я
Спеціальність 227 Фізична терапія, ерготерапія
Освітня програма Фізична терапія
Статус дисципліни нормативна
Навчально-науковий інститут фізичної культури і здоров'я
Кафедра фізичної терапії, ерготерапії
Мова навчання українська

Дані про вивчення дисципліни

Форма навчання	Курс	Семестр	Обсяг дисципліни: год / кредити ЄКТС	Кількість годин						Курсова робота	Вид семестрового контролю	
				Аудиторні заняття					Самостійна робота		Залік	Екзамен
				Разом	Лекції	Лабораторні роботи	Практичні заняття	Семінарськ і заняття				
Денна	1	1	150/5	60	30	–	30	–	90	–	–	+
Денна*	1	2	150/5	60	30	–	30	–	90	–	–	+
Заочна	1	1	150/5	14	8	–	6	–	136	–	–	+
Заочна*	1	2	150/5	14	8	–	6	–	136	–	–	+

Робоча програма складена на основі освітньої програми та навчального плану підготовки магістрів (90 кредитів, *120 кредитів ЄКТС)

Розробник:

_____ Грибок Н.М., кандидат педагогічних наук, доцент
Погоджено керівником групи забезпечення спеціальності:

_____ Флюнт І.С., доктор мед. наук, професор
Схвалено на засіданні кафедри фізичної терапії, ерготерапії.
Протокол № 8 від 25.06.2019 р.

Завідувач кафедри _____ проф. Флюнт І.С.

Схвалено на засіданні науково-методичної ради навчально-наукового інституту фізичної культури і здоров'я.

Протокол № 6 від 27.06.2019 р.

Схвалено на засіданні науково-методичної ради університету.

Протокол № _____ від _____ 2019 р.

1. МЕТА ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Метою вивчення навчальної дисципліни «Фізична терапія в геронтології та геріатрії» є формування у майбутніх фізичних терапевтів цілісної системи теоретичних знань та відповідних практичних навичок у сфері фізичної терапії осіб похилого та старечого віку.

Навчальна дисципліна спрямована на забезпечення загальних та спеціальних (фахових) компетентностей за спеціальністю «Фізична терапія, ерготерапія»:

загальні компетентності:

- здатність до аналізу медичних, соціальних та особистісних проблем на основі біопсихосоціальної моделі обмежень життєдіяльності (МКФ);
- здатність виявляти, формулювати і вирішувати проблеми пацієнта/клієнта, застосовуючи у практичній діяльності базові знання, клінічне та рефлексивне мислення;
- здатність оцінювати, критично обговорювати та застосовувати результати наукових досліджень у практичній діяльності;
- здатність ефективно працювати у складі мультидисциплінарної команди;
- здатність до ефективного письмового та усного професійного міжособистісного спілкування з клієнтами, членами мультидисциплінарної команди, фахівцями охорони здоров'я, соціальної та освітньої галузей;
- здатність адаптовуватися та знаходити оптимальне рішення у нових ситуаціях, співпрацюючи з пацієнтом/клієнтом і членами мультидисциплінарної команди;
- здатність керувати, мотивувати людей рухатися до спільної мети, оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт;
- здатність діяти згідно професійного Етичного Кодексу фізичного терапевта або ерготерапевта та цінувати індивідуальні і культурні відмінності між пацієнтами/клієнтами, членами мультидисциплінарної команди;
- здатність виконувати експертну роль з питань професійної ідентичності та компетентності.

фахові компетентності:

- здатність розуміти складні патологічні процеси та порушення, які піддаються корекції заходами фізичної терапії;
- здатність розуміти клінічний діагноз пацієнта/ клієнта, перебіг захворювання, принципи та характер лікування;
- здатність допомагати пацієнту/клієнту зрозуміти, сформулювати та реалізувати власні потреби;
- здатність аналізувати, вибирати і трактувати отриману від колег інформацію;
- здатність прогнозувати результати фізичної терапії, формулювати цілі, складати, обговорювати та пояснювати програму фізичної терапії, або компоненти індивідуальної програми реабілітації, які стосуються фізичної терапії;
- здатність визначати оптимальний рівень терапевтичного навантаження, контролювати тривалість та інтенсивність реабілітаційних заходів для забезпечення їх відповідності стану здоров'я, функціональним можливостям пацієнта/клієнта;
- здатність проводити фізичну терапію осіб різного віку, нозологічних та професійних груп при складних прогресуючих та мультисистемних порушеннях;
- здатність контролювати стан пацієнта/клієнта зі складними та мультисистемними порушеннями відповідними засобами й методами;
- здатність розуміти та пояснювати порушення структур і функцій тіла, які впливають на заняттєву активність та здоров'я, відповідно до Міжнародної класифікації функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я (МКФ) і застосовувати ці знання у практичній діяльності;
- здатність демонструвати знання сфер діяльності та меж професійних компетенцій фізичного терапевта, за потребою скеровувати пацієнта/клієнта до фахівців інших спеціальностей;

- здатність вчасно, професійно і конфіденційно заповнювати необхідну фахову документацію стосовно скерування, обстеження, планування та оцінки результатів фізичної терапії відповідно до вимог професійного середовища;
- здатність впроваджувати сучасні наукові дані у практичну діяльність;
- здатність брати участь у навчальних програмах як клінічний керівник/методист навчальних практик;
- здатність здійснювати менеджмент у фізичній терапії, керувати роботою асистентів та помічників;
- здатність діяти самостійно в умовах професійної ізоляції;
- здатність здійснювати підприємницьку діяльність у фізичній терапії.

Згідно з вимогами освітньої програми **програмними результатами вивчення навчальної дисципліни є:**

- демонструвати знання біопсихосоціальної моделі обмежень життєдіяльності та уміння аналізувати медичні, соціальні та особистісні проблеми пацієнта/клієнта: вміти трактувати інформацію про наявні у пацієнта/клієнта порушення за Міжнародною класифікацією функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я (МКФ) та Міжнародною класифікацією функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я дітей та підлітків (МКФ ДП); розуміти етіологію, патогенез та саногенез при складній прогресуючій та мультисистемній патології у контексті практичної діяльності у фізичній терапії; вміти аналізувати та враховувати вплив соціальних та особистісних чинників на рухову активність пацієнта/клієнта;
- демонструвати вміння аналізувати, вибирати і трактувати інформацію, отриману від лікаря, з історії хвороби та від інших фізичних терапевтів і фахівців, залучених до реабілітації;
- демонструвати здатність проводити фізичну терапію пацієнтів/ клієнтів різного віку зі складними патологічними процесами та порушеннями (немовлят, дітей, підлітків, осіб зрілого та літнього віку, з різними нозологіями, при складних прогресуючих та мультисистемних порушеннях);
- демонструвати здатність знаходити, вибирати, оцінювати, обговорювати та застосовувати результати наукових досліджень у клінічній, науковій, освітній та адміністративній діяльності: формулювати пошуковий запит; коректувати свою практичну діяльність згідно практики, заснованій на науково-доказових даних;
- демонструвати уміння визначати функціональний стан осіб різного віку, нозологічних та професійних груп із складною прогресуючою та мультисистемною патологією;
- проводити опитування пацієнта/клієнта для визначення порушень функції, активності та участі: збирати дані про скарги пацієнта, анамнез хвороби, загальний стан пацієнта (стан свідомості, конституція) та зовнішній вигляд; визначати особливості рухової активності пацієнта до травми чи захворювання; визначати особливості виникнення та динаміки симптомів; виявляти зв'язок між особливостями рухової активності пацієнта/клієнта та скаргами і симптомами;
- демонструвати уміння визначати рівень психомоторного та фізичного розвитку людини;
- демонструвати уміння виконувати обстеження пацієнтів/клієнтів різних нозологічних груп та при складній прогресуючій і мультисистемній патології, використовуючи відповідний інструментарій: пояснювати пацієнту/клієнту суть обстеження та попереджати про можливі реакції; безпечно та ефективно використовувати методи, обладнання й інструменти для визначення та вимірювання змін на рівні структури і тіла діяльності та участі; проводити аналіз нормальної та патологічної ходи; застосовувати тести та модифіковані шкали для оцінки сили м'язів, спастичності, когнітивних функцій, рухової функції, рухової активності, побутових можливостей та функціональної незалежності; аналізувати результати; виявляти основні симптоми, синдроми та порушення серцево-судинної та дихальної, нервової систем і опоро-рухового апарату;

