



中国社会福利协会

人力资源和社会保障部
社会保障能力建设中心

养/老/服/务/指/导/丛/书

岗位技能培训推荐教材

老年康复训练师实务培训

丛书总主编◎ 冯晓丽

分册主编◎ 李建军



中国社会出版社

中国劳动社会保障出版社

北京大学医学出版社



中国社会福利协会

养/老/服/务/指/导/丛/书

人力资源和社会保障部社会保障能力建设中心

岗位技能培训推荐教材



老年康复训练师实务培训

丛书总主编◎ 冯晓丽

分册主编◎ 李建军



中国福利出版社



中国劳动社会保障出版社



北京大学医学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

老年康复训练师实务培训 / 冯晓丽主编. 北京: 中国出版社; 北京大学医学出版社, 2014.5

ISBN 978-7-5087-4716-3

I. ①老… II. ①冯… III. ①老年病—康复训练 IV. ①R49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 075651 号

丛 书 名: 中国社会福利协会养老服务指导丛书

书 名: 老年康复训练师实务培训

丛书主编: 冯晓丽

分册主编: 李建军

责任编辑: 李新涛

出版发行: 中国出版社 邮政编码: 100032

通联方法: 北京市西城区二龙路甲 33 号

电 话: 编辑部: (010) 66062901

邮购部: (010) 66060275

销售部: (010) 66088776 传真: (010) 66078622

(010) 66080300 传真: (010) 66051713

网 址: www.shcbs.com.cn

经 销: 各地新华书店

印 刷: 中国电影出版社印刷厂

开 本: 185mm × 260mm 1/16

印 张: 17.25

字 数: 320 千字

版 次: 2014 年 5 月第 1 版

印 次: 2014 年 5 月第 1 次印刷

定 价: 43.50 元

版权所有 侵权必究

丛书编委会

顾问

- 张梅颖 十一届全国政协副主席
窦玉沛 民政部副部长
杨志明 人力资源和社会保障部副部长
陈传书 全国老龄委办公室常务副主任
王陇德 中国老年保健医学研究会会长、中华预防医学会会长
刘光和 中国社会福利协会会长
-

编委会主任

- 窦玉沛 民政部副部长
-

编委会副主任

- 詹成付 民政部社会福利和慈善事业促进司司长
包丰宇 民政部人事司司长
冯晓丽 中国社会福利协会副会长兼秘书长
-

丛书总主编

- 冯晓丽 中国社会福利协会副会长兼秘书长
-

编委会成员（以姓氏笔画为序）

- | | | | | | |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 王 辉 | 王华丽 | 王素英 | 王喜太 | 王鲁宁 | 吕建设 |
| 刘晓虹 | 李建军 | 何 仲 | 沈水生 | 张 雁 | 张明亮 |
| 张恺悌 | 尚少梅 | 庞大春 | 洪 立 | 姚 莉 | 袁 德 |
| 高思华 | 高澍苹 | 郭 清 | 蒋志峰 | 傅 征 | 甄炳亮 |

分册编委会

主 编 李建军

副主编 刘松怀 高 峰

编 者 (按姓氏笔划排序)

马迎春	王 飞	王玉明	王安庆	王丽华	王国栋
付 光	刘 菲	刘 璇	刘四海	刘克敏	刘建华
刘松怀	庄建龙	毕丽娜	吴 娟	宋鲁平	张 焱
张 琦	张 超	张庆苏	李寿霖	李建军	李洁辉
李梅欣	杜良杰	杜晓霞	杨明亮	苏国栋	闵红魏
郑 欣	胡春英	赵红梅	桑德春	郭 辉	顾 越
高 峰	密忠祥	崔丽华	常冬梅	戚艳艳	黄秋晨
程艳娇	戴 东				

主 审 周天健

序

春回大地，柳绿桃红。正值 2014 年万物复苏、百花争艳的美好时节，中国养老服务业发展又喜添新枝，由中国社会福利协会组织编写的养老服务指导丛书——岗位技能实务培训教材即将面世。仅为此序，是为祝贺。

我国正面临着人口老龄化的严峻挑战，发展养老服务业的任务十分繁重。自从 1999 年我国步入老龄化社会以后，发展速度十分迅速。截至 2013 年底，我国 60 周岁及以上的老年人口已突破 2 亿，达到 2.0243 亿，占总人口的 14.9%，预计在 2025 年将突破 3 亿，2034 年突破 4 亿，2054 年突破 4.72 亿。与许多国家的老龄化进程相比，我国的老龄化还呈现出高龄化、失能化、空巢化等特点，对专业化养老服务和高素质养老专业人才的需求日益增加。

