

护理学

基础实训教程

HULIXUE

JICHU SHIXUN JIAOCHENG

主编 © 茶国萍 王照朋 郝红丽



东南大学出版社
SOUTHEAST UNIVERSITY PRESS

护理学基础实训教程

主 审 施龙华 石龙富 何江平 杨潇二
主 编 茶国萍 王照朋 郝红丽
副主编 包旭亚 马雪琴 赵 尹 王 迅
编 者 李谋飞 李 波 孙雪莲 田 甜 宋雯颖
叶肪宏 杨建英 张素琴 赵慧娟



东南大学出版社
SOUTHEAST UNIVERSITY PRESS

· 南京 ·

图书在版编目(CIP)数据

护理学基础实训教程 / 茶国萍, 王照朋, 郝红丽主
编. — 南京: 东南大学出版社, 2016. 12

ISBN 978-7-5641-6935-0

I. ①护… II. ①茶…②王…③郝… III. ①护理学-
教材 IV. ①R47

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 316732 号

护理学基础实训教程

出版发行	东南大学出版社
出版人	江建中
社址	南京市四牌楼 2 号
邮编	210096
经销	江苏省新华书店
印刷	大丰市科星印刷有限责任公司
开本	787mm×1092mm 1/16
印张	8.75
字数	220 千字
版印次	2016 年 12 月第 1 版 2016 年 12 月第 1 次印刷
书号	ISBN 978-7-5641-6935-0
定价	25.00 元

* 本社图书若有印装质量问题, 请直接与营销部联系, 电话: 025-83791830。

护理学基础 实训教程



前 言

护理学基础是护理专业一门重要的主干课程,通过本课程的学习使学生系统全面掌握护理学基本理论、基本知识和基本技能。为了更好地培养护理专业学生动手能力,更好地让学生适应临床护理岗位需求,贴近护理岗位实际,我们编写了护理学基础实训教程。

护理学基础实训教程的编写,旨在“实用”,重在技能实训。本教材根据护理专业学生必须达到的专业素质标准,在项目选择上注重选择临床护理常用的技能操作,在内容编写上结合国家级、省级护理技能比赛操作规程,注重临床护理实际,包括操作目的、工作情景与任务、评估、计划、实施、注意事项及评分标准。通过护理学基础实训实现熟练技能、适应临床护理岗位需求的目标。

本书适用于高职高专护理、助产专业学生,也适用于临床护士。编写此书过程中,全体编者均以高度认真负责的态度参与了编写工作,在此一并致谢。由于时间和水平所限,书中难免存在错误和疏漏之处,恭请护理同仁批评指正,恳请各校师生在使用过程中提出宝贵意见和建议。

茶国萍

2016年12月

护理学基础 实训教程



目 录

实训一 铺床	(1)
第一节 铺备用床法	(1)
第二节 铺暂空床法	(4)
第三节 铺麻醉床法	(7)
实训二 运送病人法	(10)
第一节 轮椅运送法	(10)
第二节 平车运送法	(12)
实训三 医院感染的预防与控制	(16)
第一节 无菌技术操作	(16)
第二节 穿脱隔离衣	(20)
实训四 病人的清洁护理	(28)
第一节 口腔护理	(28)
第二节 床上擦浴	(31)
第三节 背部按摩	(34)
第四节 卧有病人床更换床单法	(37)
实训五 生命体征测量法	(41)
第一节 体温、脉搏、呼吸测量法	(41)
第二节 血压测量法	(44)

实训六 冷热疗法	(47)
第一节 冰袋的使用	(47)
第二节 热水袋的使用	(50)
第三节 乙醇(温水)拭浴法	(52)
实训七 饮食与营养	(56)
鼻饲法	(56)
实训八 排泄护理	(61)
第一节 排尿护理	(61)
第二节 排便护理	(73)
实训九 药物疗法	(83)
第一节 口服给药法	(83)
第二节 超声波雾化吸入法	(86)
第三节 注射法	(89)
实训十 静脉输液与输血法	(103)
第一节 静脉输液法	(103)
第二节 静脉输血法	(109)
实训十一 危重病人抢救技术	(114)
第一节 氧气吸入法	(114)
第二节 电动吸痰器吸痰法	(117)
第三节 自动洗胃机洗胃法	(121)
第四节 单人徒手心肺复苏术	(125)
实训十二 尸体护理	(129)



