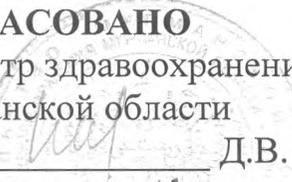


МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ МУРМАНСКОЙ ОБЛАСТИ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЛАСТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
АВТНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «МУРМАНСКИЙ
ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
СПЕЦИАЛИСТОВ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ»**

СОГЛАСОВАНО

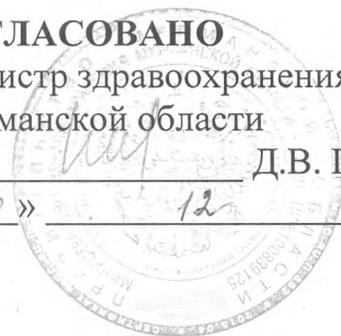
Министр здравоохранения
Мурманской области


Д.В. Панычев

« 20 »

12

2022 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГООАУ ДПО «МОЦПК СЗ»


М.А. Горохова

2022 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

по специальности «Сестринское дело»

Цикл «Современные аспекты паллиативной медицинской помощи»

Мурманск
2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Современные аспекты паллиативной медицинской помощи» предназначена для совершенствования профессиональных компетенций, необходимых для выполнения профессиональной деятельности в области оказания паллиативной медицинской помощи населению.

Настоящая программа дополнительного профессионального образования повышения квалификации разработана на основании нормативной и методической документации:

- Федерального закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. N273-ФЗ (ред. от 03.08.2018);
- Федерального закона от 21.11.2011 N 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (ред. от 03.08.2018);
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 01.07.2013 №499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
- Приказа Минздрава России от 03.08.2012 №66н «Об утверждении Порядка и сроков совершенствования медицинскими работниками и фармацевтическими работниками профессиональных знаний и навыков путём обучения по дополнительным профессиональным образовательным программам в образовательных и научных организациях»;
- Приказа Минобрнауки России от 23.08.2017 N 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» (Зарегистрировано в Минюсте России 18.09.2017 N 48226);
- Приказа Минздравсоцразвития РФ от 23.07.2010 №541н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики и должностей работников в сфере здравоохранения»;
- Приказа Минздрава России от 10.02.2016 N 83н «Об утверждении Квалификационных требований к медицинским и фармацевтическим работникам со средним медицинским и фармацевтическим образованием» (Зарегистрировано в Минюсте России 09.03.2016 N 41337);
- Приказа Министерства труда и социальной защиты РФ от 31 июля 2020 г. №475н «Об утверждении профессионального стандарта «Медицинская сестра / медицинский брат»;
- Устава и локальных актов Государственного областного образовательного автономного учреждения дополнительного профессионального образования «Мурманский областной центр повышения квалификации специалистов здравоохранения».

К освоению программы допускаются специалисты, имеющие среднее профессиональное образование по одной из специальностей: «Лечебное дело», «Акушерское дело», «Сестринское дело» и профессиональную переподготовку по специальности «Сестринское дело» при наличии среднего профессионального образования по одной из специальностей: «Лечебное дело», «Акушерское дело».

В результате освоения программы у слушателя должны быть усовершенствованы профессиональные компетенции, необходимые для выполнения следующих трудовых функций в рамках имеющейся квалификации:

- Оказание медицинской помощи, осуществление сестринского ухода и наблюдения за пациентами при заболеваниях и (или) состояниях;
- Проведение мероприятий по профилактике инфекций, связанных с оказанием медицинской помощи;
- Проведение мероприятий по профилактике неинфекционных и инфекционных заболеваний, формированию здорового образа жизни;
- Ведение медицинской документации, организация деятельности находящегося в распоряжении медицинского персонала;
- Оказание медицинской помощи в экстренной форме.

Трудоемкость составляет 72 академических часа, форма обучения - очно-заочная с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

Содержание программы включает психологические аспекты оказания паллиативной помощи, изучение вопросов оказания паллиативной медицинской помощи населению.

Обучение предусматривает прохождение различных видов занятий, в том числе самостоятельной работы, текущего и итогового контроля. Очная часть обучения предусматривает теоретические занятия, которые могут проводиться как в виде традиционных лекций в аудиториях Учреждения, так и в формате вебинаров, онлайн-лекций. Дистанционное обучение предусматривает самостоятельное освоение слушателями учебно-методических материалов, размещённых на образовательном портале Учреждения.

Итоговая аттестация проходит в форме экзамена, порядок которого регламентируется Положением о проведении итоговой аттестации слушателей по дополнительным профессиональным образовательным программам.

Лицам, успешно освоившим дополнительную профессиональную образовательную программу и прошедшим итоговую аттестацию, выдаётся удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Программа разработана для обучения слушателей на цикле «Современные аспекты паллиативной медицинской помощи» с учётом квалификационных требований, предъявляемых к специальности «Сестринское дело».

1.2. Программа предназначена для обучения специалистов со средним медицинским образованием.

1.3. Нормативный срок обучения:

Форма обучения – очно-заочная.

Режим обучения – 6 академических часов в день.

Количество часов в неделю – 36 часов.

Срок обучения – 72 часа.

1.4. Целью реализации программы обучения на цикле повышения квалификации является совершенствование профессиональных компетенций, необходимых для выполнения следующих видов профессиональной деятельности в рамках имеющейся квалификации:

- Оказание медицинской помощи, осуществление сестринского ухода и наблюдения за пациентами при заболеваниях и (или) состояниях;
- Проведение мероприятий по профилактике инфекций, связанных с оказанием медицинской помощи;
- Ведение медицинской документации, организация деятельности находящегося в распоряжении медицинского персонала;
- Оказание медицинской помощи в экстренной форме (приложение 1).

1.5. Требования к результатам освоения:

В результате освоения программы слушатель должен совершенствовать следующие знания и умения, необходимые для совершенствования компетенций.

