

林朝龙 李彩玲 冉昌蓉 徐 源 ◆编著



家庭护理技能指导



广东省出版集团
广东科技出版社



图章 (CIP) 目录附录

家庭护理技能指导

林朝龙 李彩玲 冉昌蓉 徐源
郑志慧
江苏工业学院图书馆
藏书章

广东省出版集团
广东科技出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

家庭护理技能指导/林朝龙等编著. —广州: 广东科技出版社, 2004. 11 (2007. 8 重印)

(全面建设小康社会“三农”书系·农民工编)

ISBN 978-7-5359-3748-3

I. 家… II. 林… III. 家庭—护理—基本知识
IV. R473.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 090782 号

Jiating Huli Jineng Zhidao

出版发行: 广东科技出版社

(广州市环市东路水荫路 11 号 邮码: 510075)

E - mail: gdkjzbb@21cn.com

http: //www.gdstp.com.cn

经 销: 广东新华发行集团股份有限公司

印 刷: 佛山市浩文彩色印刷有限公司

(南海区狮山科技工业园 A 区 邮码: 528225)

规 格: 787mm × 1 092mm 1/32 印张 4.125 字数 83 千

版 次: 2004 年 11 月第 1 版

2007 年 8 月第 2 次印刷

印 数: 10 001 ~ 15 000 册

定 价: 4.80 元

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。

内 容 简 介

本书结合一般城镇家庭对护理工作的普遍要求和护理工作的基本特点,较全面地介绍了家庭护理员应掌握的基本知识和技能。内容包括家庭护理员的基本要求,家庭护理的基本操作技能,对老年人与新生儿的家庭护理以及各种病人的家庭护理等。

本书着重于实用性和可操作性,适用于进行普通家庭护理的人员参考使用。

《全面建设小康社会“三农”书系》编委会

组织单位名单

中共广东省委宣传部
广东省精神文明建设委员会办公室
广东省新闻出版局
广东省农业厅
广东省科学技术厅
广东省海洋与渔业局
广东省出版集团

编委会成员名单

顾 问：蔡东士
主 任：胡中梅
副 主 任：陈俊年 谢悦新 谢明权 李珠江 朱仲南
黄尚立 王桂科
编 委：李夏铭 李和平 刘 曦 郭仁东 姚国成
黄建民 黄达全 刘 蔚

出版策划成员

总 策 划：李夏铭
策 划：黄达全 陈锐军 崔坚志 冯常虎

序

朱小丹

高度重视并认真解决“三农”问题，是我们党一以贯之的战略思想。党的十六大提出，要把建设现代农业、发展农村经济、增加农民收入，作为全面建设小康社会的重大任务。

改革开放以来，广东依靠党的政策指引和优越的地理位置，大胆探索，开拓进取，改革不断深化，经济发展迅猛，社会全面进步。广东农业产业化水平也不断提高，农村面貌发生了巨大的变化，农民收入大幅度增加。但是，我们也看到，农村经济与整个经济社会发展不尽协调，科学文化发展相对滞后，城乡居民收入差距较大等问题仍然比较突出，制约着广东城乡协调发展的水平和全面建设小康社会的进程。广东真正解决“三农”问题，任重道远。

党的十六大以来，在“三个代表”重要思想的指引下，广东省委、省政府认真贯彻以人为本、全面协调可持续发展的科学发展观，为进一步解决“三农”问题，作出一系列重大决策，统筹城乡产业发展，着力提升农村工业化、农业产业化水平；统筹城乡规划建设，加快推进城镇化，努力形成以城带乡、城乡联动的发展格局；统筹城乡体制改革，维护好农民的合法权益，建立有利于城乡一体化发展的新体制；统筹城乡居民就业，促进农村劳动力战略性转移；统筹城乡社会



事业发展，加快建立健全农村社保体系，促进农村社会的全面进步，等等，全省广大农村经济社会发展呈现新的面貌。

为了更好地促进广大农民思想道德和文化科技素质的提高，向广大农民提供智力和信息服务，中共广东省委宣传部、广东省文明办、广东省新闻出版局、广东省农业厅、广东省科技厅、广东省海洋与渔业局和广东省出版集团等单位，组织专家学者编写了这套《全面建设小康社会“三农”书系》。这是贯彻落实中央和省关于解决“三农”问题精神的一个实际行动，为广大农民做了一件实事和好事。

贴近实际、贴近生活、贴近群众，是书系的重要特点。书系包括政策法规、文明生活、医疗保健、民居工程、创业、农民工、蔬菜、果树、植保土肥、畜牧、兽医、水产、食用菌、加工、培训教材等15编，共130个品种。既有农业种养生产技术知识，又有农村精神文明建设的内容；既注意满足在农村务农者的需要，也考虑到外出务工者的需求，是一套比较完整、全面、实用的知识性、大众化、普及型读物。而且，书系深入浅出，通俗易懂，图文并茂，价格低廉，可谓“‘三农’书系，情系‘三农’”。

