



Комплексная реабилитация: помощь москвичам с особенностями здоровья

Comprehensive Rehabilitation: Assistance to Physically Challenged Muscovites

Городские службы Москвы делают все возможное, чтобы российская столица была городом, удобным для жизни. Людям с особенностями здоровья оказывают медицинскую, психологическую, социальную и другие виды поддержки. В систему городской социальной защиты входят реабилитационные, реабилитационно-образовательные и особые семейные центры. Среди важных направлений развития социальной защиты – стационарозамещающие практики, которые расширяют доступность помощи жителям многомиллионного города. Столичные учреждения под управлением Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы опираются на практический опыт реабилитации, накопленный в течение десятилетий. Специалисты используют современное реабилитационное оборудование, инновационные технологии и материалы. Психологическую и информационную поддержку получают и родственники, которые заботятся о близком человеке с нарушениями здоровья. Реабилитационные и реабилитационно-образовательные программы помогают москвичам с инвалидностью получать образование, работать и строить карьеру, реализовывать себя в творчестве и развиваться, чувствовать себя частью городского сообщества¹.

Moscow city services do everything in their powers to make the capital a livable city. People with special needs receive medical, psychological, social and other types of assistance. Rehabilitation, rehabilitation and educational, and specialized family centers make part of the city's social security system. Hospital-replacing practices that diversify accessibility of medical assistance to the citizens of a multimillion city are among priority areas of developing social security system. The capital's institutions led by the City of Moscow Department of Labor and Social Protection of the Population fall back on decades old best practices of rehabilitation. Specialists engage top of the line rehabilitation appliances, innovative technologies and materials. Psychological and information assistance is provided to physically challenged people and their relatives alike, those who take care of their loved ones. Rehabilitation and rehabilitation and educational programs help Muscovites with disabilities to get education, work and build their careers, to realize themselves in creative activities and develop themselves, to feel themselves a part of the city community.



Ключевые слова: социальные проекты, инклюзия, реабилитация.

Key words: social projects, inclusion, rehabilitation.

¹ Статья подготовлена по материалам Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы. – Прим. ред.

В Москве проживает более 945 тыс. человек с инвалидностью. Для них разработаны городские программы социальной поддержки. Из года в год спектр услуг и сервисов для людей с особенностями здоровья расширяется [1]. В систему социальной защиты входят десять реабилитационных центров и восемь реабилитационно-образовательных учреждений, работает ресурсный центр для людей с инвалидностью. Также создана сеть из 75 отделений Московского городского центра реабилитации. Действует пять особых семейных центров.

Совмещение школьного образования и реабилитации – уникальная модель обучения, созданная и реализуемая только в Москве

Сегодня в реабилитационно-образовательных центрах обучается около 2 тыс. детей с инвалидностью. Совмещение школьного образования и реабилитации – уникальная модель обучения, созданная и реализуемая только в Москве. Так, в реабилитационно-образовательном центре № 76 для детей с диагнозом «сколиоз» расписание включает и учебные занятия, и все необходимые медицинские процедуры, и лечебную физкультуру. Помимо бассейна, имеются жемчужные, минеральные, аромаванны, подводный

душ-массаж, спа-капсулы, гидромассажные ванны. Фитнес-зал оборудован специальными пневмотренажерами, помогающими определить допустимую нагрузку и настроить оборудование с учетом возможностей и способностей каждого ребенка.

В учебных классах дети со сколиозом занимаются на специальных «лежачих» партах – кушетках.

Школа-интернат № 1 для обучения и реабилитации слепых в Москве – это место, где дети с инвалидностью по зрению получают полноценное образование и круглосуточную поддержку. Ребята занимаются по пятидневному графику с использованием специальных пособий и оборудования. В учреждении также есть дошкольное отделение для самых маленьких – детей от трех до семи лет. В 2022 г. на базе Школы-интерната № 1 был открыт Всероссийский центр для одаренных слепых детей [4]. Талантливые незрячие ребята из разных регионов страны получают качественное образование в Москве и развивают свои уникальные способности в окружении таких же замотивированных сверстников.

Ученики реабилитационно-образовательных центров интегрированы в общегородской образовательный процесс и традиционно показывают хорошие результаты на уровне города. В 2023 г. одиннадцать выпускников реабилитационно-образовательных центров стали медалистами: шесть человек в Школе-интернате для обучения и реабилитации слепых № 1, пять – в реабилитационно-образовательном центре № 76. В этом году пять выпускников завоевали золотые медали и четверо – серебряные.

Подведомственное учреждение Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы, относящееся к блоку организаций по реабилитации москвичей, – Центр социальной интеграции Дианы Гурцкая. Профильная работа центра не имеет аналогов в России. Его деятельность сосредоточена на программе социокультурной реабилитации – реабилитации с помощью творчества.