实训一 铺床

第一节 铺备用床法

目的

保持病室整洁、舒适和美观,准备迎接新病人。

工作情景与任务

导入情景:

王先生,40岁,因检查出糖尿病入院,护士需提前准备好备用床。

工作任务:

1. 护士要提前准备好备用床。
2. 熟练掌握铺备用床的注意事项。

评估

1. 出院病人已离开,床单位已终末处理。
2. 检查床单元是否完整,有无损坏、松动。
3. 床上用品是否齐全、清洁。



计 划

1. 护士准备 衣帽整洁、洗手、戴口罩。
2. 用物准备 床刷、枕芯、枕套、棉胎、被套、大单、床褥，以上用物按序由下而上正确折叠后放置于治疗车上。床、床垫。
3. 环境准备 病室光线充足，通风，安静、整洁，病室内无病人正在进行治疗或者进食。

实 施

1. 准备 推治疗车至床旁，移开床旁桌离床头 20 cm，移开床旁椅至床尾正中，离床尾 15 cm。翻转床垫，用床刷清扫床垫。将床褥平整地铺在床垫上，将其余用物放在床旁椅上。

2. 铺大单 将大单放在床正中处，大单纵、横中线与床的纵、横中线对齐，先床头后床尾展开床单。先铺床头，用右手托起床垫，左手伸过床头中线，将大单平整地塞入床垫下，再离床头 30 cm 处，向上提起大单边缘，使大单边缘呈等边三角形，以床沿为界，将上面的三角先放于床面上，先把下半三角塞于床垫下，再将上半三角翻下，塞于床垫下。再用同样方法铺同侧床尾，将中部拉紧塞于床垫下。转至对侧，用同样方法铺对侧床单。在铺对侧床尾第四个角时注意双手拉紧大单，保证床单及四角平整紧致。

3. 套被套

(1) “S”式：将被套纵中线与床纵中线对齐，被套正面向外平铺于床上，开口端向床尾。将开口端的上层打开至 1/3 处，将折叠成“S”形的棉胎放于被套开口处，把棉胎向床头拉至被套封口处，将棉胎向两边展开，与被套边平齐。被盖上缘与床头平齐，至床尾逐层拉平被套及棉胎，系带。

(2) 卷筒式：被套反面在外平铺于床上，与床头对齐，分开向床尾，中线与床中线对齐。将棉胎平铺在被套上，上缘与被套封口平齐。将棉胎和被套床头两角向上折，再一并由床头卷至床尾，将盖被向床头翻卷，于床尾处拉平系带。

