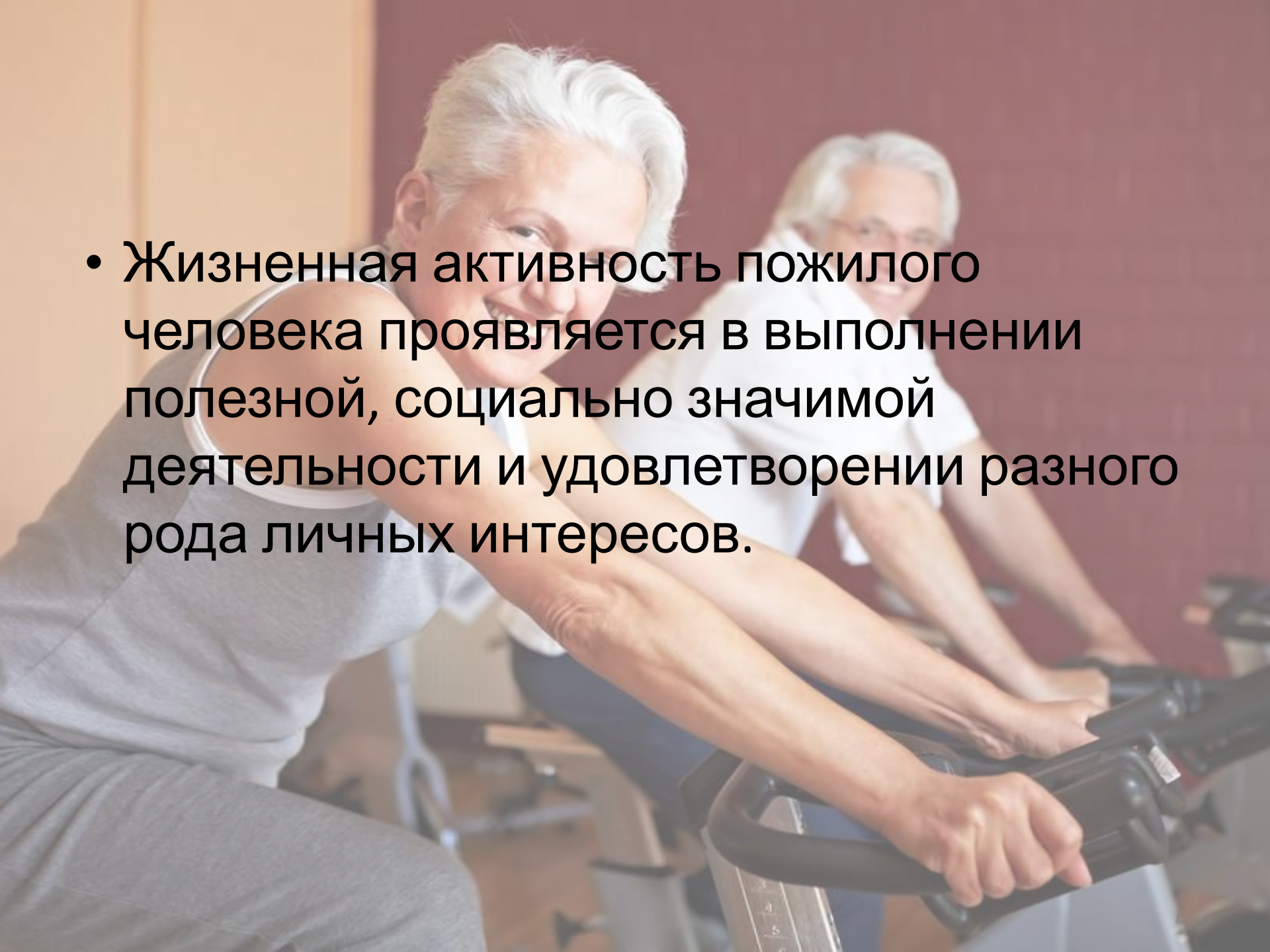
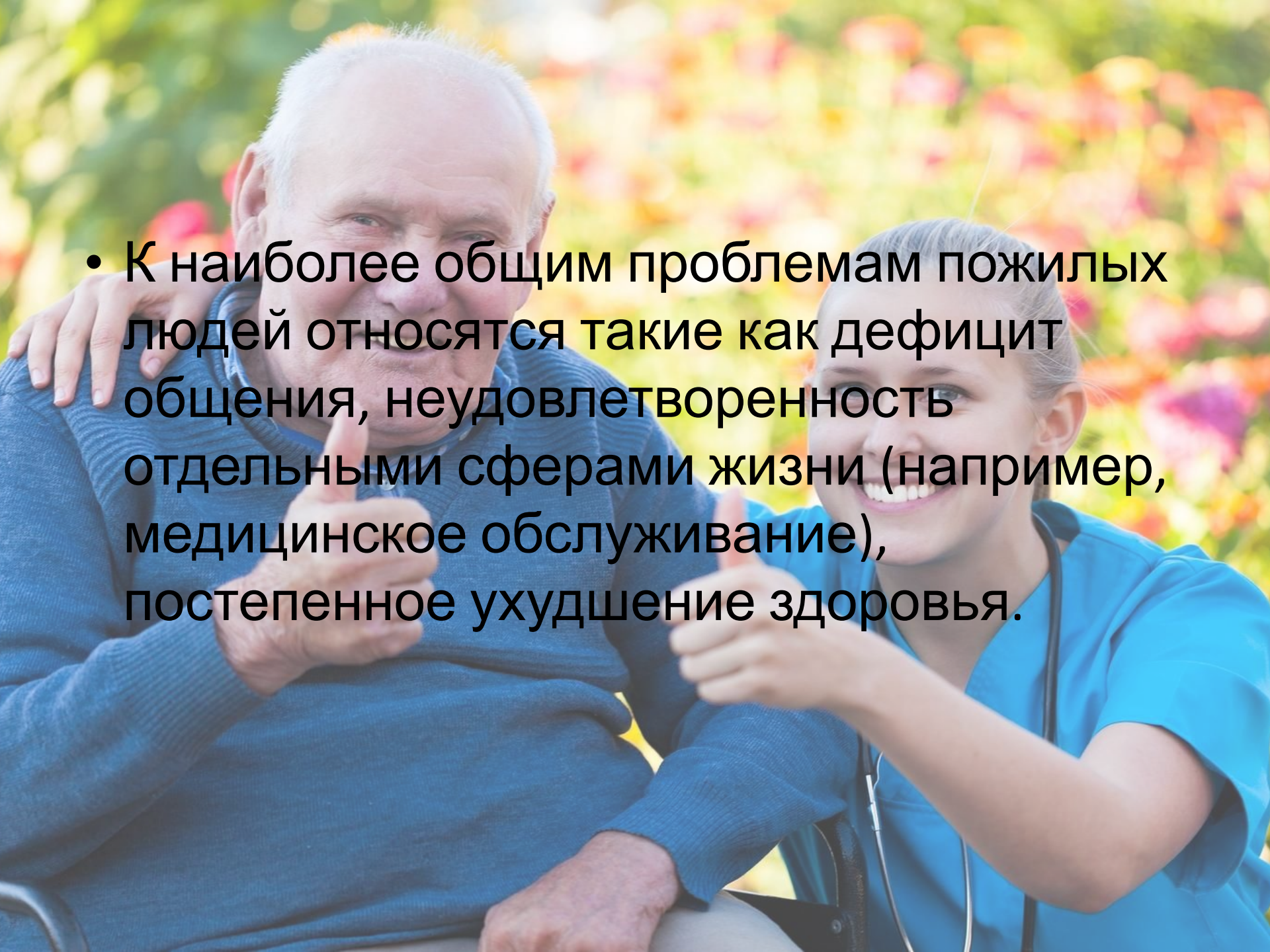
