

高职高专院校实训教材
供护理、助产专业用



基础护理技术实训

■ 主编 王瑞敏 陈历健



人民卫生出版社
PEOPLE'S MEDICAL PUBLISHING HOUSE

高职高专院校实训教材
供护理、助产专业用

基础护理技术实训

主 编 王瑞敏 陈历健

副主编 李佟玲 何荣会 杜秋华 谢 娜

编 者 (以姓氏笔画为序)

王瑞敏 王家友 车小雯 兰 丁

朱 丽 祁俊菊 何荣会 杜秋华

李佟玲 陈历健 杨 敏 林玉筠

袁 铭 谢 娜 廖银华

秘 书 朱 丽 车小雯

人民卫生出版社

图书在版编目(CIP)数据

基础护理技术实训/王瑞敏,陈历健主编.—北京:
人民卫生出版社,2015

ISBN 978-7-117-20123-0

I. ①基… II. ①王…②陈… III. ①护理学-教材
IV. ①R47

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 312882 号

人卫社官网 www.pmph.com 出版物查询,在线购书
人卫医学网 www.ipmph.com 医学考试辅导,医学数
据库服务,医学教育资
源,大众健康资讯

版权所有,侵权必究!

基础护理技术实训

主 编:王瑞敏 陈历健

出版发行:人民卫生出版社(中继线 010-59780011)

地 址:北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编:100021

E-mail: pmph@pmph.com

购书热线:010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷:中国农业出版社印刷厂

经 销:新华书店

开 本:787×1092 1/16 印张:19

字 数:462 千字

版 次:2015 年 2 月第 1 版 2015 年 8 月第 1 版第 2 次印刷

标准书号:ISBN 978-7-117-20123-0/R·20124

定 价:69.00 元

打击盗版举报电话:010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社市场营销中心联系退换)

前 言



为了贯彻落实教育部《国家教育事业第十二个五年规划》文件精神,自2011年以来,重庆医药高等专科学校借助市级示范建设契机,充分利用重庆医药职教集团的平台和行业办学优势,遵循“专业培养和行业需求对接、课程内容与职业标准对接、教学过程与临床岗位过程对接、知识体系与职业资格认证标准对接、职业教育与终身学习对接”的现代职业教育理念,深化“院校融合,人才共育”的人才培养模式,构建了以就业为导向,与护理岗位能力相接轨的课程体系。在专业建设、课程建设、师资队伍建设及实训条件建设等各方面均取得了较大的发展。《基础护理技术实训》即为示范院校建设的成果之一,由我校基础护理教研室和有丰富临床经验的行业专家共同编写。

本教材具有以下特点:

定位准:紧扣培养目标定位编写,即以服务为宗旨、以就业为导向、以岗位需求为标准。教材内容的深度和广度真正体现了引而不发,宽而不深,浅显易懂,理论知识强调“必需、够用”,符合高等职业技术教育生源的特点和就业的需求。

内容新:根据“宽口径、重实用”的思路优化课程结构,精选教学内容。将教材整合为8大项目,37项任务。全部为护理工作中的常用的操作技术。力求使学生专业素质的内涵得到拓宽;教学内容实际、实用,紧密联系工作岗位实际需要和执业资格考试的要求。

结构新:体现在四个方面,第一,教材的每个任务都以操作流程形式编写,使学生一目了然;第二,在每个任务的操作流程中,解释和指导用语贯穿始终,充分体现了护理人文关怀;第三,每个任务的评价部分都列出操作评价标准表,方便学生和教师评价;第四,教材的202幅图片全部为自行拍摄,直观、生动。

《基础护理技术实训》约25万字,内容包括护士行为规范训练、清洁与舒适护理技术、协助活动的护理技术、常用测量技术、医院感染的预防与控制技术、诊疗护理技术、营养与排泄护理技术及急救技术。全书涵盖内容广泛、循序渐进,符合学生的知识发展水平和教学规律。本教材适用于3年制高专和5年制高职的护理专业(涉外护理、老年护理、社区护理等方向)、助产专业的学生使用,是临床护士的操作及考核指南,也可供其他专业的学生参考。

