

初級卫生人员学习丛书

# 简易护理法

沈 源 編

人民卫生出版社

中國人民大學書刊編輯部

# 商易護理法

第一版

中國人民大學出版社

## 內 容 提 要

本書主要目的是為初級護理人員講解怎樣科學地護理病人。全書分基礎護理和專科護理兩部分。基礎護理部分把臨床上常用的各項護理操作方法作了簡單明了的介紹，同時適當地介紹一些淺顯的理論，還詳細敘述醫療器械和護理用品的準備、清理和保管的方法。專科護理部分則重點提出外科、婦產科、兒科和重症病人的護理要點。全書約三萬字，附有插圖多幅，使內容更易了解。本書除初級護理人員外，保健員、接生員和基層醫務幹部均有參考價值。

## 簡 易 護 理 法

開本：787×1092/32 印張：2 1/8 字數：46 千字

沈 源 編

人 民 衛 生 出 版 社 出 版

(北京書刊出版業營業許可證出字第〇四六號)

·北京崇文區綏子胡同三十六號·

中 國 青 年 出 版 社 印 刷 廠 印 刷

新華書店科技發行所發行·各地新華書店經售

統一書號：14048·1545

定 價：0.14 元

1958年9月第1版—第1次印刷

1960年9月第1版—第7次印刷

(北京版)印數：215,001—265,000

# 目 录

|                       |    |
|-----------------------|----|
| 第一章 緒言 .....          | 1  |
| 基础护理 .....            | 2  |
| 第二章 病人环境的管理 .....     | 2  |
| 一、病室的管理 .....         | 2  |
| 二、病室常用物品的处理 .....     | 2  |
| 第三章 病人的清洁和安适 .....    | 4  |
| 一、鋪床 .....            | 4  |
| 二、沐浴 .....            | 5  |
| 三、洗发 .....            | 6  |
| 四、清洁口腔 .....          | 7  |
| 五、使用便盆 .....          | 7  |
| 六、褥疮 .....            | 8  |
| 第四章 病人的搬运 .....       | 9  |
| 第五章 病人的饮食 .....       | 11 |
| 第六章 体温、脉搏、呼吸和血压 ..... | 14 |
| 一、体温 .....            | 14 |
| 二、脉搏 .....            | 16 |
| 三、呼吸 .....            | 16 |
| 四、血压 .....            | 17 |
| 第七章 清洁灌腸法 .....       | 20 |
| 第八章 收集标本 .....        | 21 |
| 一、收集小便标本 .....        | 21 |
| 二、收集大便标本 .....        | 22 |
| 三、收集痰标本 .....         | 23 |
| 四、收集呕吐物的标本 .....      | 23 |
| 第九章 热与冷的应用 .....      | 24 |
| 一、热敷 .....            | 24 |

|                      |    |
|----------------------|----|
| 二、热水袋 .....          | 25 |
| 三、拔火罐 .....          | 27 |
| 四、芥末泥敷 .....         | 28 |
| 五、冷敷 .....           | 29 |
| 六、冰袋 .....           | 29 |
| 第十章 给药法 .....        | 30 |
| 一、口服法 .....          | 30 |
| 二、熏气法 .....          | 31 |
| 三、注射法 .....          | 33 |
| 第十一章 隔离技术 .....      | 42 |
| 第十二章 尸体料理 .....      | 46 |
| 专科护理 .....           | 48 |
| 第十三章 重病病人的护理 .....   | 48 |
| 第十四章 手术前后病人的护理 ..... | 51 |
| 一、手术前病人的护理 .....     | 51 |
| 二、手术后病人的护理 .....     | 53 |
| 第十五章 外科换药 .....      | 54 |
| 一、清洁伤口的换药法 .....     | 54 |
| 二、感染伤口的换药法 .....     | 56 |
| 第十六章 妇产科病人的护理 .....  | 57 |
| 一、外阴冲洗 .....         | 57 |
| 二、阴道灌洗 .....         | 58 |
| 三、会阴破裂的护理 .....      | 59 |
| 四、乳房疾病的护理 .....      | 59 |
| 五、子痫病人的护理 .....      | 61 |
| 第十七章 小儿的护理 .....     | 61 |
| 一、协助医师为小儿检查和治疗 ..... | 61 |
| 二、给婴儿洗澡 .....        | 64 |
| 三、臀部护理 .....         | 65 |
| 四、怎样对待病儿 .....       | 66 |