Необходимые знания:

- Основы теории и практики сестринского дела, методы определения функциональной активности и самостоятельности пациента в самообслуживании, передвижении, общении, определения потребности в посторонней помощи и сестринском уходе;
- Технологии выполнения медицинских услуг, манипуляций и процедур сестринского ухода, особенности сестринского ухода с учетом заболевания, возрастных, культурных и этнических особенностей пациента;
- Диагностические критерии факторов риска падений, развития пролежней и контактного дерматита у пациентов, современные технологии

- медицинских услуг по гигиеническому уходу, позиционированию и перемещению в кровати пациентов, частично или полностью утративших способность к общению, передвижению и самообслуживанию;
- Анатомо-физиологические особенности и показатели жизнедеятельности человека в разные возрастные периоды, правила измерения и интерпретации данных;
 - Особенности и принципы лечебного питания пациентов в медицинской организации в зависимости от возраста и заболевания;
 - Основы клинической фармакологии, виды лекарственных форм, способы и правила введения лекарственных препаратов, инфузионных сред, побочные эффекты, виды реакций и осложнений лекарственной терапии, меры профилактики и оказания медицинской помощи в неотложной форме;
 - Правила и порядок подготовки пациента к медицинским вмешательствам;
 - Медицинские изделия (медицинские инструменты, расходные материалы, медицинское оборудование), применяемые для проведения лечебных и (или) диагностических процедур, оперативных вмешательств;
 - Требования к условиям забора, хранения и транспортировки биологического материала пациента;
 - Порядок и правила учета, хранения и применения лекарственных препаратов, этилового спирта, спиртосодержащих препаратов, инфузионных сред, медицинских изделий, специализированных продуктов лечебного питания;
 - Правила ассистирования врачу (фельдшеру) при выполнении лечебных или диагностических процедур;
 - Клинические признаки внезапных острых заболеваний, состояний, обострений хронических заболеваний, отравлений, травм без явных признаков угрозы жизни пациента, показания к оказанию медицинской помощи в неотложной форме;
 - Правила оказания медицинской помощи в неотложной форме;
 - Порядок оказания паллиативной медицинской помощи, методы, приемы и средства оценки интенсивности и контроля боли у пациентов;
 - Процесс и стадии умирания человека, клинические признаки, основные симптомы в терминальной стадии заболевания, особенности сестринского ухода;
 - Признаки биологической смерти человека и процедуры, связанные с подготовкой тела умершего пациента к транспортировке;
 - Психология общения с пациентом, находящимся в терминальной стадии болезни, способы оказания психологической поддержки родственникам (законным представителям);
 - Санитарно-эпидемиологические требования к организациям, осуществляющим медицинскую деятельность (к размещению, устройству, оборудованию, содержанию, противоэпидемическому режиму,

- профилактическим и противоэпидемическим мероприятиям, условиям труда персонала, организации питания пациентов и персонала);
- Меры индивидуальной защиты медицинского персонала и пациентов при выполнении медицинских вмешательств;
 - Основы асептики и антисептики, принцип индивидуальной изоляции при выполнении медицинских вмешательств;
 - Санитарные правила обращения с медицинскими отходами;
 - Профилактические мероприятия (экстренная профилактика) при возникновении аварийных ситуаций с риском инфицирования медицинских работников;
 - Особенности возбудителей инфекций, связанных с оказанием медицинской помощи (устойчивость к физическим и химическим дезинфицирующим агентам и длительность выживания на объектах внешней среды, вид и форма существования, пути и факторы передачи);
 - Виды, цели и задачи дезинфекции, предстерилизационной очистки и стерилизации медицинских изделий;
 - Правила и порядок оформления медицинской документации в медицинских организациях, в том числе в форме электронного документа;
 - Правила работы в медицинских информационных системах и информационно-телекоммуникационной сети "Интернет";
 - Основы законодательства Российской Федерации о защите персональных данных пациентов и сведений, составляющих врачебную тайну;
 - Требования к обеспечению внутреннего контроля качества и безопасности медицинской деятельности;
 - Должностные обязанности находящегося в распоряжении медицинского персонала;
 - Правила и порядок проведения первичного осмотра пациента (пострадавшего) при оказании медицинской помощи в экстренной форме при состояниях, представляющих угрозу жизни;
 - Методика сбора жалоб и анамнеза жизни и заболевания у пациентов (их законных представителей);
 - Методика физикального исследования пациентов (осмотр, пальпация, перкуссия, аускультация);
 - Клинические признаки внезапного прекращения кровообращения и (или) дыхания;
 - Правила проведения базовой сердечно-легочной реанимации;
 - Порядок применения лекарственных препаратов и медицинских изделий при оказании медицинской помощи в экстренной форме;
 - Правила и порядок проведения мониторинга состояния пациента при оказании медицинской помощи в экстренной форме, порядок передачи пациента бригаде скорой медицинской помощи.

Необходимые умения:

- Проводить оценку функциональной активности и самостоятельности пациента в самообслуживании, передвижении, общении; выявлять потребность в посторонней помощи и сестринском уходе;
- Выполнять медицинские манипуляции при оказании медицинской помощи пациенту (приложение 2);
- Выявлять факторы риска падений, развития пролежней, осуществлять профилактику пролежней, контактного дерматита, включая позиционирование и перемещение в постели, передвижение и транспортировку пациента с частичной или полной утратой способности самообслуживания, передвижения и общения;
- Проводить опрос пациента и его родственников (законных представителей), лиц, осуществляющих уход, измерять и интерпретировать показатели жизнедеятельности пациента в динамике;
- Осуществлять раздачу и применение лекарственных препаратов пациенту по назначению лечащего врача, разъяснять правила приема лекарственных препаратов, пределы назначенного лечащим врачом режима двигательной активности и контролировать выполнение назначений врача;
- Определять и интерпретировать реакции пациента на прием назначенных лекарственных препаратов и процедуры ухода;
- Проводить консультирование и обучение пациента и его родственников (законных представителей), лиц, осуществляющих уход, по вопросам ухода и самоухода;
- Проводить подготовку пациента к лечебным и (или) диагностическим вмешательствам по назначению лечащего врача;
- Собирать, подготавливать и размещать наборы инструментов, расходные материалы, лекарственные препараты для выполнения лечебных и (или) диагностических вмешательств по назначению лечащего врача;
- Проводить забор биологического материала пациента для лабораторных исследований по назначению лечащего врача;
- Обеспечивать хранение, вести учет и применение лекарственных препаратов, медицинских изделий и лечебного питания, в том числе наркотических средств, психотропных веществ и сильно действующих лекарственных препаратов;
- Ассистировать врачу при выполнении лечебных и (или) диагностических вмешательств;
- Осуществлять динамическое наблюдение за состоянием и самочувствием пациента во время лечебных и (или) диагностических вмешательств;
- Оказывать медицинскую помощь в неотложной форме при внезапных острых заболеваниях, состояниях, обострении хронических заболеваний, отравлениях, травмах;
- Получать и передавать информацию по вопросам оказания медицинской помощи, в том числе с пациентами, имеющими нарушения зрения, слуха, поведения;