4. 套枕套 拍松枕芯，套上枕套系带，开口背门，横放于床头盖被上。

5. 整理 移回床旁桌、椅，确认床单位整洁后离开病室，洗手。

注 意 事 项

1. 病员进餐或做治疗时暂停铺床。
2. 操作中应用节力的原理。
(1) 铺床前应将用物备齐，按使用顺序放置。



(2) 铺床时,身体应靠近床边,上身保持直立,两腿前后或左右分开稍屈膝,有助于扩大支持面,增加身体稳定性,既省力,又能适应不同方向操作,减少走动。

(3) 手臂的动作要协调,尽量用连续动作,避免过多的抬起、放下、停止等动作,以减少体力消耗,缩短铺床时间。

3. 铺床顺序从床头到床尾,最后中部。操作时动作轻稳,避免抖动拍打,避免尘埃飞扬。

铺备用床评分标准

项目	内容	技术操作要求	分值	扣分原因	得分
素质要求 3分	素质内容	- 报告参赛号码和比赛项目 - 语言流畅,态度和蔼,面带微笑 - 仪表端庄,服装整洁	1 1 1		
评估 5分	查对解释	- 无病人进行治疗或进餐 - 病床完好无破损,安全舒适 - 环境清洁通风,适宜操作	2 2 1		
操作前准备 6分	用物准备	- 护士:六步洗手,戴口罩 - 准备用物:床、床垫,护理车上由下而上正确折叠后放置枕芯、枕套、棉胎、被套、大单、床褥。床刷	1 5		
操作流程 74分	铺备用床	- 推治疗车至床旁,向同室病人及家属说明目的,作好解释 - 移床旁桌离床约 20 cm,移椅至床尾正中处,距床约 15 cm,用物按序放于椅上 - 翻转床垫,清扫。用物放在床旁椅上 - 将大单横、纵中线对齐床横、纵中线,将大单分别向床头、床尾散开,再将大单向护士近侧、远侧散开 - 铺床头,一只手将床头的床垫托起,另一只手伸过床中线将大单塞于床垫下 - 做角,右手在距床头约 30 cm,将大单边缘向上提起,呈一等边三角形;以床沿为界,将三角形分为两半,下半三角形平整地塞于床垫下,再将上半三角形翻下,塞于床垫下 - 移至床尾,同法铺床尾 - 两手将大单中部边缘拉紧,平整塞入床垫下 - 转至对侧同法铺对侧床头、床尾及床中部 - 套被套(“S”式): - 被套正面向上,被头齐床头铺于床上,开口端上层打开至 1/3 处 - 将“S”形折叠的棉胎放入开口处,拉棉胎上缘至被套封口端,对好两上角,展开棉胎,平铺于被套内,至床尾逐层拉平盖被,系带 - 平齐床头两边向内折,齐床边缘,被尾向下内折 - 拍松枕芯,枕套套于枕芯、四角充实、平整。系带 - 枕头开口背门,横立于床头 - 移床旁桌、床尾椅回原位	3 5 3 4 2 6 6 2 14 5 12 3 4 3 2		



续表

项目	内容	技术操作要求	分值	扣分原因	得分
操作后处理 5分	整理用物	• 按规定处理用物(在治疗车上处置合理即可) • 六步洗手,脱口罩(口述)	2 3		
综合评价 7分	整体素质	• 动作轻巧,准确。符合节力原则 • 操作规范,熟练,没有表演痕迹 • 床铺平整、紧实、舒适、美观	2 2 3		
操作用时	7分钟				

第二节 铺暂空床法

目的

保持病室整洁,供新入院病人或暂离床活动的病员使用。

工作情景与任务

导入情景:

刘先生,35岁,因急性阑尾炎入院,术后2天离床活动。护士需在病人外出时准备好暂空床。

工作任务:

1. 护士要在病人离开时准备好暂空床。
2. 熟练掌握铺暂空床的注意事项。

评估

1. 根据病情需要,准备用物,必要时准备橡胶单、中单。
2. 病人病情及伤口情况,病情是否许可暂时离床。
3. 床上用品是否齐全、清洁,病室环境是否适宜铺床。



计 划

1. 护士准备 衣帽整洁、洗手、戴口罩。
2. 用物准备 床刷、枕芯、枕套、棉胎、被套、大单、床褥,以上用物按序由下而上正确折叠后放置于治疗车上。床、床垫。必要时准备橡胶单、中单。
3. 环境准备 病室光线充足,通风,安静、整洁,病室内无病人正在进行治疗或者进食。

实 施

1. 准备 推治疗车至床旁,移开床旁桌离床头 20 cm,移开床旁椅至床尾正中,离床尾 15 cm。用物放在床旁椅上。
2. 床单、被套铺法同备用床。将备用床的盖被头端向内折 1/4,再扇形三折于床尾,并使各层平齐。
3. 酌情铺单 根据病情需要铺橡胶单和中单(或一次性医用垫单):将橡胶单(一次性治疗巾)放于床上,上缘距床头 45~50 cm,中线与床中线平齐并展开,用同样方法将中单铺在橡胶单上,两单边缘下垂部分一起拉紧平整地塞入床垫下。转至对侧,用同样方法拉紧橡胶单和中单铺平塞于床垫下。
4. 整理 枕头放回床头,移回床旁桌、椅。洗手。

