



КОМПЛЕКС  
СОЦИАЛЬНОГО  
РАЗВИТИЯ  
МОСКВЫ



Социальная  
интеграция  
инвалидов  
в Москве

# Герои нашего времени



**Том 10**

Истории  
сотрудников  
московских  
обсерваторов

# Введение

Еще несколько месяцев назад сотрудники столичных реабилитационных центров и представить не могли, что их функционал кардинально изменится. Работа в условиях пандемии стала для всех новым опытом.

Девять городских центров, подведомственных столичному Департаменту труда и соцзащиты, оперативно перепрофилировались в наблюдательные отделения с «красной» и «зеленой» зонами.



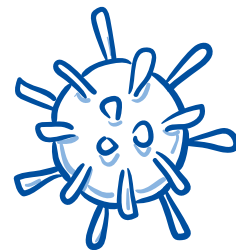
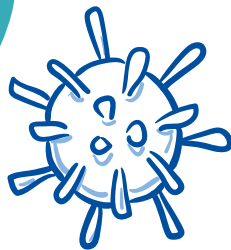
А основной персонал – десятки логопедов, психологов, инструкторов ЛФК и реабилитологов – встали на передовую, несмотря на все риски.

Они посменно работали санитарями, вахтерами, уборщиками, дежурными по блоку, чтобы пребывание людей на карантине было максимально комфортным.

Мы собрали истории о буднях обсерваторов в период пандемии. Это добрые рассказы о взаимовыручке, преодолении страха, доброте, единении и любви.

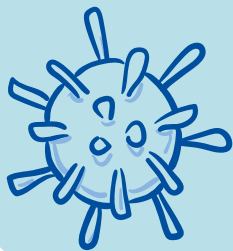


Обсерватор на базе  
НПРЦ на Абрамцевской  
Саба Битиев



# Вирус не пройдет!

Во время пандемии  
любая мелочь  
в состоянии человека  
имеет значение





Саба – зав. отделением, в котором инвалиды проходят курсовую реабилитацию.

Когда началась пандемия и отделение закрылось на карантин, Саба перешел работать в «грязную зону»: принимал и выписывал пациентов, контролировал их состояние, назначал медикаменты, решал вопросы питания.

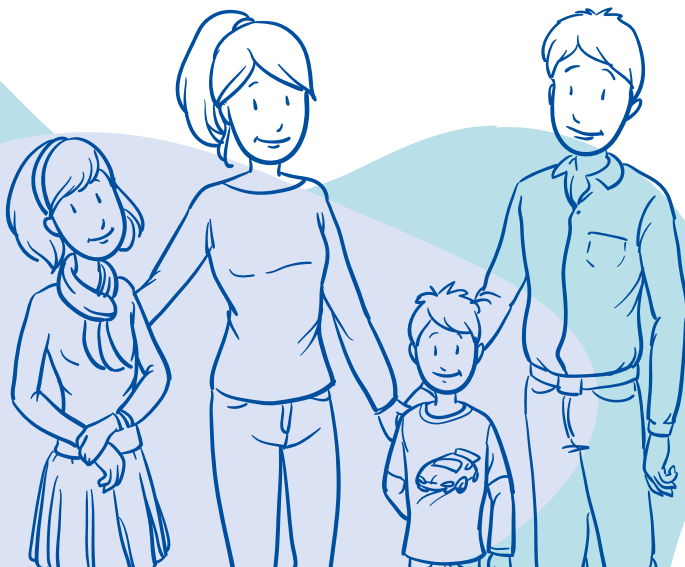
Однажды при очередном плановом обходе у 57-летнего гостя К. дежурный заметил небольшую одышку. Сам пациент ни на что не жаловался, температура

и уровень кислорода в крови оставались в норме. Тем не менее Саба решил сообщить о своих подозрениях дежурному врачу. В итоге К. госпитализировали в больницу, где у него подтвердилось поражение обоих легких.