- демонструвати уміння спілкування з пацієнтом/клієнтом, проводити опитування пацієнта/клієнта для визначення його потреб та очікувань щодо його рухової активності та очікуваних результатів фізичної терапії;
- демонструвати уміння прогнозувати результати фізичної терапії пацієнтів/клієнтів різних нозологічних груп та при складній прогресуючій і мультисистемній патології: визначати доцільність проведення фізичної терапії; вміти визначати цільовий/очікуваний рівень результатів втручання таких як відновлення, підтримка, формування компенсацій, сповільнення втрати, профілактика вторинних ускладнень; визначати пріоритетність застосування заходів фізичної терапії при складній прогресуючій та мультисистемній патології;
- демонструвати уміння встановлювати цілі втручання: визначати наявні ресурси, формулювати цілі для реалізації потреб пацієнта/клієнта, узгоджувати цілі фізичної терапії з цілями лікувального процесу; визначати пріоритетні цілі втручання;
- демонструвати уміння розробляти технологію втручання: обирати та узгоджувати відповідні методи, засоби та форми фізичної терапії для досягнення встановлених цілей; обирати методи, засоби та форми фізичної терапії, які б забезпечили шанобливе ставлення до пацієнта/клієнта, його безпеку/захист, комфорт та приватність; надати пацієнтам/клієнтам програму для самостійного виконання;
- демонструвати уміння реалізовувати індивідуальні програми фізичної терапії відповідно до наявних ресурсів і оточення: уміння використовувати наявні та мобілізувати нові ресурси; дотримуватись клінічного обґрунтування при досягненні цілі; уміння адаптовувати практичну діяльність до змінних умов; демонструвати здатність до пацієнтоцентричної практичної діяльності за узгодженням із пацієнтом/клієнтом, його родиною/опікунами, членами мультидисциплінарної команди згідно нормативно-правових вимог та норм професійної етики; розуміти процеси, які відбуваються в організмі пацієнта/клієнта під час руху, використовувати ці знання з метою розвитку або відновлення рухових функцій (фізичних якостей, умінь та навичок); демонструвати уміння здійснювати заходи фізичної терапії для корекції порушень структури/функцій організму, активності та участі; пояснювати та демонструвати виконання терапевтичних вправ/дій, налагоджувати зворотній зв'язок з пацієнтом/клієнтом, за потреби коректувати та перефразовувати інструкції; навчати пацієнта/клієнта самоконтролю, принципів безпечної самостійної діяльності чи самоогляду, у період між терапевтичними заходами;
- демонструвати уміння здійснювати етапний, поточний та оперативний контроль стану пацієнта/клієнта, аналізувати результати виконання програм фізичної терапії: підбирати, безпечно та ефективно використовувати обладнання для контролю основних життєвих показників пацієнта, методи й інструменти визначення та вимірювання структурних змін та порушених функцій організму, активності та участі; визначати терапевтичний вплив реабілітаційних заходів; визначати оптимальний рівень терапевтичного навантаження; інформувати пацієнта/клієнта про результати втручання;
- демонструвати уміння коректувати хід виконання програми фізичної терапії на основі аналізу запланованих та досягнутих результатів: регулювати частоту занять, тривалість та інтенсивність реабілітаційних заходів; змінювати за потреби засоби, методи та форми фізичної терапії; коригувати рухову активність пацієнта/клієнта відповідно до його згоди; оцінювати ефективність самостійної діяльності пацієнта/клієнта; спільно з пацієнтом/клієнтом приймати рішення про тимчасове припинення або завершення втручання;
- постійно дотримуватись безпеки для практикуючого фахівця та пацієнта/клієнта: сприймати особливості середовища та право на приватне життя і конфіденційність; виявляти фактичний і потенційний ризик, небезпеку та відповідним чином реагувати на неї; узагальнювати усі результати обстеження і складати відповідний план професійних дій, враховуючи усі заходи безпеки та протипоказання щодо кожної дії; виявляти готовність, у разі невизначеності, звертатися по допомогу чи скеровувати пацієнта/клієнта до іншого фахівця сфери охорони здоров'я;

- демонструвати уміння проводити самостійну практичну діяльність: ідентифікувати межі власної професійної діяльності, бути відповідальним за власні професійні рішення та дії, ідентифікувати ролі та обов'язки інших фахівців сфери охорони здоров'я, приймати найкращі можливі рішення, виходячи з принципу науково доказової діяльності, бути готовим у разі невизначеності звертатися по допомогу до іншого фахівця, бути відповідальним за наслідки професійної діяльності;
- демонструвати уміння вербального і невербального спілкування з особами та групами співрозмовників, різними за віком, рівнем освіти, соціальною і професійною приналежністю, психологічними та когнітивними якостями тощо, у мультидисциплінарній команді: демонструвати професійне та зрозуміле спілкування з пацієнтом/ клієнтом, опікунами, членами сім'ї, близькими та усіма учасниками реабілітаційного процесу; вибрати відповідні методи спілкування враховуючи особливості стану конкретного пацієнта/клієнта; демонструвати навички усного та письмового спілкування іноземною мовою (мовами) у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом; дотримуватися етики ділового спілкування; складати різні види документів, у тому числі іноземною мовою (мовами);
- демонструвати уміння проводити інструктаж та навчання клієнтів, членів їх родин, колег і невеликих груп;
- здатність брати участь у навчальних програмах як клінічний керівник/методист навчальних практик;
- демонструвати професійний розвиток та планувати його: демонструвати вміння оцінювати себе критично, вміння представити і оцінити власний досвід, демонструвати поглиблення базових знань з допомогою самоосвіти, розробляти та удосконалювати план безперервного професійного розвитку, вдосконалювати знання і досвід в процесі вивчення досвіду колег;
- дотримуватись основних юридичних та етичних вимог, провадити діяльність зі згоди пацієнта/клієнта: дотримуватись законодавчих актів, що стосуються фахівців сфери охорони здоров'я України; дотримуватись меж загальної сфери професійної діяльності; дотримуватись Етичного Кодексу фізичного терапевта; діяти згідно власних професійних рішень; вести записи результатів фізичної терапії; використовувати лише ті аббревіатури і термінологію, яка є прийнятною для даної установи; виявляти повагу до пацієнта/ клієнта; проявляти емпатію; дотримуватись медичного права; розуміти необхідність отримання згоди як з боку пацієнта/клієнта, так і з боку надавача послуг; розуміти принципи отримання згоди, у випадках, коли пацієнт/клієнт є недостатньо компетентним, або не спроможний дати згоду; повідомляти пацієнту/клієнту інформацію про кожну процедуру, що виконується; отримувати і записувати згоду пацієнта/клієнта на проведення кожної процедури; сприймати та поважати потребу пацієнта/клієнта у спілкуванні, його культурні відмінності.

2. ПЕРЕДУМОВИ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Передумовами для вивчення навчальної дисципліни «Фізична терапія в геронтології та геріатрії» є знання, уміння та навички, набуті під час вивчення фахових дисциплін на першому бакалаврському рівні вищої освіти та опанування фаховими дисциплінами «Наукові дослідження у системі фізичної терапії та ерготерапії», «Соціальна реабілітація», «Фізична терапія в акушерстві та гінекології», «Фізична терапія в геронтології та геріатрії», «Психотерапія осіб з обмеженням життєдіяльності», «Нейрофізіологія рухової активності», «Ерготерапія в психіатрії» на другому магістерському рівні вищої освіти.

3. ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

- демонструвати знання основних понять сучасної геронтології та геріатрії; розуміти етіологію, патогенез та саногенез при складній прогресуючій та мультисистемній патології у контексті практичної діяльності у фізичній терапії в геронтології та геріатрії;
- розуміти біосоціальну сутність старіння і старості; володіти знаннями анатомо-фізіологічних особливостей організму осіб похилого і старечого віку; розуміти своєрідність медичних, соціальних, психологічних проблем людей похилого і старечого віку;

демонструвати знання медико-біологічних та соціально-психологічних аспектів реабілітації осіб похилого і старечого віку; особливостей відновлювального лікування людей похилого та старечого віку; знання методичних підходів щодо профілактики старіння, біоактивації та продовження життя.

- здатність виявляти основні проблеми людей похилого і старечого віку і, виходячи із цього, планувати індивідуальну роботу з клієнтами геронтологічної групи; проводити гігієнічне виховання з питань здорового способу життя серед населення похилого та старечого віку; кваліфіковано застосовувати оздоровчо-реабілітаційні заходи у роботі з людьми похилого віку;
- демонструвати вміння аналізувати, вибирати і трактувати інформацію, отриману від лікаря, з історії хвороби та від інших фізичних терапевтів і фахівців, залучених до реабілітації;
- демонструвати здатність проводити фізичну терапію пацієнтів/ клієнтів зрілого та літнього віку, при складних прогресуючих та мультисистемних порушеннях;
- демонструвати уміння визначати функціональний стан осіб зрілого та літнього віку;
- проводити опитування пацієнта/клієнта для визначення порушень функції, активності та участі: збирати дані про скарги пацієнта, анамнез хвороби, загальний стан пацієнта (стан свідомості, конституція) та зовнішній вигляд; визначати особливості рухової активності пацієнта до травми чи захворювання; визначати особливості виникнення та динаміки симптомів; виявляти зв'язок між особливостями рухової активності пацієнта/клієнта та скаргами і симптомами;
- демонструвати уміння виконувати обстеження пацієнтів/клієнтів при складній прогресуючій і мультисистемній патології, використовуючи відповідний інструментарій: пояснювати пацієнту/клієнту суть обстеження та попереджати про можливі реакції; безпечно та ефективно використовувати методи, обладнання й інструменти для визначення та вимірювання змін на рівні структури і тіла діяльності та участі; застосовувати тести та модифіковані шкали; аналізувати результати; виявляти основні симптоми, синдроми та порушення;
- демонструвати уміння спілкування з пацієнтом/клієнтом, проводити опитування пацієнта/клієнта для визначення його потреб та очікувань щодо очікуваних результатів фізичної терапії;
- демонструвати уміння встановлювати цілі втручання та розробляти технологію втручання з особами геронтологічної групи: визначати наявні ресурси, формулювати цілі для реалізації потреб пацієнта/клієнта, узгоджувати цілі фізичної терапії з цілями лікувального процесу; визначати пріоритетні цілі втручання; обирати та узгоджувати відповідні методи, засоби та форми фізичної терапії для досягнення встановлених цілей; обирати методи, засоби та форми фізичної терапії, які б забезпечили шанобливе ставлення до пацієнта/клієнта, його безпеку/захист, комфорт та приватність; надати пацієнтам/клієнтам програму для самостійного виконання;
- демонструвати уміння реалізовувати індивідуальні програми фізичної терапії осіб похилого і старечого віку відповідно до наявних ресурсів і оточення: уміння використовувати наявні та мобілізувати нові ресурси; дотримуватись клінічного обґрунтування при досягненні цілі; уміння адаптовувати практичну діяльність до змінних умов; демонструвати здатність до пацієнтоцентричної практичної діяльності за узгодженням із пацієнтом/клієнтом, його родиною/опікунами, членами мультидисциплінарної команди згідно нормативно-правових вимог та норм професійної етики; розуміти процеси, які відбуваються в організмі пацієнта/клієнта під час руху, використовувати ці знання з метою розвитку або відновлення рухових функцій (фізичних якостей, умінь та навичок); демонструвати уміння здійснювати заходи фізичної терапії для корекції порушень структури/функцій організму, активності та участі; пояснювати та демонструвати виконання терапевтичних вправ/дій, налагоджувати зворотній зв'язок з пацієнтом/клієнтом, за потреби коректувати та перефразовувати інструкції; навчати пацієнта/клієнта самоконтролю, принципів безпечної самостійної діяльності чи самоогляду, у період між терапевтичними заходами;

- демонструвати уміння здійснювати етапний, поточний та оперативний контроль стану пацієнта/клієнта, аналізувати результати виконання програм фізичної терапії: підбирати, безпечно та ефективно використовувати обладнання для контролю основних життєвих показників пацієнта, методи й інструменти визначення та вимірювання структурних змін та порушених функцій організму, активності та участі; визначати терапевтичний вплив реабілітаційних заходів; визначати оптимальний рівень терапевтичного навантаження; інформувати пацієнта/клієнта про результати втручання;
- демонструвати уміння коректувати хід виконання програми фізичної терапії на основі аналізу запланованих та досягнутих результатів: регулювати частоту занять, тривалість та інтенсивність реабілітаційних заходів; змінювати за потреби засоби, методи та форми фізичної терапії; коригувати рухову активність пацієнта/клієнта відповідно до його згоди; оцінювати ефективність самостійної діяльності пацієнта/ клієнта; спільно з пацієнтом/клієнтом приймати рішення про тимчасове припинення або завершення втручання;
- дотримуватись основних юридичних та етичних вимог, провадити діяльність зі згоди пацієнта/клієнта: дотримуватись законодавчих актів, що стосуються фахівців сфери охорони здоров'я України; дотримуватись меж загальної сфери професійної діяльності; дотримуватись Етичного Кодексу фізичного терапевта; діяти згідно власних професійних рішень; вести записи результатів фізичної терапії; виявляти повагу до пацієнта/ клієнта; проявляти емпатію; дотримуватись медичного права; розуміти необхідність отримання згоди як з боку пацієнта/клієнта, так і з боку надавача послуг; розуміти принципи отримання згоди, у випадках, коли пацієнт/клієнт є недостатньо компетентним, або не спроможний дати згоду; повідомляти пацієнту/клієнту інформацію про кожну процедуру, що виконується; сприймати та поважати потребу пацієнта/клієнта у спілкуванні, його культурні відмінності.

4. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Оцінювання здійснюється за шкалами оцінювання: стобальною, національною і ЄКТС.

- **А (90 – 100) – оцінка «відмінно» – «5»** (*відмінне виконання лише з незначною кількістю помилок*): отримує здобувач, який виявив глибокі знання навчального матеріалу, повно відтворює програмний матеріал, що міститься в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах; має глибокі міцні і системні тематичні знання; демонструє знання основних понять сучасної геронтології та геріатрії; розуміє етіологію, патогенез та саногенез при складній прогресуючій та мультисистемній патології у контексті практичної діяльності у фізичній терапії в геронтології та геріатрії; розуміє біосоціальну сутність старіння і старості; володіє знаннями анатоμο-фізіологічних особливостей організму осіб похилого і старечого віку; розуміє своєрідність медичних, соціальних, психологічних проблем людей похилого і старечого віку; демонструє знання медико-біологічних та соціально-психологічних аспектів реабілітації осіб похилого і старечого віку та особливостей відновлювального лікування; знання методичних підходів щодо профілактики старіння, біоактивації та продовження життя; здатний виявляти основні проблеми людей похилого і старечого віку і, виходячи із цього, планувати індивідуальну роботу з клієнтами геронтологічної групи; проводити гігієнічне виховання з питань здорового способу життя серед населення похилого та старечого віку; кваліфіковано застосовувати оздоровчо-реабілітаційні заходи у роботі з людьми похилого віку; демонструє вміння аналізувати, вибирати і трактувати інформацію, отриману від лікаря, з історії хвороби та від інших фізичних терапевтів і фахівців, залучених до реабілітації; демонструє здатність проводити фізичну терапію пацієнтів/ клієнтів зрілого та літнього віку, при складних прогресуючих та мультисистемних порушеннях; демонструвати уміння визначати функціональний стан осіб зрілого та літнього віку; проводити опитування пацієнта/клієнта для визначення порушень функції, активності та участі: збирати дані про скарги пацієнта, анамнез хвороби, загальний стан пацієнта та зовнішній вигляд; визначати особливості виникнення та динаміки симптомів; виявляти зв'язок між особливостями рухової активності пацієнта/клієнта та скаргами і симптомами; демонструє уміння визначати рівень психомоторного та фізичного

