



进城务工
实用知识与技能丛书



【好员工系列】

HAOYUANGONG XILIE

JINCHENG WUGONG SHIYONG ZHISHI YU JINENG CONGSHU

HUGONG JIBEN HULI ZHISHI YU JINENG

护工基本护理 知识与技能

■ 王瑞敏 主编



重庆大学出版社

<http://www.cqup.com.cn>

进城务工实用知识与技能丛书——好员工系列

护工基本护理知识与技能

主编 王瑞敏

重庆大学出版社

内 容 提 要

本书是为了指导农民工或城镇失业人员从事“护工”或“护理员”工作而组织编写的。全书共10章,内容包括护理学的形成与发展、护理的基本知识、心理护理知识、医院和住院环境、病人入院和出院的护理、卧位和安全的护理技术、预防和控制医院感染的技术、病人清洁护理技术、生命体征的测量及护理、饮食护理、排泄护理、冷热疗技术。全书以“必须”、“够用”为度,通俗易懂,实用性极强,适合具有初中文化程度的农民和城镇失业人员自学,也可作为目前各地举办的“护工”或“护理员”培训用书。

图书在版编目(CIP)数据

护工基本护理知识与技能/王瑞敏主编. —重庆:重庆大学出版社,2007.3

(进城务工实用知识与技能丛书. 好员工系列)

ISBN 978-7-5624-3991-2

I. 护… II. 王… III. 护理学—基本知识 IV. R47

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 027063 号

护工基本护理知识与技能

主编 王瑞敏

责任编辑:顾丽萍 版式设计:顾丽萍

责任校对:李定群 责任印制:张 策

*

重庆大学出版社出版发行

出版人:张鸽盛

社址:重庆市沙坪坝正街174号重庆大学(A区)内

邮编:400030

电话:(023) 65102378 65105781

传真:(023) 65103686 65105565

网址: <http://www.cqup.com.cn>

邮箱: fxk@cqup.com.cn (市场营销部)

全国新华书店经销

重庆大学建大印刷厂印刷

*

开本:787×1092 1/32 印张:4.5 字数:101千

2007年3月第1版 2007年3月第1次印刷

印数:1—3 000

ISBN 978-7-5624-3991-2 定价:5.00元

本书如有印刷、装订等质量问题,本社负责调换

版权所有,请勿擅自翻印和用本书

制作各类出版物及配套用书,违者必究

前 言

党的“十六大”报告明确提出,“农村富余劳动力向非农产业和城镇转移,是工业化和现代化的必然趋势。”转移农村劳动力,实现农村城镇化,是我国的一个重要国策。随着农村改革的不断深入,以及工业化、城市化、现代化的大力推进,实现农村劳动力的充分就业,是农业社会向工业社会发展进程中的一个阶段,是加快农村经济发展,实现农民增收的关键措施。加强对农村劳动力的职业技能培训,是提高农民就业能力、增强我国产业竞争力的一项重要基础性工作,因此,为了适应农民工朋友进城务工的需要,为他们学好技术,达到上岗就业的要求,重庆大学出版社推出了这套《进城务工实用知识与技能丛书》。

本书是进城务工实用知识与技能丛书之一,旨在为农民工进城找工作或城镇失业人员找工作提供切实可行的技能自学参考,此外,还可作为目前各地举办的“护工”或“护理员”培训用书。

本书在编写上力求突出科学性、针对性和实用性。编写内容的遴选不但考虑了农民工进城从事“护工”或“护理员”工作的实际需要,也考虑了进城务工人员的文化知识水平。尤其是操作技能的编写,浅显易懂,重点讲解怎么做,并力求图文并茂,旨在使具有初中以上文化程度的农民和城镇失业人员,能够“看得懂”、“学得会”,通过自学或参加相应的培训能够从事

“护工”或“护理员”工作。

全书共 10 章,其中第 1 章绪言主要介绍护理学的形成与发展、护理的基本知识以及心理护理知识。第 2~10 章为基础护理技术有关知识,包括医院和住院环境、病人入院和出院的护理、卧位和安全的护理技术、病人清洁护理技术、生命体征的测量及护理、饮食及排泄护理等。鉴于本书的实用技术操作较多,技术性较强,建议欲从事“护工”或“护理员”工作者,最好参加有关的培训班;自学者,可将家庭作为实训场地,进行相关的实践技能训练,力求掌握书中所涉及的操作技能。