## 第一章 緒 言

护理工作是在卫生保健事业中的一个组成部分，因为无论在防病或治病方面，护理工作都是与医疗工作密切配合，共同来进行的。人的生老病死都离不开护理工作，尤其是在患病的时候，治疗与休养工作中的很大一部分，都应由护理人员来担任。护理工作的质量如何，直接影响到医疗效果。由此可见护理工作的重要，护理人员应以严肃的态度对待工作。

在医院中，护理人员是直接为病人服务的。他们虽然只担任比较简单的护理操作，而这些平凡的劳动对于病人的痊愈却有着重要的意义。只要是对病人有利的事，护理人员必须不怕脏，不怕累，勤勤恳恳地认真去做。一切为了病人，对病人要有真挚的同志的感情，亲人一般地关怀、体贴他们，使他们在医院里同样能感到家庭的温暖，在病痛中得到热诚的安慰和必要的照顾。在工作中，要服从医师和护士长的领导和指导，要成为医师亲密的助手；自己应有为搞好工作而不断学习的钻研精神。为了多快好省地完成工作，要大胆地想出改进工作的办法，同时也要根据医院的设备条件，创造性地将本书中所介绍的各种方法实际运用，务使工作完成得好，使病人尽早恢复健康，回到生产岗位上去。

自从党提出社会主义建设的总路线后，全民的思想获得了解放，大家以革新的精神蓬勃地举办一切事业，大大加快了我国建设的速度。为经济建设服务的卫生事业也将以更大的步伐向前迈进。护理人员，也要以百倍的干劲，在党的领导下，献身于这个豪迈庄严的革命事业，与其他医务工作者共同为提高六亿人民的健康水平和消灭危害人民最严重的疾病而奋斗。

# 基礎護理

## 第二章 病人環境的管理

### 一、病室的管理

無論在醫院或是在家裡，病室是病人治療和休養的地方，所以要清潔、安靜、舒適、家具簡單，就是在醫院里也要布置得像家裡那樣，不使病人感到生疏或念家，這樣對病人的精神和身體是有好處的。

病室不可太冷太熱，更不可忽冷忽熱。最好使病人在室內不感到寒冷，也不出汗。如有室溫表，應保持在 18—20°C。天熱時多開門窗，夏季可整日整夜地打開窗子，但窗上應裝鐵紗或冷布，防止蚊蠅飛入。冬季在寒冷的地區可生爐子取暖，但必須沒有煙和煤氣。室內空氣要流通，這點在冬天應特別注意，一天至少開窗兩次，開窗的時候把病人蓋暖。病人的床位不要離窗太近，熱天和冷天窗戶都不可對開，也不可讓風直接吹到病人身上，使病人着涼。

病室要很乾淨，沒有氣味。每天用潮濕的抹布擦拭家具，先在地上噴水，然後掃地，以免塵土飛揚。常常要為病人整理床頭櫃，櫃的里外都要擦乾淨。同時要注意病室的安靜，工作的时候應輕手輕腳，更不可大聲談笑。夜間和午睡的時候更應避免各種嘈雜的聲音。

### 二、病室常用物品的處理

病室的用物種類很多，而且用各種各樣的材料做成，一般都由護理人員保管。保管得好，可以延長物品的壽命，為國家

节省财富，取用时也方便。下面介绍几种不同种类物品的简便处理方法。

搪磁类的物品用肥皂或去污粉刷洗，然后用清水冲净。需要消毒时，可放在煮锅内煮沸5分钟。取用时不要碰撞，如果搪磁脱落就容易生锈破烂。

玻璃器用肥皂和水洗净后，用软布擦干。注射器用过后，立即把活塞和空筒分开，然后清洗。煮沸消毒时，先用布巾把各玻璃件隔开包裹，放在冷水或温水中，煮沸5分钟。用2%来苏溶液、1:1000升汞溶液浸泡30分钟，或用酒精浸泡5分钟也可消毒。

橡皮类的东西可用温肥皂水洗净。橡皮单冲净，擦干，卷起，不可折迭。橡皮袋洗后倒挂，使水流尽，然后向袋中稍稍吹气，把盖拧紧收好。洗橡皮管时，管中注入肥皂水，用手指从橡皮管的一头慢慢捏到另一头，使管内的污物排出，再用清水冲净，挂起晾干后，盘绕在一起装入盒内，不可扭曲。用煮沸的方法消毒橡皮类时，要等水煮沸后再把东西扔入，煮5分钟，时间不宜太长。如果煮沸法麻烦，也可用2%来苏溶液泡30分钟。油布的处理法基本上和橡皮布同，用肥皂水擦洗，清水冲净，晾干，只是可以折迭，但是不要压成死折。