中国社会福利协会是民政部主管的全国性社会组织，自 2010 年成立以来，秉承“改善民生、推进社会福利事业发展”的宗旨，积极参与养老服务标准化、信息化、专业化建设，取得了丰硕成果：研发了养老服务标准化体系框架，组织起草、论证完成了多个养老服务标准；研发了国家养老服务信息系统，数据收集、机构管理、咨询服务、远程培训以及行业管理等功能正在逐步实现；特别是自 2012 年以来，在民政部本级福利彩票公益金的资助下，组织举办了多期极具实用特色的养老护理员、专业技术人员以及管理人员培训班，既为养老服务业的发展培养了一大批合格人才，也研发了一系列高质量的养老服务培训专业教材。

养老服务指导丛书——岗位技能实务培训教材是中国社会福利协会教材研发工作

的成果之一。该教材从老年人和服务提供者的需求出发，围绕老年人康复服务、护理服务、居家照护服务、健康管理服务、康复辅具适配服务、中医保健服务等，汇聚了国内外最新的理论研究和实践成果，体现了较高的专业水准，具有很强的实用性和指导性。可以说，凝聚了中国社会福利协会以及长期从事养老服务理论研究、人才培养、实务操作等社会各个方面的智慧和汗水，成果来之不易。我相信，教材的出版发行，必将对提升养老服务从业人员素质、推动养老服务专业知识普及推广、深化养老服务政策理论研究，发挥重要的作用。

当前，我国养老服务业发展正面临着前所未有的机遇。新修订的《中华人民共和国老年人权益保障法》将积极应对人口老龄化上升为国家的一项长期战略任务，并从法律上确立了“以居家为基础、社区为依托、机构为支撑”的社会养老服务体系框架；国务院办公厅颁布的《社会养老服务体系规划建设规划（2011—2015年）》，系国家首次将养老服务纳入专项规划范围，并明确了“十二五”时期社会养老服务体系建设的目标任务；去年国务院颁布出台的《关于加快发展养老服务业的若干意见》（国发〔2013〕35号），对发展养老服务业做了全面安排部署，进一步明确了养老服务业在国家调结构、惠民生、促升级中的重要作用。

养老服务业前程似锦，养老服务业大有可为。让我们抓住机遇，携手并肩，努力把这一服务亿万老年人的夕阳红事业打造成蓬勃发展的朝阳产业！

民政部副部长

2014年4月15日



前言

随着经济社会的不断发展，我国已经成为世界上老年人口最多的国家，巨大的养老服务需求与专业化服务提供不足的矛盾日益突出。老年人最值得全社会的尊敬和爱戴，更需要关心和帮助。积极应对人口老龄化、为老年人提供有尊严的专业照护服务、从而提升老年人的生活水平和生命质量是全社会的共同愿望。近年来，政府部门将推进养老服务业快速发展作为重要民生工程，出台了一系列优惠扶持政策，其中重点强调专业化技能人才培养。2013年，国家民政部设立了彩票公益金专项资助，委托中国社会福利协会组织北京大学等相关院校及研究机构研发了养老服务职业技能系列实训教材。

为了尽快解决老年人康复训练服务人员短缺问题，根据民政部领导的指示，我们在老年人康复服务模式研究成果建议中提出，在老年养老服务人员中增设老年康复训练师岗位，并做为课题的研究成果之一，组织课题组康复专家编写了《老年康复训练师实务培训》。

《老年康复训练师实务培训》是一本重点面向非医疗背景、大专以上文化程度，具有老年服务经验的社区、养老机构的一线服务人员的实务培训教材，在编写时，重点放在老年人康复训练服务的方法和技能上，将复杂的康复医学知识、理论通俗化，力争做到深入浅出，易读易学、易操作。

本书共分9章，重点围绕老年康复的常见病和慢性病的康复来组织编写。第1章介绍老年康复训练师的概念和职业素质要求；第2章重点介绍老年康复服务和老年人

康复训练相关理论；第3章到第8章重点介绍了老年人常见病和慢性病的康复训练的方法和技能；第9章简要介绍了老年人康复服务的管理。本书包含了老年康复服务工作的基本内容，既可做为老年人康复训练服务人员上岗培训教材，同时也推荐做为今后老年康复训练师执业资格培训用书和老年人家庭康复训练指南。

