**Паспорт практики**

1. Наименование практики

|  |
| --- |
| «Онлайн - школа подготовки к родам и родительству» |

2. Наименование территории, на которой данная практика была реализована

|  |
| --- |
| г. Заречный Пензенская область |

3. Предпосылки реализации

*Описание проблемной ситуации или потребности в развитии, послужившей причиной внедрения практики (не более 0,5 страницы)*

|  |
| --- |
| В соответствии с приказом Минздравсоцразвития России от 01.06.2007 № 389 «О мерах по совершенствованию организации медико – социальной помощи в женских консультациях» в женской консультации МСЧ-59 в 2008 году был организован кабинет медико-социальной помощи женщинам г. Заречный Пензенской области. Основной целью работы кабинета является реализация медико-социальных мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья женщин, их медико-социальную защиту; поддержку и профилактику в ситуации репродуктивного выбора; формирование устойчивых стереотипов здорового образа жизни, а так же подготовка к родам и родительсту; мотивацию на многодетность и улучшение демографической ситуации в городе. В связи с этим проводились различные индивидуальные консультации и групповые занятия.  Постановлением губернатора от 16 марта 2020 года был введен режим повышенной готовности на территории Пензенской области в связи с угрозой распространения новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV) и были отменены все массовые мероприятия. А с 31 марта жители г. Заречный, как и всей Пензенской области, обязаны были соблюдать самоизоляцию и не покидать места проживания без острой необходимости. Данная ситуация к сожалению продолжается с различными ограничительными мерами.  В связи с этим были отменены все групповые занятия для беременных женщин в женской консультации МСЧ-59, которые проводились с 2008 года специалистами медико-социального кабинета. А именно: информационные лекции в 1 («Адаптация к беременности. Почему я стала такой эмоциональной?") и 3 ("Особенности эмоционального состояния женщины в 3 триместре и послеродовым периоде. Где искать помощь?", «**Информирование женщин о социальной государственной и региональной помощи в период беременности и после рождения ребёнка»)** триместре беременности, группы по подготовке к родам в «Школе материнства» и занятия по подготовке к партнёрским родам. Коме этого резко сократились консультации женщин при взятии на учёт с заполнением социальных карт, включающие так же прояснение вариантов получения социальных выплат беременным женщинам на федеральном и региональном уровне и помощи в психологической адаптации к беременности. Причина – страх заражения 2019-nCoV у пациенток.  Женщины оказались в ситуации неопределённости, информационной изоляции и без психологической поддержки в этот непростой для себя период. |

4. Сроки реализации практики

|  |
| --- |
| С марта 2020 г. по настоящее время |

5. Показатели социально-экономического развития города, характеризующие положение до внедрения практики *(не более 0,5 страницы)*

|  |
| --- |
| Если сравнить статистику проводимых мероприятий в женской консультации за период с марта по 1 августа 2019 год для беременных, то было проведено 19 информационный лекций (2 лекции в неделю - 52 женщины, 13 мужчин), 13 занятий к группах по подготовке к родам (1 группа - 6 занятий 2 раза в неделю – 48 женщин), индивидуальных консультаций у специалистов медико-социального кабинета в период беременности и в послеродовом периоде – 87 женщин.  За данный период 2020 года не было проведено ни одного группового мероприятия и 26 индивидуальных очных консультаций (21 из которых для женщин перед элективным прерыванием беременности). Пациентки выражали обеспокоенность создавшейся ситуацией, повышенной тревогой, ухудшением физического самочувствия и нестабильным эмоциональным состоянием на приёмах участковых врачей. Участились конфликтные ситуации между пациентками и сотрудниками женской консультации из-за частых изменений графика приёма в условиях ограничительного режима, повышенной тревожности и эмоциональной нестабильности пациенток.  Поэтому в марте было принято решение о заполнении социальных карт беременных с первичной консультацией специалистов медико-социального кабинета по телефону, а в мае 2020 года было принято решение открыть онлайн школу для беременных женщин и организовать возможность проведения индивидуальных консультаций с теми же специалистами (специалист по социальной работе, медицинский перинатальный психолог) женской консультации так же онлайн. |

6. Цель (цели) и задачи практики

|  |
| --- |
| Цель: улучшение демографической обстановки в г. Заречный Пензенской области и снижение вероятности распространения ковидной инфекции среди беременных женщин в период пандемии.  Задачи:   * организовать проведение индивидуальных консультаций и групповых занятий для беременных женщин онлайн * достичь психологического комфорта в период вынашивания ребёнка и в период адаптации к родительству в молодых семьях * снизить вероятность заражения беременных женщин короновирусной инфекцией, за счёт снижения количества посещений женской консультации * снизить вероятность возникновения конфликтных ситуаций * снизить излишнюю тревожность, страхи у беременных женщин и членов их семей * снизить риск осложнений в процессе родов * дать теоретические и практические знания для будущих родителей * снизить риски развития нарушений в детско-родительских отношениях |