розвитку людини похилого і старечого віку; проводить обстеження пацієнтів/клієнтів при складній прогресуючій і мультисистемній патології, використовуючи відповідний інструментарій: пояснює пацієнту/клієнту суть обстеження та попереджує про можливі реакції; безпечно та ефективно використовує методи, обладнання й інструменти для визначення та вимірювання змін на рівні структури і тіла діяльності та участі; застосовує тести та модифіковані шкали; аналізує результати; виявляє основні симптоми, синдроми та порушення; демонструє уміння спілкування з пацієнтом/клієнтом, проводити опитування пацієнта/клієнта для визначення його потреб та очікувань щодо очікуваних результатів фізичної терапії; демонструє уміння встановлювати цілі втручання та розробляти технологію втручання з особами похилого і старечого віку: визначати наявні ресурси, формулювати цілі для реалізації потреб пацієнта/клієнта, узгоджувати цілі фізичної терапії з цілями лікувального процесу; обирати та узгоджувати відповідні методи, засоби та форми фізичної терапії для досягнення встановлених цілей; обирати методи, засоби та форми фізичної терапії, які б забезпечили шанобливе ставлення до пацієнта/клієнта, його безпеку/захист, комфорт та приватність; надати пацієнтам/клієнтам програму для самостійного виконання; демонструє уміння реалізовувати індивідуальні програми фізичної терапії відповідно до наявних ресурсів і оточення: уміння використовувати наявні та мобілізувати нові ресурси; уміння адаптовувати практичну діяльність до змінних умов; демонструвати здатність до пацієнтоцентричної практичної діяльності за узгодженням із пацієнтом/клієнтом, його родиною/опікунами, членами мультидисциплінарної команди згідно нормативно-правових вимог та норм професійної етики; здійснює заходи фізичної терапії для корекції порушень структури/функцій організму, активності та участі; пояснює та демонструє виконання терапевтичних вправ/дій, налагоджує зворотній зв'язок з пацієнтом/клієнтом; навчає пацієнта/клієнта самоконтролю, принципів безпечної самостійної діяльності чи самоогляду, у період між терапевтичними заходами; здійснює етапний, поточний та оперативний контроль стану пацієнта/клієнта, аналізує результати виконання програм фізичної терапії пацієнтів похилого та старечого віку; визначає терапевтичний вплив реабілітаційних заходів; оптимальний рівень терапевтичного навантаження; інформує пацієнта/клієнта про результати втручання; демонструє уміння коректувати хід виконання програми фізичної терапії на основі аналізу запланованих та досягнутих результатів: регулювати частоту занять, тривалість та інтенсивність реабілітаційних заходів; змінювати за потреби засоби, методи та форми фізичної терапії; коригувати рухову активність пацієнта/клієнта відповідно до його згоди; оцінювати ефективність самостійної діяльності пацієнта/клієнта; спільно з пацієнтом/клієнтом приймати рішення про тимчасове припинення або завершення втручання; дотримуватися етики ділового спілкування; дотримуватися меж загальної сфери професійної діяльності, Етичного Кодексу фізичного терапевта; здатен діяти згідно власних професійних рішень; вести записи результатів фізичної терапії; виявляти повагу до пацієнта/клієнта; проявляти емпатію; дотримуватися медичного права; розуміти необхідність отримання згоди як з боку пацієнта/клієнта, так і з боку надавача послуг; розуміти принципи отримання згоди, у випадках, коли пацієнт/клієнт є недостатньо компетентним, або не спроможний дати згоду; повідомляти пацієнту/клієнту інформацію про кожну процедуру, що виконується; сприймати та поважати потребу пацієнта/клієнта у спілкуванні, його культурні відмінності; самостійно розв'язує типові завдання різними способами; вміє працювати з навчальним матеріалом; правильно планує свою самостійну роботу; будує відповідь логічно, послідовно, розгорнуто, використовуючи спеціальну фахову термінологію; здатний проаналізувати отримані знання для використання їх на практиці; виконав усі види навчальної роботи.

В (82 – 89) – оцінка «добре» – «4» (вище середнього рівня з кількома помилками): отримує здобувач, який виявив глибокі знання навчального матеріалу, повно відтворює програмовий матеріал, що міститься в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах, проте допускає незначні неточності в їх інтерпретації; демонструє знання основних понять сучасної геронтології та геріатрії; володіє знаннями анатомо-фізіологічних особливостей організму осіб похилого і старечого віку; розуміє своєрідність медичних, соціальних, психологічних проблем людей похилого і старечого віку; демонструє знання

медико-біологічних та соціально-психологічних аспектів реабілітації осіб похилого і старечого віку та особливостей відновлювального лікування; знання методичних підходів щодо профілактики старіння, біоактивації та продовження життя; здатний виявляти основні проблеми людей похилого і старечого віку; проводити гігієнічне виховання з питань здорового способу життя серед населення похилого та старечого віку; кваліфіковано застосовувати оздоровчо-реабілітаційні заходи у роботі з людьми похилого віку; здатен аналізувати, вибирати і трактувати інформацію, отриману від лікаря, з історії хвороби та від інших фізичних терапевтів і фахівців, залучених до реабілітації; демонструє здатність до проведення фізичної терапії з пацієнтами/ клієнтами похилого та старечого віку при складній прогресуючій та мультисистемній патології; уміє визначати функціональний стан осіб зрілого та літнього віку; здатен проводити опитування пацієнта/клієнта для визначення порушень функції, активності та участі: збирати дані про скарги пацієнта, анамнез хвороби, загальний стан пацієнта; визначати особливості виникнення та динаміки симптомів; здатний визначати рівень психомоторного та фізичного розвитку людини похилого та старечого віку; проводить обстеження геронтологічних пацієнтів/клієнтів при складній прогресуючій і мультисистемній патології, використовуючи відповідний інструментарій: пояснює пацієнту/клієнту суть обстеження та попереджує про можливі реакції; використовує методи, обладнання й інструменти для визначення та вимірювання змін на рівні структури і тіла діяльності та участі; здатен застосовувати тести та модифіковані шкали; аналізує результати; виявляє основні симптоми, синдроми та порушення; демонструє уміння спілкування з пацієнтом/клієнтом, проводить опитування пацієнта/клієнта для визначення його потреб та очікувань щодо очікуваних результатів фізичної терапії; здатен встановлювати цілі втручання: визначати наявні ресурси, формулювати цілі для реалізації потреб пацієнта/клієнта; виявляє здатність обирати та узгоджувати відповідні методи, засоби та форми фізичної терапії для досягнення встановлених цілей; складає пацієнтам/клієнтам програму для самостійного виконання; здатен реалізовувати індивідуальні програми фізичної терапії відповідно до наявних ресурсів і оточення; виявляє уміння адаптовувати практичну діяльність до змінних умов; демонструє здатність до пацієнтоцентричної практичної діяльності за узгодженням із пацієнтом/клієнтом, його родиною/опікунами, членами мультидисциплінарної команди згідно нормативно-правових вимог та норм професійної етики; здатен здійснювати заходи фізичної терапії для корекції порушень структури/функцій організму, активності та участі; за потреби пояснює та демонструє виконання терапевтичних вправ/дій; навчає пацієнта/клієнта самоконтролю, принципів безпечної самостійної діяльності чи самодогляду; здійснює етапний, поточний та оперативний контроль стану пацієнта/клієнта, аналізує результати виконання програм фізичної терапії; здатен визначати терапевтичний вплив реабілітаційних заходів та оптимальний рівень терапевтичного навантаження; здатен коректувати хід виконання програми фізичної терапії, регулювати частоту занять, тривалість та інтенсивність реабілітаційних заходів; змінювати за потреби засоби, методи та форми фізичної терапії; дотримується меж загальної сфери професійної діяльності, у цілому здатен діяти згідно власних професійних рішень; вести записи результатів фізичної терапії; виявляти повагу до пацієнта/ клієнта; проявляти емпатію; дотримуватися медичного права; розуміти необхідність отримання згоди як з боку пацієнта/клієнта, так і з боку надавача послуг; сприймати та поважати потребу пацієнта/клієнта у спілкуванні, його культурні відмінності; вміє працювати з навчальним матеріалом; правильно планує свою самостійну роботу; під час відповіді на заняттях використовує спеціальну фахову термінологію; здатний проаналізувати отримані знання для використання їх на практиці; виконав усі види навчальної роботи.