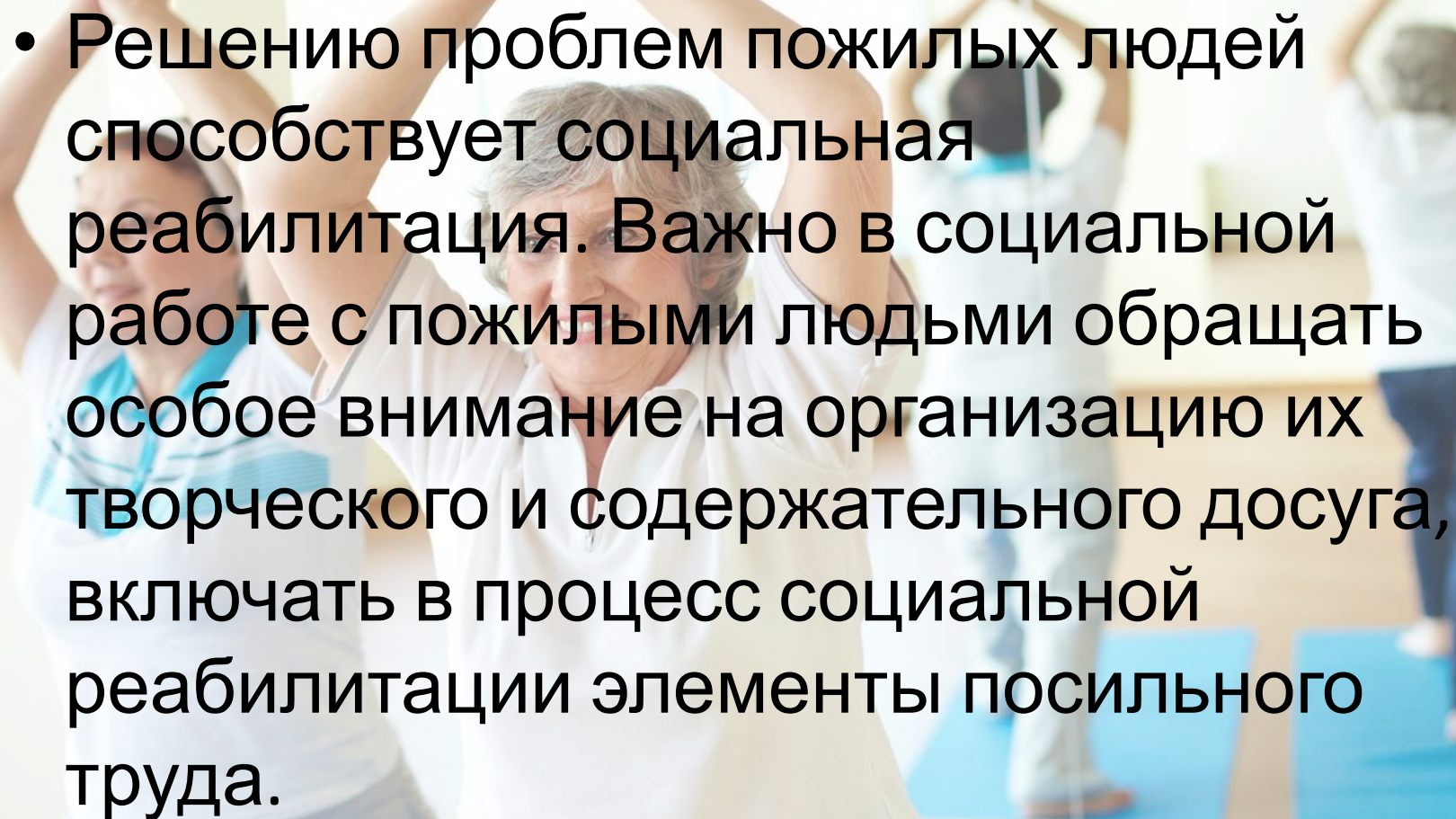
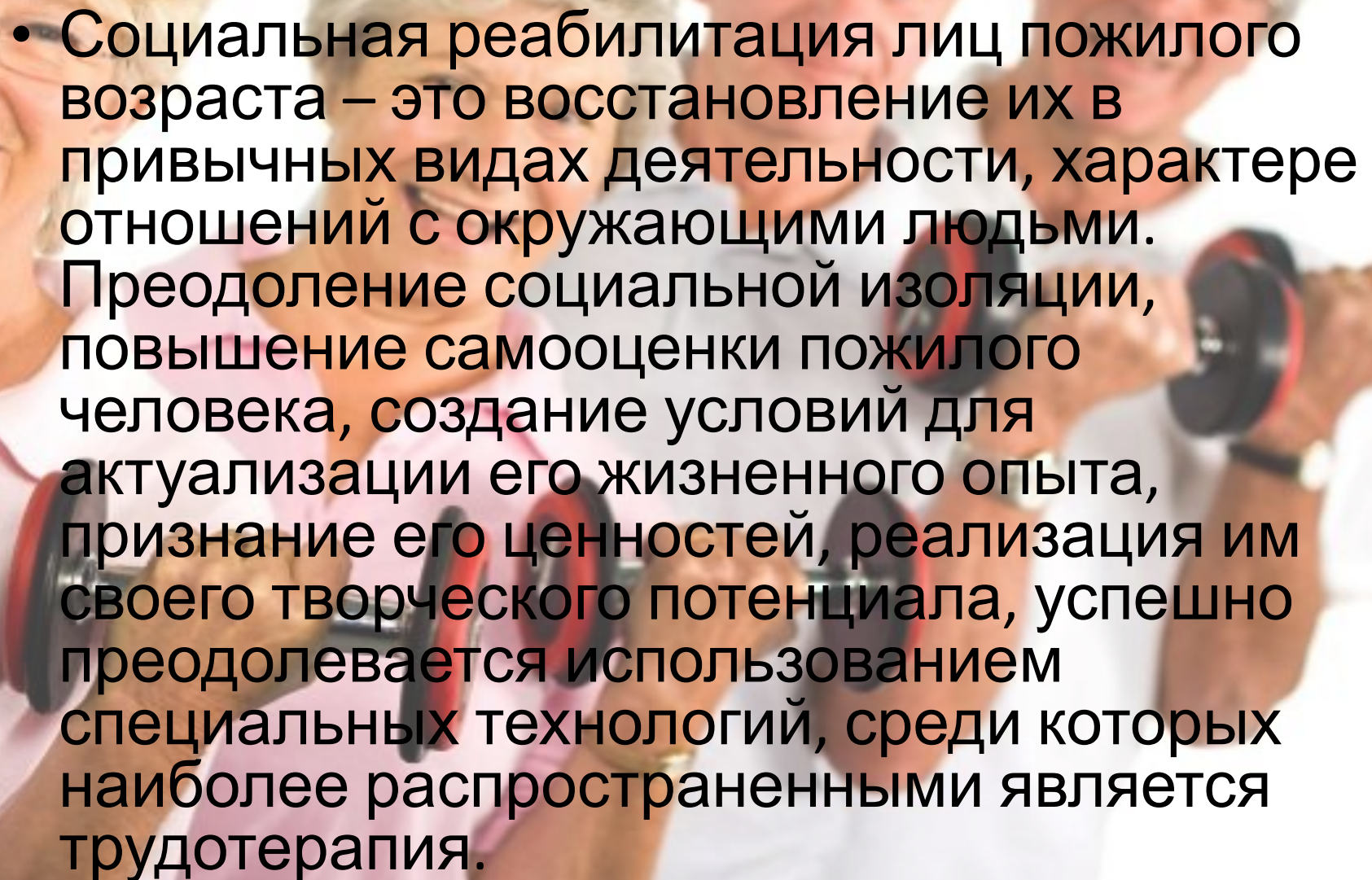


