

家庭護理



中國紅十字會衛生小叢書之二

2

中國紅十字會總會編印

6
C6

中國紅十字會衛生小叢書之二

家庭護理

中國紅十字會總會編印

北京乾面胡同二十二號

新華書店總經售

一九五三年五月初版

00001—30000

定價1,500元

前言

「家庭護理」在我國來說是一項新的工作。本會決定在一九五三年內重點試辦，吸取經驗，以後再逐步推廣。由於這是一個新的工作，目前還沒有可供教、學的既定教材，因此，本會從各種醫藥衛生書籍中搜集了比較切合家庭護理工作實用的材料加以整理綜合，編寫成本書。

我們認為：這一本書是為適應推行家庭護理訓練的需要而編寫的，還沒有經過實際教學的試驗，因此，在取材、編寫等方面，可能會有不少不恰當的地方。我們希望讀者同志以及推行與學習家庭護理的同志們多提出意見，供作我們再版本書時的參考。

為帮助大家多解決一些家庭護理的問題，本書搜集的材料比較多，家庭裏發現什麼病或什麼衛生問題的時候，就可以查一查，找到適當的辦法解決初步的護理問題。教家庭護理的同志，可看對象的文化程度，生活水平和當地常見疾病或臨時發生的疾病的迫切需要適當的在書上找教材或加授必要的材料，不必按照書本順序篇篇講授。又教授時希望除原則性的理論解釋以外，要特別注意操作的練習，務必使學的人能懂得、能記住、能做到。

此冊編寫蒙中央人民政府衛生部教育處和全國民主婦聯及祝淑慎同志等提出很多寶貴意見，順此致謝。

編者

三月十七日

家庭護理 目錄

前言

第一章 家庭護理的思想建設

- (一) 家庭護理的認識.....(一)
- (二) 家庭護理的重要.....(二)
- (三) 家庭護理的注意事項.....(三)
 - 一、學習科學的護理常識.....(三)
 - 二、執行嚴密的隔離消毒.....(四)
 - 三、聽從醫務人員的指導.....(五)
 - 四、說服教育.....(五)
 - 五、忍耐鎮定.....(六)
 - 六、細心大胆.....(七)
 - 七、詳實紀錄.....(七)
 - 八、明確報告.....(八)
 - 九、心情愉快.....(八)

第二章 家庭護理的基本知識

十、注意休息

(一) 個人衛生

一、衣着被褥

二、飲食營養

三、個人衛生習慣

(二) 公共衛生

一、環境衛生

(1) 住屋衛生

(2) 飲水管理

(3) 糞便管理

(4) 垃圾管理

(5) 污水管理

二、一般防疫

(1) 預防接種

(2) 傳染病管理

(三) 婦幼衛生

一、婦女衛生

一、婦女衛生……………(一〇)

(1) 經期注意事項……………(一〇)

(2) 孕期注意事項……………(一一)

(3) 產期注意事項……………(一二)

二、嬰幼衛生……………(一四)

第三章

家庭護理要具備的條件

- (2) 嬰幼兒的發育……………(二七)
- (3) 嬰幼兒的衛生習慣……………(二八)
- 家庭護理要具備的條件……………(二九)
- (一) 適當的房屋……………(二九)
- (二) 適當的用具……………(二九)
- (三) 適當的時間……………(三〇)
- 家庭護理的一般技術……………(三〇)

第四章

家庭護理的一般技術

(一) 一般護理……………(美)

一、消毒……………(美)

二、隔離……………(美)

三、脈搏的檢查……………(四)

四、呼吸的檢查		(四一)
五、體溫的檢查		(四二)
六、床鋪的整理		(四三)
七、病人的搬動		(四四)
八、病人在床上換衣		(四七)
九、病人在床上換床單		(四八)
十、病人在床上換墊褥		(四九)
十一、預防褥瘡		(五〇)
十二、床上擦澡		(五一)
十三、床上使用便器		(五二)
十四、熱敷		(五三)
十五、冷敷		(五四)
十六、用手按摩		(五五)
十七、病人吃藥		(五六)
十八、病人飲食		(五七)
十九、病人便秘的處理		(五八)
二十、病人不能飲食的處理		(五九)

二十一、病人和小兒的約束.....(六)

二十二、急救法.....(六四)

(二) 身體各部的護理.....(六四)

一、頭髮的護理.....(六四)

二、眼的護理.....(六六)

三、鼻的護理.....(六六)

四、耳的護理.....(六七)

五、口腔的護理.....(六八)