注 意 事 项

1. 同暂空床各项注意事项。
2. 橡胶中单及中单按病人需要放置。
3. 暂空床应便于病人离床活动。

铺暂空床评分标准

项目	内容	技术操作要求	分值	扣分原因	得分
素质要求 3 分	素质内容	• 报告参赛号码和比赛项目	1		
		• 语言流畅,态度和蔼,面带微笑	1		
		• 仪表端庄,服装整洁	1		
评估 5 分	查对解释	• 无病人进行治疗或进餐	2		
		• 病床完好无破损,安全舒适	2		
		• 环境清洁通风,适宜操作	1		



项目	内容	技术操作要求	分值	扣分原因	得分
操作前准备 6分	用物准备	• 护士:六步洗手,戴口罩 • 准备用物:床、床垫,护理车上由下而上正确折叠后放置枕芯、枕套、棉胎、被套、大单、床褥。床刷。必要时准备橡胶单、中单	1 5		
操作流程 74分	铺暂空床	• 推治疗车至床旁,向病人及家属说明目的,作好解释 • 移床旁桌离床约 20 cm,移椅至床尾正中处,距床约 15 cm,用物按序放于椅上 • 翻转床垫,清扫。用物放在床旁椅上 • 将大单横、纵中线对齐床横、纵中线,将大单分别向床头、床尾散开,再将大单向护士近侧、远侧散开 • 铺床头,一只手将床头的床垫托起,另一只手伸过床中线将大单塞于床垫下 • 做角,右手在距床头约 30 cm,将大单边缘向上提起,呈一等边三角形;以床沿为界,将三角形分为两半,下半三角形平整地塞于床垫下,再将上半三角形翻下,塞于床垫下 • 移至床尾,同法铺床尾 • 两手将大单中部边缘拉紧,平整塞入床垫下 • 转至对侧同法铺对侧床头、床尾及床中部(如病人病情需要,按需要铺橡胶单、中单) • 套被套(“S”式): 1) 被套正面向上,被头齐床头铺于床上,开口端上层打开至 1/3 处 2) 将“S”形折叠的棉胎放入开口处,拉棉胎上缘至被套封口端,对好两上角,展开棉胎,平铺于被套内,至床尾逐层拉平盖被,系带 • 平齐床头两边向内折,齐床边缘,被尾向下内折。将铺好的盖被三折于床尾,各中线对齐 • 拍松枕芯,枕套套于枕芯、四角充实、平整。系带 • 枕头开口背门,放于床头 • 移床旁桌、床尾椅回原位	3 5 3 4 2 6 6 2 14 4 12 4 4 3 2		
操作后处理 5分	整理用物	• 按规定处理用物(在治疗车上处置合理即可) • 六步洗手,脱口罩(口述)	2 3		
综合评价 7分	整体素质	• 动作轻巧,准确。符合节力原则 • 操作规范,熟练,没有表演痕迹 • 床铺平整、紧实、舒适、美观	2 2 3		
操作用时	7分钟				



第三节 铺麻醉床法

目的

1. 便于接收和护理麻醉手术后的病员。
2. 使病员安全、舒适及预防并发症。
3. 保护被褥不被血液、排泄物或呕吐物污染,便于更换。

工作情景与任务

导入情景:

刘先生,35岁,因“转移性右下腹疼痛10小时”而入院,经相关检查,血常规:白细胞计数 $11.2 \times 10^9/L$,红细胞 $5.30 \times 10^{12}/L$,中性粒细胞 67.4%,其余正常。诊断为:急性阑尾炎。行手术。护士需在病人手术期间准备好麻醉床,便于接收和护理麻醉手术后的病人。

工作任务:

1. 护士要在病人手术时准备好麻醉床。
2. 熟练掌握铺麻醉床的注意事项。

评估

1. 根据病情需要,准备用物。
2. 病人病情、手术部位和麻醉方式。
3. 术后治疗和护理等需要的物品。
4. 床上用品是否齐全、清洁,病室环境是否适宜铺床。

计划

1. 护士准备 衣帽整洁、洗手、戴口罩。
2. 用物准备



(1) 床上用物:床刷、枕芯、枕套、棉胎、被套、橡胶单和中单各两条、大单、床褥,以上用物按序由下而上正确折叠后放置于治疗车上。床、床垫。

(2) 麻醉护理盘:无菌巾内放置治疗碗、开口器、舌钳、牙垫、吸痰导管、氧气导管、压舌板、镊子、纱布,无菌巾外另备手电筒、血压计、听诊器、治疗巾、弯盘、胶布、棉签、护理记录单、笔。

