



国家职业资格培训鉴定辅导用书  
人力资源和社会保障部职业技能鉴定中心指导编写

# 养老护理员

(基础知识、初级、中级、高级、技师)

袁慧玲 主 编



海洋出版社



R07351  
1  
国家职业资格培训鉴定辅导用书

人力资源和社会保障部职业技能鉴定中心指导编写

# 养老护理员

(基础知识、初级、中级、高级、技师)

袁慧玲 主 编

海洋出版社

2015年·北京

## 内 容 简 介

本书依据 2011 年人力资源和社会保障部修订的《养老护理员国家职业技能标准》编写，是养老护理从业人员职业技能鉴定的指定辅导用书。

**本书内容：**全书分为 5 个部分共 18 章，除第一部分为各职业等级通用的养老护理员职业基础、护理知识基础外，其余 4 个部分分别对应初级、中级、高级及技师 4 个职业鉴定等级，每个等级根据鉴定标准要求详细介绍了老年人的生活照料、基础护理、康复护理、心理护理、养老护理员培训指导、护理管理等方面的知识点及职业技能。

**本书特色：**1.严格按照最新修订的国家职业技能标准编写。2.全书按初级、中级、高级、技师划分为 4 个等级模块，递进合理、级差明显、结构清晰。3.紧扣国家职业技能标准，在理论知识够用为度的前提下，重点加强实操能力培养。4.将职业素质融入实操教学中，并增加情景教学与体验环节。5.结合大量演示图片，讲解生动细致，呈现最优化的教学效果。6.书中数据均为官方最新颁布，权威、翔实、可靠。

**适用范围：**适合作为初级、中级、高级养老护员及养老护理技师的职业培训教材。由于本教材讲解通俗易懂，也可作为养老护理从业人员、在校学生和家庭成员的自学用书。

## 图书在版编目(CIP)数据

养老护理员/袁慧玲主编.—北京：海洋出版社，2015.4  
ISBN 978-7-5027-8948-0

I. ①养… II. ①袁… III. ①老年人—护理学—技术培训—教材 IV. ①R473

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 210536 号

总 策 划：邹华跃	网 址：www.oceanpress.com.cn
责任编辑：张翠嫒	承 印：北京华正印刷有限公司
责任校对：肖新民	版 次：2015 年 4 月第 1 版
责任印制：赵麟苏	2015 年 4 月第 1 次印刷
排 版：翔鸣图文工作室	开 本：787mm×1092mm 1/16
出 版：海洋出版社	印 张：23.5
发 行：北京华鉴资料服务中心 010-84661203, 字	数：450 千字
84661205,84661206,84661207,84661208 定	价：48.00 元
地 址：北京市海淀区大慧寺路 8 号(716 房间)发 行 部：010-62174379 (传真) 010-62132549,	68038093 (邮购) 010-62100077
100081	

本书如有印、装质量问题可与发行部调换

本社教材出版中心诚征教材选题及优秀作者，邮件发至 [hyjccb@sina.com](mailto:hyjccb@sina.com)

《国家职业资格培训鉴定辅导用书——养老护理员》  
编写委员会

**指导编写** 人力资源和社会保障部职业技能鉴定中心

**顾问** 刘康 张文范 艾一平  
庞大春 杨绥华

**审稿** 时念新 赵红岗

**主编** 袁慧玲

**副主编** 郭丽 田彬 马晓风 赵炳富

**编写委员会成员** (按拼音排序)

代莉 董会龙 郭丽 马晓风  
毛平 母文杰 潘建田 时念新  
田彬 王颖 袁慧玲 赵炳富

**编写委员会秘书长** 许远

# 序一 苦学技能 善尽责任 无上光荣

## ——写给养老护理员的话

目前，我国正快速进入人口“老龄化”阶段，是面临人口老龄化挑战最为严峻的国家之一。党的“十八大”报告中首次提出要积极应对人口老龄化，大力发展老龄服务事业和产业，这是党中央对日益严峻的人口老龄化形势做出的重大战略部署。

2013年7月1日，新修订的《中华人民共和国老年人权益保障法》正式实施。在人口老龄化已经成为我国基本国情的大背景下，这部法律的修订与实施，具有了特殊的含义。比如：首次将应对老龄化提到了国家战略的高度上；对家庭养老做了重新定义；特别强调了对老年人的精神慰藉；要求逐步开展长期护理保障工作；建立健全养老机构的准入制度等。可以深刻地感受到，这部法规的实施意义重大，必将成为我国养老事业发展史上的一座新的里程碑。