– Когда слышишь благодарность и признательность от своих пациентов и коллег, понимаешь, что все не зря. Тогда не страшно брать дополнительные нагрузки, оставаться после смены и помогать по мере сил, – говорит Саба.

Обсерватор на базе  
ЦРИ «Красная Пахра»

# Ни одну просьбу не оставить без ответа



Как в «Красной  
Пахре»  
принимали  
спецрейс  
из-за рубежа

Первый день мая выдался для «Красной Пахры» непростым: нужно было оперативно разместить россиян, прибывших спецрейсами из-за рубежа. Первые гости приехали из аэропорта Внуково.

Большая семья – бабушка и две молодые мамы с двумя маленькими детьми – очень попросили поселить их вместе. Для них организовали пятиместную палату, детей сразу обеспечили памперсами, необходимым питанием, игрушками.

Одна девушка прибыла с небольшой собачкой. Питомца поселили с хозяйкой, а выгуливать его взялись сотрудники центра.

У женщины с сахарным диабетом закончились лекарства. Тут же организовали поездку в аптеку: купили двухнедельный запас инсулина, глюкометр и все необходимое для пребывания в центре.

Ни одну просьбу сотрудники не оставили без ответа. Они понимали, что люди переживают тяжелый стресс, а значит, их надо окружить особой заботой.



Обсерватор на базе  
МГЦР «Крылатские холмы»

Татьяна Сычева

# Спорт объединяет

Две недели  
в изоляции –  
не повод терять  
физическую форму







В дежурство Татьяны поступила пенсионерка Любовь Сергеевна.

– Она была подавлена, и я решила поболтать с ней по душам, – рассказывает Татьяна. – Сразу нашлись общие темы. Оказалось, что по утрам мы выполняем одинаковый комплекс упражнений: растяжка, перекуты на спине. Решили, что надо обязательно продолжать заниматься.

Через три дня к Любви Сергеевне подселили еще одну женщину, Ингу Альбертовну. Она плакала, ни с кем не общалась.

– Я и с ней поговорила, – продолжает Татьяна. – Рассказала, что Любовь Сергеевна занимается гимнастикой. Та в поддержку моих слов продемонстрировала на кровати поперечный шпагат.

Назавтра Инга Альбертовна со старанием новичка выполняла все упражнения, которые показывала ей соседка. После выписки дамы продолжили заниматься вместе.



Обсерватор на базе  
**МГЦР «Крылатские холмы»**

**Татьяна Сычева**

# Как побороть внутренний страх

**Пациенты  
бывают разные,  
и к каждому надо  
найти подход**



– В обсерваторе меня окружали замечательные люди. Чего только стоят слова: «Обед и полдник ждут тебя на тумбочке», – рассказывает Татьяна.

Однажды поступили мужчина и женщина из психоневрологического интерната.

– Мужчина отчаянно ругался... Эти смены были крайне тяжелыми, – признается Татьяна.

Справиться со страхом помогли коллеги – Вера и Ольга.

Вера поразила своим умением и природной интуицией. Для мужчины она находила правильные слова и интонацию, не оставляла подругу одну на время пересменки. Так ушел страх, Татьяна стала уверенной и спокойной.

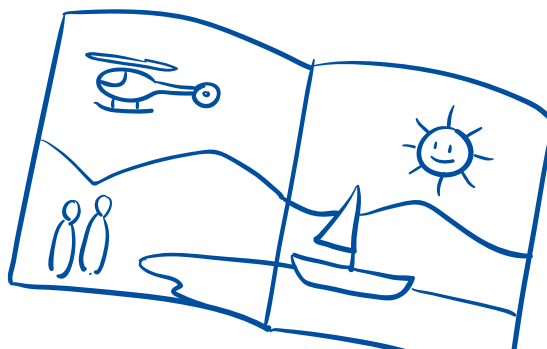
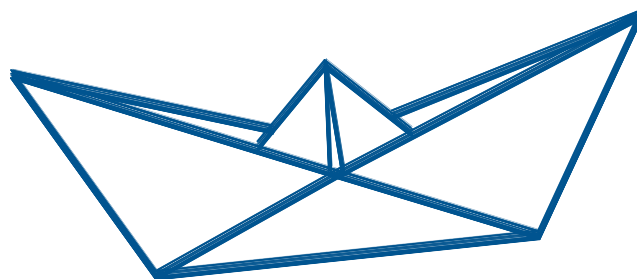
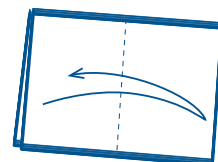
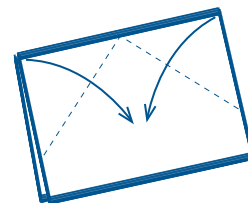