金属类器械应用刷子蘸肥皂或去污粉刷洗。钳子、夹子要注意清洗轴的地方。一般都用煮沸5分钟消毒，但刀、剪子有锋刃的器械可用酒精浸泡5分钟。

布单类一定要洗得干净，多过水，晒干，存放在通风干燥的地方，不带肥皂气味或霉味。布单染上血迹时，立刻浸入冷水或温水搓洗，然后再用肥皂洗涤。取用布单时，如发现破裂的应先缝补，再使用。

### 第三章 病人的清洁和安适

#### 一、鋪 床

病床是病室中最主要的設備。病人有充分的睡眠和休息，才能提高治疗效果，加快疾病的恢复。病床要舒适、清洁。褥子上面鋪一条浅色的褥单，紧紧包裹褥子，使平整沒有褶皱。枕头也要套上浅色的枕套。有大小便失禁的病人在褥单上自腰部到膝部鋪一条大油布，油布不可直接貼着病人，所以上面再加一条小布单盖过油布，兩边塞入褥子下，不使移动。

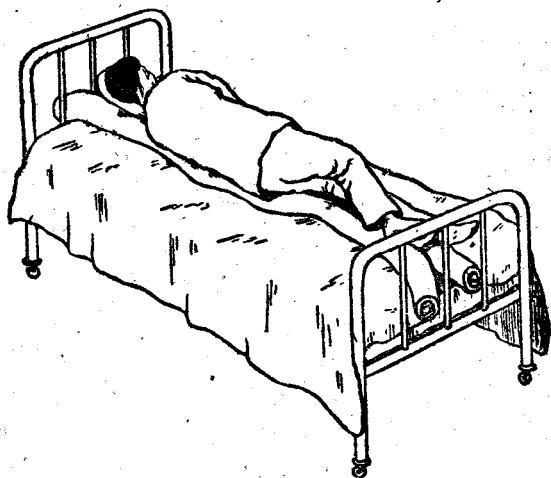


图1 換床单法

这样，污染时，只要替換小布单，又省又方便。盖被要輕暖，不可太厚。棉絮应加被套，可常洗換。被套就象一只布袋，套入棉絮后，在脚端用帶子系住。起床的病人，可将被折迭放在床脚端，保持整洁。每天早晨病人醒来后和晚上病人睡觉前，要

为病人扫床，清除床上的碎屑灰尘，拉平褥单，同时也使被褥有通风的机会，这样，对病人又舒适，又卫生。

床单至少每隔 7—10 天更换一次，但被病人的排泄物污染时应立即更换。为不能移动的重病人更换床单法如下：先帮助病人面向外侧卧，把背后空出的一半脏单卷到病人背下，同时在这部位铺上卷起一半的清洁单被，卷起部分贴近病人的背部，与卷起的脏单并排(图 1)。把清洁单子的剩余部分铺平，塞入褥子下面。帮助病人翻过身来，面向里边侧卧，待病人躺妥后，绕到床的对侧，从病人背下拉出脏单，撤走，再把卷起的干净单子拉出，铺平，塞紧。让病人躺舒服。换床单时动作要轻而稳，时时注意病人，不使劳累。

## 二、沐 浴

皮肤经常排泄汗液，分泌油质，再加上日常所沾的尘土，如不常常洗擦，污垢积存起，既会阻碍皮肤的正常功能，又使平时散布在皮肤上的微生物繁殖起来。所以要常为病人洗脸，洗澡。

每天早晨病人必须用肥皂洗手，洗脸、颈和耳朵。对重病人或卧床的病人，可以把水带到床边，为病人拧干毛巾或帮助洗擦。

根据气候和病人的需要不同，约每一、二星期沐浴一次。能起床的病人可洗盆浴。先把浴盆刷洗干净，对好水，把需用品如肥皂、毛巾、替换的衣服等备妥。对体弱的病人，可由护理人员帮助洗澡，并且必须注意病人的情况，防他可能在洗澡的时候昏倒。先洗头部，然后躯干、双手，最后洗脚。皮肤互相贴近和有汗积聚的部位，如指(趾)缝、脚、腋窝、生殖器部位和妇女的乳房下区要仔细地洗。洗完澡，扶住病人的腋窝，

让他从盆里出来，坐在椅子上，用毛巾擦干，换上清洁的衣服，稍稍休息一会，再离开浴室。

对卧床病人或重病人，可用温水在床上替他擦洗。擦浴也要一部分一部分地进行，顺序和盆浴时相同：从脸、颈部开始，以后两手、躯干和脚。擦洗时先用干毛巾垫在擦洗的部位下，以免弄湿床褥，再用小毛巾蘸肥皂和水洗擦干净，抽出垫着的毛巾擦干。擦洗过的部位盖上被单。洗手和脚时，可把盆移近病人，下面垫毛巾，浸泡一会，更为舒适。浴水太脏时应随时更换。