# Реабилитация лиц пожилого возраста.

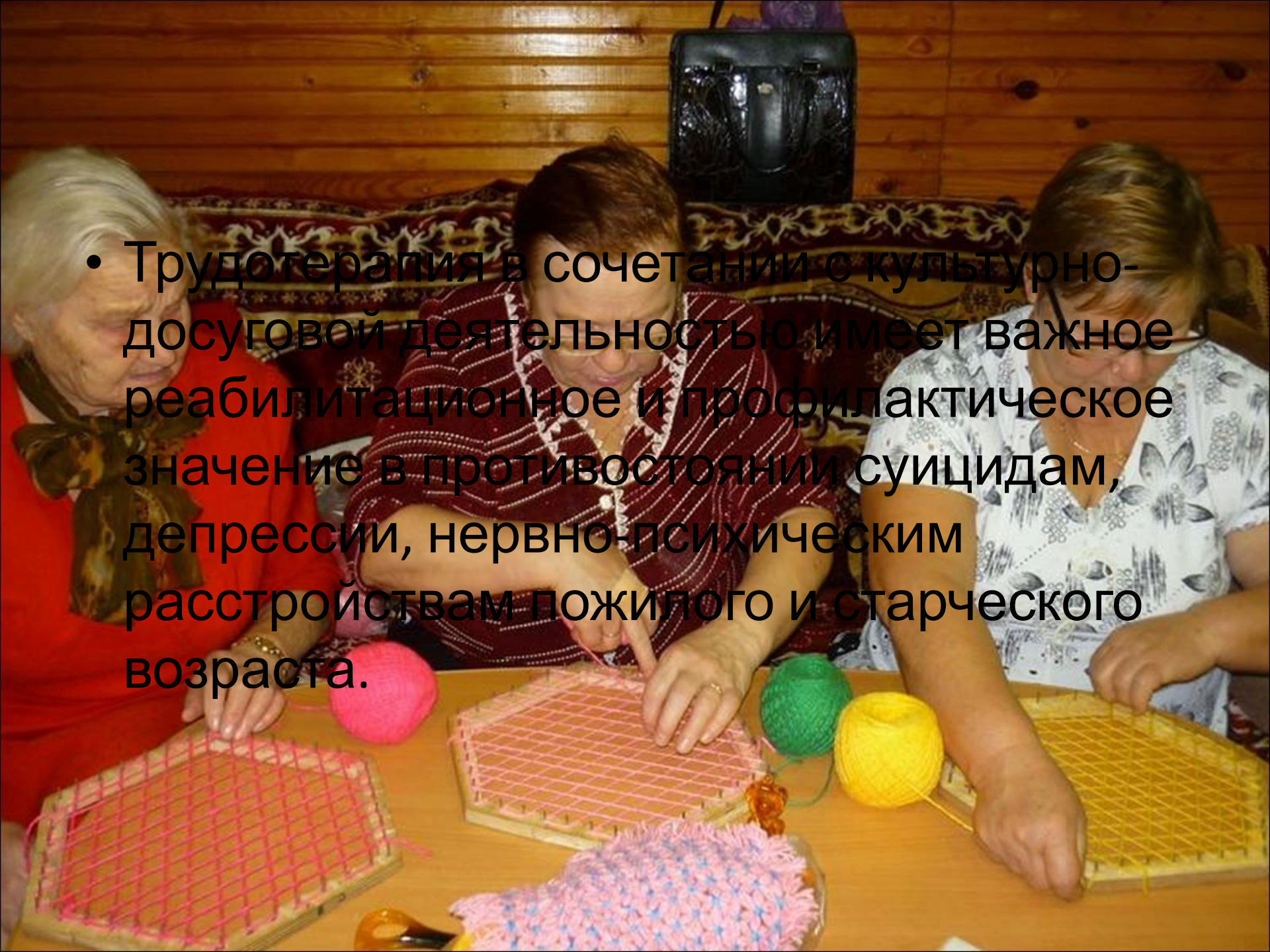
- 
- A photograph of two elderly women with white hair exercising on treadmills in a gym. The woman in the foreground is smiling and looking towards the camera. The woman in the background is also smiling and looking towards the camera. The text is overlaid on the image.
- **Жизненная активность пожилого человека проявляется в выполнении полезной, социально значимой деятельности и удовлетворении разного рода личных интересов.**

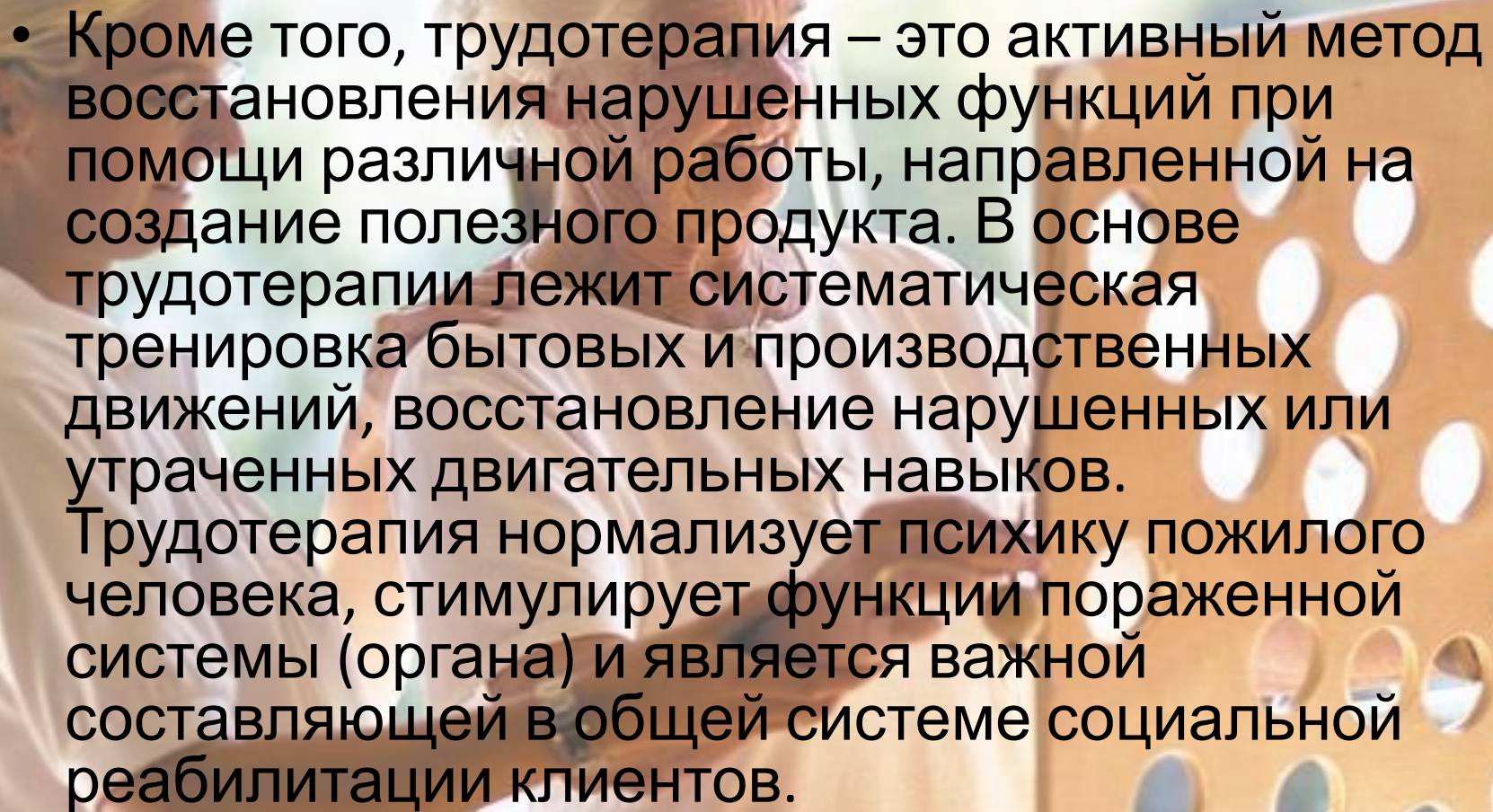
- 
- К наиболее общим проблемам пожилых людей относятся такие как дефицит общения, неудовлетворенность отдельными сферами жизни (например, медицинское обслуживание), постепенное ухудшение здоровья.