В Центре Дианы Гурцкая реализуются уникальные методики, помогающие детям с инвалидностью не просто пройти реабилитацию,



Занятие во Всероссийском центре для одаренных слепых детей (фото предоставлено пресс-службой Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы)

но раскрыть свои способности. Воспитанниками центра становятся москвичи в возрасте от 5 до 35 лет, имеющие различные нарушения опорно-двигательного аппарата, слуха, зрения, ментальные особенности. Проектный пакет центра включает в себя 15 направлений, в их числе – вокал, хореография, театральное и изобразительное искусство, различные ремесла, журналистика. Попасты в центр можно, обратившись в любое отделение Московского городского центра реабилитации либо напрямую в учреждение.

Каждый посетитель проходит психологическую и творческую диагностику, по итогам которой становится понятно, к какому виду творчества склонен потенциальный воспитанник, и решается вопрос о принятии его в центр. В соответствии с особенностями кандидатов специалисты могут порекомендовать вначале пройти курс реабилитации у профильных коллег из других учреждений. Например, если, согласно полученному результату диагностики, необходимо добавить в индивидуальную программу блок по медицинской реабилитации (в частности, работу с логопедом). Для кандидата, который соответствует возможностям центра, определяют направление, и в течение года воспитанник проходит программу, посещая центр в среднем четыре дня в неделю.

Важно подчеркнуть, что после выбора направления, например, вокала, воспитанник не занимается только лишь постановкой голоса, пением. С учетом его индивидуальных особенностей в обучение добавляются сценическое мастерство, хореография, адаптивная физическая культура, так как все занятия в совокупности влияют на его личные результаты, раскрытие возможностей и качество его выступления как вокалиста. Регулярно проводится психоэмоциональная диагностика воспитанников – оценивается спектр их потребностей по так называемой матрице реабилитации. В ней присутствуют такие элементы, как «коммуникация с семьей», «общение с друзьями», «работа, карьера». Если в тот или иной момент какой-либо из элементов представлен в жизни ребенка в недостаточной степени, не закрывает его потребности,



Воспитанники Центра Дианы Гурцкая (фото предоставлено пресс-службой Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы)

специалисты корректируют индивидуальную программу реабилитации. Например, если выясняется, что воспитаннику не хватает взаимодействия с родителями, специалисты добавляют в программу семейные мероприятия – мастер-классы, творческие вечера, экскурсии.

Помимо основной деятельности – программ реабилитации в центре, – имеется целый блок спецпроектов, среди которых самый заметный – «Город возможностей». Команда центра знакомит воспитанников с городской средой. В Москве существует уже достаточное количество предложений от городских организаций для людей с особенностями здоровья, например, в Государственном музее изобразительных искусств имени А. С. Пушкина, музее «Гараж», ВДНХ, «Царицыно» и многих других. Есть люди, которые не знают о таких инклюзивных мероприятиях. Миссия центра – знакомить потенциальную аудиторию с деятельностью образовательных и культурных институций города.

В Центре Дианы Гурцкая реализуются уникальные методики, помогающие детям с инвалидностью не просто пройти реабилитацию, но раскрыть свои способности

Один из крупных проектов центра – фестиваль «Инклюзивная Москва», где свои умения представляют чтецы, вокалисты, инструменталисты. Финалисты в каждом из округов участвуют в мюзикле, который ставится на сцене Центра Дианы Гурцкая. В 2023 г. было отобрано 77 артистов. По окончании годовой программы реабилитации воспитанники продолжают свое развитие в рамках

спецпроектов центра, включая «Город возможностей», в организациях-партнерах. Кроме того, на базе центра существует сообщество выпускников.

Театральная студия центра регулярно выступает на открытых городских площадках. Сегодня Центр Дианы Гурцкая проводит крупные мероприятия городского и всероссийского масштаба, среди которых – открытый театральный фестиваль In.Art для профессиональных и любительских инклюзивных театральных коллективов.

Московские реабилитационные центры успешно применяют самые современные технологии

Своей деятельностью, через активность в социальных сетях и СМИ, путем проведения спецпроектов команда центра старается донести до общества идеологию доверия. Хорошим примером служит проект «Шаг вперед», в котором воспитанники знакомятся с миром творческих профессий непосредственно в культурных институциях и образовательных организациях. Такое знакомство было бы малоэффективным без участия родителей. Семья транслирует и прививает ребенку доверие к окружению, к обществу, к городу в целом. Как показывает практика, родители нередко сомневаются, что их ребенок, имеющий отклонение в развитии, сможет поступить в то или иное образовательное учреждение, освоить желаемую профессию. Совместный визит в учебное заведение, где наравне с другими детьми учатся ребята с физическими и психическими нарушениями, наглядно демонстрирует им существование такой

возможности, укрепляя веру в то, что город выступает опорой и надежным помощником.