- Проводить оценку интенсивности и характера болевого синдрома с использованием шкал оценки боли;
- Выявлять клинические признаки и симптомы терминальных состояний болезни, выполнять процедуры сестринского ухода за пациентом при терминальных состояниях болезни;
- Оказывать психологическую поддержку пациенту в терминальной стадии болезни и его родственникам (законным представителям);
- Применять средства индивидуальной защиты;
- Соблюдать меры асептики и антисептики, принципы индивидуальной изоляции при выполнении медицинских вмешательств;
- Осуществлять сбор, обеззараживание и временное хранение медицинских отходов в местах их образования;
- Соблюдать требования охраны труда при обращении с острыми (колющими и режущими) инструментами, биологическими материалами;
- Заполнять медицинскую документацию, в том числе в форме электронного документа;
- Использовать в работе медицинские информационные системы и информационно-телекоммуникационную сеть "Интернет";
- Использовать в работе персональные данные пациентов и сведения, составляющие врачебную тайну;
- Осуществлять контроль за выполнением должностных обязанностей находящегося в распоряжении медицинского персонала;
- Проводить первичный осмотр пациента и оценку безопасности условий;
- Распознавать состояния, представляющие угрозу жизни, включая состояние клинической смерти (остановка жизненно важных функций организма человека (кровообращения и (или) дыхания), требующие оказания медицинской помощи в экстренной форме;
- Выполнять мероприятия базовой сердечно-легочной реанимации;
- Оказывать медицинскую помощь в экстренной форме при состояниях, представляющих угрозу жизни, в том числе клинической смерти (остановка жизненно важных функций организма человека (кровообращения и (или) дыхания);
- Осуществлять наблюдение и контроль состояния пациента (пострадавшего), измерять показатели жизнедеятельности, поддерживать витальные функции.

1.6. Программа разработана на основе профессионального стандарта «Медицинская сестра / медицинский брат», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 31 июля 2020 г. №475н, рег. номер 1332.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
ЦИКЛА ОБУЧЕНИЯ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ
«Сестринское дело»

Цикл	«Современные аспекты паллиативной медицинской помощи»
Цель:	повышение квалификации
Категория слушателей:	специалисты, имеющие среднее профессиональное образование по одной из специальностей: "Лечебное дело", "Акушерское дело", "Сестринское дело" и профессиональная переподготовка по специальности "Сестринское дело" при наличии среднего профессионального образования по одной из специальностей: "Лечебное дело", "Акушерское дело"
Объем часов:	72 часа
Форма обучения:	Очно - заочная
Режим занятий:	6 академических часов в день

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин и тем	Всего часов	Количество часов		Формы контроля
			Теория	Практика	
I. Очная часть					
1.	Организация и порядок оказания паллиативной помощи в стационаре и амбулаторных условиях.	2	2	-	Текущий контроль
2.	Особенности паллиативной помощи в различных возрастных группах.	9	9	-	
3.	Очная часть	11	11	-	
II. Обучение с применением дистанционных образовательных технологий					
1.	Основы организации паллиативной помощи в России.	3	3	-	Текущий контроль
2.	Психологические аспекты оказания паллиативной помощи.	14	14	-	
3.	Физические проблемы пациентов в паллиативной помощи.	19	19	-	
4.	Особенности ухода в паллиативной помощи.	8	8	-	
5.	Паллиативная медицинская помощь в терминальной стадии неонкологических заболеваний.	16	16	-	
6.	Итоговая аттестация.	1	1	-	тестирование
7.	ДОТ	61	61	-	
8.	ИТОГО	72	72	-	

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
ЦИКЛА ОБУЧЕНИЯ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ
«Сестринское дело»

Цикл	«Современные аспекты паллиативной медицинской помощи»
Цель:	повышение квалификации
Категория слушателей:	специалисты, имеющие среднее профессиональное образование по одной из специальностей: "Лечебное дело", "Акушерское дело", "Сестринское дело" и профессиональная переподготовка по специальности "Сестринское дело" при наличии среднего профессионального образования по одной из специальностей: "Лечебное дело", "Акушерское дело"
Объем часов:	72 часа
Форма обучения:	Очно - заочная
Режим занятий:	6 академических часов в день

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин и тем	Всего часов	Количество часов		Формы контроля
			Теория	Практика	
I. Очная часть					
1.	Организация и порядок оказания паллиативной помощи в стационаре и амбулаторных условиях.	2	2	-	Текущий контроль
2.	Особенности паллиативной помощи в различных возрастных группах.	9	9	-	
2.1	Особенности оказания паллиативной помощи пожилым. Комплексная гериатрическая оценка.	4	4	-	
2.2	Особенности паллиативной помощи в педиатрии.	5	5	-	
3.	Очная часть	11	11	-	
II. Обучение с применением дистанционных образовательных технологий					
1.	Основы организации паллиативной помощи в России.	3	3	-	Текущий контроль
1.1	История оказания паллиативной помощи; Международный и российский опыт организации паллиативной помощи. Вопросы медицинской этики в паллиативной помощи	3	3	-	