六、皮膚的護理.....(六八)

七、乳部的護理.....(六九)

八、陰部和肛門的護理.....(六九)

(三) 生老病死各階段的護理.....(七)

一、孕婦的護理.....(七)

二、產婦的護理.....(七一)

三、初生兒的護理.....(七三)

四、老年人的護理.....(七五)

五、各類病人的護理.....(七六)

(1) 一般內科病人的護理.....(六)

1 高熱病人的護理.....(七)

2 浮腫和水腫病人的護理.....(七)

3 咳嗽病人的護理.....(七)

4 昏迷病人的護理.....(七)

5 狂妄病人的護理.....(六)

6 暈倒病人的護理.....(六)

7 嘔血、吐血病人的護理.....(七)

8 胃病病人的護理.....(七)

9 神經衰弱病人的護理.....(六)

(2) 一般外科病人的護理.....(六)

1 骨折病人的護理.....(六)

2 頭部受傷病人的護理.....(八)

3 胸部受傷病人的護理.....(八)

4 腹部受傷病人的護理.....(八)

5 火傷病人的護理.....(八)

6 凍傷病人的護理.....(八)

(3) 傳染病人的護理

1	鼠疫病人的護理	(八五)
2	天花病人的護理	(八六)
3	霍亂病人的護理	(八六)
4	傷寒病人的護理	(八七)
5	痢疾病人的護理	(八八)
6	斑疹傷寒病人的護理	(八九)
7	回歸熱病人的護理	(八九)
8	流行性腦脊髓膜炎病人的護理	(九〇)
9	白喉病人的護理	(九〇)
10	猩紅熱病人的護理	(九一)
11	麻疹病人的護理	(九二)
12	百日咳病人的護理	(九三)
13	流行性乙型腦炎病人的護理	(九三)
14	狂犬病病人的護理	(九四)
15	肺炎病人的護理	(九四)
16	肺癆病人的護理	(九五)

17	流行性感冒病人的護理	(九六)
18	流行性顯腺炎病人的護理	(九七)
19	水痘病人的護理	(九七)
20	性病病人的護理	(九八)
21	砂眼病人的護理	(九八)
22	疥瘡病人的護理	(九八)
六、	死前的護理	(九九)
七、	死後的料理	(一〇〇)

第一章 家庭護理的思想建設

(一) 家庭護理的認識

護理是一種常識，也是一種技術，這是不斷的由病人痛苦呻吟的呼聲，悲慘死亡的結果，自覺的和他覺的經驗教訓所累積；並在經驗教訓的基礎上，通過科學醫學的實踐，不斷的發展、綜合、修正，提高而使其比較的完善、合理，以幫助病人減少痛苦、增強抵抗，使其早日痊癒，健康恢復。

但所謂完善的護理制度、方法和設備，在資本主義的國家，尤其是反動派統制時候的中國，是專爲有錢進醫院，或有錢僱特別護士的少數資產階級而服務，勞苦羣衆，沒有錢的病人，只有他們的父、母、姊、妹和妻、女等在家庭裡護理他。

在蘇聯，醫院是配合人口的多少而設立，護理工作也完全爲人民羣衆而服務，就是入院前或躺在家庭裡療養的病人，因爲人民一般的衛生水平很高，護理常識也都經過訓練，所以在家庭護理病人也同醫院裡沒有大的分別。革命的機關、團體，是一個大家庭，同志們萬一有病而沒有住院，大家護理他，也同家庭裡一樣。

新中國醫院的設立雖然還不够，但「健康第一」是毛主席的號召，「家庭護理」爲政府所關心，因此把「家庭護理」合理化、科學化，是今天中國一個即須解決的問題，也是一個即須推行的工作。家庭護理工作是當一個病人在住院前、出院後或一些不需住院在家庭裡休養的病人的護理工作，同時也是一般無病者生活護理的工作。生活護理是一方面適應我們現實生活的環境，使其合乎

衛生的要求，一方面是發展的循序漸進，改造現實，爲爭取勞動生產條件和減低患病率而奮鬥，使衛生狀況提高一步，成爲一個美滿的快樂的家庭。

(二) 家庭護理的重要

「三分治病，七分護理」這說明對於一個病人護理的重要。護理是需要同情、溫和、細心、週到的，父、母、姊、妹、妻、女或同志們相處最親切、相愛最誠摯，性情的了解也最深刻，那個有病，當然能體貼入微，服侍週到，因此家庭護理對於病人的安慰最大，幫助最多，而病人得到這些安慰和幫助，痛苦可以減輕，疾病可以早愈，健康也可以早一點恢復。