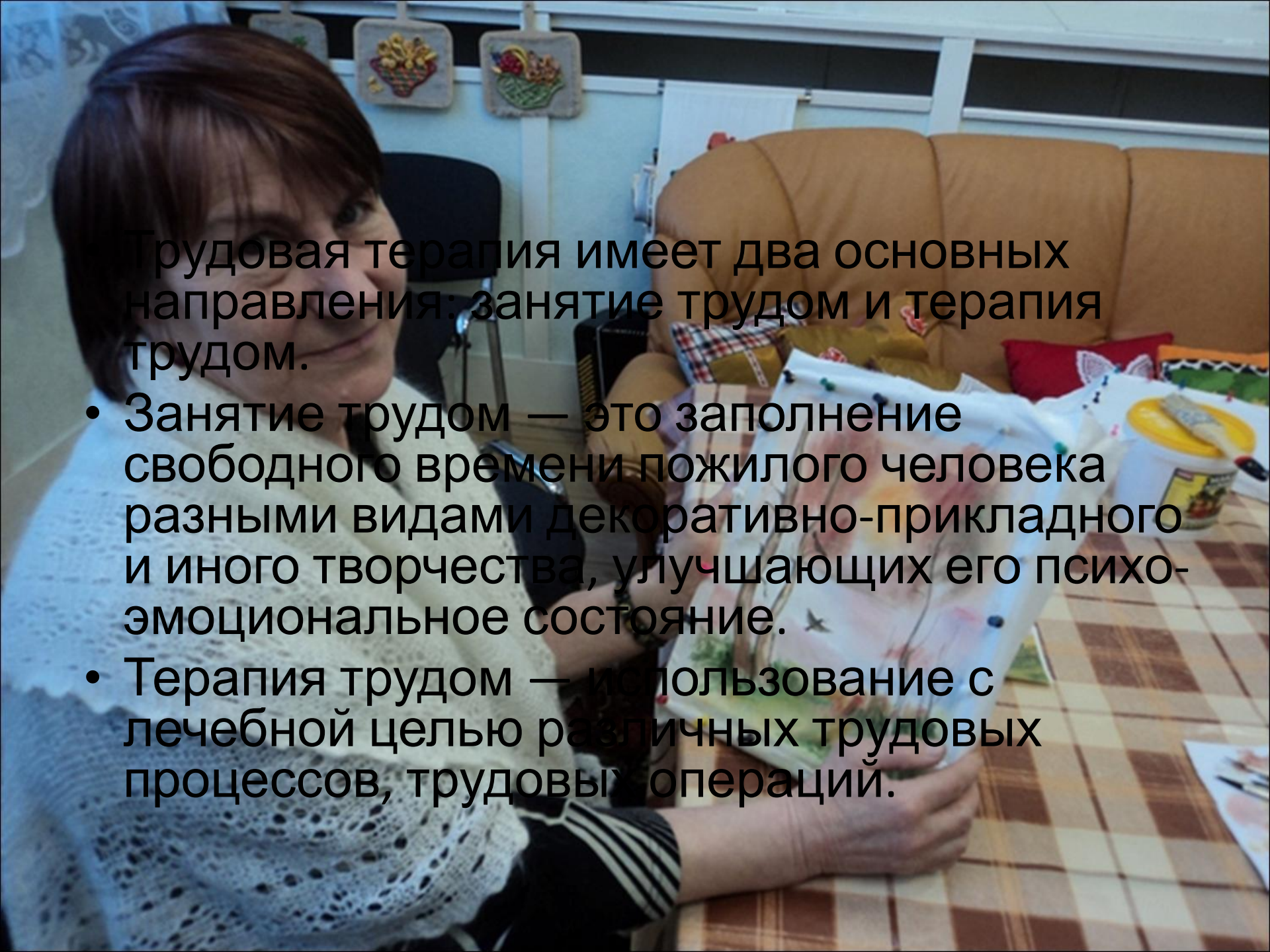
- 
- Решению проблем пожилых людей способствует социальная реабилитация. Важно в социальной работе с пожилыми людьми обращать особое внимание на организацию их творческого и содержательного досуга, включать в процесс социальной реабилитации элементы посильного труда.

- 
- Социальная реабилитация лиц пожилого возраста – это восстановление их в привычных видах деятельности, характере отношений с окружающими людьми. Преодоление социальной изоляции, повышение самооценки пожилого человека, создание условий для актуализации его жизненного опыта, признание его ценностей, реализация им своего творческого потенциала, успешно преодолевается использованием специальных технологий, среди которых наиболее распространенными является трудотерапия.

- Трудотерапия в сочетании с культурно-досуговой деятельностью имеет важное реабилитационное и профилактическое значение в противостоянии суицидам, депрессии, нервно-психическим расстройствам пожилого и старческого возраста.



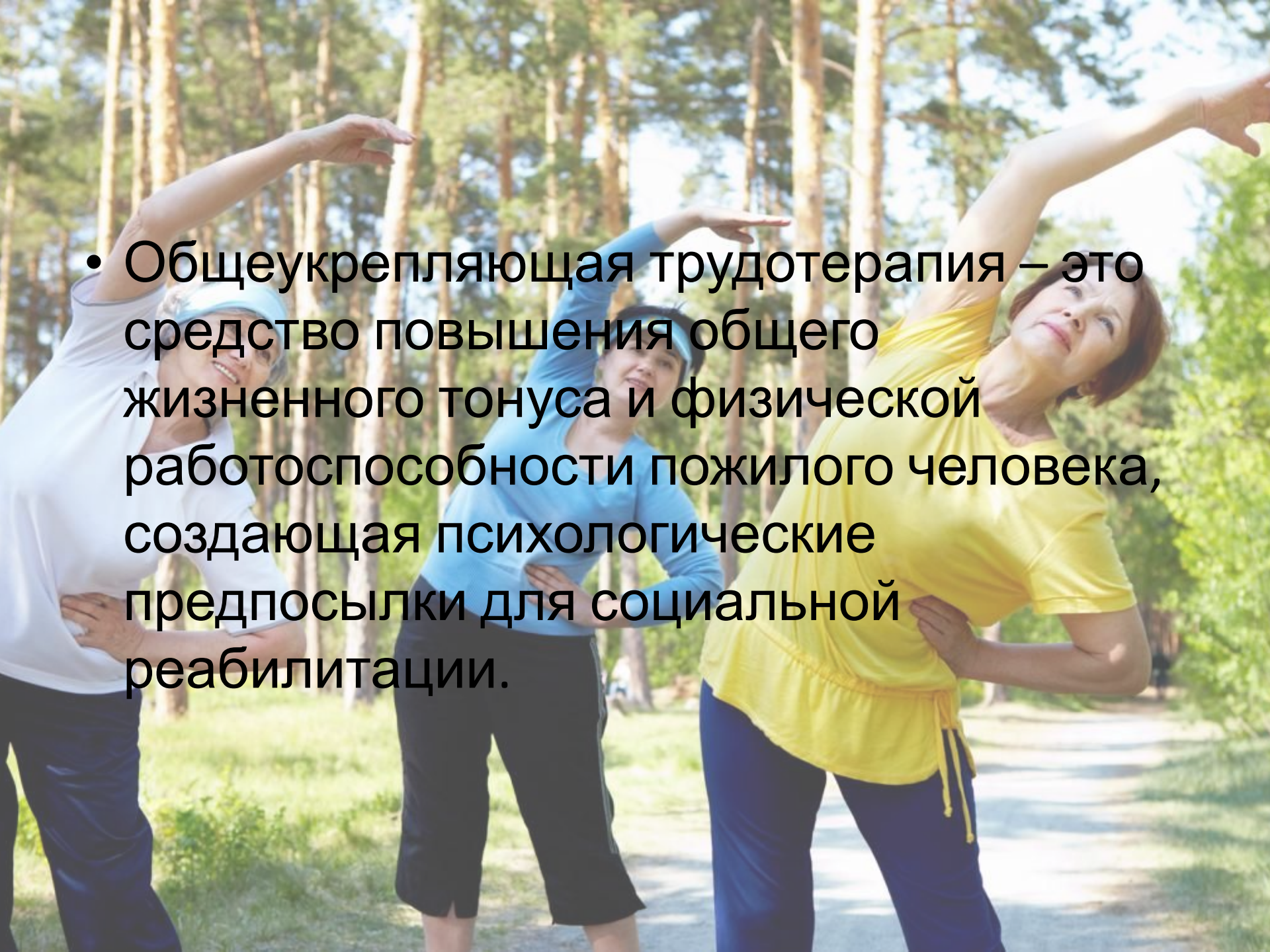
- 
- Кроме того, трудотерапия – это активный метод восстановления нарушенных функций при помощи различной работы, направленной на создание полезного продукта. В основе трудотерапии лежит систематическая тренировка бытовых и производственных движений, восстановление нарушенных или утраченных двигательных навыков. Трудотерапия нормализует психику пожилого человека, стимулирует функции пораженной системы (органа) и является важной составляющей в общей системе социальной реабилитации клиентов.