2.	Психологические аспекты оказания паллиативной помощи.	14	14	-
2.1	Общение как процесс. Особенности профессионального общения.	3	3	-
2.2	Психологические аспекты принятия пациентом «плохих новостей».	2	2	-
2.3	Работа с членами семьи и лицами, обеспечивающими уход за пациентами в терминальной стадии заболевания.	3	3	-
2.4	Синдром горя и утраты.	2	2	-
2.5	Методы психологической поддержки на различных этапах оказания паллиативной помощи и при умирании. Модель Элизабет Кюблер Росс.	4	4	-
3.	Физические проблемы пациентов в паллиативной помощи.	19	19	-
3.1	Боль и болевой синдром – определение понятий. Оценка боли, инструменты для оценки боли.	4	4	-
3.2	Анорексия и кахексия.	3	3	-
3.3	Диспепсия, икота, тошнота, рвота. Констипация и диарея.	3	3	-
3.4	Декубитальные язвы (пролежни).	3	3	-
3.5	Психические нарушения: тревожность и депрессия. Факторы риска развития суицидального поведения.	3	3	-
3.6	Одышка, кашель.	3	3	-
4.	Особенности ухода в паллиативной помощи.	8	8	-
4.1	Уход за стомами.	3	3	-
4.2	Уход за катетерами (венозными портами). Нутриционная поддержка.	2	2	-
4.3	Правила личной гигиены. Санитарно-гигиенический уход за пациентами.	3	3	-
5.	Паллиативная медицинская помощь в терминальной стадии неонкологических заболеваний.	16	16	-
5.1	Особенности ухода за пациентами после ОНМК.	4	4	-
5.2	Особенности ухода за пациентами с ХСН.	3	3	-
5.3	Особенности ухода за пациентами с ХОБЛ и дыхательной недостаточностью.	3	3	-

5.4	Особенности ухода за пациентами с хронической почечной недостаточностью и хронической печеночной недостаточностью.	3	3	-	
5.5	Особенности ухода за пациентами с ВИЧ/СПИД.	3	3	-	
6.	Итоговая аттестация.	1	1	-	тестирование
7.	ДОТ	61	61	-	
8.	ИТОГО	72	72	-	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

цикл: «Современные аспекты паллиативной медицинской помощи»

сроки проведения цикла: _____

даты			
учебный процесс	ДО	О	ИА
кол - во часов	60	11	1

ДО – дистанционное обучение

О – очное обучение

ИА – итоговая аттестация

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА
(РАБОЧАЯ УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА)**

Наименование разделов и тем	Содержание
I. Очная часть	
Раздел 1.	Организация и порядок оказания паллиативной помощи в стационаре и амбулаторных условиях.
Тема 1.1. Организация и порядок оказания паллиативной помощи в стационаре и амбулаторных условиях.	Теория: Понятие о паллиативной помощи. Цель, задачи и принципы паллиативной помощи. Организация и порядок оказания паллиативной помощи в стационаре и амбулаторных условиях.
Раздел 2.	Особенности паллиативной помощи в различных возрастных группах.
Тема 2.1. Особенности оказания паллиативной помощи пожилым. Комплексная гериатрическая оценка.	Теория: Особенности оказания паллиативной помощи пожилым. Комплексная гериатрическая оценка.
Тема 2.2. Особенности паллиативной помощи в педиатрии.	Теория: Различия между паллиативной помощью детям и взрослым. Модели и программы паллиативной помощи детям. Реакция ребёнка на болезнь. Болезнь ребёнка и семья. Внутренняя картина болезни - реакция на болезнь, представление о болезни, о лечении, о смерти. Болезнь и госпитализация. Коммуникации с ребёнком. Эмоциональная поддержка ребёнка и семьи. Общие рекомендации по организации кормления. Энтеральное питание. Выбор и использование питательных смесей. Питание особых категорий детей (недоношенных, с муковисцидозом). Паллиативная помощь при болевом синдроме, особенности оценки болевого синдрома у детей. Принципы обезболивания, не медикаментозные и медикаментозные способы обезболивания. Паллиативная помощь при нарушениях со стороны ЖКТ (анорексия, кахексия, патология слизистой полости рта, ГЭР, диарея, запор, икота, тошнота, рвота). Паллиативная помощь при кожном зуде, пролежнях и распадающихся наружных опухолей. Паллиативная помощь при нарушениях со стороны дыхательной системы

	(кашель, диспноэ, шумное дыхание). Кризисные ситуации в детской паллиативной помощи (нарастающая боль, нейропатическая боль, кровотечения, дыхательная недостаточность, судороги, острая задержка мочи).
II. Обучение с применением дистанционных образовательных технологий	
Раздел 1.	Основы организации паллиативной помощи в России.
Тема 1.1. История оказания паллиативной помощи. Международный и российский опыт организации паллиативной помощи. Вопросы медицинской этики в паллиативной помощи.	Теория: История организации паллиативной помощи. История хосписного движения. Международный и российский опыт организации паллиативной помощи. Этический аспект в паллиативной помощи.
Раздел 2.	Психологические аспекты оказания паллиативной помощи.
Тема 2.1. Общение как процесс. Особенности профессионального общения.	Теория: Особенности профессионального общения. Правила профессионального общения. Основные принципы продуктивного профессионального общения при оказании паллиативной помощи.
Тема 2.2. Психологические аспекты принятия пациентом «плохих новостей».	Теория: Психологические аспекты принятия пациентом «плохих новостей». Алгоритм сообщения плохих новостей.
Тема 2.3. Работа с членами семьи и лицами, обеспечивающими уход за пациентами в терминальной стадии заболевания.	Теория: Особенности работы с членами семьи и лицами, обеспечивающими уход за пациентами в терминальной стадии заболевания. Рекомендации по уходу за пациентом для родственников.
Тема 2.4. Синдром горя и утраты.	Теория: Горе и утрата. Психологическая поддержка родственников.
Тема 2.5. Методы психологической поддержки на различных этапах оказания паллиативной помощи и при умирании. Модель Элизабет Кюблер Росс.	Теория Методы психологической поддержки на различных этапах оказания паллиативной помощи и при умирании. Модель Элизабет Кюблер Росс.