2013年8月，国务院常务会议审议通过了深化改革加快发展养老服务业的任务措施，明确提出要在政府“保基本、兜底线”的基础上，让社会力量成为发展养老服务业的“主角”。2013年9月发布了《国务院关于加快发展养老服务业的若干意见》，明确了我国养老服务业发展的基本定位、主要路径和最终目标，成为今后一个时期指导我国养老服务业发展的纲领性文件。除此之外，民政部、人力资源和社会保障部、地方各级政府及相关行业协会等也在2013年陆续出台了一系列促进养老行业健康发展的政策。不难看出，养老服务产业迎来了一个重要的发展机遇期，受到了各方面的空前重视。

但是，我国养老行业却呈现出“两个巨大”的显著特点，一是社会需求巨大；二是与发达国家的差距巨大。从另一个角度来看，这恰恰给从业者提供了巨大的职业发展机会：入职门槛不高，发展空间很大。所以对有志成为养老护理员的人士来说，参加各级政府和机构提供的系统培训，获取人力资源和社会保障部门颁发的国家职业资格证书就成为跨入这一行业的便捷之路。

根据社会发展需要和养老护理员职业特点，2001年原劳动和社会保障部组织专家制定了《养老护理员国家职业技能标准》(以下简称《标准》)。《标准》要求从事老年人生活照料、日常护理和职业教育的人员必须经过系统的专业培训，掌握科学养老护理知识和基本技能。经过十余年的发展，目前，

已经有十余万人接受专业培训，其中一部分人取得了各级别国家职业资格证书，做到持证上岗，为老年人提供专业指导和服务。同时，有关部门也已建立了比较规范的职业培训与职业技能鉴定制度。2011年人力资源和社会保障部又组织专家修订了《标准》。这对于推动和促进养老护理类技能人才培养队伍的建设具有重要意义，也为广大城乡适龄劳动力再就业提供了新的职业领域和机会。

著名教育家黄炎培说过，“职业教育的目的：谋个性之发展；为个人谋生之准备；为个人服务社会之准备；为国家及世界增进生产力之准备”。他还说，“使无业者有业，使有业者乐业。这就是职业教育的目标”。以编委会主任许远为首的一批专家，践行职业教育的理念，以职业能力为核心，以职业活动为导向，在人力资源和社会保障部职业技能鉴定中心的指导下，根据新的职业技能标准，编写了这本辅导教材，为养老护理员的培训和职业技能鉴定工作做了实实在在的事情。该书以传播现代科学养老护理理念为核心，以提供全方位指导和服务老年人身心健康为宗旨，以培养养老护理专业人才为目标，内容丰富、专业规范，突出了科学性、实用性和可操作性，体现了“养护合一”的新模式。它将成为广大从业者的好帮手、好参谋、好老师，也必将为推进养老护理产业迈向科学化、职业化、规范化、系统化作出积极的贡献。

苦学技能，善尽责任，无上光荣，广大从事养老护理工作的人们，用我们的高质量服务为老年人撑起一片天空，让每一个老人都拥有幸福的晚年生活！



中国家庭服务业协会 会长

## 序二 大力提升养老护理员队伍的 职业化和专业化发展水平

根据《中国老龄事业发展“十二五”规划》和《社会养老服务体系建设的规划(2011—2015年)》，预计到2015年我国老年人口将达到2.22亿，占人口总数比例的16%。我国老龄化呈现加剧态势，据有关资料显示，我国每年新增近千万老人，2020年将达到2.43亿，约占总人口数的18%；2050年将达到4.37亿，占总人口数的30%以上，这意味着我国将快速步入重度老龄化社会。

如今，家庭养老功能日渐弱化，人们越来越认识到大力发展社会化养老服务业才是满足日益增长的老龄化社会需求的根本。但是据测算，目前我国养老机构的从业人数不足百万，其中取得国家职业资格的仅两三万人，而现阶段实际需要上千万的专业养老护理人员。即使在职的从业人员中，大部分缺乏与职业相关的知识、经验和技能，专业化程度较低。专业人才的极度匮乏导致我国养老服务业的整体水平较低且发展迟缓。与发达国家养老服务业相比较，也能明显地看出我国的差距。

十多年以前，我国就已设置养老护理员职业，但随着社会需求的日益增强，该职业被注入新的内涵和职责。当前，养老护理员的主要任务是进入家庭、社区和养老机构，为老年人及其家人提供科学、专业的指导和服务。相信，随着我国社会建设的不断发展，在今后的老龄化社会，养老护理员职业将有较好的发展前景和旺盛的生命力。