本书在编写过程中,得到了参编院校及医院领导和同仁的大力支持与协助,各编者参考了有关的教材及专著,并借鉴了相关资料,在此谨致诚挚的感谢。

限于编者的专业能力和学识水平,加之时间有限,书中如有错误和疏漏之处,恳请使用本教材的师生、读者和护理同仁惠予指正。

王瑞敏 陈历健

2014年12月

目 录



项目一 护士行为规范训练	1
任务一 站姿、坐姿、行姿、蹲姿训练	1
任务二 端治疗盘、持病历夹、推治疗车训练	4
项目二 清洁与舒适护理技术	9
任务一 铺备用床	9
任务二 铺暂空床	17
任务三 铺麻醉床	22
任务四 背部按摩	28
任务五 特殊口腔护理	32
任务六 床上洗发	40
任务七 床上擦浴	47
任务八 卧有患者床更换床单法	57
任务九 会阴部护理	66
项目三 协助活动的护理技术	76
任务一 卧位护理技术	76
任务二 体位转换技术	97
任务三 轮椅与平车使用	105
项目四 常用测量技术	117
任务一 体温测量	117
任务二 脉搏、呼吸测量	124
任务三 血压测量	129
项目五 医院感染的预防与控制技术	137
任务一 无菌技术基本操作	137
任务二 隔离技术基本操作	151
项目六 诊疗护理技术	162

任务一 皮内注射	162
任务二 皮下注射	168
任务三 肌内注射	175
任务四 静脉注射	183
任务五 青霉素皮试液配制	190
任务六 密闭式静脉输液	194
任务七 密闭式静脉输血	204
附1: 真空采血操作技术	211
附2: 静脉留置针输液	212
附3: 输液泵	213
附4: 微量注射泵	214
项目七 营养与排泄护理技术	216
任务一 鼻饲法	216
任务二 导尿法	226
任务三 留置导尿法	233
任务四 膀胱冲洗术	239
任务五 大量不保留灌肠法	245
项目八 急救技术	257
任务一 吸氧技术	257
任务二 吸痰技术	265
任务三 洗胃技术	271
任务四 心肺复苏术	278
任务五 简易呼吸器的使用	285
任务六 呼吸机的使用	290



项目一 护士行为规范训练

实训目标

知识目标:

1. 熟记护士行为规范的相关知识。
2. 说出护士行为规范的基本要求。

技能目标:

1. 掌握基本的站姿、坐姿、行姿、蹲姿。
2. 掌握护理工作中正确端治疗盘、持病历夹及推治疗车的方法。

素质目标:

1. 具有良好的礼仪规范,行为举止符合礼仪要求。
2. 具有良好的护士形象。

任务一 站姿、坐姿、行姿、蹲姿训练

【目的】

1. 拥有良好的站姿、坐姿、行姿、蹲姿。
2. 塑造良好的护士形象。

【准备】

1. 护士准备 护士帽、护士服、护士鞋。
2. 用物准备 椅子、必要时备音乐或录像带。
3. 环境准备 训练室应宽敞,有能照全身的落地镜子,地面画有直线。

【实施】

站姿的训练

1. 训练要领

- (1) 重心位置训练,能达到身体正直,重心平衡。
- (2) 肩及手的训练,双肩自然打开下沉,肩胛略往后收,双手放置自然。
- (3) 双脚位置训练,包括“V”字形、“丁”字形或两脚稍分开前后错步,并要求与手协调一致。

(4) 训练头正颈直,挺胸收腹,立腰提臀,达到重心上升,身体挺拔(图 1-1)。



图 1-1 站姿

2. 训练方法

(1) 九点靠墙训练。要求背靠墙站立,使枕部、两侧肩胛,臀部、小腿、足跟紧贴墙面。

(2) 两人背靠背训练。身高相近的两人一组,背靠背站立,使双方枕部、两侧肩胛,臀部、小腿、足跟紧贴,必要时可在相靠的几点处放纸板或卡片,以不掉下来为标准来达到训练效果。