Раздел 3.	Физические проблемы пациентов в паллиативной помощи.
Тема 3.1. Боль и болевой синдром – определение понятий. Оценка боли, инструменты для оценки боли.	Теория: Боль и болевой синдром. Определение понятий. Оценка боли, инструменты для оценки боли. Классификация болеутоляющих средств. Болевой синдром у пожилых пациентов. Болевой синдром у детей. Болевой синдром у онкологических пациентов.
Тема 3.2. Анорексия и кахексия.	Теория: Анорексия и кахексия. Причины развития. Особенности ухода.
Тема 3.3. Диспепсия, икота, тошнота, рвота. Констипация и диарея.	Теория: Диспепсия, икота, тошнота, рвота. Констипация и диарея. Причины развития. Особенности ухода.
Тема 3.4. Декубитальные язвы (пролежни).	Теория: Декубитальные язвы (пролежни). Факторы, способствующие развитию пролежней. Профилактика и уход при риске развития пролежней. Лечение пролежней.
Тема 3.5. Психические нарушения: тревожность и депрессия. Факторы риска развития суицидального поведения.	Теория: Психические нарушения: тревога, депрессия, делирий, деменция. Факторы риска тревоги и депрессии. Факторы риска развития суицидального поведения.
Тема 3.6. Одышка, кашель.	Теория: Респираторные симптомы у паллиативных пациентов. Одышка. Кашель.
Раздел 4.	Особенности ухода в паллиативной помощи.
Тема 4.1. Уход за стомами.	Теория: Стомы. Классификация стом. Уход за стомой. Осложнения. Уход за стомами. Основные принципы ухода. Наиболее частые проблемы и потребности пациентов. Обучение родственников уходу.
Тема 4.2. Уход за катетерами (венозными портами). Нутриционная поддержка.	Теория: Уход за катетерами (венозными портами). Нутриционная поддержка.
Тема 4.3. Правила личной гигиены. Санитарно-гигиенический уход за пациентами.	Теория: Правила личной гигиены. Санитарно-гигиенический уход за пациентами. Уход за полостью рта. Основные принципы ухода за пациентами. Наиболее частые проблемы и потребности пациентов. Обучение родственников уходу.
Раздел 5.	Паллиативная медицинская помощь в терминальной стадии неонкологических заболеваний.

<p>Тема 5.1. Особенности ухода за пациентами после ОНМК.</p>	<p>Теория: Особенности ухода за пациентами после ОНМК. Возможные проблемы пациентов.</p>
<p>Тема 5.2. Особенности ухода за пациентами с ХСН.</p>	<p>Теория: ХСН. Особенности ухода за пациентами с ХСН. Возможные проблемы пациентов. Планирование сестринского ухода. Роль медицинской сестры при подготовке и проведении диагностических исследований. Психологическая поддержка пациентов. Методы лечения. Особенности ухода. Профилактика осложнений.</p>
<p>Тема 5.3. Особенности ухода за пациентами с ХОБЛ и дыхательной недостаточностью.</p>	<p>Теория: ХОБЛ. Наиболее частые проблемы и потребности пациентов. Особенности ухода за пациентами с ХОБЛ и дыхательной недостаточностью. Обучение родственников.</p>
<p>Тема 5.4. Особенности ухода за пациентами с хронической почечной недостаточностью и хронической печеночной недостаточностью.</p>	<p>Теория: Особенности ухода за пациентами с хронической почечной недостаточностью и хронической печеночной недостаточностью. Обучение родственников принципам ухода.</p>
<p>Тема 5.5. Особенности ухода за пациентами с ВИЧ/СПИД.</p>	<p>Теория: Особенности ухода за пациентами с ВИЧ/СПИД. Меры предосторожности при уходе за пациентами с ВИЧ/СПИД на дому.</p>

Виды самостоятельной работы:

- Работа с конспектом лекции, с презентацией;
- Изучение учебных материалов;
- Решение тестовых заданий;
- Работа со справочной литературой, с нормативной документацией;
- Составление конспекта профилактических бесед с пациентом;
- Составление памяток;
- Вопросы для самоконтроля.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Материально-техническое обеспечение программы.

Обучение по программе проводится с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения, и предусматривает проведение занятий в традиционной форме или в форме вебинаров, самостоятельное освоение слушателями учебных, методических и дидактических материалов, опубликованных на образовательном портале учреждения (сайт дистанционного обучения с размещённой на нем СДО «Moodle»).

Цифровой образовательный контент представлен: текстовой информацией с использованием схем, таблиц; мультимедийной составляющей (презентации); блоком заданий для контроля (тесты для входного, промежуточного и итогового контроля знаний). Доступ к контенту обеспечивается посредством предоставления индивидуального логина и пароля обучающимся через образовательный интернет-портал Учреждения, обеспечивающих идентификацию пользователей и информационную безопасность. Слушателям предоставляются методические указания по работе в системе дистанционного обучения, методические рекомендации по изучению дистанционного курса.

Реализация программы требует наличия у обучающихся информационного устройства с выходом в Интернет и возможностью просмотра веб-страниц: персональный компьютер, ноутбук или нетбук, планшетный компьютер или смартфон (операционная система Windows).

Образовательная организация обеспечивает функционирование информационной образовательной среды, включающей в себя электронные информационные ресурсы, электронные образовательные ресурсы, совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств и обеспечивающую освоение обучающимися образовательных программ независимо от места нахождения обучающихся.

