

2016

国家卫生专业技术资格考试

护理学初级（师）资格考试 复习精粹

////// 本书专家组 编 //////////

- ✓ 权威考试用书
- ✓ 全面覆盖大纲
- ✓ 18年经验指导
- ✓ 贴近考试实践
- ✓ 凸显得分要点



中国协和医科大学出版社

国家卫生专业技术资格考试

护理学初级(师) 资格考试 复习精粹

本书专家组 编

新大纲
最新版



中国协和医科大学出版社
Peking Union Medical College Press

图书在版编目 (CIP) 数据

护理学初级 (师) 资格考试复习精粹: 2016 版 / 本书专家组编. —北京: 中国协和医科大学出版社, 2015. 9

ISBN 978-7-5679-0398-2

I. ①护… II. ①本… III. ①护理学-资格考试-自学参考资料 IV. ①R47

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 176268 号

国家卫生专业技术资格考试
护理学初级 (师) 资格考试复习精粹 (2016 版)

编 者: 本书专家组
责任编辑: 张 宇 王 艳

出版发行: 中国协和医科大学出版社
(北京东单三条九号 邮编 100730 电话 65260378)

网 址: www.pumcp.com
经 销: 新华书店总店北京发行所
印 刷: 北京佳艺恒彩印刷有限公司

开 本: 850×1168 1/16 开
印 张: 47.25
字 数: 1200 千字
版 次: 2015 年 10 月第 1 版 2015 年 10 月第 1 次印刷
印 数: 1—3000
定 价: 108.00 元

ISBN 978-7-5679-0398-2

(凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页及其他质量问题, 由本社发行部调换)

国家卫生专业技术资格考试

护理学初级（师）资格考试复习精粹

主 编 王宇润

编者名单（按姓氏笔画排序）

丁丝露	于运勇	尹向云	文 平	王 丹	王 喆
王子熹	王永宁	王玉静	王宗玉	王昊天	王桂洋
王海丹	叶康杰	伊丽琪	伊怀文	孙 谏	孙慧慧
朱 佩	朱林惠	朱思霖	汤 浩	汤凤明	许 佳
许文华	闫卓红	严思益	何子骏	何艳新	何康敏
吴春虎	李 超	李正红	李兆生	李宏罡	杨 明
杨 婧	杨 寒	杨永生	杨页多	杨国林	杨国勇
杨雪莲	杨琳琳	沈丽萍	肖 然	苏翠丹	陈 巧
陈 俊	陈 琴	陈思凡	陈晓清	周 宇	周 岩
周 莹	修丽娟	柯小亮	费叶萍	贺 星	夏小雨
夏文丽	夏文英	徐 雯	徐慧薇	袁晓玢	崔立华
崔玲玲	梁 源	董广艳	薛新丽	魏 俊	

前言

为适应我国人事制度的改革,做好卫生专业人才评价与资格认定,按照人事部与卫生部相关文件的指示精神,卫生部、国家中医药局、国家计划生育委员会的有关部门负责组织卫生专业技术资格考试。全国卫生专业技术资格考试2001年开考,目前开考专业116个;每个专业的考试分基础知识、相关专业知识、专业知识和专业实践能力4个科目;考试试题全部采用客观选择题形式。考试时间在每年的五月中旬举行;考试成绩在初、中级各专业各科目中以100为满分计算,每科目成绩达到60分为合格,考试成绩有效期为2年。

2016年全国卫生技术护理学初级(师)资格考试如期而至,为帮助广大考生做好考前复习工作,我们编写组精心编写此书,旨在帮助考生顺利通过考试。

一般参加护师考试的考生均是一线工作的护理人员,一方面考生平时工作繁忙,使得复习时间十分珍贵;另一方面,护师考试考察内容繁多,知识点庞杂,造成了护师考试“时间紧、任务重”的紧张局面。本书编写结合护师考试这一特点,精炼教材,去粗取精,直击考试重点,避免了同类其他辅导材料的繁文冗长;同时紧密结合考试大纲,顺应命题趋势,对潜在出题点做出相应预测。考生既可以把握考试重点、难点,又对可能考察的方向做出判断并采取应对性复习。

本书按照基础、内科、外科、妇科、儿科护理学顺序编写,采取多种特殊标记帮助考生区分重难点及常考点,具体可参见下表。

种类	解释说明	作用	举例
★	★★—需要掌握内容 ★★★—需要重点掌握内容	有效区分大纲对知识点要求等级,使复习省时省力	一、咳嗽、咳痰的护理(★★★)
着重号	需要重点掌握的词语、关键词下面加着重号	提示此处需要重点掌握,是潜在的考点	从肺底 <u>自下而上</u> 、由 <u>外向内</u> 、 <u>迅速而有规律</u> 地叩击胸壁
阴影	“最”字样的考点采取加阴影的方式强调	加强考生复习时的印象,避免考生痛失得分	咳嗽是呼吸系统 <u>最常见</u> 的症状
波浪线	易考考点下加波浪线	护理措施中需要注意的数据、操作注意事项、适应证和禁忌证等,都是考试常考的考点,考生要特别注意	<u>胸部叩击适用</u> :久病体弱、长期卧床、排痰无力者