为了进一步提高养老护理员的素质，加强从业人员的规范化管理，自2003年开始，原劳动和社会保障部根据社会发展需要和职业特点，组织专家制定了《养老护理员国家职业技能标准》(以下简称《标准》)，并编写了配套的培训教材。《标准》的颁布和实施，对促进我国养老护理技能人才培养，从而推动养老护理产业的规划化发展，都具有十分重要的意义。一大批从事养老护理职业的人员经过专业培训，掌握科学方法和工作技能，为老年人提供专业指导和服务，逐步走上职业化、专业化的轨道。

2011年，人力资源和社会保障部组织专家对《标准》进行了修订，本书是在人力资源和社会保障部职业技能鉴定中心的指导下，由有关专家组成编委会，按修订后的《标准》，最新开发的培训鉴定辅导教材。本书围绕老年人的生理、心理特点，借鉴和吸纳国内外在养老护理方面的新理念、新知识、

新成果，详细叙述了老年人生理、心理、营养、护理、保健、娱乐等不同领域的知识、方法和技能，具有较强的科学性和系统性，通过插图、表格、案例等形式，增强了本书的实用性和可操作性，便于各类从业人员和家庭成员学习知识、掌握技能。

本书是专门为从事老年人照料、护理、康复的人员提供的专业性培训教材，随着我国养老事业的发展和实践，还有待于不断总结和加以完善。

养老护理员工作事关千家万户，事关老年人福祉。让我们携手并肩，不断提升养老护理员的职业化和专业化发展水平，为培养一支高素质、高水平的养老护理员队伍而努力奋斗！

陈宇

中国就业促进会副会长  
人力资源和社会保障部职业技能鉴定中心学术委员会主任



# 前 言

为了推动养老护理职业培训和职业技能鉴定工作的开展，在从事老年人生活照料、护理的从业人员中推行国家职业资格证书制度，人力资源和社会保障部职业技能鉴定中心完成了《养老护理员国家职业标准(2011年)》(以下简称《标准》)的修订工作，在人力资源和社会保障部职业技能鉴定中心的指导和中华全国工商业联合会养老服务专业委员会的关心下，本书编写委员会组织从事养老护理技能人才培养培训教学工作的专家编写了《国家职业资格培训鉴定辅导教程——养老护理员》(以下简称《教程》)。

《教程》在内容上，紧贴《标准》，力求体现“以职业活动为导向，以职业技能为核心”的指导思想，突出系统培训特色。

《教程》在结构上，针对养老护理职业活动的领域，按照模块化的方式，分为初级、中级、高级和技师4个等级，与《标准》对应，方便读者学习。

考虑到在国家职业技能鉴定考核中，要求高等级资格需掌握的理论知识和操作技能应覆盖低等级的，故《教程》将基础知识、初级、中级、高级和技师5部分整合在一本教材中，不仅方便大家的学习，而且内容更精炼，重点更突出，从而大大减少了阅读量。

《教程》中的章对应于《标准》中的“职业功能”；《教程》中的节对应于《标准》中的“工作内容”。每一节都包括了学习目标、工作内容和注意事项。

另外，针对《标准》中的“基本要求”，本《教程》中还专门增加了包括职业道德、职业守则、老年护理、相关法律法规等方面的基础知识，这些都是各等级养老护理人员的必备知识。

本《教程》是养老护理职业技能鉴定的指定辅导用书，适用于初级养老护理员、中级养老护理员、高级养老护理员和养老护理师的培训。由于本教材具有实用性、通俗性特点，也可作为从业人员、在校学生和家庭成员的自学用书。

本《教程》由代莉、董会龙、郭丽、马晓风、毛平、母文杰、潘建田、时念新、田彬、王颖、袁慧玲、赵炳富等参与编写，袁慧玲负责统稿。在编辑过程中，难免有遗漏及不足，敬请见谅。

本书编写委员会

2015年3月

# 目 录

## 第一部分 基础知识

第一章 职业基础 .....	1
第一节 职业道德基础知识 .....	1
第二节 养老护理员职业养成 .....	4
第三节 老年人相关法律、法规 .....	8
本章小结 .....	9
练习题 .....	10
第二章 护理基础 .....	12
第一节 老年人护理基础知识 .....	12
第二节 老年人饮食及常见病护理 .....	17
第三节 老年人一般情况的观察记录和救助 .....	23
第四节 老年人安全防护与卫生防护 .....	29
本章小结 .....	32
练习题 .....	32