(3) 顶书训练。在基本站姿的基础上,将书本放在头顶,可矫正身体不正、不稳定及左顾右盼的不良姿势。

坐姿的训练

1. 训练要领

(1) 身体重心变换训练。在站立位的基础上变为坐位时,把握身体重心变化,达到身体平衡稳定。

(2) 腿脚位置放置训练。准确把握和确定坐位时两腿和两脚应放置的位置,使坐姿显得端庄优美。

(3) 上身直立训练。掌握坐位时腰部直立要点,达到身体挺拔,双肩放松。

(4) 双手放置训练。把握坐位时双手应放置的位置,达到自然协调(图 1-2)。

2. 训练方法

(1) 就座训练。从椅子左边进入,走到座位前,然后右脚向后退半步,双手捋平工作服轻坐于椅子

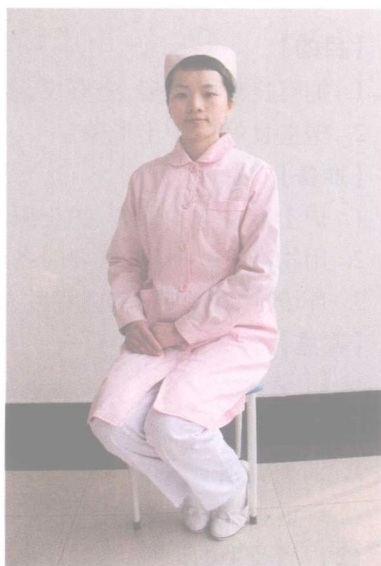


图 1-2 坐姿

上,臀部位于椅子前 $1/3 \sim 1/2$ 处。

(2) 坐姿训练。女护士坐定后上身自然挺拔,双脚并齐,双膝靠拢,肩臂放松,双手自然交叉或相握置于腹前。男护士坐定后上身自然挺拔,双腿可略分开,双脚跟距离一拳左右,双手放在两腿接近膝盖的部位。

(3) 离座训练。离座起立时,右脚先向后退半步,然后保持上身直立站起,收回右脚,从椅子左侧走出。

行姿的训练

1. 训练要领

(1) 双臂摆动训练。两臂以身体为中心,以上臂带动前臂进行前后自然摆动,幅度以 30° 为宜,纠正双肩过于僵硬和双臂左右摆动。

(2) 步位步幅训练。沿地上的直线行走,把握好步位和步幅,纠正“外八字”、“内八字”及步幅过大或过小。

(3) 稳定性训练。行走时保持头正、颈直,目不斜视,必要时可在头顶放置书本,纠正左顾右盼,颈往前伸。

(4) 协调性训练。在站姿的基础上,行走时把握好速度、节拍,保持整体协调一致(图 1-3)。

2. 训练方法

(1) 起步前倾,重心在前。起步前进时,重心应从足中移到足前部,当前脚落到地面而后脚离开地面时,膝关节应伸直,踏下脚时再稍微松弛,并立刻使重心前移。

(2) 直线行走,柔步无声。双脚行走的轨迹一般应为一条直线,克服身体在行进中左右摇摆,步态应轻盈敏捷。

(3) 脚尖向前,步幅适中。行走时应保持脚尖向前,步幅均匀,每步距离约等于一脚的长度;双肩平衡,两臂摆动。行走时双肩双臂都应自然放松,不可过于僵硬呆板,腰部以上尽量减少动作,保持平稳,双臂靠近身体随步伐前后自然摆动,手指自然弯曲朝向身体。

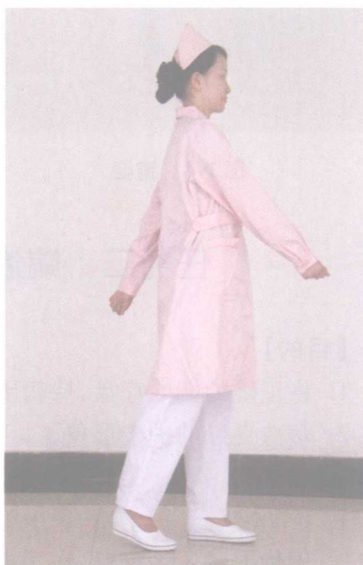


图 1-3 行姿

蹲姿的训练

1. 训练要领

(1) 在站姿的基础上进行练习。

(2) 上身保持直立,下蹲时一只脚在前,一只脚稍后,在前的一只脚应完全着地,在后的一只脚则脚掌着地,脚跟提起,膝部降低,膝内侧靠于另一小腿内侧。从正面或侧面拾取物品(图 1-4)。