在本册教材编写过程中，中国康复研究中心的专家团队在李建军教授带领下，以高度的社会责任感投身工作，深入服务机构调研，与实务工作者共同切磋，结合自身的教学经验和实践经验，并广泛征求相关领域专家意见，为教材编写付出了辛勤努力，形成了一部既具有专业水准，又具有对岗位技能培训发挥引导作用的应用型教材，与同期开发的其他岗位专业技能实训教材相配套，将为加快我国养老服务业人才队伍职业能力建设发挥重要智力支撑作用。

在此，中国社会福利协会对国家民政部、教育部、卫生部、人力资源和社会保障部领导给予的关怀、信任和指导表示衷心感谢！对全身心投入系列教材编写的专家学者们表示崇高的敬意和衷心感谢！参与教材研发团队每位专家的辛勤付出，在不久的将来将转化为各专业技能岗位的优质服务，使全国老年人安享幸福晚年。

本册教材在编写过程中，还得到了“十二五”国家科技支撑计划课题“面向康复机构的残疾人康复产品研发及应用示范”（2012BAI34B02）的大力支持，课题组主要研究成员积极参与到本书的编写中来，借鉴、吸纳了该课题的研究成果。在此向课题组所做的工作和努力表示感谢！

因本系列丛书属创新性尝试，时间有限，还需在培训工作实践中不断充实完善，不足之处恳请广大读者和学习者加以批评指正，并提出修改完善意见，我们将不胜感激。

丛书编委会

分册编委会

2014年2月

目 录

第1章 老年康复训练师岗位的职能定位和素质要求	1
第1节 老年康复训练师岗位的职能定位	1
第2节 老年康复训练师的素质要求	4
第2章 老年康复训练师岗位相关基础知识	6
第1节 老年康复服务概述	6
第2节 老年康复服务基本理论	10
第3章 老年中枢神经系统疾病的康复训练	22
第1节 脑卒中老年人的康复训练	22
第2节 痴呆老年人的康复训练	53
第3节 帕金森老年人的康复训练	64
第4章 老年骨关节疾病的康复训练	85
第1节 骨性关节炎老年人的康复训练	85
第2节 类风湿性关节炎老年人的康复训练	95
第3节 人工关节置换术后老年人的康复训练	102
第4节 脊髓损伤老年人的康复训练	112
第5节 颈椎病老年人的康复训练	121
第6节 肩周炎老年人的康复训练	131
第7节 下腰痛老年人的康复训练	136

第 5 章 老年心血管疾病的康复训练 149

 第 1 节 高血压病老年人的康复训练 149

 第 2 节 冠心病老年人的康复训练 159

第 6 章 老年呼吸系统疾病康复 171

 第 1 节 慢性阻塞性肺疾病老年人的康复训练 171

 第 2 节 支气管哮喘老年人的康复训练 190

第 7 章 老年泌尿系统疾病康复 199

 第 1 节 慢性肾脏病老年人的康复训练 199

 第 2 节 尿失禁老年人的康复训练 208

第 8 章 老年内分泌系统疾病康复 222

 第 1 节 糖尿病老年人的康复训练 222

 第 2 节 肥胖症老年人的康复训练 230

 第 3 节 骨质疏松症老年人的康复训练 238

第 9 章 老年康复服务的管理与指导 246

 第 1 节 老年康复服务的管理 246

 第 2 节 老年康复服务的安全管理 252

 第 3 节 老年康复服务的体系 254

参考文献 256

后 记 261

第1章

老年康复训练师岗位的 职能定位和素质要求

学习目标

- △ 了解老年康复训练师的定义、岗位设置和职责、职业资质要求
- △ 理解老年康复训练师的职业规范
- △ 掌握老年康复训练的工作职责和工作流程

第1节 老年康复训练师岗位的职能定位

一、老年康复训练师的定义

老年康复训练师是指经过老年康复训练师职业理论和技能培训，获得老年康复教育、康复指导和功能康复训练服务技能和从业证书的人员。这里的功能康复训练的内容既包括老年人肢体和认知功能障碍的康复训练，同时也包括老年人慢性病出现的功能障碍的康复训练，如老年人心肺功能障碍的康复训练、老年人糖尿病的康复训练和老年人尿失禁膀胱功能的康复训练等。老年康复训练师岗位是为了更好地满足老年养老服务需求而设立的，它是对老年康复治疗师等专业人员不足的补充。因此，老年康复训练师是老年康复服务的人员之一。在社区和养老机构中，老年康复服务的人员还包括康复医师、康复训练师、康复护士和康复护理员等。