同时本书重点难记知识点下面配有“巧妙记忆”，用简明扼要的词语或顺口溜帮助考生总结记忆，此种方式也是同类辅导图书中另辟蹊径的一种做法，成为本书的另一亮点。有些知识点晦涩难记，通过这些巧妙记忆的小方法解决了考生的困扰，大大提高了复习效率和效果。

本书每节课后精选历年具有代表意义的考题，配备详细解析，使考生复习完当节知识后巩固消化。试题和教材相辅相成，使考生运用教材知识实际应对考题，起到模拟考试的作用，同时又使试题叩击教材，对所复习的理论知识加深印象。

以上多种方式综合利用，实现辅导用书的简约化、重点化、实用化的整体目标，希望对考生的复习起到显著的效果，用有限的时间实现过关的目标。预祝各位考生顺利通过本次护师考试，实现事业的新高峰。本书有不当之处，恳请各位考生和同仁批评指正。

编者

本书在编写过程中，参考了国内外许多优秀的教材和文献，力求做到内容翔实、重点突出、条理清晰、语言简练。本书可作为护理专业及相关专业的教材，也可供从事护理工作的人员参考。本书在编写过程中，得到了许多领导和同事的支持与帮助，在此表示衷心的感谢。由于编者水平有限，书中难免存在不足之处，恳请广大读者批评指正。

目 录

第一章 基础护理学	(1)
第一节 绪论	(1)
第二节 护理学基本概念	(4)
第三节 护理学相关理论	(9)
第四节 护理理论	(17)
第五节 医疗服务体系	(20)
第六节 沟通	(24)
第七节 护士工作与法律	(28)
第八节 护理程序	(32)
第九节 舒适、疼痛、休息与睡眠及活动	(36)
第十节 营养与饮食	(43)
第十一节 排泄	(48)
第十二节 医院内感染的预防与控制	(56)
第十三节 给药	(62)
第十四节 静脉输液与输血	(70)
第十五节 冷热疗法	(77)
第十六节 病情观察	(84)
第十七节 危重患者的抢救和护理	(87)
第十八节 临终护理	(93)
第二章 内科护理学	(99)
第一节 绪论	(99)
第二节 呼吸系统疾病患者的护理	(112)
第三节 循环系统疾病患者的护理	(150)
第四节 消化系统疾病患者的护理	(173)
第五节 泌尿系统疾病患者的护理	(204)
第六节 血液及造血系统疾病患者的护理	(216)
第七节 内分泌代谢性疾病患者的护理	(228)
第八节 风湿性疾病患者的护理	(238)
第九节 理化因素所致疾病的护理	(243)

第十节 神经系统疾病患者的护理	(250)
第三章 外科护理学	(266)
第一节 水、电解质、酸碱代谢失调患者的护理	(266)
第二节 外科营养支持患者的护理	(273)
第三节 外科休克患者的护理	(277)
第四节 多器官功能障碍综合征	(282)
第五节 麻醉患者的护理	(289)
第六节 心肺脑复苏	(295)
第七节 外科重症监护 (ICU)	(297)
第八节 手术前后患者的护理	(299)
第九节 手术室护理工作	(305)
第十节 外科感染患者的护理	(313)
第十一节 损伤患者的护理	(325)
第十二节 器官移植患者的护理	(333)
第十三节 肿瘤患者的护理	(336)
第十四节 颅内压增高患者的护理	(340)
第十五节 颅脑损伤患者的护理	(345)
第十六节 颈部疾病患者的护理	(351)
第十七节 乳房疾病患者的护理	(357)
第十八节 胸部损伤患者的护理	(363)
第十九节 脓胸患者的护理	(368)
第二十节 肺癌患者外科治疗的护理	(371)
第二十一节 食管癌患者的护理	(374)
第二十二节 心脏病患者的护理	(378)
第二十三节 腹外疝患者的护理	(382)
第二十四节 急性腹膜炎患者的护理	(387)
第二十五节 腹部损伤患者的护理	(392)
第二十六节 胃、十二指肠疾病患者的护理	(397)
第二十七节 肠疾病患者的护理	(403)
第二十八节 直肠肛管疾病患者的护理	(416)
第二十九节 门静脉高压症患者的护理	(420)
第三十节 肝疾病患者的护理	(425)
第三十一节 胆道疾病患者的护理	(431)
第三十二节 胰腺疾病患者的护理	(442)
第三十三节 外科急腹症患者的护理	(448)
第三十四节 周围血管疾病患者的护理	(453)
第三十五节 泌尿男性生殖系统疾病的主要症状及检查	(458)