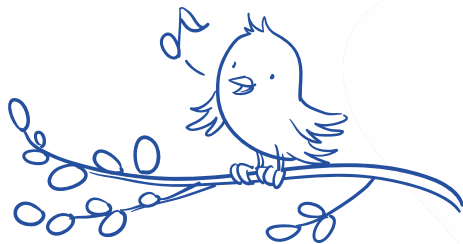
Обсерватор на базе  
**МГЦР «Крылатские холмы»**

**Юлия Григорьева**

# Кораблик в технике оригами

**День рождения  
в изоляции все  
равно остается  
праздником**





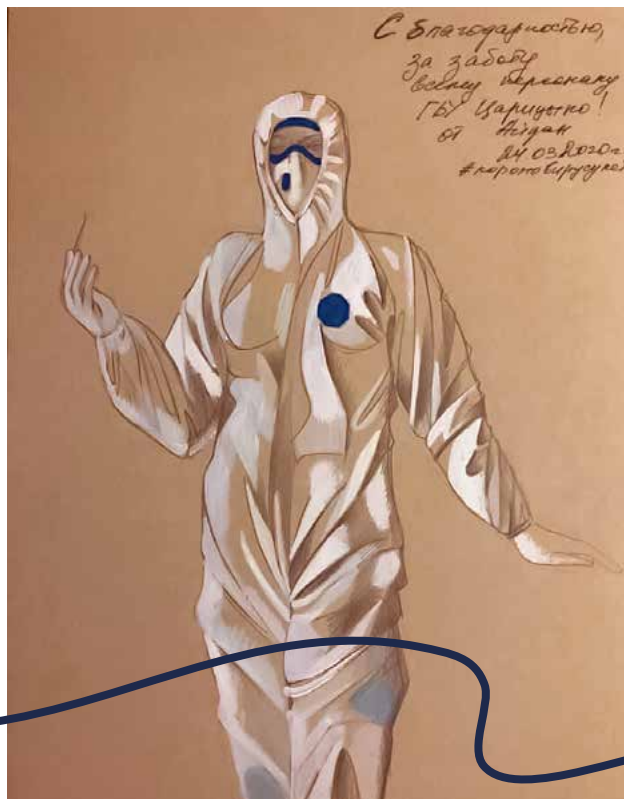
За смену приходилось решать множество вопросов. Но важнее оперативности и стрессоустойчивости – человечность и хорошее настроение. Однажды Юля обнаружила, что у одного из пациентов, попавших в ее блок, скоро день рождения. Девушка решила сделать подарок незнакомому человеку. Смастерила кораблик в технике оригами.

– Корабль – это символ большой и интересной жизни. Делая его, я искренне желала человеку скорейшего выздоровления и встречи со своей семьей. Пока все спят, поставила сюрприз на стол у кровати именинника. Пусть человек сейчас в изоляции, но день рождения все равно должен оставаться праздником!