老年人康复训练师可以分为初级老年康复训练师、中级老年康复训练师和高级老年康复训练师三个等级。每个等级的老年康复训练师，准入的资质和应具备的职业理论和技能要求不同。中级和高级老年人康复训练师，不仅需要老年康复训练师从业的年限和对老年康复理论知识的了解更全面、更系统，而且需要掌握老年康复服务的技能更熟练、难度更大。

老年康复训练师作为一门新职业，目前在我国还属于起步阶段，国家相关部门正积极准备和推动这一新的老年服务岗位的设立。

二、老年康复训练师岗位设置

老年康复训练师的岗位设置，目前国家尚没有统一的标准。参考国家养老服务体系建设应用型科研项目：老年人康复服务模式研究报告（编号：FYZL-2011-22），老年人康复训练师的设置原则上要以满足本机构老年人康复服务的基本需要为基础，同时还要结合社区或机构老年人的功能健康状况、年龄、认知水平配备若干名老年康复训练师。

开展老年人康复服务的养老机构，建议老年康复训练师配备比例为 1:25 ~ 1:35（老年康复训练师：养护区老年人的数量），也就是说有 35 名左右的老年人养护区，至少应该配置 1 名老年康复训练师。规模比较小的养老机构，或老年康复训练师岗位配备比较困难的老年人养护区，老年康复训练师的工作可以由本养护区的养老护理员持证兼任。

开展社区老年人日间照料中心康复服务的机构，需要根据机构的已有规模、康复服务能力考虑老年人康复训练的配备。建议每日老年人康复服务平均人数在 100 人的社区康复服务机构，可以配备 4 ~ 6 名老年康复训练师，相当于平均每名老年康复训练师日康复训练服务的老年人在 15 ~ 20 人。另外，在进行社区老年人康复训练配备时，还要考虑老年康复训练师的机动性、流动性问题，如外出学习、生病或休假及从事一些临时性的工作等。

三、老年康复训练师的岗位职责

老年康复训练师的工作主要在社区或养老机构中开展，在社区中开展老年人康复服务可延伸到老年人家庭中。老年康复训练师是为老年人提供康复服务的执业资质，它不属于某一类医疗专业技术人员。获得老年康复训练师执业资质的人员，可以协助专业的康复医师或康复治疗师开展康复服务工作，但他们本身不具备独立开展老年康复服务的资格。社区和养老机构老年康复训练师的工作职责主要包括如下内容：

◇ 老年康复训练师需要在康复医师或康复治疗师的组织和指导下开展老年人的康复

服务工作。

◇老年康复训练师需要在康复医师或康复治疗师的指导协助下，为老年人提供必要的康复评估服务，包括初期康复评估、中期康复评估和末期康复评估。

◇老年康复训练师需要在康复医师或康复治疗师的指导下，为老年人提供康复教育指导和康复训练。

◇老年康复训练师需要在康复医师或康复治疗师的指导下，做好必要的老年人康复评估和训练记录，并按要求归档保存。

◇老年康复训练师在康复训练过程中，需要保持与老年人良好的交流与沟通，及时了解老年人对康复服务的需求以及生命体征和情绪变化，发现问题及时向康复医师或康复治疗师报告。