我们衷心希望本系列书能给农民朋友带来实惠,为建设社会主义新农村做出贡献。

限于编者的认知能力和学识水平,加之时间紧迫,书中错漏难免,恳请使用本书的师生和读者惠予指正。

王瑞敏

2007 年 2 月

目 录

第一章 绪言	1
第一节 护理学的形成与发展	1
第二节 护理的基本知识	4
第三节 心理护理知识	8
第二章 医院和住院环境	12
第一节 概述	12
第二节 门诊部	14
第三节 病区	15
第三章 病人入院和出院的护理	26
第一节 病人入院护理	26
第二节 病人出院护理	27
第三节 运送病人法	28
第四章 卧位和安全的护理技术	34
第一节 常用卧位	34
第二节 卧位的变换	41
第三节 保护具的应用	44
第五章 预防和控制医院感染的技术	50
第一节 医院感染概述	50
第二节 清洁、消毒、灭菌技术	52
第三节 隔离技术	58
第六章 病人清洁护理技术	68

第一节	口腔护理	68
第二节	头发护理	72
第三节	皮肤清洁护理	76
第四节	压疮的护理	80
第五节	卧有病人床整理法及更换床单法	86
第六节	晨晚间护理	91
第七章	生命体征的测量及护理	93
第一节	体温的测量及护理	93
第二节	脉搏的测量及护理	99
第三节	呼吸的测量及护理	103
第四节	血压的测量及护理	104
第八章	饮食护理	111
第一节	医院饮食	111
第二节	饮食护理	114
第九章	排泄护理	117
第一节	排尿护理	117
第二节	排便护理	121
第三节	排气的护理	123
第十章	冷热疗技术	126
第一节	热疗技术	126
第二节	冷疗技术	133

第一章 绪 言

护理学是研究促进、维护、恢复人类身心健康的护理理论、知识、技能及其发展规律的综合性应用科学。它是在人类祖先自我防护本能的基础上,通过长期的抗病害斗争和劳动实践而逐渐发展起来的。随着社会的发展、科学的进步、人民生活水平的提高和对健康需求的增加,护理学已逐渐发展成为医学科学中一门独立的学科。

第一节 护理学的形成与发展

护理的起源可追溯到原始社会,可以说,自从有了人类,就有了护理活动。早期护理意识起源于人们的生活实践,人类为谋求生存,在与自然界做斗争的过程中,以自我保护式、互助式等手段与疾病做斗争,当时的护理仅限于简单的生活上的照顾,并带有浓厚的宗教色彩。其发展主要经历了自我护理时期、家庭护理时期、宗教护理时期和医院护理时期。

19 世纪中叶,英国的佛罗伦斯·南丁格尔(图 1-1)首创了科学的护理事业,这是护理工作的转折点,也是护理专业化的开始。

南丁格尔是英国人,1820 年 5 月 12 日诞生于父母旅行之地——意大利佛罗伦斯。她的家庭极其富有,父母博学多才,因此从小受到良好的教育,曾就读于法国巴黎大学,精通英、



图 1-1 佛罗伦斯·南丁格尔

法、德、意等国语言,具有较高的文化修养。她从小就表现出很深的慈爱心,乐于关心和照顾伤病者,接济贫困人家,长大后立志从事救死扶伤的护理工作。在随家人到世界各国旅行期间,南丁格尔专注于参观考察各地的孤儿院、医院和慈善机构等,了解各地护理工作的状况。1850年,她终于冲破封建意识的束缚和家庭的阻挠,去了当时最好的护士培训基地——德国的凯撒斯威斯城护士训练所,接受了3个月的护理训练,以后又对英、法、德等国的护理工作进行了考察研究。1853年,南丁格尔在慈善委员会的赞助下,在英国伦敦开设了第一个看护所(护士院),并被聘为院长,由于管理有方,成效显著。

