

岗位实用手册

丛书

GANGWEI SHIYONG SHOUCE JINENG QUANTUJIE CONGSHU 技能全图解



养老护理员

人力资源和社会保障部教材办公室 组织编写



GANGWEI



SHIYONG



SHOUCE



中国劳动社会保障出版社

岗位实用手册 • 技能全图解

丛书

养老护理员

人力资源和社会保障部教材办公室

组织编写



中国劳动社会保障出版社

图书在版编目(CIP)数据

养老护理员 / 人力资源和社会保障部教材办公室组织编写. —北京: 中国劳动社会保障出版社, 2015

(岗位实用手册技能全图解丛书)

ISBN 978-7-5167-1883-4

I. ①养… II. ①人… III. ①老年人-护理学-岗位培训-教材 IV. ①R473

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第149143号

版权专有 侵权必究

如有印装差错, 请与本社联系调换: (010) 80497374

我社将与版权执法机关配合, 大力打击盗印、销售和使用盗版图书活动, 敬请广大读者协助举报, 经查实将给予举报者奖励。

举报电话: (010) 64954652

出版发行 中国劳动社会保障出版社
地 址 北京市惠新东街 1 号
邮政编码 100029
印刷装订 北京北苑印刷有限责任公司
经 销 新华书店

开 本 787 毫米×1092 毫米 16 开本
印 张 14.75
字 数 234 千字
版 次 2015 年 7 月第 1 版
印 次 2015 年 7 月第 1 次印刷
定 价 40.00 元

策划编辑 徐 硕
责任编辑 徐 硕
责任校对 朱 岩
责任设计 王利民

读者服务部电话: (010) 64929211/64921644/84643933

发行部电话: (010) 64961894

出版社网址: <http://www.class.com.cn>

ISBN 978-7-5167-1883-4



9 787516 718834 >

编审委员会

沈小君 黄 炜 郝玉芳 陈燕琼 郭海玲
唐 玲 刘诗怡 于宝泉 王 京 王侯静
宋淑君 张彩虹

编写人员

主 编 沈小君
编 者 (以姓氏笔画为序)
冯 珂 曲芳婷 刘海生 刘新芝 孙振宇
杨 鑫 杨继荀 杨海龙 张俊军 张海波
张桂霞 彭秋云 詹雅楠 潘 君

内 容 简 介

本书是关于养老护理员岗位技能培训的指导手册，是养老护理员进行自我培训、提升服务技能的指导用书。

本书根据《国家职业技能标准·养老护理员》对初、中、高三个级别养老护理员均需掌握的知识与技能要求进行了总结，梳理了养老护理员的工作内容，列明了各工作事项所需掌握的知识要点和技能要点，理论性与实操性兼具，能有效帮助养老护理员提升岗位技能。

岗位实用手册包括 11 项岗位内容，40 个知识点，其主要内容包括：老年人的生理特点、老年人的护理特点、养老护理员的基本素质、养老护理员的工作内容和职业须知、养老护理员的服务礼仪、养老护理员的个人防护知识、老年人安全防护知识、老年人卫生防护知识、老年人环境保护知识、老年人居室整理及消毒隔离知识、老年人生命体征的测量与观察等。

本书适合养老护理一线从业人员、养老院经营管理人员使用，也可作为养老护理员岗位培训教材。

前言

《国务院关于加强职业培训促进就业的意见》（国发〔2010〕36号）明确提出当前和今后一个时期，职业培训工作的主要任务是：坚持技能为本、终身培训的原则，大规模开展就业技能培训和岗位技能培训。长期以来，在岗职业人作为一个非常大的群体却受到了忽视，他们不只是一是要参加鉴定考试培训，在日常的工作中也需要对岗位知识进行查询和掌握，需要对现阶段的工作技能进行梳理和规范。因此，人力资源和社会保障部教材办公室组织相关职业专家及一线优秀工作人员开发了一套服务于不同职业在岗人员知识和技能“双查询”的职业工具书，即《岗位实用手册·技能全图解丛书》，以供在岗职业人在实际工作中进行查询、翻找、规范、整理、总结职业核心知识和技能之用。

本着实现在岗职业人在实际工作中能够实现对知识和技能“双查询”的功能的目的，本套丛书采用了创新的图书编排形式，将整本书分为“岗位实用手册”“技能全图解”两大部分，同时两部分分别从封面和封底各独立成一本书，从封面阅读是岗位实用手册，从封底阅读是技能全图解。

本套丛书具有以下三大特点。

1. 围绕“职业技能提升”核心，将工作岗位与工作事项紧密结合

丛书围绕“职业技能提升”这一核心，将各个职业与其工作事项紧密结合，从职业人的每个工作大项出发，细化为多个工作小项，直击职业人的工作执行重点，是读者进行自我充电、提升职业技能的指导用书。