Требования к учебно-материальному оснащению:

Наименование кабинетов	Вид занятия	Наименование оборудования, программного обеспечения
Компьютерный кабинет	консультации (on-line, off-line)	<ul style="list-style-type: none">– ресурсы сети Интернет;– электронная почта;– информационные материалы;– компьютерные системы тестирования и контроля знаний;– ресурсы сети Интернет;– сайт дистанционного обучения с размещённой на нем СДО «Moodle»;– компьютер и т.д.

Кабинет практического обучения	Лекция Вебинар	<ul style="list-style-type: none"> – учебно-методическая документация; – мультимедийный проектор; – оборудование для проведения вебинаров, онлайн-трансляций; – симуляционные тренажёры; – медицинское оборудование; – доска классная; – компьютер и т.д.
--------------------------------------	-------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Оценка качества полного освоения программы осуществляется в виде итоговой аттестации в форме тестирования в соответствии с требованиями и критериями, закреплёнными в локальных нормативных актах Учреждения. Для проведения итоговой аттестации используются 50 тестовых заданий первого уровня, составленных на основании учебно-методических материалов по темам и разделам учебно-тематического плана. Тестирование проходит в онлайн-формате на портале дистанционного обучения Учреждения.

2. Требования к квалификации педагогических кадров.

Реализация дополнительной профессиональной программы осуществляется педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование и (или) дополнительное профессиональное образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины/модуля/раздела, обладающими соответствующими навыками в вопросах использования новых информационно-коммуникационных технологий при организации обучения и имеющих опыт деятельности в организациях соответствующей профессиональной сферы.

3. Требования к информационному обеспечению обучения (перечень рекомендуемых учебных и периодических изданий, электронных ресурсов, дополнительной литературы, ЭУМК, учебно-методическая документация, нормативная документация):

3.1. Основные источники:

1. Аспекты паллиативной медицины. Учебное пособие Биктимиров Т.З., Тихонова Л.М., Новиков Г.А., Шарафутдинов М.Г., Биктимирова К.Т., Тихонова Ю.В., Эккерт Н.В. - Ульяновск: Изд-во Ульяновского государственного университета, 2009, 150 с.
2. Гнездилов А.В. Психология и психотерапия потерь. – Речь, 2007. - 162 С.
3. Э.Кюблер-Росс “О смерти и умирании”, 2001г.
4. Клинические рекомендации. Кардиология / под ред. Ю.Н. Беленкова, Р.Г.Оганова. - изд. 2-е испр., доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2009. - с.566 – 576 (глава «Паллиативная помощь в кардиологии». Самойленко В.В.)
5. Клинические рекомендации. Онкология / Под ред. В.Н. Чиссова, С.Л.Дарьяловой. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2009. - стр.

- 41-83 (глава «Хронический болевой синдром», Абузарова Г.Р., Новиков Г.А., Осипова Н.А., Прохоров Б.М., Рудой С.В.).
6. Контроль симптомов в паллиативной медицине / Под ред. проф. Г.А. Новикова. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2013. - 248 стр.
 7. Леветаун М., Фраджер Г. Особенности хосписной и паллиативной медицины в педиатрии. - Пер. с англ. – Минск, 2008 - 90 С.
 8. Методические рекомендации по ведению боли. Для врачей общей практики. Материалы Национальной онкологической сети (США) NCCN и Американской Академии паллиативной медицины и хосписной работы ААНРМ. Пер. с англ. – Минск, 2007 г. - 33 стр.
 9. Онкология. Национальное руководство / Гл. ред. акад. РАМН В.И. Чиссов, акад. РАМН М.Н. Давыдов. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2008. - стр. 459-483 (глава 12 «Реабилитация» Новиков Г.А., Самойленко В.В., Вайсман М.А., Прохоров Б.М., С.В. Рудой).
 10. Организация паллиативной помощи на региональном уровне. Учебное пособие. Биктимиров Т.З., Новиков Г.А., Горбунов В.П., Нагель А.Н., Протин Ф.Г., Шарафутдинов М.Г., Эккерт Н.В. Ульяновск: Изд-во Ульяновского государственного университета, 2009, 60 с.
 11. Оценка «лестницы обезболивания», предложенной ВОЗ, по итогам 20-тилетнего опыта применения. Центр сотрудничества по политике и взаимодействию в области онкологии ВОЗ. Выпуск 19, №1 - 2006 г.
 12. Паллиативная помощь онкологическим больным. Учебное пособие – гриф УМО по медицинскому и фармацевтическому образованию вузов России - Г.А. Новиков, Н.А. Осипова, Б.М. Прохоров, М.А. Вайсман, С.В. Рудой. - ООД «Медицина за качество жизни», Москва, 2006, 192 стр.
 13. Руководство по онкологии / Под ред. В.Н. Чиссова, С.Л. Дарьяловой. Учебное пособие - гриф УМО по медицинскому и фармацевтическому образованию вузов России - М.: ООО «Медицинское информационное агентство», 2008. - стр. 224-231. (глава 13 «Этические и правовые аспекты паллиативной помощи онкологическим больным», глава 14 «Психологические, социальные и духовные аспекты паллиативной помощи онкологическим больным» Новиков Г.А., Вайсман М.А., Прохоров Б.М., С.В. Рудой).
 14. Совершенствование паллиативной помощи пожилым людям. Под ред. Elizabeth Davies и Irene J. Higginson. - Всемирная организация здравоохранения, 2005 г. - 44 С.
 15. Убедительные факты. Паллиативная помощь. Под ред. Elizabeth Davies и Irene J. Higginson. - Всемирная организация здравоохранения, 2005 г. - 36 С.

3.2. Дополнительная литература:

1. Методические рекомендации по организации паллиативной помощи, утв. Министерством здравоохранения и социального развития РФ, 22 сентября 2008 г. N 7180-РХ.