1853年10月,克里米亚战争爆发。1854年3月,英、法联军为援助土耳其,对俄宣战,由于战地救护条件十分恶劣,负伤英军的死亡率高达50%,这个消息引起了英国民众的强烈不满。南丁格尔获悉后立即申请参加战地救护工作。1854年10月,她被任命为“驻土耳其英国总医院妇女护士团团团长”,率38名优秀护士抵达战地医院。她以顽强的毅力,克服重重困难,

带领护士们改善医院病房环境,改善伤病员膳食,并为伤员清洗包扎伤口,配合外科手术,消毒物品;还设法建立了阅览室和娱乐室,抽空替伤病员书写家信,使全体伤病员获得精神慰藉。每夜她独自提灯巡视病房,亲自安慰那些重伤员和垂危士兵,因而得到士兵们的爱戴和尊敬,他们感激她,亲切地称她为“提灯女神”、“克里米亚天使”。由于南丁格尔和护士们艰苦卓绝的工作,在短短的半年时间内使伤病员的死亡率由 50% 降至 2.2%。她们的成效和功绩,受到人们普遍地赞扬。1856 年战争结束,南丁格尔回到英国,受到全国人民的欢迎。

南丁格尔一生致力于开创护理事业,功绩卓著,被尊为现代护理的鼻祖。她对护理学的主要贡献可概括如下:

(1) 创建了世界上第一所护士学校 克里米亚战场的护理实践,使南丁格尔更加深信护理是科学事业,只有经过严格训练的人,才能胜任护理工作。1860 年,南丁格尔在英国的圣托马斯医院创办了世界上第一所正式的护士学校,为护理教育奠定了基础。从 1860 年到 1890 年,学校共培养学生 1 005 名,她们遍布欧美各国,传播、弘扬南丁格尔精神,使护理事业出现了崭新的局面,国际上称这个时期为“南丁格尔时代”。

(2) 撰写著作指导护理工作 南丁格尔一生撰写了大量的笔记、报告和论著。其中,《影响英军健康、效率与医院管理问题摘要》的报告被认为是当时医院管理最有价值的文献,她的代表作还有《医院札记》和《护理札记》,后者被认为是护士必读的经典著作,曾被译成多种文字。她的著作对今天的护理实践仍具有指导意义。

(3) 首创了科学的护理专业 南丁格尔对护理事业的贡献,还在于她使护理走向科学的专业化轨道,使护理从医护合一的状态中成功地分离出来。她对护理专业及其理论的精辟

论述,形成了护理学知识体系的雏形,奠定了近代护理理论基础,推动护理学向科学的专业化方向发展。

南丁格尔以她渊博的知识、卓识的远见和高尚的品德,投身护理工作,对护理事业做出了巨大的贡献。她把毕生的精力都奉献给了护理事业,终生未婚,1910年8月13日逝世,享年90岁。

现代护理与南丁格尔时代的护理已大不相同,在护理学的知识结构、护理的目的、护理的对象、护理的作用等方面发生了极大的变化。从护理学的实践和理论研究来看,现代护理学的变化和发展主要经历了以疾病为中心的护理阶段、以病人为中心的护理阶段和以人的健康为中心的护理阶段。

今天,随着科学的发展和社会的进步,护理学已发展成为现代科学体系中一门独立的、综合自然科学与社会科学的、为人类健康服务的应用科学;护理工作的范畴从病人扩展到所有人(包括生命全过程),从个体扩展到群体;护理工作的场所从医院扩展到家庭、社区以及所有有人的地方。

第二节 护理的基本知识

一、护理的基本概念

现代护理学是由4个最基本的概念组成,即:人、环境、健康、护理。对这4个概念的认识和理解,直接影响护理学的研究领域、护理工作的范围和内容。

(一)基本概念

1. 人 人是护理服务的对象,是一个由生理、心理、社会、

文化、精神等多种因素组成的整体的人。良好的护理应建立在对人类全面照顾的基础上,需要对人有一个全面的认识。

2. 环境 环境是指人类赖以生存的周围一切事物,分内环境和外环境。人的一切活动都离不开环境,并与环境相互作用、相互依存。任何人都是无法脱离环境而生存和发展的。环境对人类健康的影响越来越被人们重视,良好的环境能促进健康,不良的环境则危害健康。护理人员应努力创造良好的自然和社会环境,帮助人们认识和避免环境中不利的因素,从而促进健康,维护健康。