## 第二部分 养老护理员(初级)

第三章 老年人生活照料 .....	36
第一节 老年人饮食照料 .....	36
第二节 老年人排泄照料 .....	41
第三节 老年人睡眠照料 .....	48
第四节 老年人清洁照料 .....	52
本章小结 .....	68
练习题 .....	69
情景训练: 为老人修剪指甲 .....	70

<b>第四章 老年人基础护理</b> .....	72
第一节 老年人用药照料 .....	72
第二节 冷热应用护理 .....	78
第三节 老年人遗体照料 .....	81
本章小结 .....	83
练习题 .....	84
情景训练: 协助老人服药 .....	86
<b>第五章 老年人康复护理</b> .....	88
第一节 康乐活动照护 .....	88
第二节 老年人活动保护 .....	94
本章小结 .....	106
练习题 .....	106
情景训练: 轮椅的使用方法与转移老人 .....	107

### 第三部分 养老护理员(中级)

<b>第六章 老年人生活照料</b> .....	110
第一节 老年人饮食照料 .....	110
第二节 老年人排泄照料 .....	114
第三节 老年人睡眠照料 .....	119
第四节 老年人清洁照料 .....	123
本章小结 .....	128
练习题 .....	128
情景训练: 老人鼻饲饮食照料 .....	130
<b>第七章 老年人基础护理</b> .....	132
第一节 老年人用药照料 .....	132
第二节 冷热应用护理 .....	141
第三节 临终关怀 .....	145
本章小结 .....	149
练习题 .....	150
情景训练: 为老人使用冰袋 .....	151

第八章 老年人康复护理	153
第一节 老年人康乐活动照护	153
第二节 老年人功能锻炼	162
本章小结	165
练习题	165
情景训练: 帮助老人床上转换卧位和穿脱衣服	167

## 第四部分 养老护理员(高级)

第九章 老年人生活照料	169
第一节 老年人饮食照料	169
第二节 老年人排泄照料	174
本章小结	179
练习题	179
情景训练: 为老人做饮食指导	180
第十章 老年人基础护理	182
第一节 老年人消毒防护	182
第二节 应急救护	191
本章小结	213
练习题	213
情景训练: 为外伤出血老人初步急救	214
第十一章 老年人康复护理	216
第一节 康乐活动照护	216
第二节 功能锻炼	221
本章小结	228
练习题	228
情景训练: 帮助肢体活动障碍老人进行功能训练	229
第十二章 老年人心理护理	231
第一节 老年人心理疏导	231
第二节 老年人心理保健	241
本章小结	249
练习题	249

第十三章 培训指导	251
第一节 培训	251
第二节 指导	257
本章小结	259
练习题	260

## 第五部分 技 师

第十四章 老年人基础护理	261
第一节 计划管理	261
第二节 环境设计	271
第三节 技术创新	278
本章小结	283
练习题	284
第十五章 老年人康复护理	286
第一节 言语和吞咽功能训练	286
第二节 活动评价	293
本章小结	302
练习题	302
情景训练: 帮助老人进行吞咽功能训练	303
第十六章 老年人心理护理	305
第一节 老年人心理辅导	305
第二节 老年人心理疏导	310
本章小结	322
练习题	322
第十七章 护理管理	324
第一节 组织管理	324
第二节 质量管理	333
本章小结	338
练习题	338
第十八章 培训指导	340
第一节 培训	340

---

第二节 指导 .....	348
本章小结 .....	351
练习题 .....	351
练习题参考答案 .....	353
参考文献 .....	356
后 记 .....	358

# 第一部分 基础知识

## 第一章 职业基础

### 【内容提要】

本章阐述了养老护理员工作中所必需的职业素质，其中包括养老护理员的职业道德，照顾老人时的工作礼仪，以及职业须知和工作中的自我防护。

### 第一节 职业道德基础知识

职业道德是人们在职业生活中应当遵循的基本道德，是一般社会道德在具体职业领域中的体现，遵守职业道德对自身发展和行业的完善都具有重要意义。

#### 一、学习目标

- ☐ 知道养老护理员职业道德的重要意义。
- ☐ 能遵守养老护理员的职业守则。

#### 二、相关知识

##### 1. 养老护理员简介

养老护理员是对老年人生活进行照料、护理的服务人员，是老年服务行业中的一线工作者。

养老护理员的职业等级共分四级：即初级、中级、高级、技师，依次相当国家职业资格五级、四级、三级和二级。考核分为理论知识和技能操作两部分。按培养目标的时间要求参加培训。