7. Возможности, которые позволили реализовать практику

|  |  |
| --- | --- |
| № | Описание возможности |
| 1.  2.  3. | Наличие отдельного оборудованного помещения для проведения онлайн занятий  Наличие компьютера с подключением к интернету, принтера, сотового телефона.  Наличие специалистов медико-социального кабинета: специалист по социальной работе и медицинский перинатальный психолог. |

8. Принципиальные подходы, избранные при разработке и внедрении практики

|  |  |
| --- | --- |
| № | Описание подхода |
|  | * учёт интересов и потребностей беременных женщин в информационной, социальной и психологической поддержке в период беременности и после рождения ребёнка г. Заречный Пензенской области в период пандемии * доступность оказанной услуги для женщин * информационная открытость * комплексность * последовательность изложения материала |

9. Результаты практики *(что было достигнуто)*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Показатель, единица измерения | Значение показателя | |
| за последний год реализации практики | за весь период реализации |
| 1.  2.  3. | Количество групп по подготовке к родам и родительству онлайн  Количество женщин и членов их семей, посетивших группы по подготовке к родам и родительству онлайн, человек.  Количество женщин получивших индивидуальную консультацию онлайн в до- и после- родовом периоде, человек | 5 (май - июль)  34 (май - июль)  141 (март - июль) | 5 (май - июль)  34 (май - июль)  141 (март - июль) |

10. Участники внедрения практики и их роль в процессе внедрения

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Участник | Описание его роли в реализации практики |
| 1.  2.  3.  4.  5.  6. | ФГБУЗ МСЧ-59 ФМБА России  Заведующая женской консультации ФГБУЗ МСЧ59 ФМБА России  Старшая акушерка женской консультации ФГБУЗ МСЧ59 ФМБА России  Медицинский перинатальный психолог женской консультации ФГБУЗ МСЧ59 ФМБА России  Специалист по социальной работе женской консультации ФГБУЗ МСЧ59 ФМБА России  Городские СМИ (ТРК г.  Заречный Пензенской области, городская газета «Заречье») | Предоставление отдельного помещения, компьютера, принтера и сотового телефона для проведения онлайн занятий и обзвона беременных женщин.  Предоставление возможности в координации проекта.  Раздача «Памятки для женщин в 3 триместре беременности» с Информационным листом об «Онлайн - школе подготовки к родам и родительству» женщинам при получении родового сертификата.  Инициатор практики. Организационно-методическое сопровождение. Проведение онлайн занятий в группе по подготовке к родам и родительству и личных консультаций.  Информирование беременных женщин о федеральных и региональных выплатах, а так же помощь в решении социальных проблем на индивидуальных и групповых консультациях онлайн.  Информационное партнерство. |

11. Заинтересованные лица, на которых рассчитана практика

|  |  |
| --- | --- |
| Количество граждан, участвующих в реализации практики | Количество граждан, на которых направлен эффект от реализации практики |
| 4 | 5500 |