# Портрет на память

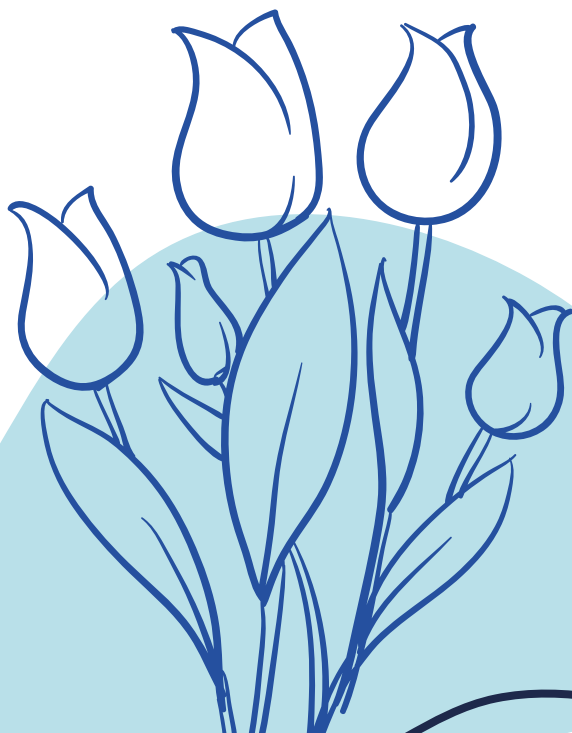
**Талант  
не должен  
уходить  
на карантин**





Людам, оказавшимся в обсерваторе, нужна забота и внимание.

Известная художница, скульптор и общественный деятель Айдан Салахова, прибывшая из Италии, решила не забрасывать свое творчество даже на карантине. Талант нужно держать в тонусе! К тому же любимое дело поднимает настроение, отвлекает от тревожных мыслей. В благодарность за заботу и чуткое отношение персонала художница написала портрет врача-инфекциониста Анны Перцевой и подарила его центру.



# Дожить до Дня Победы

Как нормализовать  
давление без лекарств?





Один из пациентов «Царицыно», 90-летний дедушка, очень тяжело переносил изоляцию. Он так переживал, что начали обостряться хронические заболевания.

– Наверное, не доживу до Дня Победы, – вздыхал ветеран.

Доктор и медсестры понимали, что одними таблетками делу не поможешь. Надо было срочно поднимать пациенту настроение. Они стали навещать своего подопечного по несколько раз в день, приносили что-нибудь вкусное к чаю, разговаривали, шутили. Наконец дедушка выбросил из головы дурные мысли. У него нормализовалось давление, улучшилось самочувствие и настроение.

А накануне 9 Мая ему вдруг захотелось поделиться воспоминаниями о войне с теми, кто так тепло о нем заботился. Так и отметили День Победы – рассказами и вкусным чаем с печеньем.



# Ни хао! Здравствуйте!



В обсерваторе «Царицыно» много приходилось работать с иностранцами. В основном это были китайцы. Но языковой барьер ничуть не помешал оказать всем гостям необходимую помощь.

Те, кто совсем не говорил на русском языке, за время карантина выучили приветствия, слова благодарности и бытовые фразы. Впрочем, всем иностранцам в помощь выдавались памятки на универсальном английском.

– Ни хао, здравствуйте! – приветствовали пациентов из Поднебесной сотрудники центра, заходя к ним в блок.

– Если бы карантин длился более 14 дней, можно было бы выучить иностранный язык без репетитора, – шутят работники обсерватора.

Выписываясь из «Царицыно», китайские гости подарили сотрудникам центра цветы, которые заказали через курьерскую службу. Очень хотели сделать что-то приятное в благодарность за заботу и теплое отношение.



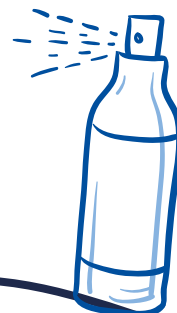
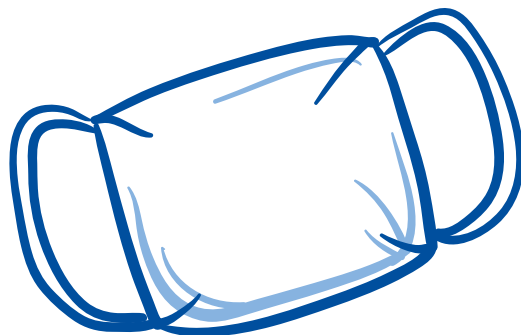
Обсерватор на базе  
ЦРИ «Бутово»

Эльфира Царева



# Восемь смен в «красной зоне»

Обработать очки  
зубной пастой,  
наклеить пластырь  
на лицо... К выходу  
в обсерватор готова!