2. “一书两用”，从封面阅读，帮您快速获得业务基础知识与操作规范

丛书从封面阅读的部分，针对每个工作小项，从工作步骤、基础知识、操作要点、规范要求、执行方法、服务技巧、实践范例等方面进行详细讲解，以方便读者针对每个工作事项、每个操作问题对号入座，不仅让读者知道自己要干什么，还让读者知道怎么干，从而全面打造自身的细节执行力。



3. “一书两用”，从封底阅读，助您拆解关键任务、快速掌握职业技能

丛书从封底阅读的部分，主要针对职业人在日常工作中的工作事项，运用“图解+图说”的方式，拆解每一项技能的操作步骤、明确每一个步骤的执行规格、陈述每一种规格的落实结果，使得本书就像一本细化易查、简单易用的技能字典一样，以便读者随时查阅、参考、运用，大大节省职业技能提升的自我培训时间，从而提高自身的工作效能。

本书在编写过程中，得到中国国际职业资格评价协会、中国老教授协会职业建设与职业教育研究院、北京中医药大学护理学院、首信颐和国际健康科技（北京）有限公司、北京兰萱之家老年看护服务有限公司、北京市朝阳区康辉老年公寓、北京市丰台区老吾老养老院、东亚星空国际文化传媒（北京）有限公司的支持和帮助，在此表示衷心的感谢！

人力资源和社会保障部教材办公室



岗位内容一 老年人的生理特点

- 知识 1 感觉器官功能衰退 / 2
- 知识 2 循环系统功能衰退 / 2
- 知识 3 呼吸系统功能衰退 / 3
- 知识 4 消化系统功能衰退 / 3
- 知识 5 运动与神经系统功能衰退 / 3
- 知识 6 泌尿生殖系统功能衰退 / 4
- 知识 7 形体变化显著 / 4

page 1



岗位内容二 老年人的护理特点

- 知识 8 护理要依老年人的情况而定 / 7
- 知识 9 老年人满足生理需要的困难多、要求高 / 7
- 知识 10 老年人对安全的需要程度增加 / 7
- 知识 11 老年人容易发生感染 / 8
- 知识 12 老年人患病不容易被发现 / 8

page 6



岗位内容三 养老护理员的基本素质

- 知识 13 掌握养老护理的基本知识 / 11
- 知识 14 具备健康的心理素质 / 11
- 知识 15 拥有良好的人际沟通能力 / 12
- 知识 16 健康的生活方式 / 12

page 10



岗位内容四 养老护理员的工作内容和职业须知

知识 17 养老护理员的工作内容 / 13

知识 18 养老护理员的职业须知 / 15

page 13



岗位内容五 养老护理员的服务礼仪

知识 19 养老护理员的卫生、着装礼仪 / 19

知识 20 养老护理员的工作礼仪 / 21

page 19



岗位内容六 养老护理员的个人防护知识

知识 21 养老护理员工作安全防护 / 26

知识 22 养老护理员的自我照顾 / 31

page 25



岗位内容七 老年人安全防护知识

知识 23 预防跌倒的相关知识 / 41

知识 24 预防坠床的相关知识 / 42

知识 25 预防走失的相关知识 / 44

知识 26 预防噎食的相关知识 / 44

知识 27 预防烫伤的相关知识 / 45

知识 28 安全防火的相关知识 / 47

page 40



岗位内容八 老年人卫生防护知识

知识 29 老年人卫生防护的基本知识 / 52

知识 30 老年人卫生防护的基本要求 / 55

page 51



岗位内容九 老年人环境防护知识

知识 31 老年人的生活环境设计原则 / 61

知识 32 老年人的生活环境注意事项 / 61

page 60



岗位内容十 老年人居室整理及消毒隔离知识

知识 33 老年人居室整理基本注意事项 / 65

知识 34 老年人消毒隔离知识 / 66

page 64



岗位内容十一 老年人生命体征的测量与观察

知识 35 测量体温 / 79

知识 36 测脉搏 / 82

知识 37 观察呼吸 / 84

知识 38 测量血压 / 85

知识 39 观察病情 / 88

知识 40 做好护理记录 / 89

page 79



岗位内容一 老年人的生理特点

老年人的健康长寿，与基础护理的优劣有很大的关系。有些时候，最终夺去老年人生命的不是原发病，而是由于缺乏护理知识、护理不当所导致的并发症，可见老年人的基础护理在老年人的健康中占有相当重要的地位。

要想做好老年人的基础护理工作，首先应该对老年人的生理特点与护理特点有深入和清晰的认识。随着年龄的增长，老年人身体各器官功能逐渐衰退，家庭生活、社会活动、经济条件、人际环境等各方面发生变化，老年人的生理也随之发生变化（见图 1—1）。



图 1—1 老年人



知识 1 感觉器官功能衰退

感觉器官功能的老化使老年人对外界事物的反应变得迟钝。视觉衰退容易使老年人眼花，出现“老花眼”，并且较易患眼病，如白内障、青光眼等；听觉的减弱则表现在对声音，尤其是对高音调反应迟钝，造成老年人与别人交流困难，但有时又会对低声谈话较为敏感，对此，养老护理员要注意不要无意中发牢骚，以免老年人听到影响相互关系。