12. Краткое описание бизнес-модели реализации практики

|  |
| --- |
| Практика финансируется за счет муниципального бюджета. |

13. Краткое описание практики

|  |
| --- |
| Постановлением губернатора Пензенской области от 16 марта 2020 года был введен режим повышенной готовности, а с 31 марта жители г. Заречный, как и всей области, обязаны были соблюдать самоизоляцию в связи с угрозой распространения новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV).  По этой причине были отменены все групповые занятия для беременных женщин в женской консультации МСЧ-59, которые проводились с 2008 года специалистами медико-социального кабинета. Коме этого резко сократилось количество консультации женщин при взятии на учёт с заполнением социальных карт, включающие так же прояснение вариантов получения социальных выплат беременным женщинам на федеральном и региональном уровне и помощи в психологической адаптации к беременности. Причина – страх заражения 2019-nCoV. Женщины оказались в ситуации неопределённости, информационной изоляции и без психологической поддержки в этот непростой для себя период.  Для того чтобы исправить создавшееся положение и минимизировать контакты с беременными женщинами с целью – снизить вероятность заражения ковидной инфекцией уже в марте было принято решение заполнять социальные карты беременных по телефону с подробным объяснением информации о социальных выплатах и как их оформить онлайн, а так же оказанием психологической помощи, если женщина в ней нуждалась.  Так как ситуация с ограничительным режимом продолжала оставаться напряжённой, с мая месяца было принято решение проводить групповые занятия по подготовке к родам и родительству онлайн. Каждой беременной женщине при получении родового сертификата старшей акушеркой женской консультации вручалась «Памятки для женщин в 3 триместре беременности» (с информацией о тревожных симптомах перед- и после- родовом периоде с которыми необходимо срочно обратиться за помощью в МСЧ и перечнем необходимых вещей для роддома) и Информационный лист об «Онлайн - школе подготовки к родам и родительству» с пошаговой инструкцией как туда попасть. И памятка и информационный лист были разработаны сотрудниками медико-социального кабинета женской консультации. Запись на группу велась в соцсети Инстаграмм и там же проводились индивидуальные консультации онлайн.  В СМИ г. Заречного Пензенской области и на официальном сайте МСЧ-59 была дана информация об «Онлайн - школе подготовки к родам и родительству» для жителей города, а так же информационные листы об этой школе были размещены на стендах и журнальных столиках женской консультации.  Каждая группа беременных вне зависимости от количества участниц проходила 6 двухчасовых занятий 3 раза в неделю через приложение Zoom. Каждое занятие разбито на 3 включения по 40 минут с 5 минутным перерывом, чтобы у женщин была возможность поменять позу, попить воды или воспользоваться санузлом и т.п.  Тематика занятий включала в себя не только сам процесс родов и подготовку к нему, но и особое внимание уделялось послеродовому периоду, профилактике послеродовой депрессии, конфликтных ситуаций в семье в период адаптации к родительству и мотивации на рождение последующих детей, а также давалась информация о мерах социальной поддержки семей с детьми. А именно: «**Информирование женщин о социальной государственной и региональной помощи в период беременности и после рождения ребёнка»,** «Особенности психологического состояния в 3 триместре беременности и как оно влияет на взаимоотношения с членами семьи», «Устройство роддома и возможные манипуляции на каждом этапе родов», «Предвестники и сценарии начало родов», «Три периода родов. Способы самопомощи и взаимодействие с медперсоналом», «Что будет происходить в послеродовом отделении? На что обратить внимание», «Грудное вскармливание», «Профилактика послеродовой депрессии и нарушений в семейных отношениях в период адаптации к родительству».  Основываясь на положительных отзывах пациенток, было принято решение не отменять такую услугу в женской консультации и после снятия карантина, так как такая форма ведения занятий удобна женщинам с плохим самочувствием в период беременности и женщинам уже имеющим детей. |

14. Действия по развертыванию практики

*Описание перечня мероприятий, которые были предприняты для реализации практики*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Описание мероприятия | Исполнитель |
| 1. | Разработка плана реализации практики. | Заведующая женской консультации ФГБУЗ МСЧ59 ФМБА России  Медицинский перинатальный психолог женской консультации ФГБУЗ МСЧ59 ФМБА России  Специалист по социальной работе женской консультации ФГБУЗ МСЧ59 ФМБА России |
| 2. | Организация онлайн площадки для реализации практики в приложении zoom и Instagram. | Медицинский перинатальный психолог женской консультации ФГБУЗ МСЧ59 ФМБА России |
| 3. | Информирование население г. Заречный Пензенской области о реализации практики через городские СМИ, социальные сети и медицинский персонал женской консультации. | Медицинский перинатальный психолог женской консультации ФГБУЗ МСЧ59 ФМБА России  ТРК г. и газета «Заречье» г.Заречный Пензенской области |
| 4. | Разработка и печать «Информационного листа» для женщин в 3 триместре беременности. | Медицинский перинатальный психолог женской консультации ФГБУЗ МСЧ59 ФМБА России  Специалист по социальной работе женской консультации ФГБУЗ МСЧ59 ФМБА России. |
| 5. | Проведение групповых занятий в «Онлайн - школе подготовки к родам и родительству» и индивидуальных консультаций. | Медицинский перинатальный психолог женской консультации ФГБУЗ МСЧ59 ФМБА России  Специалист по социальной работе женской консультации ФГБУЗ МСЧ59 ФМБА России |

15. Нормативно-правовые акты, принятые для обеспечения реализации практики

*Принятые НПА*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Наименование НПА | Результат принятия НПА |
|  | - | - |

*Измененные НПА*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование НПА | Изменения, внесенные в НПА | Результат внесения изменений |
|  | - | - | - |

16. Ресурсы, необходимые для внедрения практики

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Описание ресурса | Для каких целей данный ресурс необходим |
| 1. | Материально-технический | Оборудование: Компьютер подключенный к интернету для проведения онлайн сессий; принтер для изготовления информационных листов; сотовый телефон для заполнения социальных карт. |
| 2. | Инфраструктурный | Для проведения онлайн занятий и индивидуальных консультаций с беременными необходимо отдельное оборудованное помещение. |
| 3. | Кадровый | Реализовывать практику должны специалисты имеющие опыт работы в системе здравоохранения, желательно в женской консультации или перинатальном центре; имеющие соответствующие специализации, такие как специалист по социальной работе и медицинский психолог (желательно перинатальный психолог), а так же владеющие навыками работы в интернете в социальных сетях, навыками работы с программе microsoft powerpoint, обладающие творческим мышлением. |