(3) 起立形成站姿。



图 1-4 蹲姿

2. 训练方法

(1) 在站姿的基础上,两脚前后分开约半步,身体重心落于两腿之间。

(2) 上身保持直立,单手或双手捋平工作服,避免下蹲时接触地面。

(3) 下蹲时两腿紧靠,双腿一高一低。

(4) 稍降低身体重心,直下腰从正面或侧面拾取物品。

(5) 起立,挺胸收腹,调整重心,脚回位形成站姿。

【评价】

对护士行为规范的训练应贯穿在护理教学的整个过程中,在护理操作考核中增加了此项内容,使护士良好的仪表仪态成为一种自觉行为。

具体评价标准见表 1-1。

任务二 端治疗盘、持病历夹、推治疗车训练

【目的】

1. 将正确的端治疗盘、持病历夹及推治疗车的方法应用于护理工作中。
2. 塑造良好的护士形象。

【准备】

1. 护士准备 护士帽、护士服、护士鞋。
2. 用物准备 治疗盘、病历夹、治疗车,必要时备音乐或录像带。
3. 环境准备 训练室应宽敞,有能照全身的落地镜子,地面画有直线。

【实施】

端治疗盘训练

在站姿或行姿的基础上,上臂靠近躯干,肘关节弯曲呈 90° ,拇指置于两侧盘缘中部,四指和手掌托住盘底,四指自然分开,与手臂同时用力,躯干与盘缘相距 $2 \sim 3\text{cm}$ (图 1-5)。