由于听觉和视觉的功能减退，使老年人判断事物的准确性降低，往往靠自己的想象力来判断问题，容易造成各种问题的发生。此外，老年人的味觉、嗅觉、触觉等功能也在减退，有时容易发生烫伤、煤气中毒等意外情况，养老护理员需要注意预防。



知识 2 循环系统功能衰退

由于动脉硬化、血管弹性减弱、管腔变窄，导致老年人易患高血压、冠



心病。另外，由于静脉血管弹性降低，血液回流困难，容易出现下肢肿胀不适。同时，老年人毛细血管变脆，皮肤受到轻微的碰撞就会发生皮下出血，而形成瘀血的青紫斑。因此，要预防老年人在活动中受到损伤。



知识 3 呼吸系统功能衰退

呼吸器官功能减退、肺活量下降，使老年人身体活动量增加后，常会感到呼吸急促，呼吸加快，有时换气困难；老年人说话多时，也会感到气喘。所以与老年人一次谈话时间不要过长，特别是不要高声讲话，养老护理员与老年人交谈要有耐心。另外，由于呼吸道抵抗力低下，老年人容易患感冒、气管炎、肺炎等疾病。



知识 4 消化系统功能衰退

消化器官功能的变化，表现为牙齿松动、脱落，咀嚼困难，胃肠蠕动减慢，消化液分泌减少，胃酸缺乏，对食物消化能力减弱，因此老年人易出现食欲减退、消化不良，从而导致营养缺乏，同时也易发生腹泻、便秘等疾病。



知识 5 运动与神经系统功能衰退

由于脑组织逐渐萎缩，神经系统呈进行性衰退，使老年人对外界事物反应迟钝，适应能力减弱；记忆力下降尤为明显，有时对刚才发生的

事，很快就会忘记。养老护理员对此应有所了解，以防止因误解而产生矛盾。

多数老年人因运动平衡能力下降，动作迟缓，反应迟钝，走路、站立不稳，抬脚困难，再加上肌肉萎缩、骨质疏松，所以很容易发生跌倒、脚踝部扭伤和骨折。



知识 6

泌尿生殖系统功能衰退

由于膀胱肌肉萎缩，老年人经常感到憋不住尿，排尿的次数增加。尤其是夜尿的次数增加，有时甚至会发生遗尿。有些男性老年人前列腺肥大，易造成排尿困难，甚至尿潴留。

生殖系统功能衰退主要表现在老年人的性功能衰退。



知识 7

形体变化显著



1. 外貌的变化

老年人外貌变化通常表现为毛发变白、脱发、皮肤松弛、眼睑下垂、耳及腭部皮肤下垂、眼窝脂肪消失、眼球凹陷等。



2. 身高与体重的变化

在衰老过程中，身高与体重的下降是一种普遍现象。这主要是由于老年人脊柱弯曲度增加、弯腰驼背、躯干变短、下肢弯曲等因素造成的。



3. 皮肤、毛发的变化

由于皮下脂肪的减少，老年人皮肤弹性减退，皮肤皱纹增加，并且干燥、缺乏光泽；同时，还会出现老年性色素斑，部分老年人还会有老年性白斑。老年人的头发一般比较稀疏，花白或苍白。



岗位内容二 老年人的护理特点

相比一般人来说，老年人更需要关爱和亲情，更需要养老护理员的理解、支持和帮助。关爱能使人得到温暖、勇气，尤其能使老年人在困难中得到帮助，在疾病中增强抗病的信心，使他们拥有健康的身体，感受到快乐、幸福（见图 2—1）。



图 2—1 老年人的护理



知识 8

护理要依老年人的情况而定

每位老年人的身体、心理以及其所处的社会环境都是不同的，需要照顾的程度也不同。自理可使老年人改善生活质量，生活得更加充实、有信心。同时，对多种疾病和机体多种功能退化的预防也是非常重要的。但有相当多的老年人因机体的老化、疾病的困扰造成自我照顾能力下降，有的甚至完全不能自理。在老年人能达到自理程度的生活部分，养老护理员就不要完全代替老年人的活动，如为老年人洗衣服、买菜等；对于完全不能自理的老年人，应提供全方位的服务，如对长期卧床、意识障碍的老年人定时翻身、喂食、洗漱等，使老年人在卧床期间能生活舒适，避免并发症的发生。



知识 9

老年人满足生理需要的困难多、要求高

老年人身体各系统的功能减弱，出现衰老现象，致使身体软弱无力，甚至由于疾病而致残，使他们在自我照顾活动中发生困难。如有的老年人长期卧床，有的由于各种原因导致大小便失禁，还有的老年人因视力、听力发生障碍，与外界沟通困难。养老护理员要充分认识和理解老年人所面临的日常生活料理上的困境，经常想一想“我老了也会这样需要人帮助”，以使自己在护理中遇到困难、深感疲惫时，不烦躁，不退缩。



知识 10

老年人对安全的需要程度增加

由于老年人大脑反应迟钝，控制身体姿势的能力降低，肢体的协调功能