(3) 其他:备输液架、必要时备吸引器、给氧装置、吸痰装置、胃肠减压器、负压吸引器、输液泵、注射泵等。

3. 环境准备 病室光线充足,通风,安静、整洁,病室内无病人正在进行治疗或者进食。

实 施

1. 准备 推治疗车至床旁,移开床旁桌离床头 20 cm,移开床旁椅至床尾正中,离床尾 15 cm。用物放在床旁椅上。

2. 床单铺法同备用床 先铺近侧大单→铺橡胶单和中单:将橡胶单放于床上,上缘距床头 45~50 cm,中线与床中线平齐并展开,用同样方法将中单铺在橡胶单上→两单边缘下垂部分一起拉紧平整地塞入床垫下→转至对侧,用同样方法铺大单、橡胶单和中单,床头橡胶单和中单。

3. 被套铺法同备用床 将盖被纵向折三折于一侧床边,开口处向门。

4. 套枕套同备用床 开口背门,横立于床头。

5. 整理 移回床旁桌、椅放于折叠被同侧床尾;置麻醉护理盘于床头桌上,输液架置于床尾,其他物品按需放于妥善处;整理用物和环境;洗手。

注 意 事 项

1. 同暂空床各项注意事项。

2. 橡胶中单及中单按病人需要放置。

(1) 腹部手术铺于床中部。

(2) 颈、胸部手术者,可将第二块橡胶单、中单铺于床头,上缘齐床头,下缘压在中部橡胶单和中单的上面。

(3) 下肢手术者,可将第二块橡胶单、中单铺于床尾,下缘齐床尾,上缘压在中部橡胶单和中单的上面。

(4) 非全麻手术病人,只需铺于手术部位。

3. 注意中单要遮盖橡胶单,避免橡胶单与病人皮肤接触,导致病人的不适。

4. 铺床时要换上清洁被单,保证术后病人舒适并预防感染。



铺麻醉床评分标准

项目	内容	技术操作要求	分值	扣分原因	得分
素质要求 3分	素质内容	• 报告参赛号码和比赛项目 • 语言流畅,态度和蔼,面带微笑 • 仪表端庄,服装整洁	1 1 1		
评估 5分	查对解释	• 无病人进行治疗或进餐 • 病床完好无破损,安全舒适 • 环境清洁通风,适宜操作	2 2 1		
操作前准备 6分	用物准备	• 护士:六步洗手,戴口罩 • 准备用物:床、床垫,护理车上由下而上正确折叠后放置枕芯、枕套、棉胎、被套、橡胶单、中单、大单、床褥。床刷	1 5		
操作流程 74分	铺麻醉床	• 推治疗车至床旁,向病人及家属说明目的,作好解释 • 移床旁桌离床约 20 cm,移椅至床尾正中处,距床约 15 cm,用物按序放于椅上 • 翻转床垫,清扫。用物放在床旁椅上 • 将大单横、纵中线对齐床横、纵中线,将大单分别向床头、床尾散开,再将大单向护士近侧、远侧散开 • 铺床头,一只手将床头的床垫托起,另一只手伸过床中线将大单塞于床垫下 • 做角,右手在距床头约 30 cm,将大单边缘向上提起,呈一等边三角形;以床沿为界,将三角形分为两半,下半三角形平整地塞于床垫下,再将上半三角形翻下,塞于床垫下 • 移至床尾,同法铺床尾 • 两手将大单中部边缘拉紧,平整塞入床垫下。按病情需要,铺橡胶单、中单 • 转至对侧同法铺对侧大单、橡胶单、中单 • 套被套(“S”式): 1) 被套正面向上,被头齐床头铺于床上,开口端上层打开至 1/3 处 2) 将“S”形折叠的棉胎放入开口处,拉棉胎上缘至被套封口端,对好两上角,展开棉胎,平铺于被套内,至床尾逐层拉平盖被,系带 • 平齐床头两边向内折,齐床边缘,被尾向下内折。将铺好的盖被纵向折三折于一侧床边,开口处向门 • 拍松枕芯,枕套套于枕芯、四角充实、平整。系带 • 枕头开口背门,横立于床头 • 移床旁桌、椅放于折叠被同侧床尾 • 口述:麻醉护理盘置于床旁桌上	3 5 3 4 2 6 6 2 14 4 12 3 4 3 2 1		
操作后处理 5分	整理用物	• 按规定处理用物(在治疗车上处置合理即可) • 六步洗手,脱口罩(口述)	2 3		
综合评价 7分	整体素质	• 动作轻巧,准确。符合节力原则 • 操作规范,熟练,没有表演痕迹 • 床铺平整、紧实、舒适、美观	2 2 3		
操作用时	7 分钟				