17. Выгодополучатели

(*регион, предприниматели, жители т.п.)*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Выгодополучатель/ группа выгодополучателей | Описание выгод, полученных в результате внедрения практики |
| 1. | Беременные женщины г.Заречный Пензенской области и члены их семей. | Получение своевременной и достоверной информации об изменениях графика и вариантов работы женской консультации во время ограничительного режима.  Возможность получения консультаций у специалистов медико-социального кабинета несмотря на ограничительный режим в период пандемии.  Отсутствие конфликтных ситуаций.  Снижение тревожности и вероятности ухудшения физического и психологического самочувствия беременных.  Снижение вероятности возникновения нарушений в семейных отношениях в период адаптации к родительству. |
| 2. | ФГБУЗ МСЧ-59 ФМБА России г Заречный Пензенской области | Снижение вероятности конфликтных ситуации из-за из за частых изменений графика приёма в условиях ограничительного режима, повышенной тревожности пациенток.  Возможность оказания полноценной услуги беременным женщинам г. Заречный у специалистов медико-социального кабинета женской консультации.  Снижение рисков возникновения осложнений в родах и послеродовом периоде. |
| 3. | Администрация г. Заречный Пензенской области | Снижение вероятности разводов в период адаптации к родительству.  Улучшение демографической остановки в городе. |

18. Затраты на реализацию практики

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Статья затрат | Объем затрат | Источник финансирования |
| 1. | Зарплата специалистов (за период март - июль):  - специалист по социальной работе (0,5 ставки)  - медицинский психолог (1 ставка). | 50000  120000 | ФГБУЗ МСЧ-59 ФМБА России |
| 2. | Сотовая связь (за период март - июль) | 7200 | ФГБУЗ МСЧ-59 ФМБА России |

19. Показатели социально-экономического развития города, характеризующие положение после внедрения практики *(не более 0,5 страницы)*

|  |
| --- |
| Внедрение практики позволило:   * организовать проведение индивидуальных консультаций и групповых занятий по подготовке к родам и родительству для беременных женщин онлайн * дать теоретические и практические знания для будущих родителей * достичь психологического комфорта в период вынашивания ребёнка и в период адаптации к родительству в молодых семьях * снизить вероятность заражения беременных женщин короновирусной инфекцией, за счёт снижения количества посещений женской консультации * снизить вероятность возникновения конфликтных ситуаций * снизить излишнюю тревожность, страхи у беременных женщин |

20. Краткая информация о лидере практики/команде проекта *(не более 0,5 страницы)*

|  |
| --- |
| Алакина Наталья Григорьевна - Медицинский психолог 1 квалификационной категории, перинатальный психолог. Работает в ФГБУЗ МСЧ-59 ФМБА России г. Заречный Пензенской области с 2008 года и по настоящее время.  **С сентября 2017 г.** является автором и руководителем **проекта «ВОЗМОЖНО ВСЁ!» реализуемого на территории Пензенской области и направленного на обучение специалистов медико-социальных кабинетов женских консультаций перинатальной психологии и профилактике профессионального выгорания**. В 2019 г. данный проект вошёл в Топ 100 конкурса "Вектор детства 2019" и в число лауреатов Всероссийского конкурса «Святость материнства – 2019» организованного Фондом Андрея Первозванного при поддержке Министерства здравоохранения Российской Федерации в номинации «Лучшая командная работа медицинской и общественной организаций по доабортному консультированию и просветительской деятельности».  **В 2017 г. Алакина Н.Г.** - прошла обучение в рамках проекта «Бережливая поликлиника» и в 2018 г. принимала участие в конференции по обмену опытом реализации проекта "Бережливая поликлиника" с докладом "Проект "Бережливая поликлиника" в женской консультации" на примере Женской консультации ФГБУЗ МСЧ-59 ФМБА России в г. Саров. |

21. Ссылки на интернет-ресурсы практики

*Ссылки на официальный сайт практики, группы в социальных сетях и т.п.*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Наименование ресурса | Ссылка на ресурс |
| 1.  2. | Официальный сайт ФГБУЗ МСЧ-59 ФМБА России г. Заречный Пензенской области  Аккаунт в Instagram | <http://www.msch59.ru/index.php/perinatal/spassistance>  https://www.instagram.com/nataliaalakina/ |

22. Список контактов, ответственных за реализацию практики

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Ответственный (ФИО, должность) | Телефон, электронная почта |
|  | Алакина Наталья Григорьевна, медицинский психолог 1 квалификационной категории, перинатальный психолог женской консультации ФГБУЗ МСЧ-59 ФМБА России г. Заречный Пензенской области | 8 937 408 68 08  nalakina@mail.ru |