### 三、洗 发

洗发的次数看头发含油的多少而定，一般是每隔两星期洗一次。为卧床的女病人洗发，方法如下：把毯子、小被或被单卷起，变成马蹄形，用带子系住两端，放在床头边，缺口朝向床边，上面铺一块大油布，做成一个水槽(图2)。油布的下缘沿着床边垂下，末端放入架在凳子上的盆或桶中，使污水顺着槽流入桶中。病人在床上斜卧，头枕在马蹄形水槽的后缘上，头发倒着散在槽中。先用水润湿头发，再用肥皂一边洗一边按摩头皮，最后用清水冲净，用湿手巾挤干头发，撤去马



图2 临时做成的洗发用水槽

蹄形槽，用毛巾擦干。梳发时，短发从头皮到发梢，长发从发梢梳起，慢慢梳到头皮，然后编成辫子。

如果头发长虱子，又不愿剪去，应用二二三消灭虱子。把头发分成小股，用10%二二三粉撒在头发中和头皮上，再用头巾把头发裹住，包紧。经24小时后打开，用篦子篦去死虱，一星期后重复一次，因为二二三不能杀灭虱卵。

#### 四、清 洁 口 腔

口腔是最适宜细菌生长的地方，留在口中的食物残渣腐败时就能引起口腔粘膜发炎，有时还可引起全身性的疾病。所以一般病人每日早晚都要刷牙，每次吃饭后也要漱口。重病人和发高热的病人因舌苔厚，有口臭，更要注意口腔的清洁。为这样的病人清洁口腔可以把纱布缠在压舌板上，伸入口中，撑开面颊，用长棉棍或钳子夹棉球蘸1%硼酸溶液，轻轻擦洗口腔粘膜。先擦颊部的内面和齿龈的外面，换一棉棍或棉球，再擦齿龈的内面和舌面，然后让病人吸水或用注洗器沿口角慢慢注入漱口水漱口，吐在弯盆中。洗完后，擦嘴。口唇干裂的，可涂少许液状石蜡。

#### 五、使用便盆

不能起床的病人必须在床上大小便。病人要求用便盆的时候，护理人员应当行动迅速，不让病人等候。便盆必须清洁，没有气味。在冷天先用温水冲盆，使盆温暖。给衰弱的病人便盆时，一手托起他的骶部，一手把便盆放到臀部下面。必须使病人感到舒适。有的病人不习惯躺着排便，可设法垫高上半身成半坐的姿势。离开病人前，记住把铃或者其他召唤工作人员的按钮放在病人身旁能取得到的地方。对衰弱的病

人要时时注意，以便及时取走便盆。

便盆用完后立即拿出病室，把大便倒入下水道或粪池，然后用水洗刷干净。

## 六、褥 瘡

重病人或长期卧床不能活动的病人，如果护理得不好，那末，在与被褥接触最多的部位就会发生褥疮。褥疮就是长期受压或受摩擦的皮肤表面溃烂。

被褥潮湿或不平、床上有碎屑、长期不给病人翻身，都是发生褥疮的原因。骨头突出、肌层很薄的部位，如骶部、肩胛部、肘部和脚跟等地方最容易生褥疮。

褥疮是慢慢地、不知不觉地发生的。起初皮肤变红，渐渐变青紫色，然后皮肤表层开始脱落，溃烂。微生物进入伤口，可以使皮下组织发炎和坏死。褥疮很难治疗，不但增加病人的痛苦，如果引起全身感染的时候，还有生命的危险。所以护理人员有责任预防病人发生褥疮。

为了预防褥疮，应常使卧床的重病人或不能自己活动的病人翻身，不要总压着身体的一个部位。也可用棉垫、棉圈或橡皮气圈垫起受压的部位。橡皮气圈应有套子或用被单包裹，不使橡皮直接贴着病人的皮肤，气不要打得太足，用时把病人的受压部位放在气圈或棉圈的孔上。

不能管制大小便的病人，特别要注意皮肤和床褥的清洁。大小便后要用温水洗净臀部，擦干，抹油，保护皮肤。尿湿的床单立刻换掉，床铺要一直保持干燥，平整没有褶皱，没有碎屑。已经发红的皮肤，可用热毛巾或酒精常常轻轻地按摩。