В реабилитационных и реабилитационно-образовательных центрах работают родительские клубы, где мамы и папы, бабушки и дедушки получают необходимую помощь и поддержку психологов, педагогов и других специалистов. Встречи и занятия в рамках клуба позволяют узнать себя и своего ребенка намного лучше, сохранить эмоциональные ресурсы. Занятия проходят в уютной, дружеской атмосфере. Практикуются различные форматы: лекции, семинары, игры, круглые столы, мастер-классы. Также проводятся онлайн-лекции на темы воспитания ребенка с особенностями здоровья.

Московские реабилитационные центры успешно применяют самые современные технологии, в том числе уникальные – достижения космической отрасли [2]. Так, в Научно-практическом реабилитационном центре антигравитационная беговая дорожка позволяет тренировать опорно-двигательный аппарат при сниженной нагрузке на суставы и мускулатуру. Занятия на ней проводят на начальных этапах реабилитации и как продолжение восстановления функции ходьбы при терапии с помощью роботизированной системы. В Научно-практическом центре медико-социальной реабилитации инвалидов имени Л. И. Швецово используют барокамеру – разработку Государственного космического научно-производственного центра имени М. В. Хруничева. В барокамере нагнетается повышенное давление, благодаря чему у пациента, находящегося в таких условиях, повышается содержание кислорода в крови, усиливается метаболизм, снижается внутричерепное давление. Сеансы в барокамере способствуют ускорению реабилитации людей, в первую очередь, после травм позвоночника и инсульта.

В этом же центре применяют имитатор подошвенной опорной нагрузки «Корвит», который создает ощущение опоры под ногами. Изначально «Корвит», придуманный в Центре авиакосмической медицины и технологий, предназначался для длительных космических полетов. Разработку используют при

“ Мы определили для себя набор ценностей, которые, на наш взгляд, важны для москвича. Главным элементом в этом ценностном портрете выступает доверие: горожанину необходимо доверять своему городу, чтобы чего-то достичь в жизни.

Ф. В. Мольков,
директор Центра социальной интеграции
Дианы Гурцкая

реабилитации взрослых людей после инсульта и для пациентов с диагнозом «детский церебральный паралич», чтобы сформировать навык ходьбы.

В Центре комплексной реабилитации инвалидов «Бутово» нашла применение еще одна разработка – иммерсионная ванна с водой, погружение в которую создает эффект невесомости. Терапия с применением данного оборудования предназначена для реабилитации пациентов с детским церебральным параличом, мышечной атрофией, тем, кому показана временная полная или частичная иммобилизация.

В столичном мегаполисе продолжается реализация проекта «Новые возможности», ориентированного на жителей города, перенесших ампутацию. Специалисты проекта помогают человеку вернуться к полноценной жизни, обеспечивая комплексное сопровождение и консультируя его по всем вопросам, начиная от получения инвалидности и до трудоустройства.

С 2021 г. москвичи с инвалидностью могут получать помощь на дому через мобильную службу реабилитации. В мобильных бригадах работают терапевты, неврологи, травматологи-ортопеды, массажисты, инструкторы ЛФК, физиотерапевты, логопеды, психологи, специалисты по комплексной реабилитации.

Москвичи могут проходить выездную реабилитацию в специализированных здравницах Черноморского побережья и средней полосы России. Организатором, ответственным за реализацию программы по выездной реабилитации, является Городская ассоциация родителей детей-инвалидов Москвы.

Особые семейные центры формируют третье направление учреждений социальной защиты в столице. Ребенок может провести в центре целый день под присмотром специалистов. Дети занимаются лечебной физкультурой, творчеством, играют в развивающие игры, выходят на прогулку, осваивают бытовые навыки и правила поведения. Один из основных принципов московских семейных центров – реабилитация без отрыва от семьи. Родителей обучают правильно



Занятие на тренажере в реабилитационном пневмокостюме (фото предоставлено пресс-службой Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы)

взаимодействовать со своим ребенком, распознавать его потребности, рационально подходить к имеющимся проблемам. Родители участвуют в разработке и реализации индивидуальной программы развития ребенка, высказывают свои пожелания специалистам, вместе с ними оценивают эффективность проведенных мероприятий. Родители могут также получить консультации психолога, медиков и педагогов, обрести моральную поддержку и понимание в общении с другими семьями, чьи дети проходят реабилитацию в центре.