В обсерваторе Эльфира дежурила в «красной зоне». Первые чувства, которые она ощутила, переступая ее порог, – волнение и страх сделать что-то не так.

– В первую смену оказалась в команде с девочками-медиками. Они рассказали: чтобы очки не запотели от конденсата, их можно обработать внутри зубной пастой. А пластырь спасет от натертостей на лице, – вспоминает Эльфира.

В блоке постоянно находилось 12 гостей.

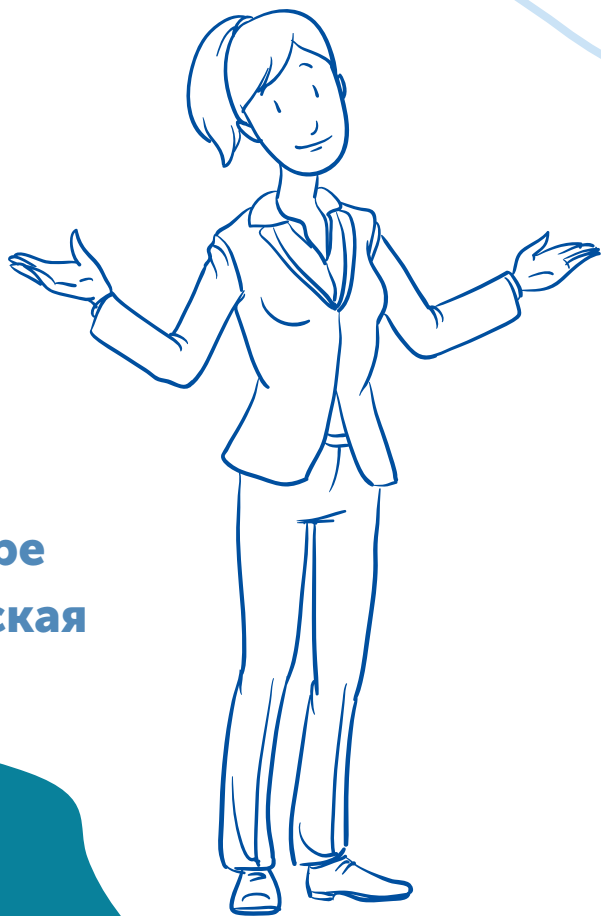
– Многие думали, что можно будет гулять на прилегающей территории, кто-то не мог смириться с тем, что курение запрещено или сосед оказался шумным. Мне приходилось со всеми договариваться, находить компромиссы, – рассказывает Эльфира.

Эльфира отработала в «красной зоне» восемь смен. Это были восемь смен борьбы, доброты и внимания к людям, пострадавшим от вируса.



# Доброе слово спасает

**Медицинской помощи  
мало. Людям в обсерваторе  
необходима психологическая  
поддержка**







– Я был уверен: все это произойдет с кем угодно, но не со мной...

– А можно я все-таки поеду домой?

– А гулять точно нельзя, ну хотя бы немного?

Такие фразы Анна не раз слышала от людей, находящихся в обсерваторе. Многие были растеряны, сбиты с толку.

На плечи сотрудников обсерватора ложилась непростая задача – каждого

успокоить, поддержать и обнадежить, объяснить, что это всего лишь временные трудности.

– Многие сотрудники нашего центра имеют психологическое образование. Они, как никто другой, понимают, как важно оказывать не только физическую помощь, но и психологическую, делиться с пациентами положительными эмоциями. Ведь в трудной ситуации нас может спасти простой разговор, поддержка, доброе слово, – говорит Анна.

Обсерватор на базе  
**ЦРИ «Бутово»**  
Владимир Воронков

# Как написать заявление в полицию?

Сотруднику  
обсерватора иногда  
приходится быть еще  
и переводчиком





Функционал дежурного по блоку Владимира не подразумевал тесного контакта с коронавирусными больными. Однако он мог организовать для гостей чай или кофе.