反過來說：如果不知道合理的、科學的護理常識，只憑體貼入微，親切週到，是不是對於病人完全有所幫助，能不能完全解決問題呢？舉一個例子：如一個傷寒病人他應當躺着不動，但他因爲習慣關係，偏要起來大小便，同時他不應當吃硬的東西，偏要換換口味，吃一點大餅、乾飯，你只知愛惜他，順從他，那就不惟無益而能發生危險。再舉一個例子：一個母親因爲深愛她已患痢疾很重的孩子，不時的抓屎、捧屎，自己也不洗手，同時還怕孩子寂寞，教他姐姐相陪，同吃同睡，也會弄得大家都傳染痢疾。

在以前，中國人民長期處於封建、剝削和帝國主義的壓迫之下，尤其是勞苦羣衆得了病，有在家庭躺着，家裡的人又多數不知道合理的護理常識，因此不知道有多少人在家庭護理主觀願望的愛護下，遭到了適得其反的惡果；尤其是傳染病，在以前中國的勞苦羣衆裡不斷的發生，因爲家庭裡不知道消毒和隔離，不惟家裡的人遭受傳染，而且親戚們你來我往，大家探望，或屎尿亂倒，痰涕亂吐，因此更做了傳染媒介，使疾病傳染蔓延，又不知有多少人因此受了傳染，死於傳染。

在今天有些病人還不能全部住院，不住院就得住在家裡，因此就不能再讓那些不合理的護理方法依然使用，即使將來醫院增加，輕病人、長期休養的病人、住院前或出院後的病人，也還在家裡，在家裡，總需要家庭護理的。

有些人認為護理工作，只是輔助治療，可以說部份的如此，但實在的講，尤其是家庭護理，是屬於預防工作方面的，因為護理工作做得好，就可以避免很多合併症的發生，也可以減輕和縮短疾病的時間，並可以預防傳染病的蔓延。同時家庭護理也就是生活護理，這更是在一般日常生活上、生理現象上做到合理的護理工作，以預防疾病不致發生，使家庭幸福快樂，共同為增產建設而努力。

(三) 家庭護理的注意事項

一、學習科學的護理常識

護理的適宜與否，對於疾病的可輕可重，甚至與生、死有關，但如何才算適宜，完全要以科學醫學為根據，如一個病人已經醫師診斷為傷寒，那麼他就得吃富於營養的流質食品，同時他一定要躺在床上不要動，因為傷寒發熱不退，需要富於營養、容易消化的飲食，同時腸子有潰爛現象，時常牽動，容易破裂，如果不懂得這點基本常識，無條件的忌油、忌葷，隨便亂動，會更加衰弱，會發生腸出血、腸穿孔的危險。再舉一個例子：當一個人得腦貧血昏倒以後，面色蒼白，脈膊細小，手足發冷的時候，不把他放倒，頭低腳高，而覆熱巾；或當一個人得腦充血昏倒以後，面色青紫，口角流涎，脈膊強大的時候，不把他放倒，頭高腳低，而覆冷巾；甚至適得其反的應高放低，應冷放熱，那簡直會送掉他的性命。

科學的家庭護理常識，是在飲食、睡眠、日光、空氣、一切生活習慣和行動等方面都能做到的範圍要合乎科學醫學的要求，就是要合乎對於病人無害而有益的要求的，關於此點，我們萬不要死背教條，被科學、醫學等名詞嚇倒，覺得它非常高深，恐怕不懂，不會做，也不敢做；反過來，是要我們破除迷信，改良習慣，好好學習，不保守，不固執，克服困難，按照可以做到的、合理的辦法，大胆的去做法。

二、執行嚴密的隔離消毒

一種疾病能傳染蔓延，完全是由於某種病原體（就是眼睛所不能看見的可以使人生病的一種微生物）直接傳染（如接吻、性交等）或藉着使用的衣物（如手巾、衣袴、碗筷、玩具等）和蒼蠅、蚊、蟲、等間接傳染，如果把病原體消滅或隔離，它自然就沒有傳染的機會。

隔離就是把傳染病人和健康者分開，隔絕他們直接接觸或間接接觸的機會。消毒就是把病原體殺死，根本消滅它傳染的能力。

如果發現傳染病人，就應當馬上把他分開，決定那個人護理他，其他的人都不和他接觸；但因此有時候太親近的人放心不下，或覺得孤獨的把病人分開，有所不忍；還有些人大胆不怕，憑經驗說不會傳染；病人方面，小孩子有時候會因此哭鬧，老年人會覺得悽慘，有些人還覺得不慣，都不能遷就而忽視隔離。