## 第四章 病人的搬运

搬运病人要看病人体格的大小、轻重和病人的情况来配备人员。搬运时一定要稳当，勿使病人害怕，并且不要触痛病人有创伤的地方。如果用担架或平车的时候，先要检查工具是否完好。

一人搬移病人时，用一手抱住病人的肩胛下部，另一手放在大腿的下面，同时病人用两手抱住搬移人的颈部(图3)。

二人搬移时，先把病人的手交叉放在腹部，一人托住病人的颈与背部，另一人托住臀部和膝弯的下面，二人同时慢慢地抬起病人，使病人稍稍面向搬移人，然后轻轻把病人放在床上(图4)。

三人搬移病人时更为方便。这时一人托着头和胸部，另一人托住腰部和大腿，第三人托着小腿(图5)。

二人或三人搬移时，最好喊“一、二、三！”，动作要齐，搬运时要步调一致，使病人感觉平稳。

用平车或担架搬运病人时，必须使病人躺卧舒适、稳妥。车不要推得太快，抬担架时，大家的脚步不要整齐，这样，病人不至于摇摆。上坡时，病人头在前，下坡时，头在后。



图3 一人搬移法



图4 二人搬移法



图5 三人搬移法

在病室中要把重病人从担架搬到床上去的时候，要使担架的脚端靠近床的头端成直角(图6)。如果病室太小，直角摆不下，可以使担架与床平行，床头对着担架的脚端(图7)。工

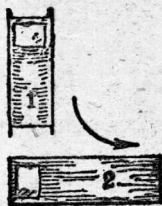


图6 担架与床成直角

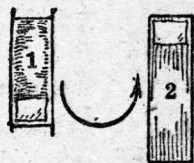


图7 担架与床平行

作人员站在担架和床的中间，面向病人。喊“一、二、三！”，一齐抬起病人，照图中箭头的方向转过来，把病人轻轻放在床上。

## 第五章 病人的饮食

饮食对于人的生命和健康关系很大。饮食的好坏，并不在乎价钱的高低，而在乎合理地选择和分配。如果饮食不合理，例如吃太多的肉类而不吃蔬菜，就是化很多钱，还是对身体没有多大益处，有时反会引起一些疾病。饮食对病人尤其重要，因为一方面可以增加病人的抵抗力，另一方面还可用来治疗疾病。例如缺乏某种维生素的疾病，就可以用含有这种维生素的饮食来治疗。

病人的情况各有不同，为了适合各种病人的需要，医院里一般采用四种基本膳食：

1) 普通饭——与我们日常所用的膳食相同，是适合身体需要的包含各种营养素的平衡膳食。

2) 軟飯——容易嚼、容易消化的膳食，象青菜和肉类就要把它剁碎或者擦成泥。

3) 半流质膳食——食物做得半稀，比軟飯更容易咽，容易嚼，容易消化，如挂面、稀飯等。

4) 流质膳食——和稀湯一样，連嚼都不必嚼，如肉湯、米湯、豆浆、果子水等。

除了四种基本膳食外，为特殊的病人还有特別膳食，或者叫做特別飯，例如糖尿病病人就有糖尿病飯。这种特別膳食更是医师和营养师替病人計劃的。由此可見，开飯也是一件严肃的工作，一定要把做給什么病人吃的飯正确地送到这个病人手里，不要弄錯。有的病人，因为预备动手术或是做特別檢查，暫不吃飯，那就千万不要給他端飯。最好在他的床栏上做上一些标记，提醒工作人員。有的医院，用各色布帶，有的用各色紙牌，来代表指定的膳食。無論如何，开飯时要核对清楚，如果有疑問，要向負責人問明白。

吃飯要有一定的時間，在医院里往往有固定开飯的時間，在家里也要按規定的時間給病人开飯，不要什么时候想吃就吃，不想吃就不吃，这样，就容易造成消化不良。

为了使病人增加食欲，帮助消化，要使病人在吃飯的时候身体舒适，精神愉快。在开飯前 15—30 分钟就停止治疗。要大小便的，在这时候分送便器，然后为病人洗手。如果在家里，或是病房里只有一两个病人，可給他們端水来洗手，如果病房里病人很多，可用洗手車为病人洗手（图 8）。对能起床的病人，尽量为他們准备餐桌，讓他們坐在一起吃飯，象在家里一样。卧床的病人应使他采取最舒适的位置，头部稍稍垫高。能在床上坐起来的，背部腰部要垫舒服，坐稳，最好能有床上用的小桌（图 9），病人就不会太累。