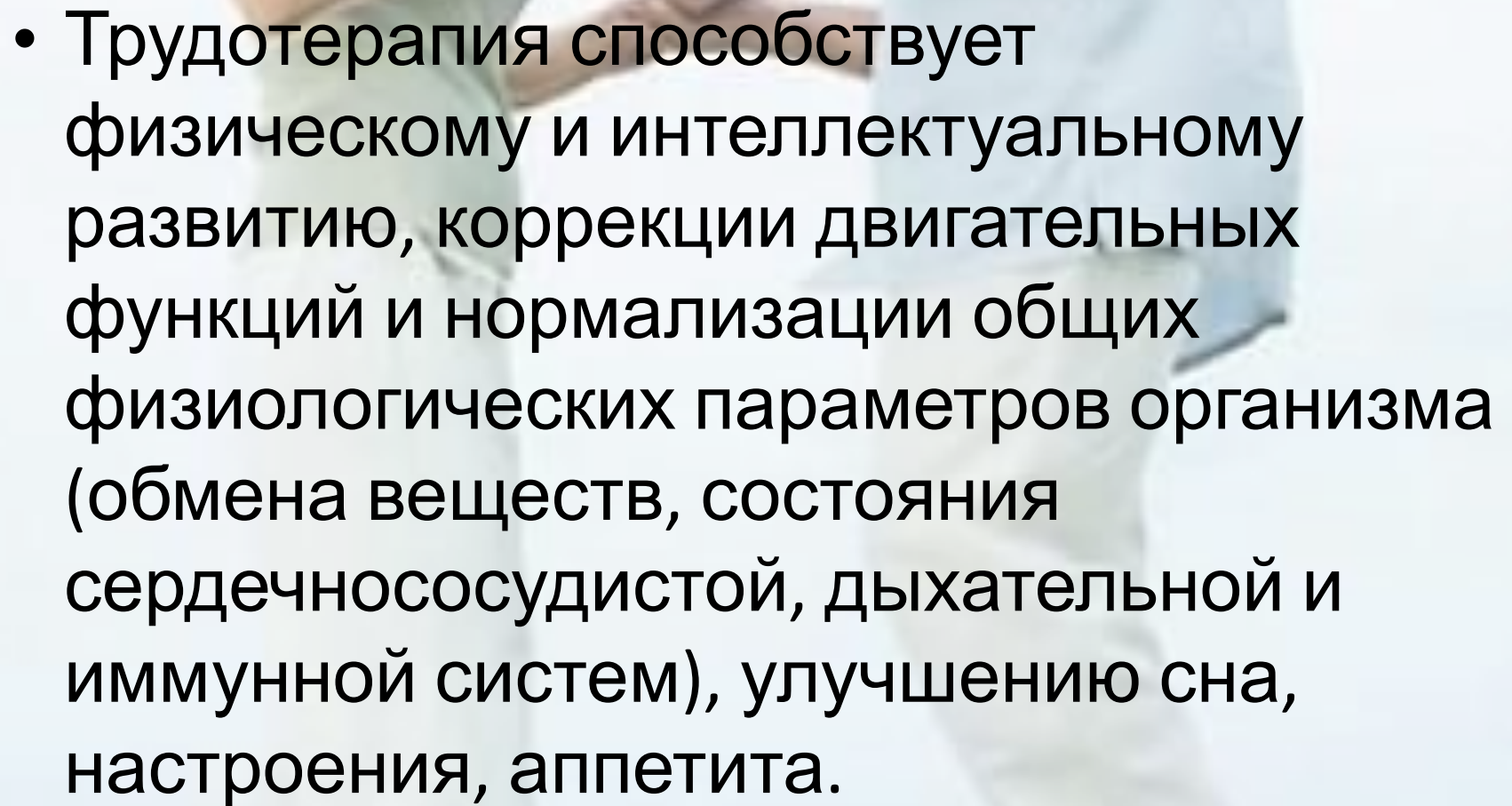


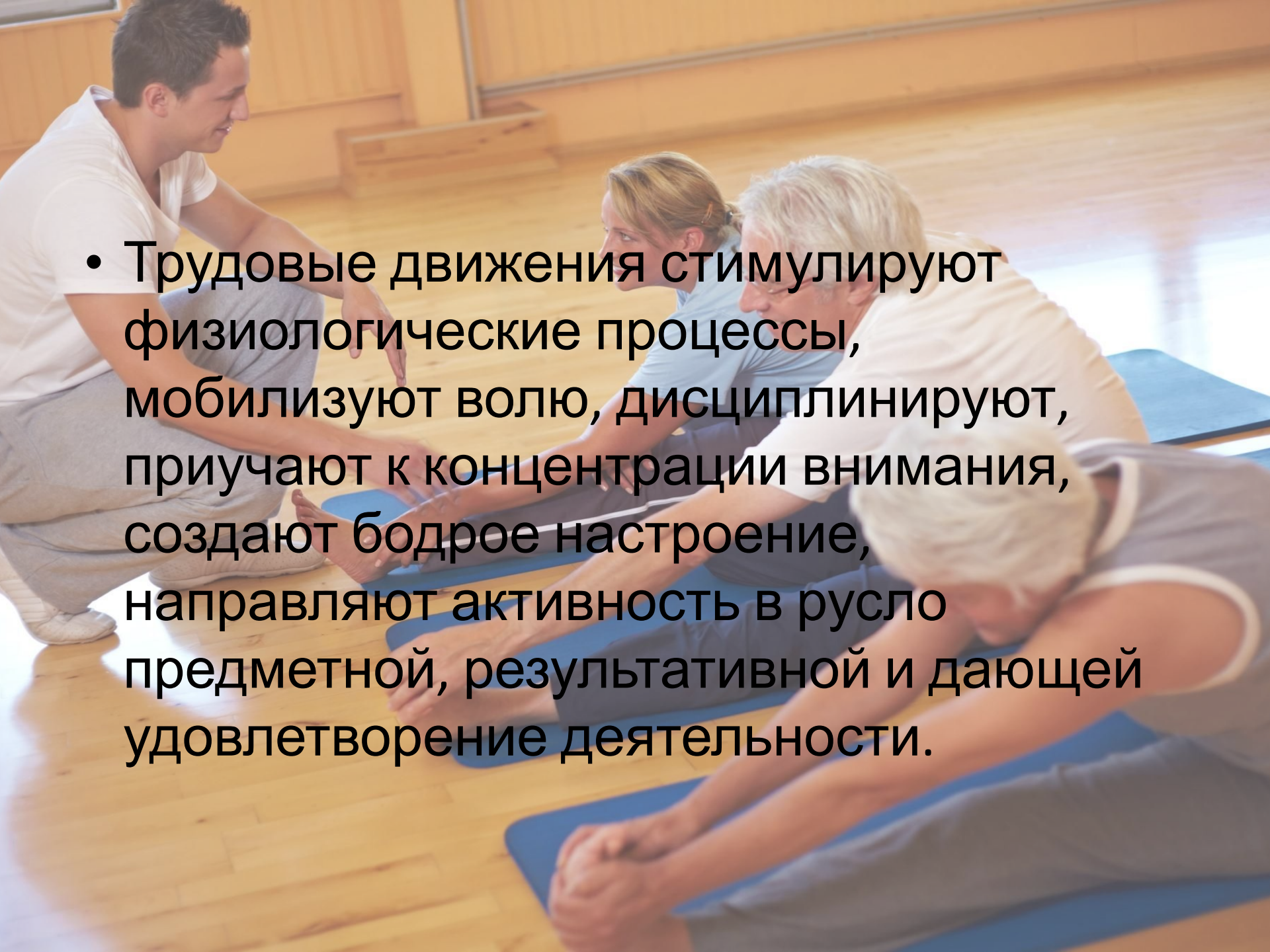
Трудовая терапия имеет два основных направления: занятие трудом и терапия трудом.