实训二 运送病人法

第一节 轮椅运送法

目的

1. 护送不能行走但能坐起的病人入院、出院、检查、治疗以及室外活动。
2. 帮助病人下床活动,促进血液循环和体力恢复。

工作情景与任务

导入情景:

吴女士,自述今晨陪女儿玩耍时不小心跌倒,小腿疼痛,不能行走,现护士需运送病人做CT检查。

工作任务:

1. 正确地运送病人。
2. 熟练掌握护送病人的技术。
3. 护送过程中病人的安全、舒适。

评估

1. 病人的一般情况 年龄、体重、病情、病变部位与躯体活动能力。
2. 病人的认知反应 对轮椅运送技术的认识、心理状态、理解合作程度。



3. 轮椅各部件的性能是否良好。
4. 季节和室外温度。

计划

1. 护士准备 衣帽整洁、洗手、戴口罩,熟悉轮椅运送的操作方法,向病人解释轮椅运送中的注意事项。
2. 病人准备 病人了解轮椅运送的方法和目的,并愿意配合。
3. 用物准备 轮椅,根据季节准备毛毯、别针,需要时备软枕。
4. 环境准备 环境宽敞,无障碍物,地面防滑。

实施

1. 坐轮椅 检查轮椅性能,推轮椅至病人床旁,核对、解释(目的、方法与配合事项)→使轮椅靠背与床尾平齐,面向床头,翻起脚踏板,制动车闸→天冷需用毛毯保暖时,将毛毯铺于轮椅上,毛毯上端高过病人颈部 15 cm→扶病人坐起,协助其坐于床缘,嘱病人以手掌撑在床面,协助病人穿衣及鞋袜→患者能自行下床(护士站在轮椅背后,固定轮椅,嘱病人扶着轮椅扶手,身体置于椅座中部向后靠坐稳);患者不能自行下床(护士面对病人双脚分开站立,嘱病人双手环抱护士颈部,护士双手抱病人腰部,协助病人下床),告知病人扶住轮椅扶手,转身坐入轮椅/或由护士环抱病人,协助其坐入轮椅中→翻下脚踏板,病人双脚置于脚踏板上→嘱病人双手放于轮椅扶手,尽量向后靠坐稳,抬头,不可前倾、自行站起或下轮椅,将毛毯上端的边缘翻折约 10 cm,围在病人颈部,用别针固定,并用毛毯围裹两臂做成两个袖筒,各用一个别针固定于腕部,再用毛毯将身体和下肢包裹好→整理床单位,铺暂空床→推病人至目的地,密切观察病人。

2. 下轮椅 轮椅推至床尾,面向床头,制动车闸,翻起脚踏板,松解毛毯→护士立于病人面前,两脚前后分开,屈膝屈髋,两手置于病人腰部,病人双手放于护士肩上。协助病人站立,慢慢坐回床沿;协助病人脱去鞋子和外衣→协助病人取舒适卧位,盖好盖被→整理床单位,观察病情,推轮椅回原处放置,需要时做记录。

注意事项

1. 经常检查轮椅性能,保持完好,备用。
2. 寒冷季节注意病人保暖。
3. 推轮椅时速度要慢,并随时观察病情,以免病人感觉不适和发生意外,确保病人安全。