3. 健康 世界卫生组织(WHO)于1947年把健康定义为:健康不但没有躯体疾病,还要有完整的生理、心理状态和良好的社会适应能力。从WHO对健康的定义可以看出,人的健康包括了身体、心理和社会等各个方面。因而健康是反映整体的概念,人的任何一方面出现不正常,均会影响整体的健康状态。护理人员应针对每个服务对象的不同健康状态,通过正确评估实施整体护理措施。

4. 护理 护理是诊断和处理人类对现存的和潜在的健康问题的反应的过程。护理的目标是帮助公众满足人的基本需要,是通过“促进健康、预防疾病、恢复健康、减轻痛苦”4项护士的基本职责来实现的。

(二) 4个基本概念的相互关系

人、环境、健康和护理4个概念之间是相互关联、相互作用的。缺少任何一个概念,都使护理不能成为独立的科学和专业。4个概念的核心是人,即护理实践的活动中心,护理对象存在于环境之中,并与环境互为影响,护理作用于护理对象(人)和环境之间,创造良好环境并帮助护理对象适应环境,从

而促进由疾病向健康的转化,达到最佳的健康状态。

二、护理道德规范

(一)热爱专业,无私奉献

随着医学的发展,护理工作在医疗、卫生预防、卫生保健中日益显示出重要的作用,成为高尚而有价值的事业。护理人员应为投身于这一事业而感到光荣和自豪。无论是在城市医院,还是在缺医少药的边远地区,无论是在战火纷飞的战场,还是在和平年代医院宁静的病房,护理人员以救死扶伤、实行革命的人道主义为己任,表现出了忠心耿耿、兢兢业业、忠于职守、热情饱满的优秀品格,为我国的护理事业奉献了自己的全部精力。护理人员应该在工作中逐渐深化自己的职业情感,不断提高自己的护理水平,热爱专业,无私奉献。

(二)尊重病人,关心疾苦

现代人越来越离不开医院,生老病死,每一环节几乎都与医院难解难分。在人们的生活中,医学、医院、医生、护士占据了太重要的位置。进入医院的病人,都处于生命中最脆弱的时刻,最需要人性的温暖。以拯救生命为使命的医学,首先要有抚慰生命的善意。尊重人、关心人、爱护人是护理人员最基本的品德。护理人员应具有爱心,将病人视为亲人,尊重病人的人格,尊重病人的诊治权利和维护健康的权利,以宽厚仁慈、体贴入微、任劳任怨、平等和蔼的态度悉心护理,急病人之所急,想病人之所想,从而使病人得到安慰,增强康复的信心和力量。

(三)爱护生命,审慎无误

人的生命只有一次,护理工作与病人的安危息息相关。唐

代名医孙思邈说：“人命至重，贵于千金。”因此，护理工作一定要高度认真，一丝不苟，严格遵守各项操作规程和工作制度，避免由于疏忽大意、敷衍塞责而酿成差错和事故。要经常想到自己的工作对象是“人”而不是“物”，要怀着对人的高度责任感苦练基本功，在诸如翻身、更衣、擦洗、修甲等操作中，均应轻巧、舒适、无误，否则，就会给病人造成痛苦甚至危及生命。护理人员在工作中还要注意团结协作，与同事建立良好的人际关系，善于发现他人长处，正确衡量和评价自己，谦虚谨慎，积极配合，顾全大局，相互学习，自觉接受集体规范的约束，以保证护理工作的高质量。

（四）勤奋学习，精益求精

护理工作需要护理人员具备多方面的知识和技能，不仅要有扎实的基础医学、临床医学以及基础护理、专科护理等方面的知识和技能，而且还要有较高的文化素质，掌握一定的自然科学和社会人文科学知识。护理人员在进行每项技术操作时，还应注意运用相关的专业知识去观察病人的反应，以便及时发现问题，并做出相应的处理，使病人解除痛苦。随着医学新技术的发展，以及各种先进医疗设备的使用，护理专业的内容不断扩大。护理人员只有刻苦钻研，不断吸取新知识，掌握新技术，才能适应护理事业的发展，成为一名合格的护理人员。