“知识就是力量”。愿书系能使广大农民得益，能为我省建设经济强省、文化大省、法治社会、和谐广东和实现富裕安康提供智力支持。

是为序。

一、家庭护理员的基本要求	1
(一) 家庭护理员的工作内容与特点	1
(二) 家庭护理员的素质要求及职业道德	3
二、家庭护理基本知识	5
(一) 日常护理知识	5
(二) 家庭常用消毒方法	8
(三) 给药的方法	9
(四) 冷、热疗法	17
三、家庭护理操作技能	23
(一) 环境卫生	23
(二) 口腔检查与护理	24
(三) 压疮预防与护理	27
(四) 床上擦浴	29
(五) 病人卧位更换	30
(六) 排便护理	32
四、老年人护理	35
(一) 老年人的特点	35
(二) 老年人的日常生活护理	39
(三) 老年人常见疾病护理要点	41
五、新生儿护理	51
(一) 新生儿的生理特点与护理	51
(二) 新生儿护理基本技能	56
(三) 婴幼儿常见症状与护理	66

目 录

六、各种病人的护理	76
(一) 高血压病人的护理	76
(二) 冠心病病人的护理	79
(三) 糖尿病病人的护理	82
(四) 慢性肺源性心脏病病人的护理	86
(五) 肝硬化病人的护理	88
(六) 白血病病人的护理	90
(七) 脑出血病人的护理	92
(八) 瘫痪病人的护理	95
(九) 恶性肿瘤病人的护理	98
(十) 精神病病人的护理	102
(十一) 支气管哮喘病人的护理	106
(十二) 类风湿性关节炎病人的护理	108
七、常见症状护理与急救	111
(一) 常见症状护理	111
(二) 家庭急救措施	118

一、家庭护理员的基本要求



➤ (一) 家庭护理员的工作内容与特点

① 家庭护理员的工作性质

所谓家庭护理，就是满足某个家庭的特定需要，对这个家庭的特定人群（病人、老人或新生儿）提供家庭护理的一种服务，使服务对象能在护理员的帮助下达到正常的饮食起居和康复。

② 家庭护理员的服务对象

- ①行动不便、体弱的高龄老人；
- ②生活无法自理的瘫痪病人；
- ③子女无暇照顾的孤寡老人；
- ④患各种慢性病需要提供家庭护理的其他病人；
- ⑤开设家庭病床需要提供护理的患者；
- ⑥刚出生的新生儿；



⑦其他需要提供家庭护理的人员。

③ 家庭护理员的工作内容

根据服务对象的不同，护理工作的内容也有所不同。一般来说，家庭护理工作内容大致如下：

①照顾病人的饮食起居（如喂饭、喂汤、喂药、洗浴、换衣、铺床等）；

②协助病人进行体能恢复（如搀扶病人行走、进行恢复锻炼等）；

③观察病人的日常体征情况（如测量体温、血压等），并做好记录；

④紧急、突发情况的处置（如病情突然加重、病危的紧急救护和与医院迅速联络等）；

⑤根据医嘱进行心理护理等。

④ 家庭护理工作的特点

与被护理员朝夕相处并提供全面的照料和服务，是家庭护理工作的基本特点。因此，家庭护理员要做到以下几点：

（1）对病人要有爱心。把护理对象当作自己的家人一样对待。

（2）对护理工作有耐心。长时间患病的人可能情绪消极低落，有时烦躁不安，而护理员因长期照料病人而有时感到不耐烦，应克制情绪，保持冷静和耐心。

（3）对日常护理工作要细心。在照顾病人日常起居时，

要注意观察病人的细小变化，并及时与受佣家庭沟通或告知主治医生，以采取必要措施，促进病人的康复。

(二) 家庭护理员的素质要求及职业道德

① 家庭护理员的素质要求

(1) 身体素质。家庭护理员在身体素质方面应具备以下条件：

①身体健康。护理人员本身没有任何传染病及其他重大病患史，有县级以上医院出具的健康证明。

②有较好的体力。能承担起重症病人的搀扶、翻身等护理工作。

③年龄在45岁以下或不超过50周岁。

(2) 心理素质。在心理素质方面应具备以下条件：

①正确的就业观念。要认识从事家庭护理工作的意义，把它作为值得从事的职业，不要心存服侍人的卑贱心理。

②吃苦耐劳的精神。家庭护理工作时间长，又脏又累，护理员要克服这些困难，尽心尽责做好各项工作，使受雇家庭和病人满意。

③保持细心和耐心，家庭护理工作不是一朝一夕的事情，在日常护理工作中，不但要有足够的耐心，还要细心，及时发现病人的异常变化，并采取相应的措施，为病人康复而努力工作。