消毒是把傳染病人所排洩的大便、小便、痰涕、膿血、皮屑和他所穿的衣服，所用的被褥、食具、桌椅、床、書、玩具等都加以隨時的或定期的消毒，好把這些東西上面的病原體都撲滅，使它不會再傳染旁人。不過有些人對於消毒的認識不清，只單憑不合理的經驗，覺得傳染機會不會像所

說的那樣利害，或根本就迷信鬼神，聽天由命，不信有什麼病原體；有的更粗枝大葉，大處注意，小地方滿不在乎；更有的自己知道注意，自己家裡也知道注意，但大小便等隨處亂倒，褲衣服等常在吃水的地方洗滌，以致將病原體散佈出來，傳給他人，爲害繁衆。

隔離消毒是對已對人都有益處，在家庭護理方面，一定要嚴格的、切實的去執行。（隔離法和消毒法後面講）

三、聽從醫務人員的指導

醫務人員是病人的救治者和健康的顧問，他對於治病、防病都在科學醫學的基礎上有其正確的、一定的經驗，所以那些病人應當吃那些東西，注意那些事情，家庭護理人員一定要服從指導，切實合作，萬不要自作主張，獨出心裁。

舉一個例子：如一個有肺炎的病人，醫師告訴你你要兩小時量一次體溫，並當他體溫突然下降的時候，會有危險，要馬上報告醫師，你馬虎了，或者以爲體溫下降是很好的現象，不去報告醫師，這個病人也許會因此發生虛脫。再舉一個例子：如一個腎臟炎的病人，醫師要你不要把鹽和雞蛋給他吃，但是你允許病人的懇求，也覺得吃點鹽沒有關係，這個病人的浮腫會更加厲害。還有一個高熱病人，醫師常常要你用冷水手巾或冰袋冰他的頭部，你很詫異，以爲冷熱衝突，怕病人受不了，病人會因爲發熱受不了而燒得他神經錯亂，抽風，說胡話，橫打亂鬧或昏迷不醒。其他在日常生活方面，你如果不聽從醫務人員的指導，注意衛生，你就會發生疾病。

四、說服教育

一個人在病時會心理失常，發生興奮，煩躁，多愁，多慮，悲觀，失望，怕死，想死等情緒，

尤其在親人面前，病人更時常撒嬌，因此有時候你小聲說話，會惹起他的神經過敏，發生懷疑；稍不聽從他的意思，會發生暴怒，讓他一個人躺着，沒有人來看他，會覺得寂寞，冷淡；要開刀會發生恐懼；割掉一個膀子或一條腿，會覺得從此殘廢，變爲一個無用的人；生了肺病，以爲宣佈死刑，沒有希望；高熱不退，以爲病狀危險，一定要死；吃了幾次藥不見好，就要換醫師；疼痛太厲害，就要想自殺；或者渴念不在跟前的愛人；想吃不能吃的東西；要求不能做的事情；這些除掉你特別注意以外，你要慢慢的，懇切的，耐心的做說服教育的工作，務必要使他明了底細，心情愉快，好好的養病。同時日常衛生習慣的養成，更是說服教育的工作。

五、忍耐、鎮定

「床頭百日無孝子」，這是一句老話，是說服侍一個人太久了，就是他的兒子，也會覺得煩厭。但一個病人愈到後來，愈覺得護理的重要，因爲他的病要好了，不好好的護理會前功盡棄，反而加重，或發生意外的事故；如果他的病愈來愈重，那就更需要好好護理的。

因爲病人的心情異常，護理稍有疏忽，常會遭受他的喝斥，就是好心好意的服侍他，有時候也會惹起他的煩厭，其餘他一刻要求這樣，一刻吩咐那樣，或者他大小便失禁，剛剛搞乾淨，又馬上弄髒，如果你耐心不夠，就會覺得忍耐不下，在行動上或言語上有所頂撞，或置之不理，這樣更會惹起病人不好的情緒，影響他的病症。

當你聽着你的孩子悲慘的呻吟，當你看見你的愛人痛苦的形像，當你曉得你的父母不久人世，你一定心如刀絞，有說不出的難過，這時候你如果心緒緊張，不能控制，你會不由得痛哭流涕，更引起病人的痛苦，而使你沒有主意，張惶失措，顧此失彼，尤其對於重病人，影響極大。因