– Самое трудное на смене – находиться в защитном костюме, очках и респираторе по 6–12 часов, – рассказывает Владимир.

В одну из смен дежурный пошел по блоку, чтобы предложить людям чай.

Один из гостей, Мурат, на ломаном

русском спросил, когда придет полиция. Оказалось, что с банковской карты у него пропали деньги. Он обратился в полицию, указав адрес обсерватора.

Через некоторое время приехали сотрудники полиции.

– Я плохо пишу по-русски... Не знаю, как написать заявление, – смущенно сообщил Мурат.

Владимир вызвался помочь. Через несколько минут заявление было написано и передано в руки полиции.



Обсерватор на базе  
НПЦ МСР им. Л.И. Швецовой  
Людмила Маслова



# Не зря все врачи – военно- обязанные

Обход пациентов,  
наблюдение  
за их состоянием –  
это лишь часть работы  
врача в обсерваторе



Людмила почти сорок лет проработала физиотерапевтом. Никогда раньше она не занималась лечением инфекционных болезней, но медицинское образование и искреннее желание помочь людям не позволили ей остаться в стороне. Выходя на дежурство в обсерватор, она переживала за каждого пациента.

– Не зря врачи – военнообязанные: нужно быть готовым к любым обстоятельствам и условиям, – говорит Людмила.

Обход пациентов, наблюдение за их состоянием, анализ изменений, произошедших за ночь, – это лишь часть того, что ей приходилось делать на смене. Еще силы требовались, чтобы успокоить людей. За время пандемии Людмила поняла: важно быть не только отличным врачом, но и хорошим психологом, чутким человеком. Ведь всегда нужно кого-то выслушать или по-дружески поддержать, – делится Людмила.



# Бумеранг добра

Как пандемия  
объединила всех  
неравнодушных  
горожан



Специалисты Центра имени Л.И. Швецовой уверены: пандемия объединила всех неравнодушных людей нашего города.

Например, друзья из Центра реабилитации и образования № 7 передали медикам удобные и практичные многоразовые медицинские маски, сшитые своими руками.

Сотрудники реабилитационной школы-интерната № 32 однажды передали съедобную посылку: внутри коробки оказались вкуснейшие свежеспеченные пирожки, которыми смогли угоститься сотрудники и гости обсерватора.

Бумеранг добра не остановился: 9 мая сотрудники обсерватора поздравили всех ветеранов, которые находились на лечении. Они вручили им букеты красных роз.

Такая простая поддержка позволяет почувствовать, что все мы вместе и заодно, объединенные одной целью – помогать людям и друг другу.



# Пасха – для всех

Карантин карантином,  
но куличи на Пасху  
никто не отменял!





На Пасху сотрудники обсерватора на базе Научно-практического реабилитационного центра угощали всех подопечных вкусными куличами. Дарить пасхальную выпечку тем, кто находится в праздничный день в учреждении, – давняя традиция центра, которая не прервалась даже в условиях обсерватора. Сотрудники центра уверены: ничто не должно лишать людей пасхальной радости и праздничного настроения.

Пациенты были приятно удивлены, а один из них – гость из Таджикистана Нематджон – признался, что никогда раньше не пробовал пасхальную выпечку. «Обязательно расскажу про ваши куличи своим родственникам в Таджикистане», – сказал он сестрам при выписке.

Хорошо, что у человека, несмотря на все неприятности, связанные с карантином, останутся об этом времени и приятные воспоминания.



# При выписке – кроссовки в подарок

Что делать, если  
из больницы  
не в чем ехать домой?  
Медсестры и об этом  
готовы позаботиться







Сергей попал на обсервацию из больницы. Уличной обуви у него с собой не было. Когда пришло время выписки, на улице стояла холодная погода, шел дождь. А ехать надо было через весь город.

Не отправлять же человека домой в легких сандалиях, решили сотрудники обсерватора – и принесли мужчине на выписку новые кроссовки.