② 家庭护理员的职业道德

家庭护理员的职业道德规范，归纳起来有如下几点：

- ① 尊重自己，尊重他人。
- ② 满腔热情地为受雇家庭和病人服务。
- ③ 工作主动积极，细致周到。
- ④ 对受雇家庭诚信，不拿一针一线。
- ⑤ 关心体贴被护理人员，努力减轻病人痛苦。
- ⑥ 守时守信，勤劳踏实。
- ⑦ 对日常护理工作严肃认真，一丝不苟。
- ⑧ 谦虚好学，不断提高护理技能。
- ⑨ 诚实自重，不向雇主提出非分要求。
- ⑩ 不打探雇主隐私，对其家事不说长道短。

二、家庭护理基本知识



(一) 日常护理知识

① 怎样测量体温

使用物品：玻璃汞柱式体温计、酒精棉球。

测量前将体温计用酒精棉球消毒，然后用纱布拭干，甩水银柱至 35℃ 以下。

(1) 口腔测量法。将口表汞端斜放于舌下，嘱病人用鼻呼吸，勿咬体温计，5 分钟后取出，擦净看度数。

(2) 腋下测温法。擦干腋下汗液，将体温计汞端放于腋窝深处并紧贴皮肤，嘱病人屈臂夹紧体温计，10 分钟后取出看度数。

(3) 直肠测温法。对婴幼儿、昏迷的病人多采用直肠测温法。病人取侧卧、屈膝仰卧位或俯卧位，露出臀部，用 20% 皂液或油剂润滑肛表汞端，轻轻插入肛门 3~4 厘米，测量时护理员应陪伴在旁，防止意外，3 分钟后取出，



擦净肛表看度数。



特别提醒

○ 使用玻璃汞柱式体温计后，体温计均须消毒。口表、肛表应分别消毒。切忌将体温计放在热水中清洗或在水中煮沸，以防爆裂。

○ 如病人不慎咬破体温计时，应立即清除玻璃碎屑，口服蛋清或牛奶，使蛋白质与汞结合，以延缓汞的吸收。病情允许时可食用韭菜等含纤维素丰富的食物，减少水银吸收。

② 怎样测量血压

使用物品：血压计、听诊器、纸与笔。

操作方法：上肢血压测量法。

① 让病人休息 15 ~ 30 分钟，取坐位或卧位。

② 卷袖露臂掌面向上，肘部伸直。

③ 放平血压计，打开水银槽开关，驱尽袖带内空气，使肱动脉、心脏、血压表 0 点位于同一水平。

④ 袖带平整无折地缠于上臂中部，下缘距肘窝 2 ~ 3 厘米，松紧以插入 1 个手指为宜。

⑤ 戴听诊器，听诊器头紧贴肱动脉搏动处，轻轻加压、固定。

⑥关气门螺旋帽，打气至动脉搏动音消失，再升高2~4千帕，放气听音（速度为0.5千帕/秒），注意水银柱刻度和肱动脉声音的变化。

⑦听到第一声搏动音，此时水银柱所指的刻度为收缩压，搏动音突然变弱或消失，此时水银柱所指的刻度为舒张压。

⑧取下袖带，排尽余气，拧紧气门上的螺帽，整理后放入盒内，关水银槽开关，盖上盒盖。

⑨帮助病人整衣，记录血压，即收缩压/舒张压。

③ 怎样测量呼吸

使用物品：秒表、记录纸、笔。

操作方法：

①将手按放在病人手腕上，以转移病人的注意力，让病人放松。

②观察病人胸部或腹部起伏，一起一伏为一次呼吸。

③数30秒。

④算出1分钟呼吸数并做好记录。

④ 怎样测量脉搏

凡浅表大动脉都可以诊脉，最常用的是桡动脉，其他有颞动脉、颈动脉、肱动脉、足背动脉等。

使用物品：秒表、记录纸、笔。

操作方法：桡动脉测量法。

①让病人把手臂放于舒适位置，腕部舒展，手掌向下。



②测量时将食指、中指、无名指的指端按在病人桡动脉上，压力大小以能清楚测得脉搏搏动为宜。

③计数 30 秒。

④算出 1 分钟脉搏数并记录。

(二) 家庭常用消毒方法

① 物理消毒法

(1) 日光曝晒及紫外线消毒。日光曝晒消毒一般需 6 小时以上；紫外线消毒常用 15 ~ 30 瓦低压汞石英灯管，距离 2 米范围内照 1 小时，距离 60 厘米以内照射 30 分钟，被照物品不应掩盖。

(2) 煮沸。适用于搪瓷类、玻璃、金属、橡皮及食具等消毒。将水煮沸至 100℃，再煮 5 ~ 10 分钟即可灭菌。煮沸过程加 1% ~ 2% 苏打或 0.5% 肥皂能提高沸点，缩短时间（预防肝炎食具消毒时间 30 分钟）。

(3) 机械消毒。通过反复冲洗、过滤、通风等方法可排除病原体，但不能杀灭病原微生物。

② 化学消毒法

(1) 氧化作用消毒剂。

①漂白粉。适用于病人排泄物的消毒，1 份去污物加 0.2 份漂白粉，搅拌后加盖放置 2 小时。

②高锰酸钾。适用于食具、生菜、瓜果类的消毒，用