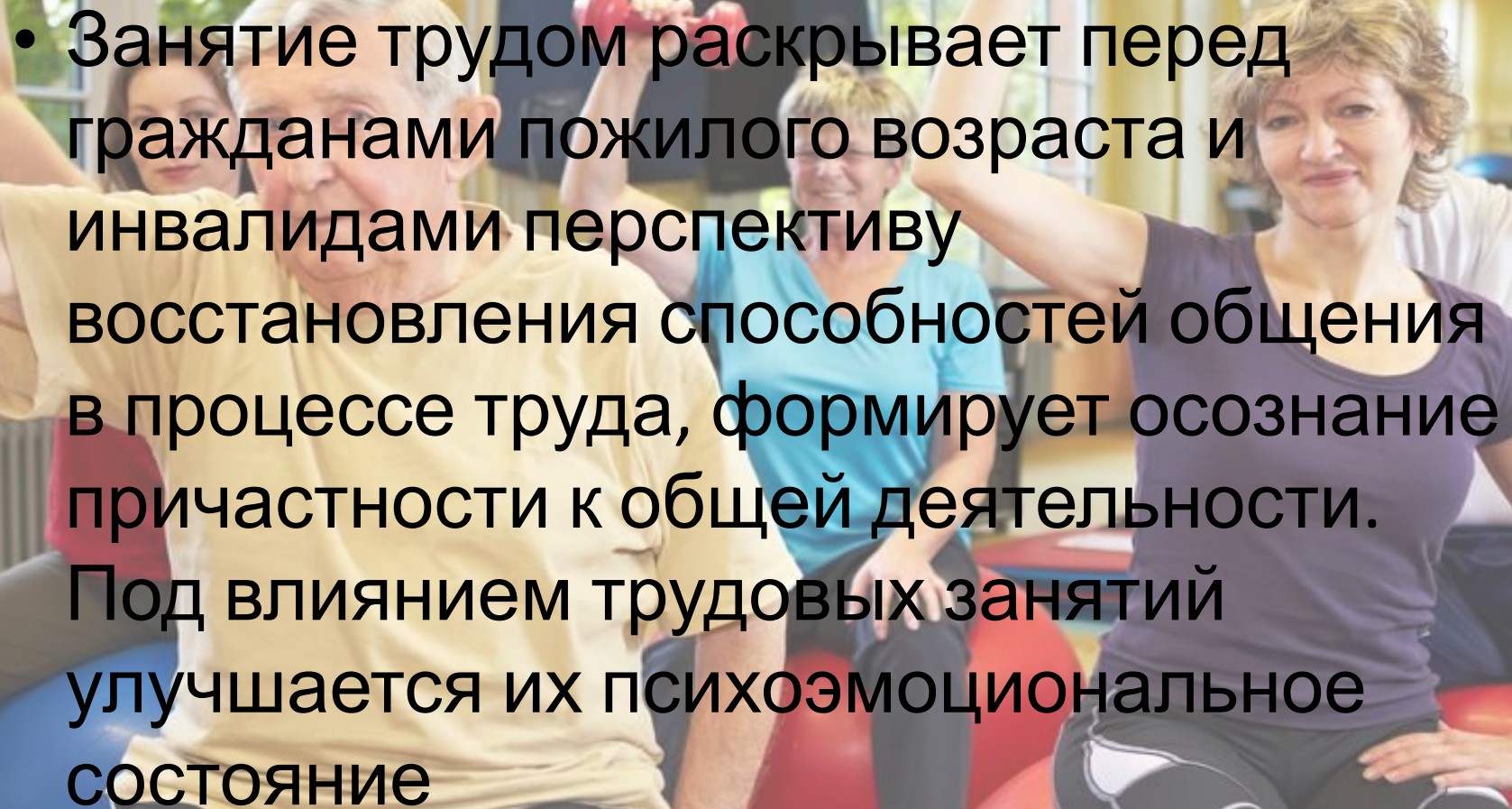
- Занятие трудом — это заполнение свободного времени пожилого человека разными видами декоративно-прикладного и иного творчества, улучшающих его психо-эмоциональное состояние.
- Терапия трудом — использование с лечебной целью различных трудовых процессов, трудовых операций.



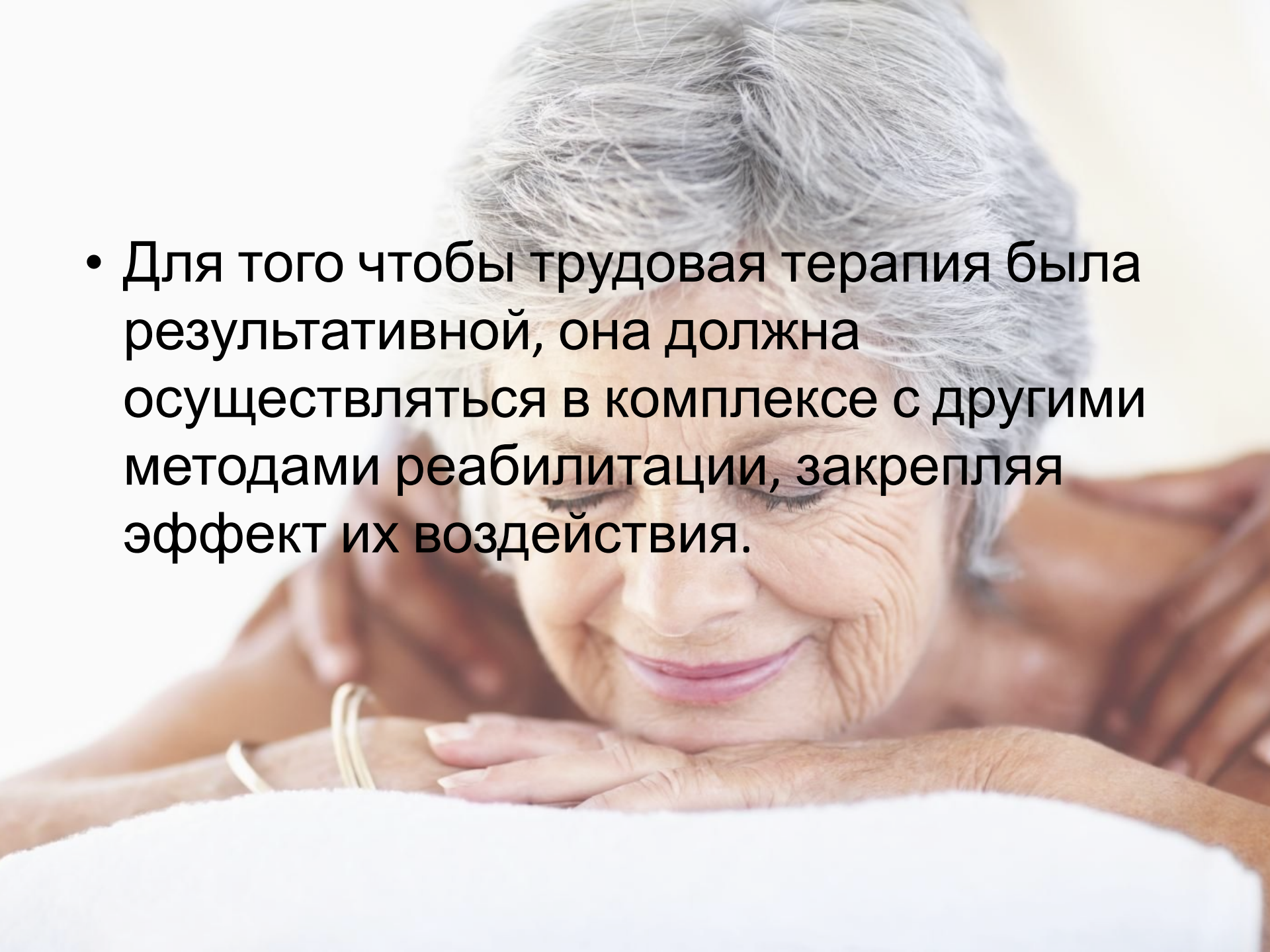
- 
- A photograph of three elderly women in a forest, performing a stretching exercise. They are standing on a path, with tall pine trees in the background. The woman on the left is wearing a white shirt and dark pants, the woman in the middle is wearing a light blue long-sleeved shirt and dark pants, and the woman on the right is wearing a yellow t-shirt and dark pants. All three women have their right arms raised and bent at the elbow, with their hands near their heads, and their left hands on their hips. They are all smiling and looking towards the camera.
- **Общеукрепляющая трудотерапия – это средство повышения общего жизненного тонуса и физической работоспособности пожилого человека, создающая психологические предпосылки для социальной реабилитации.**