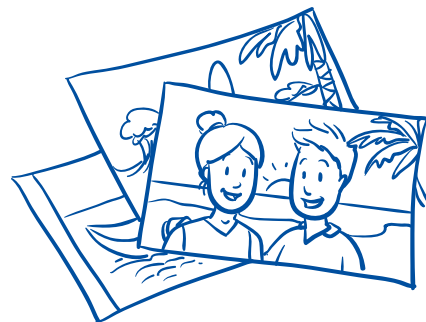
– Что вы! Что вы! – замахал руками Сергей. – У меня нет сейчас денег, я не смогу расплатиться за эти кроссовки!

– И не надо, это подарок, – заверили его медсестры. – Нам важно, чтобы вы по дороге не промокли и не заболели. Сейчас надо себя беречь.



# День рождения в обсерваторе

Немного внимания,  
открытка с добрыми  
пожеланиями –  
и вот уже обычный день  
превращается в праздник



Людмила Львовна вместе с мужем оказалась в обсервации накануне своего дня рождения.

– Вот тебе и праздник, – грустно делилась она с медсестрами. – Ни подарков, ни гостей. А мне ведь будет 62. Немало, правда? Так хотелось отметить этот день рождения вместе с друзьями.

Людмила Львовна была очень расстроена, и сестры решили приготовить ей сюрприз. Наступил день рождения, и в палату к имениннице торжественно внесли сладкий подарок и подписанную открытку с пожеланиями скорейшего выздоровления.

– Вот это день рождения! – растроганно произнесла Людмила Львовна. – Спасибо вам, мои дорогие, что не забыли обо мне!

А вечером семейной паре устроили романтическое чаепитие с тортом. Так, день, не обещавший никаких радостей, вдруг превратился в настоящий праздник. Людмила Львовна больше не расстраивалась. Будет теперь о чем рассказать друзьям. А день рождения можно отметить и позже.



Обсерватор на базе  
НПЦ МСР им. Л.И. Швецовой

Дмитрий и Надежда  
Мусаковы

# Семейный дуэт

Помочь больным  
не сложно. Надо  
просто делать  
то, что умеешь,  
и делать хорошо





Супруги Мусаковы много лет трудятся в Научно-практическом реабилитационном центре. Дмитрий руководит Службой адаптивной физкультуры и спорта, Надежда – медсестра физиотерапии.

Когда центр перепрофилировали под обсервацию, Мусаковы без колебаний перестроились на работу в новых условиях. Дмитрий взялся координировать работу всего отделения, Надежда отправилась старшей сестрой в «грязную» зону. На ее плечи легли заботы по приему и ведению пациентов.

Было нелегко – частые суточные и ночные дежурства, решение проблемных ситуаций. Но в пандемию и не может быть легко. Дмитрий и Надежда прекрасно это понимали и каждый день с риском для здоровья выходили на работу, чтобы помочь заболевшим.



Обсерватор на базе  
**НПЦ МСР им. Л.И. Швецовой**  
Денис Худяев  
Алексей Жандармов



# Мастера дезинфекции

Обработать двери, ступени,  
перила – кажется, что это  
легко.

Но в действительности эта  
работа требует предельной  
сосредоточенности

Инструкторы-методисты по лечебной физкультуре Денис и Алексей ежедневно проводили дезинфекцию всех помещений, прибывающего транспорта, помогали перевозить гостей обсерватора из блока в блок. Еще – отвечали за прием средств индивидуальной защиты после их обработки.

До пандемии они занимались подопечными из столичных ПНИ и теми, кто был на курсовой реабилитации в реабилитационном центре.

– Конечно, временами было тяжело: работа требовала предельной внимательности. Все пандусы, ступени, поручни, двери должны быть обработаны, чтобы снизить риски заражения. Мы порой были незаметны, так как не контактировали напрямую с пациентами, но понимали, что наш труд очень важен для функционирования всего отделения, – говорят Денис и Алексей.





# Москва 2020