◇老年康复训练师需要指导和协助老年护理人员做好老年人康复护理工作。

◇老年康复训练师必须保证康复训练环境的安全，消除安全隐患。同时，在康复训练过程，严格按照专业的操作规范，避免康复训练给老年人的身体造成伤害。

四、老年康复训练师的工作流程

老年康复训练的工作流程是提供老年康复服务的重要依据和职业规范，具体流程（如图 1-1 所示）。

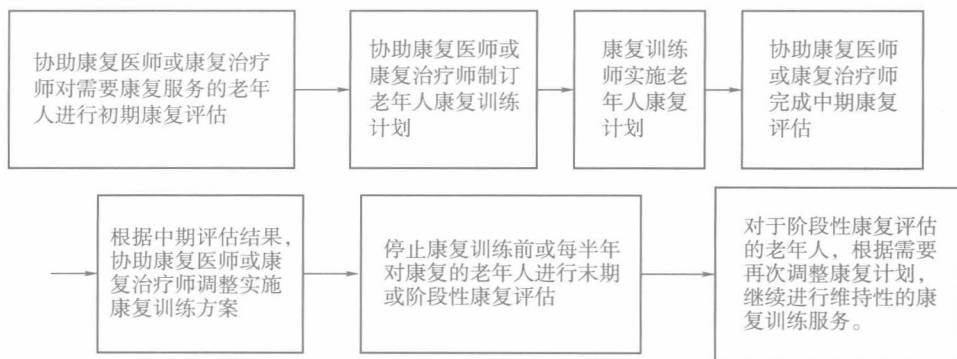


图 1-1 老年康复训练师的工作流程图

第2节 老年康复训练师的素质要求

一、老年康复训练师的资质要求

老年康复训练师需要为老年人提供康复教育指导和康复训练服务。虽然老年人康复训练师不具备医疗专业人员的资质,但从康复服务的内容和要求来看,老年康复训练师的服务工作专业性还是比较强的。老年康复训练师的服务对象、服务内容和服务要求,决定了老年康复训练师必须具备一定的文化程度,必须经过老年人康复训练服务的专业培训。考虑到我国老年人养老服务人员的要求和特点,目前报考老年人康复训练师的人员需要具备高中以上文化程度,在养老机构从事3年以上优秀老年护理人员学历条件可放宽到初中水平。

提供老年康复服务的人员,必须经过国家或行业认可的老年人养老康复培训机构,进行理论和技能的系统培训,考核合格获得老年康复训练师培训证书,才能上岗为老年人提供康复训练和康复教育服务。未来,国家要根据老年人康复服务人员岗位的发展要求,将老年人康复训练师纳入国家行业职业大典,并制定相关政策,开展老年人康复训练师理论和技能的培训,发放国家老年康复训练师执业资格。

二、老年康复训练师的职业规范

老年康复训练师作为一门职业,既要遵守基本的行业服务规范,又要遵守康复专业的职业服务规范。老年康复训练的职业规范主要包括如下方面:

- ◇ 老年康复训练师应热爱祖国、遵纪守法,承担起健康卫士责任。
- ◇ 老年康复训练师要遵守国家养老服务领域及康复服务行业的相关法律、法规。
- ◇ 老年康复训练师应尊重每一位老年人及其家属的尊严和权利。
- ◇ 老年康复训练师应充分认识老年人康复服务的目的,掌握老年人康复服务的原则和内容,为老年人提供科学、高效、精湛的康复技术服务。
- ◇ 老年康复训练师应维持和提升自己康复训练服务的专业能力,不断提高老年康复训练服务的水平,促进老年人康复服务事业的发展。
- ◇ 老年康复训练师应具有高度职业责任感和良好的职业精神。
- ◇ 老年康复训练师必须诚实取得合理之执业报酬,不得接受老年人及其家属的不当

馈赠。

◇老年康复训练师在岗位康复服务过程中，要拒绝、谴责或检举有违伦理之行为，以保护大众健康与专业信誉。



小结

老年康复训练师是指经过老年康复训练师职业理论和技能培训，获得老年康复教育、康复指导、功能康复训练服务技能和从业证书的人员。开展老年人康复服务的养老机构，建议老年康复训练师配备比例为1:25~1:35（老年康复训练师：养护区老年人的数量）；社区建议每100名有康复服务训练的老年人，配备4~6名老年康复训练师。老年康复训练师需要熟悉康复服务工作的岗位职责和 workflows，并要自觉遵守职业岗位规范。

思考题

1. 什么是老年康复训练师？
2. 老年康复训练师的工作职责有哪些？
3. 简述老年康复训练师的职业规范。
4. 老年康复训练师的工作流程有哪些？

第2章

老年康复训练师岗位相关基础知识

学习目标

- △ 了解老年康复服务定义、内容和基本理论
- △ 理解老年康复服务的目标、原则
- △ 熟悉老年康复服务主要人员的岗位职责以及老年人康复服务的场地要求

第1节 老年康复服务概述

一、老年康复服务的定义

老年康复服务是指老年康复服务机构和人员，根据老年人的康复需求和特点，为老年人提供康复咨询、康复教育指导、康复训练、康复护理、生活辅助器具佩戴等康复服务的总称。依据《中华人民共和国老年人权益保障法》，我们建立以政府主导、多部门协作、全社会共同参与的老年人康复服务体系；建立以地区老年人康复医疗单位（康复专科医院和综合医院康复科）为资源中心，以老年人养老机构、社区老年医疗服务中心、社区老年人日间照料中心为直接的老年人康复服务平台，提供老年人康复服务所需的场所、设施设备、人员等保障，满足老年人基本的康复服务需求。