С (75 – 81) – оцінка «добре» – «4» (в цілому правильне виконання з певною кількістю суттєвих помилок): отримує здобувач, який виявив міцні знання навчального матеріалу, відтворює програмовий матеріал, що міститься в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах, проте допускає суттєві неточності в їх інтерпретації; демонструє знання основних понять сучасної геронтології та гериатрії; володіє знаннями анатомо-фізіологічних особливостей організму осіб похилого і старечого віку; демонструє знання

медико-біологічних та соціально-психологічних аспектів реабілітації осіб похилого і старечого віку та особливостей відновлювального лікування; знання методичних підходів щодо профілактики старіння, біоактивації та продовження життя; здатний виявляти основні проблеми людей похилого і старечого віку, проте може відчувати труднощі при плануванні роботи з клієнтами геронтологічної групи; здатен проводити гігієнічне виховання з питань здорового способу життя серед населення похилого та старечого віку; кваліфіковано застосовувати оздоровчо-реабілітаційні заходи у роботі з людьми похилого віку; здатен аналізувати, вибирати і трактувати інформацію, отриману від лікаря, з історії хвороби та від інших фізичних терапевтів і фахівців, залучених до реабілітації; здатний до проведення фізичної терапії з пацієнтами/ клієнтами похилого та старечого віку при складній прогресуючій та мультисистемній патології; демонструє уміння визначати функціональний стан осіб зрілого та літнього віку; здатен проводити опитування пацієнта/клієнта для визначення порушень функції, активності та участі: збирати дані про скарги пацієнта, анамнез хвороби, загальний стан пацієнта; визначати особливості виникнення та динаміки симптомів, однак допускає незначні неточності; здатен визначати рівень психомоторного та фізичного розвитку людини похилого і старечого віку; проводить обстеження геронтологічних пацієнтів/клієнтів при складній прогресуючій і мультисистемній патології, використовуючи відповідний інструментарій, проте може відчувати труднощі, пояснює пацієнту/клієнту суть обстеження; використовує методи, обладнання й інструменти для визначення та вимірювання змін на рівні структури і тіла діяльності та участі; здатен застосовувати тести та модифіковані шкали; аналізує результати; виявляє основні симптоми, синдроми та порушення, однак може допускати незначні помилки; демонструє уміння спілкування з пацієнтом/клієнтом, проводить опитування пацієнта/клієнта для визначення його потреб та очікувань щодо очікуваних результатів фізичної терапії; здатен встановлювати цілі втручання: визначати наявні ресурси, формулювати цілі для реалізації потреб пацієнта/клієнта; виявляє здатність обирати та узгоджувати відповідні методи, засоби та форми фізичної терапії для досягнення встановлених цілей; виявляє здатність реалізовувати індивідуальні програми фізичної терапії відповідно до наявних ресурсів і оточення; але не завжди виявляє уміння адаптовувати практичну діяльність до змінних умов; демонструє здатність до пацієнтоцентричної практичної діяльності; здатен здійснювати заходи фізичної терапії для корекції порушень структури/функцій організму, активності та участі; проте може відчувати труднощі при поясненні та демонструванні виконання терапевтичних вправ/дій; здатний здійснювати етапний, поточний та оперативний контроль стану пацієнта/клієнта похилого і старечого віку, аналізує результати виконання програм фізичної терапії; здатен коректувати хід виконання програми фізичної терапії; дотримується етики ділового спілкування; дотримується меж загальної сфери професійної діяльності, у цілому здатен діяти згідно власних професійних рішень; вести записи результатів фізичної терапії; виявляти повагу до пацієнта/ клієнта; проявляти емпатію; дотримуватися медичного права; виконав усі види навчальної роботи.

D (67 – 74) – оцінка «задовільно» – «3» *(непогано, але зі значною кількістю недоліків):* отримує здобувач, який виявив недостатньо міцні знання навчального матеріалу, з певними труднощами відтворює програмовий матеріал, рідко звертається до матеріалів, що містяться в рекомендованих літературних джерелах; непогано орієнтується в основних поняттях сучасної геронтології та геріатрії; володіє початковими знаннями анатомо-фізіологічних особливостей організму осіб похилого і старечого віку; має недостатньо міцні знання медико-біологічних та соціально-психологічних аспектів реабілітації осіб похилого і старечого віку та особливостей відновлювального лікування; не демонструє чіткого розуміння методичних підходів щодо профілактики старіння, біоактивації та продовження життя; за сторонньої допомоги здатен виявляти основні проблеми людей похилого і старечого віку та проводити гігієнічне виховання з питань здорового способу життя серед населення похилого та старечого віку; не в повному обсязі здатний застосовувати оздоровчо-реабілітаційні заходи у роботі з людьми похилого віку; з помилками аналізує, вибирає і трактує інформацію, отриману від лікаря, з історії хвороби та від інших фізичних терапевтів і фахівців, залучених до реабілітації; у цілому здатний до проведення фізичної терапії з пацієнтами/ клієнтами

похилого та старечого віку при складній прогресуючій та мультисистемній патології; демонструє початкові уміння визначати функціональний стан осіб зрілого та літнього віку; здатен проводити найпростіші опитування пацієнта/клієнта для визначення порушень функцій, активності та участі: збирати дані про скарги пацієнта, анамнез хвороби, загальний стан пацієнта, визначати особливості виникнення та динаміки симптомів; з певними труднощами здатен проводити обстеження геронтологічних пацієнтів/клієнтів при складній прогресуючій і мультисистемній патології, використовуючи відповідний інструментарій, не повному обсязі може пояснити пацієнту/клієнту суть обстеження; не в повному обсязі використовує методи, обладнання й інструменти для визначення та вимірювання змін на рівні структури і тіла діяльності та участі; демонструє початкові вміння застосовувати тести та модифіковані шкали, аналізувати результати, виявляти основні симптоми, синдроми та порушення, однак допускає деякі помилки; демонструє уміння спілкування з пацієнтом/клієнтом; без суттєвої допомоги не здатен встановлювати цілі втручання: визначати наявні ресурси, формулювати цілі для реалізації потреб пацієнта/клієнта; обирати та узгоджувати відповідні методи, засоби та форми фізичної терапії для досягнення встановлених цілей; демонструє початкові вміння реалізовувати індивідуальні програми фізичної терапії осіб похилого та старечого віку; здійснювати заходи фізичної терапії для корекції порушень структури/функцій організму, активності та участі; не в повному обсязі здатний здійснювати етапний, поточний та оперативний контроль стану пацієнта/клієнта, аналізувати результати виконання програм фізичної терапії, коректувати хід виконання програми фізичної терапії; у цілому дотримується етики ділового спілкування; меж загальної сфери професійної діяльності, здатен вести записи результатів фізичної терапії; виявляти повагу до пацієнта/ клієнта; проявляти емпатію; виконав усі види навчальної роботи.