养老护理员的职业能力要求：养老护理员手指、手臂要灵活，动作协调，有较强的表达能力与形体知觉；有较强空间感与色觉能力；有一定的学习能力。

养老护理员还应具备一定的文化素养，至少应有初中以上文化程度。由于职业的特殊性，养老护理员的工作环境要求为室内常温环境。

## 2. 道德

道德是一种价值判断，并依靠信念、习俗和社会舆论的力量来评判善恶的，用来调整人们之间以及个人与社会之间的行为规范的总和。

道德的表现形式有三大领域：家庭美德、社会公德和职业道德。

道德有以下 3 个方面的作用。

(1) 规范人的行为。人是社会各种关系的集合体，如果没有一定的行为规范，就没有办法处理纷繁复杂的关系，不能辨明对错，分辨善恶，个人的生活会混乱，社会秩序也会受到严重影响。

(2) 调节人际关系。道德是评价人们在社会生活中的各种行为的体系，指导大家如何正确评价、认识和处理社会关系，调节各种社会关系。

(3) 稳定社会秩序。道德与法律不同，法律是靠国家强制力来维护的，而道德更多的是依靠信念、习俗和社会舆论的力量，在公序良俗也不足以代表公理和正义的时候，社会的大众舆论会形成维护道德的强大压力，给坚持道德的人以褒扬，给违背道德的人以谴责。

## 3. 职业道德

职业道德内容包括职业品德、职业纪律、职业责任和职业胜任力等，一般通过公约、守则等加以规范。职业道德是某行业从业人员的职业活动准则，也是这个行业对社会肩负的道德责任和义务。

职业道德具有以下特点。

(1) 职业道德具有针对性。职业道德只针对特定的职业和从事该职业的相关人群。不同的职业和不同的从业人群对社会所肩负的道德责任与义务是大不相同的。

(2) 职业道德具有历史继承性。由于职业伴随行业的发展是有过程的，各行各业在不同的历史时期都会留下丰富的精神财富，其中保留下来有关职业生活准则的内容，就成为了当下该行业的职业道德。

(3) 职业道德具有多样性。由于职业道德的要求多为具体的、细化的公约和规则，因此表达形式和内容都具有多样性。

(4) 职业道德具有一定的纪律性。职业道德虽然从根本性质上来说，是属于道德的范畴，即基本是属于自律的，但是由于其经常被作为职业行为规范来使用，因此又具备了介于道德和法律之间的纪律特征。然而由于道德的自



律特征，并不是所有以纪律形式表达的职业道德，都可以通过明确的奖惩来约束和维护。

#### 4. 职业道德的重要作用

(1) 调节职业活动中从业人员之间和从业人员与服务对象间的关系。道德的重要作用之一就是调节社会关系，而职业道德同样具有调节职业关系的作用。

(2) 有助于提高行业和从业者的美誉度。一个行业、一个企业和一个从业者的整体行为都是他们在社会公众眼中的形象，是在社会公众心中形成良好印象的基础，是建立良好社会评价的关键，进而可以提高该行业、企业和从业者的社会美誉度。

(3) 促进行业和从业者的发展。职业道德水准较高的行业和企业，就会有良好的社会声誉，就会有良好的行业发展和企业效益。同样对于个人，具备良好的职业道德，得到服务对象认可的同时，就会得到企业的重视，也会得到相应的物质和精神的回报，获得良好的职业发展机会。

(4) 有助于提高全社会道德水平。职业道德是社会道德的一个重要组成部分，如果每个从业者都能以良好的精神面貌和态度对待自己的职业，那么社会生活的风气也会随之变化，社会道德的整体水平也会得到提高。

#### 5. 养老护理员的职业守则

##### 1) 尊老敬老，以人为本

在人口日益老龄化的今天，养老护理员肩负着让众多的老年人安度晚年的重大责任。

(1) 爱老人。这里的爱是一种职业的爱，无条件的爱，也是养老护理从业者的一个先决条件。对老人的爱，是职业的一部分，也是职业的责任，更是养老护理员的义务。

(2) 敬老人。首先是内心的尊敬，养老护理员要将每一位老人当成是自己的长辈一样尊重，在心中要牢牢树立服务人员对被服务者的尊重。其次，养老护理员要通过严格的语言、行为和着装等礼仪的表现形式，表现出对老人应有的敬重。

##### 2) 服务第一，爱岗敬业

(1) 自知、自信、自重。首先，养老护理员要理解工作的意义和作用，明确自己工作的重要性和不可替代性。其次，要建立良好的自信，使自己具备丰富的职业知识和职业技能，从而科学规范地工作。要尊重自己的工作，既要认真细致地工作，还要踏踏实实地做人。