第三节 心理护理知识

一、病人心理

病人,是指患有各种疾病的人,包括那些只有病痛感觉,没有躯体病变的人。研究病人心理应特别注意病人角色的心理适应、病人的心理变化和病人的心理需要等问题。

(一)病人角色的心理适应

病人通常是由正常人衍化而来的,一个人从正常人衍化为病人后心理上需要一个转化和适应过程。如果适应不良,就易出现以下心理问题:

1. 病人角色缺如 即不承认自己有病,或虽然承认自己有病但意识不到自己疾病的后果,以致不合作治疗,甚至拒医。

2. 病人角色强化 即对自己所患疾病过度关心,过度依赖医院的环境,以至于过度夸大疾病带来的症状和感觉,甚至看不到疾病的恢复和好转,不能从病人角色里转换出来。

3. 病人角色消退 和病人角色强化相反,表现为疾病恢复过程中过早地从病人角色转化为正常人角色,疾病刚有好转就认为自己痊愈了,不再继续治疗。

4. 病人角色恐惧 其表现为对疾病的过度惧怕、担忧。

5. 病人角色假冒 某些人并无疾病,但为能摆脱某些社会责任或义务而假冒病人角色。

(二)病人的心理变化和心理问题

病人患病以后,由于受到病痛的折磨和精神上的痛苦,常

常产生一些心理上的变化和问题,常见的有以下几个方面:

1. 认知功能变化 有些病人对外界的声、光、温度及自身的体态、心跳、呼吸等特别敏感,常觉得与常人异;有的病人不记得自己的病史及医嘱,甚至刚刚说过的话都记不清楚;有的病人分析判断能力下降,对医疗问题等犹豫不决,不能下决心。

2. 情绪活动变化 病人往往对消极情绪刺激的反应强度大于正常人,微弱的刺激就会导致惊恐不安;多数病人易激动、感情脆弱易受到伤害;有时甚至为一些微不足道的小事而激动悲伤。

3. 人格变化和意志行为变化 有的病人人格变得较少独立性,较多依赖性,易感情用事,情绪不稳定;有的甚至提出过分或过多的要求,意志缺乏自控力。

4. 焦虑心理问题 有的病人对未来预感到害怕、不安、痛苦、提心吊胆甚至恐惧,以至于坐立不安、来回走动、出汗、口干、呼吸加快、两腿及全身无力等。

5. 恐惧心理 有的病人有害怕、受惊的感觉,出现回避、哭泣、颤抖、警惕、易激动等行为。

6. 抑郁心理 有的病人表现为兴趣减退,甚至消失;对前途悲观失望,精神疲惫不能振作;自我评价降低,自责自罪;对生活、生命丧失信心甚至出现自杀的想法和行为。

7. 退化心理 有的病人患病后可能出现行为退化的现象,表现为行为与年龄和社会身份不相符,出现小孩化的行为特征,如高度的自我为中心、兴趣狭窄、依赖别人等。

另外,病人常见的心理问题还有:依赖心理、猜忌心理、怀疑心理、孤独心理、愤怒心理、否认心理及过高期望心理等。

(三)病人的心理需要

病人是一个特殊的群体,存在着特殊的心理需要。主要表现在:需要尊重、接纳和关心;需要安全、信息、和谐的环境和适当的刺激等。

二、心理护理

(一)心理护理的概念

心理护理是根据心理学的理论和方法,在护理过程中通过人际交往和沟通,影响和改变病人的心理状态和行为,促进其康复的方法和手段。

心理护理应遵循以下原则:交往性原则、启迪性原则、针对性原则和自我护理性原则。

(二)心理护理的基本方法

- (1)建立良好的护患关系。
- (2)促进病友间良好的情绪交往。
- (3)重视并争取家属、亲友的配合。
- (4)加强健康宣教。
- (5)改善休养环境,合理安排生活。
- (6)合理使用心理疗法。

(三)心理护理的注意事项

- (1)既要坚持原则又要灵活变化,因人而异。
- (2)护理人员之间、医护人员之间要加强合作,不能各行其是使病人无所适从,无所遵循。