Е (60 – 66) – оцінка «задовільно» – «3» (виконання задовольняє мінімальним критеріям): отримує здобувач, який виявив слабкі знання навчального матеріалу, важко відтворює програмовий матеріал, зовсім не спирається на матеріали, що містяться в рекомендованих літературних джерелах; слабо орієнтується в основних поняттях сучасної геронтології та геріатрії; володіє слабкими знаннями анатомо-фізіологічних особливостей організму осіб похилого і старечого віку та медико-біологічних та соціально-психологічних аспектів їх реабілітації, особливостей відновлювального лікування; не демонструє чіткого розуміння методичних підходів щодо профілактики старіння, біоактивації та продовження життя; з труднощами здатний застосовувати оздоровчо-реабілітаційні заходи у роботі з людьми похилого віку; з помилками аналізує, вибирає і трактує інформацію, отриману від лікаря, з історії хвороби та від інших фізичних терапевтів і фахівців, залучених до реабілітації; за сторонньої допомоги здатний до проведення фізичної терапії з пацієнтами/ клієнтами похилого та старечого віку при складній прогресуючій та мультисистемній патології; недостатньо володіє уміннями визначати функціональний стан осіб зрілого та літнього віку зі складною прогресуючою та мультисистемною патологією; за сторонньої допомоги здатен проводити найпростіші опитування пацієнта/клієнта, збирати дані про скарги пацієнта, анамнез хвороби, загальний стан пацієнта, визначати особливості виникнення та динаміки симптомів; з труднощами здатен проводити обстеження пацієнтів/клієнтів похилого і старечого віку при складній прогресуючій і мультисистемній патології, використовуючи відповідний інструментарій; з труднощами використовує методи, обладнання й інструменти для визначення та вимірювання змін на рівні структури і тіла діяльності та участі; має слабкі знання та вміння застосовувати тести та модифіковані шкали, за сторонньої допомоги здатен аналізувати результати, виявляти основні симптоми, синдроми та порушення; демонструє початкові уміння спілкування з пацієнтом/клієнтом; без суттєвої допомоги не здатен встановлювати цілі втручання, обирати та узгоджувати відповідні методи, засоби та форми фізичної терапії для досягнення встановлених цілей; за сторонньої допомоги здатен реалізовувати індивідуальні програми фізичної терапії; здійснювати заходи фізичної терапії для корекції порушень структури/функцій організму, активності та участі; здатний частково здійснювати етапний, поточний та оперативний контроль стану пацієнта/клієнта; за сторонньої допомоги здатний аналізувати результати виконання програм фізичної терапії, коректувати хід виконання програми фізичної терапії;

у цілому дотримується етики ділового спілкування; меж загальної сфери професійної діяльності, здатен вести записи результатів фізичної терапії; виявляти повагу до пацієнта/клієнта; проявляти емпатію; виконав усі види навчальної роботи.

FX (35 – 59) – оцінка «незадовільно» – «2» (з можливістю повторного складання): виставляється здобувачеві вищої освіти, який виявив незнання значної частини навчального матеріалу; допускає істотні помилки у відповідях на запитання; не опирається на матеріали, що містяться в рекомендованих літературних джерелах; не вміє застосовувати теоретичні знання під час розв'язання практичних задач; поверхнево орієнтується в основних поняттях сучасної геронтології та геріатрії; володіє фрагментарними знаннями медико-біологічних та соціально-психологічних аспектів реабілітації осіб похилого та старечого віку; з суттєвими помилками називає методичні підходи щодо профілактики старіння, біоактивації та продовження життя; допускає істотні помилки у трактуванні інформації, отриманої від лікаря, з історії хвороби та від інших фізичних терапевтів і фахівців, залучених до реабілітації; неспроможний проводити фізичну терапію з пацієнтами/клієнтами похилого та старечого віку при складній прогресуючій та мультисистемній патології; допускає грубі помилки при визначенні функціонального стану осіб зрілого та літнього віку зі складною прогресуючою та мультисистемною патологією; з суттєвими помилками проводить найпростіші опитування пацієнта/клієнта, збирає дані про скарги пацієнта, анамнез хвороби, загальний стан пацієнта, визначає особливості виникнення та динаміки симптомів; зі значними труднощами проводить обстеження пацієнтів/клієнтів похилого і старечого віку при складній прогресуючій і мультисистемній патології, використовуючи відповідний інструментарій; з суттєвими помилками застосовує тести та модифіковані шкали, не здатен аналізувати результати, виявляти основні симптоми, синдроми та порушення; демонструє поверхневі уміння спілкування з пацієнтом/клієнтом; з грубими помилками встановлює цілі втручання, обирає відповідні методи, засоби та форми фізичної терапії; не здатний реалізовувати індивідуальні програми фізичної терапії осіб похилого та старечого віку; здійснювати заходи фізичної терапії для корекції порушень структури/функцій організму, активності та участі; не здатний аналізувати результати виконання програм фізичної терапії, коректувати хід виконання програми фізичної терапії; не виконав усіх видів навчальної роботи.

F (0 – 34) – оцінка «незадовільно» – «2» : виставляється здобувачеві, який зовсім не володіє програмним матеріалом, що ускладнює орієнтацію в теоретичних аспектах галузі фізичної терапії та ерготерапії; не володіє знаннями основних понять сучасної геронтології та геріатрії; зовсім не володіє знаннями медико-біологічних та соціально-психологічних аспектів реабілітації осіб похилого та старечого віку; не знає методичних підходів щодо профілактики старіння, біоактивації та продовження життя; неспроможний проводити фізичну терапію з пацієнтами/клієнтами похилого та старечого віку при складній прогресуючій та мультисистемній патології; не вміє проводити обстеження пацієнтів/клієнтів зрілого та літнього віку зі складною прогресуючою та мультисистемною патологією, використовуючи відповідний інструментарій; не здатен застосовувати тести та модифіковані шкали, аналізувати результати, виявляти основні симптоми, синдроми та порушення; не знає професійних завдань та обов'язків фізичного терапевта та ерготерапевта; не спроможний встановлювати цілі втручання, обирати відповідні методи, засоби та форми фізичної терапії геронтологічних та геріатричних пацієнтів; не здатний реалізовувати індивідуальні програми фізичної терапії осіб похилого та старечого віку; здійснювати заходи фізичної терапії для корекції порушень структури/функцій організму, активності та участі; не здатний аналізувати результати виконання програм фізичної терапії, коректувати хід їх виконання; не виконав усіх видів навчальної роботи.

5. ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

- контроль знань у вигляді відповідей на практичних заняттях, письмового тестування; контроль засвоєння навчального матеріалу, запланованого на самостійне опрацювання студентом;

- підсумкова самостійна письмова робота;

- співбесіда з лектором;
- екзамен.

6. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ.

Тема 1. Загальні закономірності старіння організму.

Точки зору на наслідки розвитку старіння. Теорії старіння. Поняття «старіння». Теорія зношування. Теорія «Х-енергії» (ентелехії). Математична модель старіння та старості. Теорія старіння у зв'язку зі змінами у складі та структурі колоїдних розчинів у клітинах. Інтоксикаційні теорії старіння. Теорії «дисгармонії та внутрішніх суперечок». Концепції старіння у зв'язку з впливом біологічних чинників і радіоактивних шкідливих речовин (законспектувати та вивчити). Механізми старіння. Молекулярні й клітинні механізми старіння. Нейрогуморальні механізми старіння. Біологічний і календарний вік. Види старіння. Вікова періодизація.

Тема 2. Основні аспекти життєдіяльності осіб похилого і старечого віку.

Анатомо-фізіологічні особливості організму осіб похилого і старечого віку. Зміни в організмі людини у процесі старіння. Порушення з боку нервової системи, спричинені старінням. Зміни чутливості до медикаментів. Зниження інтенсивності процесів обміну. Дегенеративні процеси в суглобах. Медико-біологічні проблеми осіб похилого і старечого віку. Показники захворюваності осіб похилого і старечого віку. Типові недуги старечого віку. Проблема остеопорозу. Остеоартроз. Коксартроз. Гонартроз. Деформуючий поліартрит. Головний біль. Задихання. Запори. Зниження апетиту. Порушення сечовиділення. Амілоїдоз внутрішніх органів. Виразки шлунку. Судинні захворювання органів черевної порожнини. Черевна жаба. Аневризма черевної аорти. Гострий панкреатит.

Тема 3. Соціальні й психологічні аспекти реабілітації осіб похилого і старечого віку.

Соціальна геронтологія. Наукові дослідження в соціальній геронтології. Завдання соціальної геронтології. Основні проблеми осіб похилого і старечого віку. Психологічно значущі чинники для людей похилого та старечого віку в умовах геріатричного стаціонару.

Тема 4. Спосіб життя та його значення для процесів старіння. Рухова активність в похилому і старечому віці.

Спосіб життя. Концепція способу життя. Рухова активність. Теніс і ракетбол. Гребля і ходіння на лижах. Їзда на велосипеді. Плавання. Аеробіка у воді.

