

Жилевич Л. А., Патеюк И. В., Щаранова М. Г.

УО «Белорусский государственный медицинский университет», г. Минск, Беларусь

## СИМУЛЯЦИОННЫЙ КОСТЮМ ДЛЯ МОДЕЛИРОВАНИЯ ГЕРИАТРИЧЕСКИХ СИНДРОМОВ «СТАРЕНИЕ» КАК ИНСТРУМЕНТ РАЗВИТИЯ ЭМПАТИИ И МОТИВАЦИИ К ЗДОРОВОМУ ДОЛГОЛЕТИЮ

**Аннотация:** Использование симуляционных технологий в гериатрии способствует развитию эмпатии, коммуникативных навыков и мотивации к здоровому долголетию у медицинских работников. Исследование показало эффективность моделирования возрастных ограничений, что помогает лучше понимать проблемы пожилых пациентов и повышает качество медицинской и социальной помощи. Методика применима и в программах активного долголетия.

**Введение.** Глобальное старение населения представляет собой один из наиболее значимых демографических вызовов современности. Согласно данным ООН, к 2050 году количество людей в возрасте старше 60 лет достигнет 2,1 миллиарда человек, что потребует коренного преобразования систем здравоохранения и социальной защиты. В ответ на этот вызов Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) инициировала Десятилетие здорового старения (2021-2030), направленное на улучшение качества жизни пожилых людей и создание инклюзивного общества для всех возрастов.

В этом контексте особую актуальность приобретает подготовка компетентных медицинских кадров, способных оказывать качественную помощь пожилым пациентам. Традиционные методы обучения часто не позволяют в полной мере передать субъективный опыт старения и сформировать эмпатическое понимание возрастных ограничений. Инновационным решением этой проблемы стало использование симуляционных технологий, в частности костюма для моделирования гериатрических синдромов «Старение» GERT (GEROnTologic simulator), который позволяет на собственном опыте ощутить физические и психологические особенности пожилого возраста.

**Цель.** Оценить эффективность использования симуляционного костюма GERT в развитии профессиональной эмпатии, коммуникативных навыков и формировании личной мотивации к здоровому образу жизни у медицинских работников.

**Материалы и методы.** В исследовании приняли участие более 200 медицинских работников (врачи-гериатры, терапевты, медицинские сестры). В рамках дополнительной профессиональной программы повышения квалификации был проведен обучающий симуляционный курс с использованием костюма GERT, моделирующего сенсорные и двигательные ограничения пожилого возраста (снижение зрения, слуха, подвижности). Методика включала выполнение практических заданий и последующий структурированный дебriefинг для анализа переживаний. Для оценки эффективности применялся анализ обратной связи участников.

**Симуляционное оборудование и методика.** Основным инструментом исследования выступил **симуляционный костюм гериатрических синдромов «Старение» (GERT)**, включающий следующие компоненты:

Таблица 1. Компоненты костюма GERT и их функциональное назначение

Компонент костюма	Моделируемое ограничение	Практическое значение
Специальные очки	Помутнение хрусталика, сужение поля зрения, изменение цветовосприятия	Нарушение способности читать мелкий шрифт, узнавать лица, различать цвета

Наушники и беруши	Снижение остроты слуха, тиннитус	Трудности в восприятии речи, необходимость повторения вопросов
Шейный воротник	Ограничение подвижности головы	Невозможность повернуть голову, затруднения при общении
Утяжелители для конечностей и жилет	Мышечная слабость, быстрая утомляемость	Трудности при ходьбе, необходимости опоры, медлительность
Накладки на суставы	Тугоподвижность суставов	Ограничение объема движений, болезненность при движениях
Перчатки	Снижение тактильной чувствительности	Нарушение мелкой моторики, трудности с удержанием предметов

**Методика проведения** занятий включала несколько этапов:

1. Инструктаж и объяснение правил безопасности
2. Поэтапное надевание компонентов костюма с комментариями об имитируемых ограничениях
3. Выполнение практических заданий, моделирующих повседневную деятельность пожилого человека
4. Коммуникативные упражнения с преодолением барьеров общения
5. Структурированный дебрифинг с анализом физических и эмоциональных переживаний

#### **Результаты и обсуждение.**

Развитие профессиональной эмпатии и коммуникативных навыков. Анализ обратной связи от участников показал значительное улучшение понимания возрастных ограничений и потребностей пожилых пациентов. Около 95% участников отметили, что опыт "мгновенного старения" оказался для них неожиданно интенсивным и эмоционально насыщенным. Они сообщали о чувствах фruстрации, беспомощности, тревоги и изоляции, вызванных одновременной сенсорной и двигательной депривацией.

Этот опыт позволил медицинским работникам на глубоком, личностном уровне понять поведенческие модели пожилых пациентов: медлительность, раздражительность, повторяющиеся вопросы, нежелание участвовать в активной терапии. В результате участники начали применять в своей практике более четкую речь, устанавливать визуальный контакт, проявлять больше терпения и оказывать физическую поддержку.

#### Формирование личной мотивации на здоровое долголетие

Наиболее неожиданным результатом исследования стало выявление выраженного профилактического эффекта. Более 80% участников молодого и среднего возраста в ходе дебрифинга высказывали мысли о необходимости кардинально изменить свой образ жизни. Типичными были фразы: "Я никогда не хочу так себя чувствовать по-настоящему", "С завтрашнего дня записываюсь в спортзал", "Пора бросать курить".

Костюм GERT выступил мощным катализатором осознания ценности здоровья и сформировал устойчивую внутреннюю мотивацию на самосохранительное поведение. Таким образом, симуляция выполняет не только учебную, но и глубокую профилактическую функцию, работая на опережение проблем будущих поколений.

Таблица 2. Оценка эффективности использования костюма GERT по результатам обратной связи

Аспект оценки	Показатель эффективности	Результат
Развитие эмпатии	Глубина понимания ограничений пожилых людей	95% участников отметили значительное улучшение понимания

Коммуникативные навыки	Изменение подхода к общению с пожилыми пациентами	90% участников стали использовать более эффективные стратегии общения
Личная мотивация	Осознание важности здорового образа жизни	80% участников выразили желание изменить свой образ жизни
Профессиональная рефлексия	Готовность применять новые знания в практике	85% участников отметили практическую ценность опыта

**Интеграция в образовательный процесс.** Опыт использования костюма был успешно интегрирован в образовательную программу кафедры «Общей практики с курсом гериатрии и паллиативной медицины» УО «БГМУ»

**Вывод.** Использование симуляционного костюма в подготовке медицинских работников доказало свою высокую эффективность в развитии эмпатии и коммуникативных навыков. Этот инновационный подход не только улучшает качество помощи пожилым пациентам, но и способствует формированию личной мотивации медицинских работников к ведению здорового образа жизни и осознанному подходу к собственному старению.

**Заключение.** Широкое внедрение симуляционных методик в программы обучения медицинских и социальных работников представляет собой необходимый шаг для создания общества, комфортного для людей всех возрастов, и соответствует целям **Десятилетия здорового старения ООН**. Интеграция подобных программ в систему непрерывного медицинского образования будет способствовать повышению качества герiatricкой помощи и формированию нового поколения медицинских работников, обладающих глубоким пониманием потребностей пожилых пациентов.