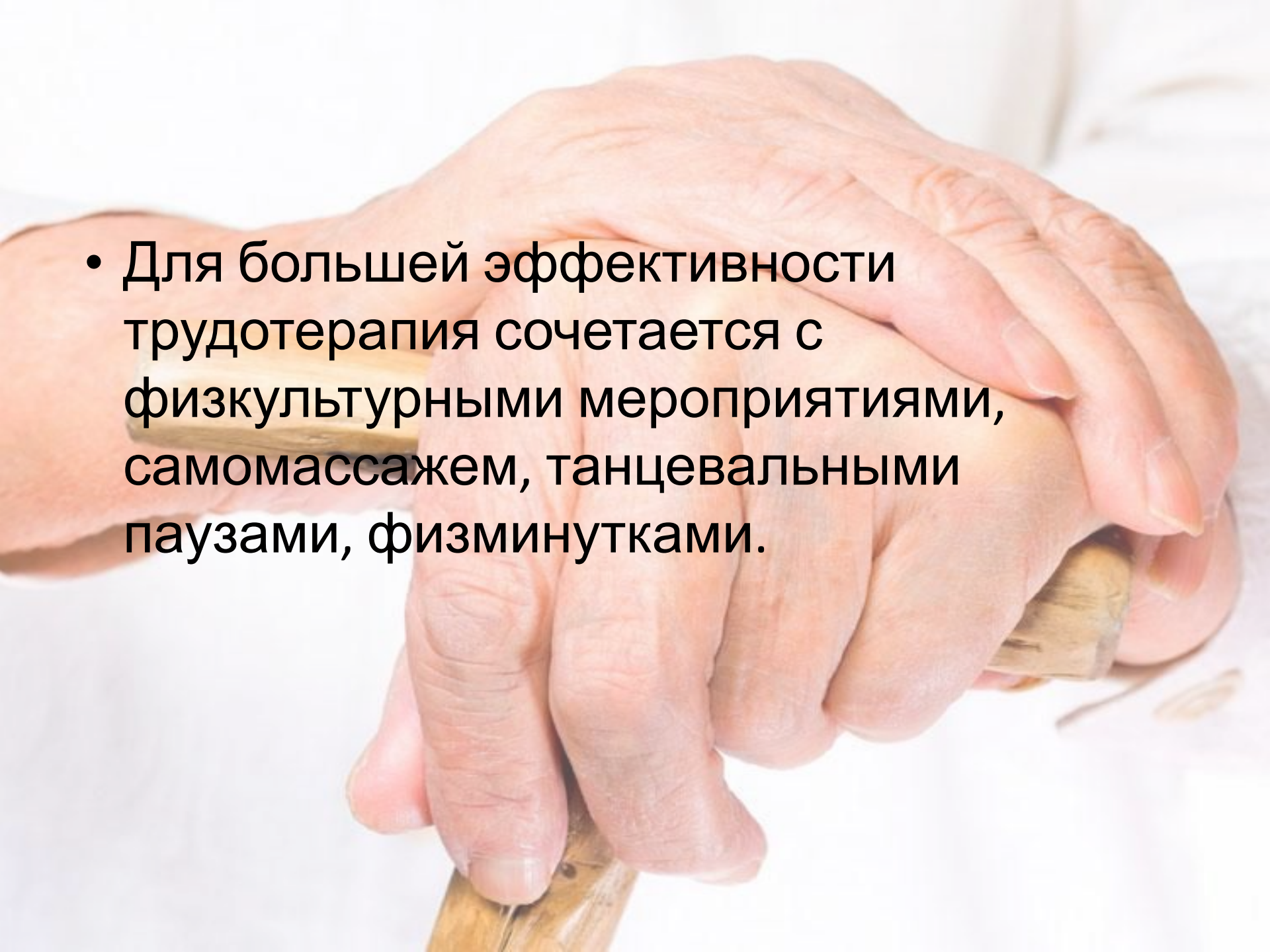
- 
- Трудотерапия способствует физическому и интеллектуальному развитию, коррекции двигательных функций и нормализации общих физиологических параметров организма (обмена веществ, состояния сердечнососудистой, дыхательной и иммунной систем), улучшению сна, настроения, аппетита.


- 
- Трудовые движения стимулируют физиологические процессы, мобилизуют волю, дисциплинируют, приучают к концентрации внимания, создают бодрое настроение, направляют активность в русло предметной, результативной и дающей удовлетворение деятельности.