2. Приказ Министерства здравоохранения РФ N 345н и Министерства труда и социальной защиты РФ N 372н от 31 мая 2019 года «Об утверждении положения об организации оказания паллиативной медицинской помощи, включая порядок взаимодействия медицинских организаций, организаций социального обслуживания и общественных объединений, иных некоммерческих организаций, осуществляющих свою деятельность в сфере охраны здоровья».
3. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 17 сентября 2007 г. N 610 «О мерах по организации оказания паллиативной помощи больным ВИЧ-инфекцией».
4. Психотерапевтические подходы с применением метода ТТСБ в лечении тревожных и депрессивных расстройств у пациентов с распространенными формами хронических заболеваний - Новиков Г.А., Ромашкин А.В., Вайсман М.А., Орлова Т.В. - М.: Фонд «Паллиативная медицина и реабилитация больных», «Паллиативная медицина и реабилитация», № 3, 2010, стр.69-75.
5. Стандарты паллиативной помощи: обзор европейских рекомендаций / Новиков Г.А., Самойленко В.В., Вайсман М.А. - М.: Фонд «Паллиативная медицина и реабилитация больных», «Паллиативная медицина и реабилитация», № 4, 2010, стр.6-11.

3.3. Периодические издания:

- «В помощь практикующей медицинской сестре»
- «Медсестра»
- «Медицинская сестра»
- «Сестринское дело»

3.4. Электронные ресурсы:

- <https://www.rosminzdrav.ru/>
- <http://minzdrav.gov-murman.ru/>
- <http://www.medmurmansk.ru/>
- <http://www.medsestre.ru/>
- <http://www.hospicefund.ru/>
- <http://www.pro-hospice.info>
- <http://www.palliamed.ru/>

ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Оценка качества освоения тем программы проводится в процессе текущего контроля (вопросы для самоконтроля) и выполнения самостоятельной работы.

Оценка качества полного освоения программы осуществляется в виде итоговой аттестации в форме тестирования в соответствии с требованиями и критериями, закреплёнными в локальных нормативных актах Учреждения.

Результаты обучения (освоенные умения, освоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения	Решение заданий в рабочей тетради, наблюдение и оценка выполнения практических действий. Итоговая аттестация.
Знания	Тестовый контроль, решение заданий в рабочей тетради. Итоговая аттестация.

ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА

Медицинская сестра/Медицинский брат должен обладать профессиональными компетенциями, соответствующими трудовым функциям:

1. Оказание медицинской помощи, осуществление сестринского ухода и наблюдения за пациентами при заболеваниях и (или) состояниях.

- Проведение оценки функциональной активности и самостоятельности пациента в самообслуживании, передвижении, общении; выявление потребности в посторонней помощи и сестринском уходе;
- Выполнение медицинских манипуляций при оказании медицинской помощи пациенту;
- Выявление факторов риска падений, развития пролежней, осуществление профилактики пролежней, контактного дерматита, включая позиционирование и перемещение в постели, передвижение и транспортировку пациента с частичной или полной утратой способности самообслуживания, передвижения и общения;
- Проведение динамического наблюдения за показателями состояния здоровья пациента с последующим информированием лечащего врача;
- Контроль выполнения пациентами приема лекарственных препаратов, применения медицинских изделий, двигательного режима и лечебного питания по назначению лечащего врача;
- Обучение пациента (его законных представителей) и лиц, осуществляющих уход, приемам ухода и самоухода, консультирование по вопросам ухода и самоухода;
- Проведение подготовки пациента к медицинскому осмотру, исследованиям, лечебным и (или) диагностическим вмешательствам;
- Подготовка инструментов и расходных материалов для проведения лечебных и (или) диагностических вмешательств;
- Проведение забора биологического материала пациента для исследований по назначению лечащего врача;
- Получение, хранение, учет и применение лекарственных препаратов, медицинских изделий и лечебного питания в соответствии с нормативными правовыми актами и инструкцией по применению от производителя;
- Ассистирование врачу при выполнении медицинских вмешательств;
- Оказание медицинской помощи в неотложной форме при внезапных острых заболеваниях, состояниях, обострении хронических заболеваний, отравлениях, травмах;

- Оценка интенсивности и характера болевого синдрома с использованием шкал оценки боли;
- Осуществление сестринского ухода за пациентом, в том числе в терминальной стадии болезни;
- Оказание психологической поддержки пациенту в терминальной стадии болезни и его родственникам (законным представителям).

2. Проведение мероприятий по профилактике инфекций, связанных с оказанием медицинской помощи.

- Организация рабочего места и безопасной окружающей среды;
- Проведение экстренных профилактических мероприятий при возникновении аварийных ситуаций с риском инфицирования медицинских работников.

3. Ведение медицинской документации, организация деятельности находящегося в распоряжении медицинского персонала.

- Ведение медицинской документации, в том числе в форме электронного документа;
- Проведение работы по контролю выполнения должностных обязанностей находящимся в распоряжении медицинским персоналом;
- Проведение работы по обеспечению внутреннего контроля качества и безопасности медицинской деятельности;
- Использование медицинских информационных систем и информационно-телекоммуникационной сети "Интернет";
- Использование в работе персональных данных пациентов и сведений, составляющих врачебную тайну.

4. Оказание медицинской помощи в экстренной форме.

- Проведение первичного осмотра пациента, оценка безопасности окружающей среды;
- Оценка состояния пациента, требующего оказания медицинской помощи в экстренной форме;
- Распознавание состояний, представляющих угрозу жизни, включая состояние клинической смерти (остановка жизненно важных функций организма человека (кровообращения и (или) дыхания), требующих оказания медицинской помощи в экстренной форме;
- Проведение мероприятий базовой сердечно-легочной реанимации;
- Оказание медицинской помощи в экстренной форме при состояниях, представляющих угрозу жизни, в том числе, клинической смерти (остановка жизненно важных функций организма человека (кровообращения и (или) дыхания);
- Проведение мероприятий по поддержанию жизнедеятельности организма пациента (пострадавшего) до прибытия врача или бригады скорой помощи.

**МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОЦЕНКИ ПРАКТИЧЕСКИХ НАВЫКОВ
(ПЕРЕЧЕНЬ МАНИПУЛЯЦИЙ)**

1. Техника проведения зондирования и промывания желудка.
2. Подготовка пациента к эндоскопическим методам исследования.
3. Подготовка пациента к рентгенологическим методам исследования.
4. Подготовка пациента к лабораторным методам исследования.
5. Подготовка пациента к плевральной пункции.
6. Подготовка пациента к абдоминальной пункции.
7. Катетеризация мочевого пузыря.
8. Наложение эластических повязок при заболеваниях вен нижних конечностей.
9. Санитарно-гигиенический уход за пациентами.
- 10.Профилактика пролежней.
- 11.Профилактика, уход и обработка пролежней.
- 12.Обработка послеоперационных и инфицированных ран. Перевязка ран.
- 13.13.Уход за стомами.
- 14.Уход за полостью рта.
- 15.Зондовое кормление. Уход за зондом.
- 16.Уход за венозными портами и подключичными катетерами.

МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОЦЕНКИ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ (ВОПРОСЫ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ)

1. Понятие о паллиативной помощи. Цель, задачи и принципы паллиативной помощи. Организация и порядок оказания паллиативной помощи в стационаре и амбулаторных условиях. Организация и порядок оказания паллиативной помощи в стационаре и амбулаторных условиях.
2. История оказания паллиативной помощи. История хосписного движения. Международный и российский опыт организации паллиативной помощи. Этический аспект в паллиативной помощи.
3. Особенности профессионального общения. Правила профессионального общения.
4. Психологические аспекты принятия пациентом «плохих новостей».
5. Особенности работы с членами семьи и лицами, обеспечивающими уход за пациентами в терминальной стадии заболевания.
6. Горе и утрата. Психологическая поддержка родственников.
7. Методы психологической поддержки на различных этапах оказания паллиативной помощи и при умирании. Модель Элизабет Кюблер Росс.
8. Боль и болевой синдром. Определение понятий. Оценка боли, инструменты для оценки боли. Классификация болеутоляющих средств. Болевой синдром у пожилых пациентов. Болевой синдром у детей. Болевой синдром у онкологических пациентов.
9. Анорексия и кахексия.
10. Диспепсия, икота, тошнота, рвота. Констипация и диарея.
11. Декубитальные язвы (пролежни). Лечение, профилактика и уход при риске развития пролежней.
12. Психические нарушения: тревога, депрессия, делирий, деменция. Факторы риска тревоги и депрессии. Факторы риска развития суицидального поведения.
13. Респираторные симптомы у паллиативных пациентов. Одышка. Кашель.
14. Особенности оказания паллиативной помощи пожилым. Комплексная гериатрическая оценка.
15. Особенности паллиативной помощи в педиатрии. Уход за кожей. Питание детей. Эффективное общение с детьми. Принципы оказания эмоциональной поддержки.
16. Уход за полостью рта. Основные принципы ухода за пациентами. Наиболее частые проблемы и потребности пациентов. Обучение самообслуживанию.
17. Стомы. Классификация стом. Уход за стомой. Осложнения. Уход за катетерами (венозными портами). Нутриционная поддержка.
18. Особенности ухода за пациентами после ОНМК.
19. ХСН. Особенности ухода за пациентами с ХСН. Планирование сестринского ухода. Роль медицинской сестры при подготовке и

проведении диагностических исследований. Психологическая поддержка пациентов. Принципы лечения. Особенности ухода. Профилактика осложнений.

- 20.ХОБЛ. Наиболее частые проблемы и потребности пациентов. Особенности ухода за пациентами с ХОБЛ и дыхательной недостаточностью. Обучение родственников.
- 21.Особенности ухода за пациентами с хронической почечной недостаточностью и хронической печеночной недостаточностью.
- 22.Особенности ухода за пациентами с ВИЧ/СПИД. Меры предосторожности при уходе за пациентами с ВИЧ/СПИД на дому.

ОБРАЗЕЦ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Выберите один правильный ответ.

1. Паллиативная медицинская помощь – это:

- а) комплекс медицинских вмешательств, направленных на избавление от боли и облегчение других тяжёлых проявлений заболевания, в целях улучшения качества жизни пациентов с онкологическими заболеваниями*
- б) комплекс медицинских вмешательств, направленных на избавление от боли и восстановление утраченных в результате болезни функций организма в целях улучшения качества жизни пациентов*
- в) комплекс медицинских вмешательств, направленных на избавление от боли и облегчение других тяжёлых проявлений заболевания, в целях улучшения качества жизни неизлечимо больных граждан*
- г) психологическая помощь пациентам и их семьям, заболевания которых не поддаются излечению*

2. основоположником хосписов нового типа является:

- а) А.В. Гнездилов*
- б) С. Сандерс*
- в) В.В. Миллионщикова*
- г) Э. Кюблер-Росс*

3. Первый хоспис в России был основан в:

- а) Москве*
- б) Казани*
- в) Санкт-Петербурге*
- г) Екатеринбурге*

4. Число стадий переживания «плохих новостей» в модели Э. Кюблер-Росс:

- а) четыре*
- б) три*
- в) шесть*
- г) пять*

5. Чтобы правильно закончить беседу с пациентом, когда Вы торопитесь, надо:

- а) сказать пациенту, что у Вас масса неотложных дел*
- б) подытожить то, что уже было обсуждено и назначить следующую встречу*
- в) закончить разговор, не вступая в долгие объяснения*

г) сказать пациенту, что «Ваше время истекло» и у вас есть другие пациенты

ЭТАЛОН ОТВЕТОВ ТЕСТИРОВАНИЯ (50 ТЕСТОВ)

Цикл «Современные аспекты паллиативной медицинской помощи»

№	ОТВЕТЫ								
1	В	11		21		31		41	
2	Б	12		22		32		42	
3	В	13		23		33		43	
4	Г	14		24		34		44	
5	Б	15		25		35		45	
6		16		26		36		46	
7		17		27		37		47	
8		18		28		38		48	
9		19		29		39		49	
10		20		30		40		50	