Тема 5. Харчування в похилому і старечому віці.

Рацион харчування людей похилого і старечого віку. Дієти вегетаріанського напрямку (лактовегетаріанські й оволактовегетаріанські) для людей похилого віку. Основні правила харчування для людей похилого віку. Спеціальні функціональні продукти заданого хімічного і мікробіологічного складу для людей похилого і старечого віку.

Тема 6. Загартування та розпорядок дня в похилому і старечому віці.

Загартування. Загартування як оздоровчий засіб. Сонячні ванни. Водні процедури. Обтирання. Обливання. Душ. Купання у відкритих водоймищах. Морське купання. Загартування в льодяній воді – зимове плавання. Повітряні ванни та свіже повітря. Розпорядок дня. Елементи розпорядку дня. Відпочинок. Прогулянки. Повноцінний сон. Харчування. Оптимальна організація вільного часу. Фізична праця.

Тема 7. Фармакотерапія осіб похилого і старечого віку.

Фармакотерапія. Парадоксальні реакції у людей похилого і старечого віку. Геропротектори, як засоби для лікування похилих людей й профілактики старіння. Нові геріатричні препарати, вимоги до них. Гомеопатичні препарати. Основні принципи фармакотерапії для людей геріатричної групи.

Тема 8. Особливості відновлювального лікування осіб похилого і старечого віку.

Фізіотерапія. Правила застосування фізіотерапевтичних процедур. Медикаментозний електрофорез. Аерозольна інгаляційна терапія. Метод ультрафонофорезу. Імпульсний струм низької частоти. Електросон. Діадинамічні й синусоїдальні модульовані струми. Дарсонвалізація. Метод франклінізації. Електричне поле УВЧ. Магнітні поля. Лазерна терапія. Інфрачервоне випромінювання. Ультрафіолетове випромінювання. Фітолазерофорез. Водо- й теплолікування. Грязелікування. Гальваногрязелікування.

Тема 9. Лікувальна фізична культура та масаж в геріатрії.

Ранкова гігієнічна гімнастика. Оздоровча ходьба. Аеробні тренування. Структура тренувальних занять. Програма тренувань. Етапи тренувань. Початковий етап тренувань. Етап підвищення функціональних можливостей. Етап підтримки функціонального рівня. Заняття в групах і самостійні заняття. Застосування геропротекторних засобів у процесі оздоровчих фізичних тренувань. Метаболічна терапія. Методи масажу в геріатрії. Покази і протипокази до застосування масажу.

Тема 10. Нетрадиційні методи реабілітації осіб похилого і старечого віку.

Нетрадиційні методи реабілітації. Рефлексотерапія. Акупунктурні точки. Фітотерапія. Фітонциди. Гомеопатія. Гомеопатичні препарати. Натуротерапія. Біологічно активні речовини (нутріцевтики). Гірудотерапія.

Тема 11. Ревіталізація організму людини похилого і старечого віку.

Морфологічні ознаки старіння. «Патологічні сигнали», що корелюють з віком. Ідея ревіталізації. Ідея трансплантації гемопоетичних стовбурних клітин. Біорегулююча терапія. Застосування пептидних препаратів.

Тема 12. Рекреація в геронтології та геріатрії.

Психотерапія і психогігієна в процесі ревіталізації. Музикотерапія. Бібліотерапія. Психотерапія спогадами, старими фотографіями. Рекреація. Види рекреації. Туризм як унікальний засіб реабілітації й рекреації.

Тема 13. Профілактика старіння, продовження життя та біоактивація.

Загальні типи механізмів старіння і напрями його дотримання. Чотири основні загальні типи старіння. Загальні напрями протидії старінню. Головні шляхи і методи затримування старіння. Організм як надскладна система. Ознаки старіння за цим механізмом. Шляхи протидії старінню. Група методів омолодження.

Тема 14. Основні принципи біоактивації та геропрофілактики. Базові лікувально-оздоровчі техніки осіб похилого і старечого віку.

Основні принципи біоактивації та геропрофілактики. Етапи біоактивації й геропрофілактики. Спеціальні програми – курси біостимуляції й геропрофілактики. Курси-програми для людей будь-якого віку.

Тема 15. Спеціальні лікувально-оздоровчі техніки осіб похилого і старечого віку.

Курс очищення організму. Курс нормалізації маси тіла. Курс ентеросорбції. Курс біостимуляції. Курс імунокорекції та біоімуностимуляції. Курс антиоксидантної терапії. Курс «лікування без ліків». Курс спеціальної гормональної корекції. Нормалізація харчування і спеціальні дієти в геропрофілактиці і біостимуляції. Принципи геропрофілактичних і біостимулюючих дієт. Голодування і голодні дієти як спеціальний біоактивуючий метод. Механізми і ефекти голодних дієт. Засоби очищення. Електроактивовані системи: очищення і біоактивація води. Метод ЕХАС. Біоімунокоректори. Комплексні схеми біостимуляції і геропрофілактики. Коротка характеристика засобів, що використовуються. Фармакологічні засоби.

ОРІЄНТОВНА ТЕМАТИКА ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

- Загальні закономірності старіння організму.
- Основні аспекти життєдіяльності осіб похилого і старечого віку.
- Соціальні й психологічні аспекти реабілітації осіб похилого і старечого віку.
- Спосіб життя та його значення для процесів старіння. Рухова активність в похилому і старечому віці.
- Харчування в похилому і старечому віці.
- Загартування та розпорядок дня в похилому і старечому віці.
- Фармакотерапія осіб похилого і старечого віку.
- Особливості відновлювального лікування осіб похилого і старечого віку.
- Лікувальна фізична культура та масаж в геріатрії.
- Нетрадиційні методи реабілітації осіб похилого і старечого віку.
- Ревіталізація організму людини похилого і старечого віку.
- Рекреація в геронтології та геріатрії.
- Профілактика старіння, продовження життя та біоактивація.
- Основні принципи біоактивації та геропрофілактики. Базові лікувально-оздоровчі техніки осіб похилого і старечого віку.
- Спеціальні лікувально-оздоровчі техніки осіб похилого і старечого віку.

7. ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Самостійна робота студента з дисципліни містить: опрацювання теоретичного матеріалу; підготовку до практичних занять, підготовку до екзамену.

- Опрацювати матеріал з теми «Загальні закономірності старіння організму». Зробити опорний конспект та підготуватися до обговорення теми на практичному занятті.
- Опрацювати матеріал з теми «Основні аспекти життєдіяльності осіб похилого і старечого віку». Зробити опорний конспект та підготуватися до обговорення теми на практичному занятті.
- Опрацювати матеріал з теми «Соціальні й психологічні аспекти реабілітації осіб похилого і старечого віку». Зробити опорний конспект та підготуватися до обговорення теми на практичному занятті.
- Опрацювати матеріал з теми «Спосіб життя та його значення для процесів старіння. Рухова активність в похилому і старечому віці». Зробити опорний конспект та підготуватися до обговорення теми на практичному занятті.
- Опрацювати матеріал з теми «Харчування в похилому і старечому віці». Зробити опорний конспект та підготуватися до обговорення теми на практичному занятті.
- Опрацювати матеріал з теми «Загартування та розпорядок дня в похилому і старечому віці». Зробити опорний конспект та підготуватися до обговорення теми на практичному занятті.
- Опрацювати матеріал з теми «Фармакотерапія осіб похилого і старечого віку». Зробити опорний конспект та підготуватися до обговорення теми на практичному занятті.
- Опрацювати матеріал з теми «Особливості відновлювального лікування осіб похилого і старечого віку». Зробити опорний конспект та підготуватися до обговорення теми на практичному занятті.
- Опрацювати матеріал з теми «Лікувальна фізична культура та масаж в геріатрії». Зробити опорний конспект та підготуватися до обговорення теми на практичному занятті.
- Опрацювати матеріал з теми «Нетрадиційні методи реабілітації осіб похилого і старечого віку». Зробити опорний конспект та підготуватися до обговорення теми на практичному занятті.
- Опрацювати матеріал з теми «Ревіталізація організму людини похилого і старечого віку». Зробити опорний конспект та підготуватися до обговорення теми на практичному занятті.