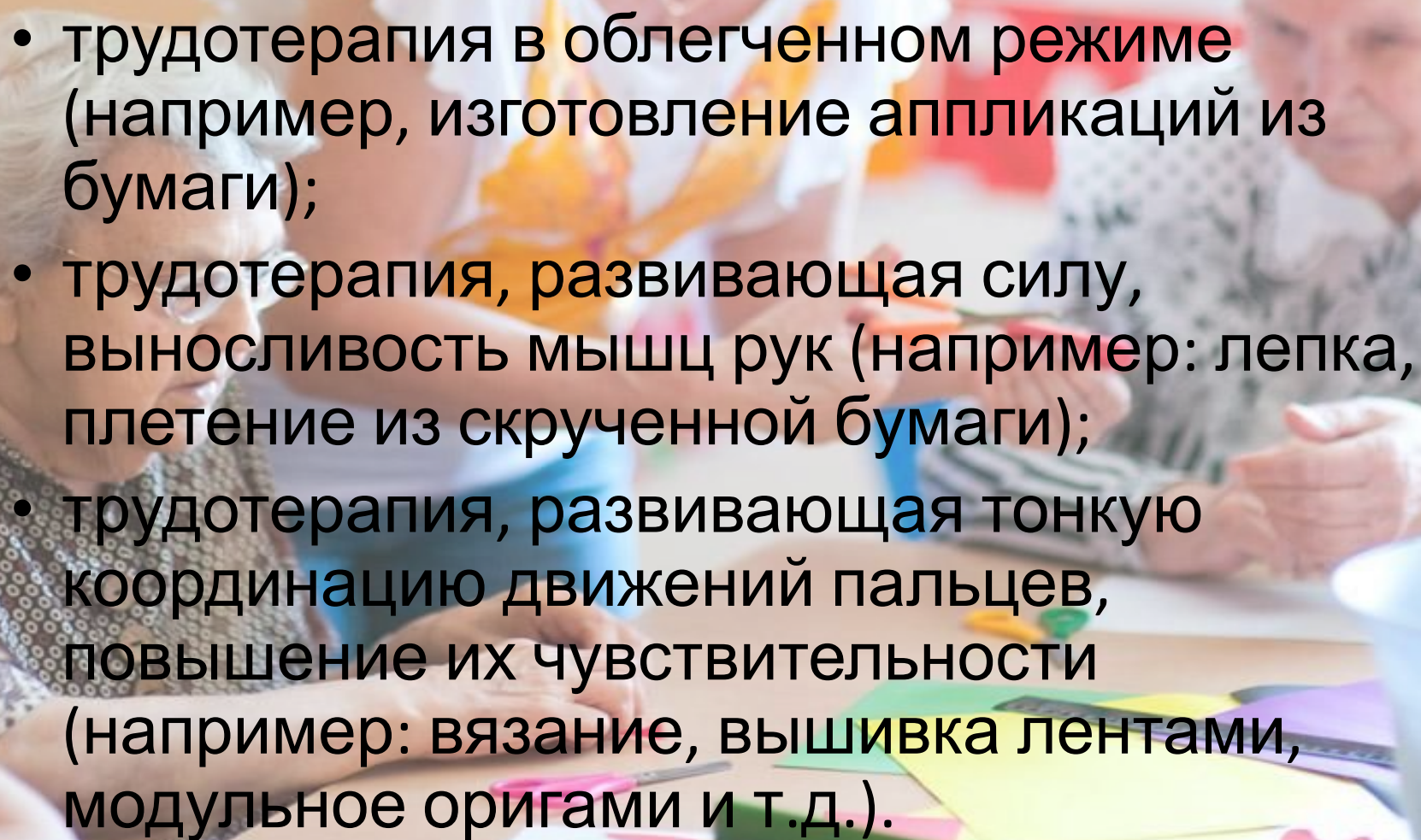
- 
- A group of elderly people are participating in a fitness class. They are sitting on large exercise balls (red and blue) and lifting small dumbbells (red and blue). The setting is a bright, well-lit room with large windows in the background. The text is overlaid on the image, describing the benefits of labor for the elderly and disabled.
- Занятие трудом раскрывает перед гражданами пожилого возраста и инвалидами перспективу восстановления способностей общения в процессе труда, формирует осознание причастности к общей деятельности. Под влиянием трудовых занятий улучшается их психоэмоциональное состояние

- Для того чтобы трудовая терапия была результативной, она должна осуществляться в комплексе с другими методами реабилитации, закрепляя эффект их воздействия.

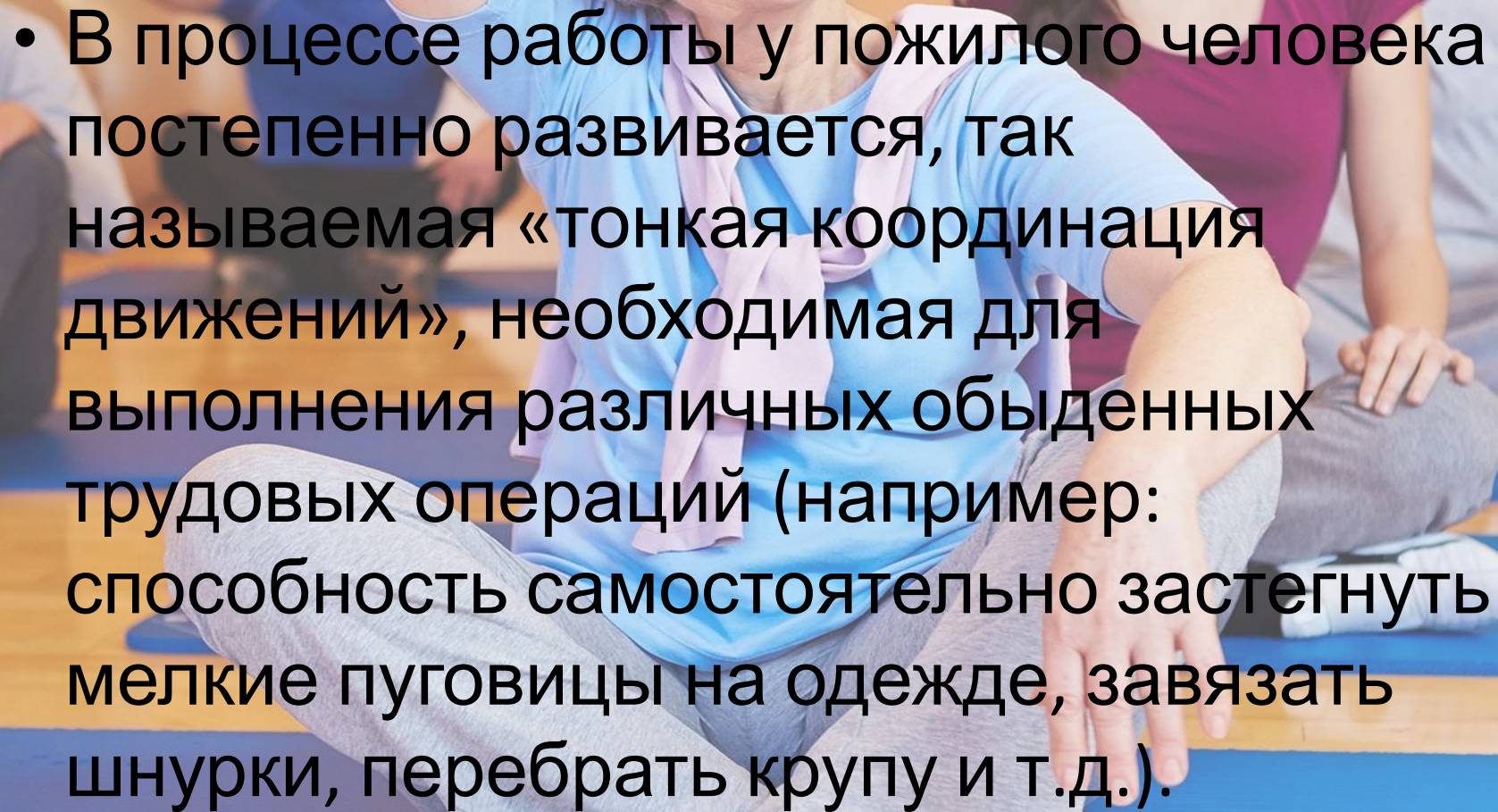


- 
- Для большей эффективности трудотерапия сочетается с физкультурными мероприятиями, самомассажем, танцевальными паузами, физминутками.

- 
- An elderly man in an orange long-sleeved shirt and blue pants is performing a side-bend stretch on a grassy field. He is leaning to his right, with his right arm extended upwards and his left hand on his hip. An elderly woman in a light grey long-sleeved shirt and grey pants is also performing a side-bend stretch, leaning to her left with her right arm extended upwards and her left hand on her hip. The background is a vast, green grassy field under a clear sky.
- В комплекс физкультурных мероприятий перед трудовой терапией включают 8 -10 упражнений в сочетании с самомассажем для мышц плечевого пояса, суставов конечности и особенно пальцев, подготавливающие к выполнению манипуляций.

- 
- A photograph showing several elderly individuals sitting around a table, engaged in a craft activity. They are focused on their work, with various colored papers and tools visible on the table. The background is slightly blurred, showing more people and colorful decorations.
- трудотерапия в облегченном режиме (например, изготовление аппликаций из бумаги);
  - трудотерапия, развивающая силу, выносливость мышц рук (например: лепка, плетение из скрученной бумаги);
  - трудотерапия, развивающая тонкую координацию движений пальцев, повышение их чувствительности (например: вязание, вышивка лентами, модульное оригами и т.д.).



- 
- В процессе работы у пожилого человека постепенно развивается, так называемая «тонкая координация движений», необходимая для выполнения различных обыденных трудовых операций (например: способность самостоятельно застегнуть мелкие пуговицы на одежде, завязать шнурки, перебрать крупу и т.д.).