持病历夹训练

1. 持病历夹时,肩部自然放松,上臂贴近躯干,病历夹正面向内,一手握住夹的前 $1/3$,病历夹前部略上

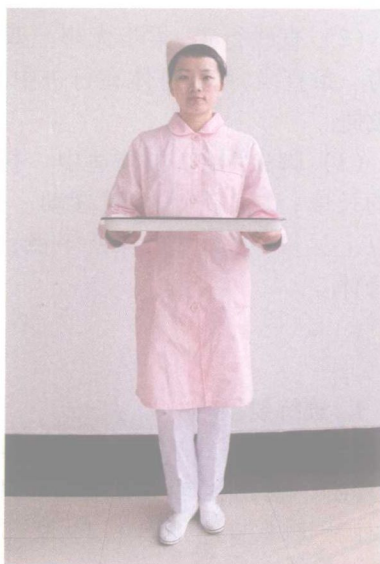


图 1-5. 端治疗盘

抬,另一手自然下垂,或一手握住病历夹中部,放于侧腰,肘关节稍弯曲,另一手轻托病历夹右下角(图1-6)。

2. 书写或阅读时,一手持病历夹顶部,将夹放于前臂上,手臂稍外展,持夹靠近躯干,另一手可翻阅或书写。



图1-6 持病历夹

推治疗车训练

护士位于车后,面对车上物品,双肩保持平稳,两手扶住车的两侧,躯干略向前倾,重心

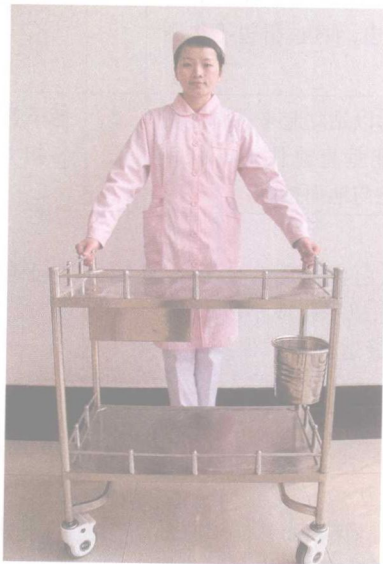


图1-7 推治疗车

集中于前臂,抬头,挺胸收腹,腰背挺直避免弯曲,步伐均匀行进,禁止单手拉车行走及用车撞门(图 1-7)。

【评价】表 1-1

表 1-1 护士仪表仪态评价标准

学号_____ 考生姓名_____ 成绩_____ 年 月 日

项目总分	项目内容	技术要求	分值	扣分标准	扣分
着装要求 (17分)	帽子	戴燕帽: <ul style="list-style-type: none"> 短发,要求前不遮眉、后不过肩、侧不掩耳 长发,应将头发梳理整齐盘于脑后梳成发髻,用发卡或头花固定,也可直接戴发网。燕帽应平整无褶,戴正戴稳,前后适宜,距前发际4~5cm,有发卡固定于帽后,以低头或仰头时不脱落为度。发卡不得显露于帽的外面,最好选择与燕帽同色的发夹 	5	浓妆、佩戴饰品、未剪指甲或染色扣1~3分 帽子不符合要求,头发染色,头发不符合要求扣1~2分	
	工作服	<ul style="list-style-type: none"> 护士服的大小、长短应适宜,以衣长刚好过膝,袖长刚好在腕部为宜,腰带平整,松紧适度 护士服应平整、干净,无皱褶、油渍、尘污等 扣子要全部扣上,如有脱落要及时补齐,不可用胶布粘、大头针别。工作服内衣服的领边,袖边,裙边不得露出 	2	护士服大小、长短不合适扣2分	
			2	护士服有皱褶、不清洁各扣1~2分	
			2	扣子不齐,工作服内衣服的领边、袖边、裙边外露各扣1~2分	
长裤	<ul style="list-style-type: none"> 要求长短适宜,以站立起来裤脚能碰到鞋面,后面能垂直遮住1cm鞋跟为宜,裤脚不能与地面接触 	2	裤子长短不合适,裤脚与地面接触各扣1~2分		
鞋袜	鞋子: <ul style="list-style-type: none"> 护士鞋颜色以白色或乳白色为主,要求样式简洁,以平跟或小坡跟、软底防滑、穿着舒适为宜。保持干净整洁 袜子: <ul style="list-style-type: none"> 颜色应以肉色或浅色为宜,长度要高出裙摆或裤脚边 夏季应避免光脚穿鞋而裸露出腿部皮肤及汗毛,避免穿挑丝、有洞或用线补过的袜子 	2	护士鞋不符合要求或太脏扣1~2分		
		2	袜子颜色、长度不符合要求扣1~2分 未穿袜子或有挑丝、破洞、用线补过扣2分		

续表

项目总分	项目内容	技术要求	分值	扣分标准	扣分
基本姿态 (40分)	站姿	头正颈直,挺胸收腹,立腰提臀。双眼平视前方,下颌微向后收,表情自然。双肩自然打开下沉,肩胛略往后收,两臂自然下垂,两腿并拢,两脚跟靠拢,脚尖稍分开	6	头不正、颈不直或双肩不平各扣1~2分,不挺拔扣2分	
		女护士: • 站立时双脚可呈“V”字形、“丁”字形或两脚稍分开前后错步,双手相握,右手四指在上轻握左手,双手拇指自然弯曲向内,被握手的指尖不能外露,放于小腹前	2	女生两脚跟未靠拢,双手放置不妥,拇指外露各扣2分	
		男护士: • 站立时双脚呈“V”字形、“丁”字形或两脚平行分开不超过肩宽,右手握住左手腕上方,自然贴于腹前。也可将双手相握于身后	2	男生两脚分开宽度不当、双手放置位置不当各扣2分	
	坐姿	就座时应轻、缓、稳,先侧身从座椅左侧走进,背对座椅站立,将右脚后移半步接触座椅边缘,双手放于身后顺势从腰间向下捋平工作服,轻坐于椅子上,臀部位于椅子前1/3~1/2处	6	取放座椅不当或声音过大扣1~2分,进出错误扣1分,未捋平工作服扣2分,坐位不当扣1~2分	
		女护士: • 坐定后上身自然挺拔,双脚并齐,双膝靠拢,肩臂放松,双手自然交叉或相握置于腹前(也可视情况采用双腿斜放式,前伸后屈式或双脚内收式)	2	坐定后不自然挺拔、双手放置位置不妥、双脚跟距离不当扣1~2分	
		男护士: • 坐定后上身自然挺拔,双腿可略分开,双脚跟距离约一拳左右,双手放在两腿接近膝盖的部位	2	同上	
行姿	• 从容、轻松、直线、优美、匀速。在站姿的基础上起步,重心前移,以大腿带动小腿,膝关节放松,两脚尖朝前迈步,取自然步幅,脚跟先着地,呈直线行走	6	走时未挺胸收腹扣2分,走时足尖向内或向外扣2分,女生未走直线扣2分		
	• 两臂以身体为中心,前后自然摆动,幅度以30°为宜	4	两臂前后摆动过大或未摆动各扣2分		