- Опрацювати матеріал з теми «Рекреація в геронтології та геріатрії». Зробити опорний конспект та підготуватися до обговорення теми на практичному занятті.
- Опрацювати матеріал з теми «Профілактика старіння, продовження життя та біоактивація». Зробити опорний конспект та підготуватися до обговорення теми на практичному занятті.
- Опрацювати матеріал з теми «Основні принципи біоактивації та геропротекції. Базові лікувально-оздоровчі техніки осіб похилого і старечого віку». Зробити опорний конспект та підготуватися до обговорення теми на практичному занятті.
- Опрацювати матеріал з теми «Спеціальні лікувально-оздоровчі техніки осіб похилого і старечого віку». Зробити опорний конспект та підготуватися до обговорення теми на практичному занятті.

8. ФОРМИ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

Засвоєння студентами навчального матеріалу з дисципліни перевіряється шляхом усного та письмового опитування на практичних заняттях за темою лекції, оцінки за виконання письмової самостійної роботи та співбесіди з лектором наприкінці семестру.

Розподіл 100 балів між видами робіт:

Семестр – I, (П*)		Екзамен
Успішність на практичних заняттях	60	
Підсумкова самостійна робота	30	
Співбесіда з лектором	10	
Всього балів	100	100
Ваговий коефіцієнт	0,6	0,4

Поточна успішність (max = 100) складається з балів, отриманих на практичних заняттях (60 балів), за самостійну письмову роботу (30 балів), за співбесіду з лектором (10 балів).

Загальний бал (60 балів) відповідей на практичних заняттях обчислюється за формулою:

$$X = \frac{A}{n} \cdot \frac{K}{5}, \text{ де}$$

X – загальний бал відповідей на практичних заняттях упродовж семестру.

K – максимальна кількість балів, які студент може отримати на практичних заняттях у семестрі (60 балів),

A – сума усіх поточних оцінок при вивченні дисципліни у семестрі за чотирибальною шкалою: «5», «4», «3», «2»,

n – кількість цих оцінок (не менше шести оцінок за семестр),

$\frac{A}{n}$ – середня оцінка за відповіді.

Кількість балів X заокруглюють до цілих. Якщо середня оцінка поточного контролю менша за 2.5, то $X = 0$.

Підсумкова самостійна письмова робота (30 балів) передбачає виконання описових та (або) тестових завдань з навчальної дисципліни. Сумарна кількість балів виводиться шляхом оцінки якості виконаних завдань, що включає повноту розкриття питання та правильність виконання завдань.

Співбесіда з лектором (10 балів) проходить у вигляді опитування за окремими темами відповідно до програми навчальної дисципліни наприкінці семестру.

Сумарна кількість балів, виділених на оцінку підсумкової самостійної письмової роботи, виводиться шляхом оцінки якості виконаних завдань, що включає повноту розкриття питання та правильність виконання завдань.

Сумарна кількість балів з дисципліни визначається як поточна успішності за семестр з ваговим коефіцієнтом 0,6 та оцінки за екзамен у 100-бальній шкалі з ваговим коефіцієнтом 0,4 і знаходиться за формулою:

Сумарна кількість балів з дисципліни визначається за формулою:

$$S_{\text{сум}} = 0,6 \cdot S_{\text{пот}} + 0,4 \cdot S_{\text{підс}},$$

де $S_{\text{пот}}$ – кількість балів за поточний контроль у I семестрі;

$S_{\text{підс}}$ – кількість балів за підсумковий контроль (екзамен).

Оцінка виставляється за шкалами оцінювання: стобальною, національною і ЄКТС.

Екзамен за талоном №2 і перед комісією проводиться в усній формі з оцінюванням за стобальною шкалою.

9. ІНСТРУМЕНТИ, ОБЛАДНАННЯ, ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

Мультимедійне обладнання для демонстрації лекцій.

10. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

а) основна:

1. Анисимов В.Н. Молекулярные и физиологические механизмы старения / Анисимов В.Н. - Спб.: Наука, 2003. – 468 с.
2. Гериатрия: Учеб. пособие / [Д.Ф. Чеботарев, В.В. Фролькис, О. Б. Коркушко
3. и др.]; Под ред. Д.Ф.Чеботарева. - М.: Медицина, 1990. – 280 с.
4. Донцов В.И. Фундаментальные механизмы геропрофилактики / В.И. Донцов, В.Н. Крутько, А.А. Подколзин. - М.: Биоинформсервис, 2002. – 460 с.
5. Коркушко О.В. Гериатрия в терапевтической практике / О.В. Коркушко, Д.Ф. Чеботарев, В.Г. Колинковская. - Киев: Здоровье, 1993. – 840с.
6. Кайдашев І.П., Борзих О.А.. Основи геронтології. Частина перша. Навчальний посібник. – Полтава, 2011. – 167с
7. Котельников Г.П. Практическая гериатрия / Г.П. Котельников, О.Г. Яковлев. – Самара, 1995.-614с.
8. Лук'янченко М.І. Оздоровчі технології осіб похилого і старечого віку М.І. Лук'янченко, Н.М. Грибок, І.В. Прихода. Навчально-методичний посібник. – Дрогобич : Видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2015. – 124 с.
9. Тарасюк В. С. Медсестринство в геронтології, гериатрії і паліативній медицині : підручник / В. С. Тарасюк, Г. Б. Кучанська. – К. : Медицина, 2013. – 647 с.
10. Стан здоров'я та медичне обслуговування літніх людей. Досвід, проблеми та перспективи надання медико-соціальної допомоги літнім людям за кордоном і на Україні // Главный врач. - 2008. - № 7. - С. 78-96.

б) додаткова:

11. Белая Н.А. Лечебная физкультура и массаж. Учебно-методическое пособие для мед. работников. – Москва: «Советский спорт», 2001. – 271с.
12. Мурза В.П. Психолого-фізична реабілітація: Підручник / В. П. Мурза – К.: «Олан», 2005. – 608 с.
13. Мухін В.М. Фізична реабілітація. – К.: Олімпійська література, 2009. – 486с.
14. Нетрадиционная медицина. – Пер. с англ. – Харьков: Книжный клуб «Клуб Семейного Досуга», 2003. – 320с.
15. Пособие по геронтологии и гериатрии для студентов 2-3 курса мед. факультета. Ч 2.- Вопросы гериатрии / [И.В. Редчиц, Ю.О. Зверев, И. В. Мищенко и др.]; Под ред. И.В. Редчица.-Полтава, 1999.-144с.

16. Фізіотерапевтичні та фізіопунктурні методи і їх практичне застосування: Навчально-методичний посібник / Самосюк І.З., Парамончик В.М., Губенко В.П. та ін. – К.: Альтерпрес, 2001. – 316с.
17. Хархарова-Алиева К.М. Оптимизация неотложной помощи при обострении бронхиальной астмы в пожилом и старческом возрасте / К.М. Хархарова-Алиева, М.А. Хархаров // Клин. геронтология. - 2008. - Т. 14.- № 9. -С. 115-118.
18. Чеботарев Д.Ф. Руководство по геронтологии / Под ред Д.Ф. Чеботарева, Н.Б. Маньковского, В.В.Фролькиса.- М.: «Медицина», 1978.- 503с.
19. Щербина Е.А. Психические заболевания пожилого возраста / Щербина Е.А. - К.: Здоров'я, 2003. – 67с.
20. Токарь А.В. Артериальная гипертензия в пожилом и старческом возрасте / А.В. Токарь, Л.М. Ена. - К.: Здоров'я, 2005. – 46с.

в) інформаційні (електронні) ресурси

<http://geront.kiev.ua/>

<http://gerontology.esrae.ru/>

<http://www.gerontology.bessmertie.ru/>

<http://www.gerontology.ru/>

<http://www.gerontolog.info/>

Школа здоров'я: [http:// www.sport-health.com.ua](http://www.sport-health.com.ua)

<http://www.bookmed.com>

<http://www.zdorow.com>.

<http://www.nbu.gov.ua>

<http://www.likar.uz.ua>