Москвичи с инвалидностью могут получать помощь на дому через мобильную службу реабилитации

Благодаря тесному очному и онлайн-взаимодействию родителей с педагогами и врачами, участию в мероприятиях, проходящих в центре, программа реабилитации включается в повседневную жизнь семьи. Именно это обстоятельство позволяет добиться наилучших результатов в социализации и адаптации ребенка.

Семьям, где родились дети с особенностями здоровья, помогают в службе ранней помощи [3]. Так называемое раннее вмешательство представляет собой комплекс мероприятий, направленных на выявление, коррекцию и наблюдение за младенцем сразу после рождения со стороны разных специалистов, если ребенок появился на свет с нарушениями здоровья, чтобы как можно раньше начать восстановление организма. В некоторых случаях пациента начинают наблюдать еще до его рождения – как только становится известно о потенциальном диагнозе. За счет раннего вмешательства



Занятие в центре ранней помощи (фото предоставлено пресс-службой Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы)

удается помочь ребенку в дальнейшем развиваться в пределах нормы, и многие дети потом идут в обычные детские сады.

В настоящее время в городе создана сеть отделений службы, которые помогают выстроить индивидуальную программу помощи ребенку с рождения до трех лет.

Одна из самых важных стратегических задач, стоящих перед системой социального обслуживания сегодня, – развитие стационарозамещающих технологий, в том числе отделений дневного пребывания. Для взрослых молодых людей с ментальными особенностями работают отделения дневного пребывания – здесь они проводят часть дня, а вечером возвращаются домой к близким, что

позволяет не нарушать их контакт с родными. Посетителям помогают в развитии жизненно важных навыков – обучают приготовлению пищи, уходу за собой, правилам поведения и общения. Для этого в отделениях есть все необходимое – кухня, бытовые комнаты и мастерские. Сегодня отделения дневного пребывания работают в нескольких учреждениях – Центре сопровождаемого проживания «Гурьевский», социальных домах «Чертаново», «Лосиноостровский» и «Ярославский».

В реабилитации зачастую даже небольшой шаг является результатом длительного труда и самого человека, и его родителей, близких, и специалистов. Общение и нахождение среди людей со схожими целями, переживаниями дают возможность быть более открытым, обрести уверенность в своих силах. Особая ценность – иметь возможность поделиться успехами с теми, кто понимает значимость этих достижений. Кто принимает человека таким, какой он есть, признавая его право на индивидуальность, уникальность, кто ценит его личность независимо от возраста и возможностей.

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ

1. Количество реабилитационных услуг для людей с инвалидностью увеличилось почти на 20 процентов // Официальный портал Мэра и Правительства Москвы: [сайт]. 26.01.2023. URL: <https://www.mos.ru/news/item/119146073/> (дата обращения: 19.07.2024).
2. Скрипак Ю. В Москве используют космические технологии для реабилитации пациентов // РИАМО. 12.04.2024. URL: <https://riamo.ru/news/zdravooхранenie/v-moskve-ispolzujut-kosmicheskie-tehnologii-dlja-reabilitatsii-patsientov/> (дата обращения: 19.07.2024).
3. Служба ранней помощи Москвы // Департамент труда и социальной защиты населения: [сайт]. URL: <https://srp.dszn.ru/> (дата обращения: 19.07.2024).
4. Ученики Всероссийского центра для незрячих детей добились первых успехов // BeZFormata. 03.03.2023. URL: <https://moskva.bezformata.com/listnews/tcentra-dlya-nezryachih-detey/114866287/> (дата обращения: 19.07.2024).

REFERENCES

1. The Number of Rehabilitation Services for People with Disabilities Has Increased by Almost 20 Percent. *The Mayor and the Government of Moscow Official Portal*: [website], 26.01.2023. Available at: <https://www.mos.ru/news/item/119146073> (accessed: 19.07.2024). (In Russ.).
2. Skripak Yu. Space Technologies Are Used in Moscow to Rehabilitate Patients. *RIAMO.ru*, 12.04.2024. Available at: <https://riamo.ru/news/zdravooхранenie/v-moskve-ispolzujut-kosmicheskie-tehnologii-dlja-reabilitatsii-patsientov/> (accessed: 19.07.2024). (In Russ.).
3. Early Assistance Service of Moscow. *The City of Moscow Department of Labor and Social Protection of the Population*: [website]. Available at: <https://srp.dszn.ru/> (accessed: 19.07.2024). (In Russ.).
4. Students of the All-Russian Center for Blind Children Achieved First Successes. *BeZFormata*, 03.03.2023. Available at: <https://moskva.bezformata.com/listnews/tcentra-dlya-nezryachih-detey/114866287/> (accessed: 19.07.2024). (In Russ.).