续表

项目总分	项目内容	技术要求	分值	扣分标准	扣分
基本姿态 (40分)	蹲姿	下蹲时一只脚在前,一只脚稍后,在前的脚应完全着地,在后的一只脚则脚掌着地,脚跟提起,膝部降低,膝内侧靠于另一小腿内侧	6	下蹲后距离物品太远扣1~2分,两脚的位置、距离不合适扣1~2分,拾物品时弯腰、不看物品扣2分	
		女护士: • 两腿应靠紧,穿裙装时,应双手从腰间向下捋平工作服后再下蹲,避免工作服接触地面	2	女生两腿未靠紧扣1分,下蹲时未向下捋平工作服扣1分	
		男护士: • 两腿可适度分开,臀部向下	2	两腿未分开,臀部未向下各扣1分	
护理场景中的姿态 (30分)	端治疗盘	• 在站姿或行姿的基础上,上臂靠近躯干,肘关节弯曲呈90°,拇指置于两侧盘缘中部,四指和手掌托住盘底,四指自然分开,与手臂同时用力,躯干与盘缘相距2~3cm	10	取放治疗盘时弯腰扣1~2分 端治疗盘不平扣1~2分 肘关节弯曲不呈90°扣1~2分 手指放置位置不当扣2~3分 躯干与盘缘相距不当扣1~2分	
	持病历夹	• 行走持病历夹时,肩部自然放松,上臂贴近躯干,病历夹正面向内,一手握住夹的前1/3,病历夹前部略上抬,另一手自然下垂,或一手握住病历夹中部,放于侧腰,肘关节稍弯曲,另一手轻托病历夹右下角 • 书写或阅读时,一手持病历夹顶部,将夹放于前臂上,手臂稍外展,持夹靠近躯干,另一手可翻阅或书写	6 4	行走持病历夹时姿势不当扣1~3分,病历夹正面向外扣1分,手握病历夹位置不当扣1~2分 手持病历夹位置不当扣2分,翻阅或书写姿势不妥扣1~2分	
	推治疗车	• 位于车后,面对车上物品,双肩保持平稳,两手扶住车的两侧,躯干略向前倾,重心集中于前臂,抬头,挺胸收腹,腰背挺直避免弯曲,步伐均匀行进	10	推车时未打开刹车扣1~2分 两手扶住车两侧的位置不当扣2分 推车时姿势不当扣1~2分 单手拉车扣2分 用车撞门扣3分	
整体评价 (13分)	操作方法	动作规范、熟练、轻稳,正确应用节力原则	5	动作不规范、不熟练扣1~3分 未正确运用节力原则扣1~2分	
	面部表情	自然、真诚、亲切	3	酌情扣1~3分	
	自我介绍	普通话标准,语速适中,语音清晰	5	未用普通话扣2分 声音太小、语音不清晰扣1~2分 自我介绍内容简单扣1~2分	
总分			100	扣分合计	

考评教师: _____

(陈历健 王家友)



项目二 清洁与舒适护理技术

实训目标

知识目标:

1. 区别三种铺床法的目的、操作要点及注意事项。
2. 熟记特殊口腔护理的常用漱口溶液。
3. 熟记特殊口腔护理的目的及注意事项。
4. 说出床上擦浴、卧有患者床更换床单法、床上洗发、背部按摩、会阴部护理的目的及注意事项。

技能目标:

1. 熟练掌握三种铺床技术;预防压疮的措施。
2. 掌握特殊口腔护理、床上擦浴及卧有患者床更换床单的技术。
3. 学会床上洗发及会阴部护理技术。

素质目标:

1. 具有良好的礼仪规范,行为举止符合礼仪要求。
2. 具有良好的职业道德,谨言慎行,忠于职守。
3. 具有良好的护患沟通能力,与患者沟通融洽。
4. 具有较强的人文关怀理念,对患者关怀备至。

任务一 铺备用床

备用床见图 2-1。

【目的】

1. 保持病室整洁、舒适和美观。
2. 准备接收新患者。

【准备】

1. 护士准备 衣帽整洁,六步洗手,戴口罩。熟悉铺备用床的操作技术。
2. 用物准备 床、床垫、床褥、大单、棉胎、被套、枕芯、枕套(图 2-2)。
3. 环境准备 病室清洁、通风,病室内无患者进餐或接受治疗。



图 2-1 备用床



图 2-2 铺备用床用物

【实施】

1. 操作流程

铺备用床操作考核流程

(1) 备物推至

备齐用物(按使用顺序放置),推至床旁。



(2) 报告开始

口述:报告老师,准备完毕,请指示(老师:开始)。



(3) 着装洗手