第三十六节 泌尿损伤患者的护理	(462)
第三十七节 泌尿系结石患者的护理	(467)
第三十八节 肾结核患者的护理	(472)
第三十九节 泌尿系梗阻患者的护理	(474)
第四十节 泌尿系统肿瘤患者的护理	(477)
第四十一节 骨科患者的一般护理	(481)
第四十二节 骨与关节损伤患者的护理	(485)
第四十三节 常见骨关节感染患者的护理	(501)
第四十四节 骨肿瘤患者的护理	(508)
第四十五节 腰腿痛及颈肩痛患者的护理	(511)
第四章 妇产科护理学	(517)
第一节 女性生殖系统解剖与生理	(517)
第二节 妊娠期妇女的护理	(522)
第三节 分娩期妇女的护理	(530)
第四节 产褥期妇女的护理	(537)
第五节 新生儿保健	(542)
第六节 胎儿宫内窘迫及新生儿窒息的护理	(544)
第七节 妊娠期并发症妇女的护理	(548)
第八节 妊娠期合并症妇女的护理	(559)
第九节 异常分娩的护理	(566)
第十节 分娩期并发症妇女的护理	(572)
第十一节 产后并发症妇女的护理	(577)
第十二节 妇科护理病历	(580)
第十三节 女性生殖系统炎症患者护理	(583)
第十四节 月经失调患者护理	(593)
第十五节 妊娠滋养细胞疾病患者的护理	(601)
第十六节 妇科腹部手术患者的护理	(606)
第十七节 外阴、阴道手术患者的护理	(616)
第十八节 不孕症妇女护理	(623)
第十九节 计划生育妇女的护理	(626)
第二十节 妇女保健	(631)
第二十一节 妇产科常用护理技术	(634)
第二十二节 妇产科诊疗及手术患者护理	(638)
第五章 儿科护理学	(650)
第一节 绪论	(650)
第二节 小儿保健	(651)
第三节 新生儿及患病新生儿的护理	(659)

第四节	营养性疾病患儿的护理	(674)
第五节	消化系统疾病患儿的护理	(679)
第六节	呼吸系统疾病患儿的护理	(686)
第七节	循环系统疾病患儿的护理	(692)
第八节	血液系统患儿的护理	(696)
第九节	泌尿系统疾病患儿的护理	(702)
第十节	神经系统疾病患儿的护理	(708)
第十一节	结缔组织疾病患儿的护理	(715)
第十二节	常见传染病患儿的护理	(719)
第十三节	小儿结核病的护理	(727)
第十四节	常见急症患儿的护理	(732)
第六章	医学伦理护理学医学伦理道德	(741)

第一章 基础护理学

第一节 绪 论

一、现代护理的诞生、发展与南丁格尔的贡献

(一) 现代护理的诞生、发展

现代护理是在南丁格尔创建的科学护理专业的基础上发展起来的,其发展可概括地分为3个阶段:

1. 以疾病为中心的护理阶段(19世纪60年代~20世纪40年代) 现代护理发展的初期,护理工作的主要内容是协助医生诊断和治疗疾病。

特点:护理已成为一个专门的职业,护士从业前须经过专门的训练,护理工作的主要内容是执行医嘱和各项护理技术操作,护理教育者和管理者都把护理操作技能作为护理工作质量的关键。

2. 以患者为中心的护理阶段(20世纪40年代~20世纪70年代) 1948年,世界卫生组织(WHO)提出新的健康观,为护理研究提供了广阔的领域。“护理程序”的提出使护理有了科学的工作方法。20世纪60年代后,提出应重视人是一个整体,在疾病护理的同时开始注重人的整体护理。1977年,美国医学家恩格尔提出了“生物-心理-社会医学模式”,它强化了人是一个整体的思想,护理从“以疾病为中心”转向为“以患者为中心”。

特点:强调护理是一个专业,护理人员是健康保健队伍中的专业人员,医患双方是合作伙伴,建立了以患者为中心的教育模式。

3. 以人的健康为中心的护理阶段(20世纪70年代至今) 目前人类的主要死因则多是与人类生活方式和行为有关的疾病,如:心脑血管病、恶性肿瘤、意外伤害等。医疗护理服务重点局限在医院现状已很难满足广大人民群众日益增长的保健需求。

特点:护理学已发展成为现代科学体系中综合人文、社会、自然科学知识的独立的为人类健康服务的应用学科。护士成为向社会提供初级卫生保健的最主要力量。

【巧妙记忆】 现在护理学发展过程:3个中心的转变——疾病、患者、人的健康,3次进步。

(二) 南丁格尔的贡献

佛罗伦斯·南丁格尔,英国人,首创了科学的护理专业,是护理教育的创始人和护理学的奠基人。主要贡献:

1. 开创前线护理事业。

2. 创建世界上第一所护士学校 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护士学校。

3. 著书立说 指导护理工作,著有100余篇论文。

4. 改进军队的卫生保健工作,提出预防医学的科学观念,使预防医学的科学观念逐渐取代传统的治疗观念。

5. 奠定了护理是一门科学的认识基础。

6. 推动国际医疗护理事业及公共卫生事业的发展。

国际上称这一时期为“南丁格尔时代”,这是护理工作的转折点,也是护理专业化的开始。为了纪念南丁格尔对护理的贡献,1912年国际护士会决定将5月12日(南丁格尔的生日)定为国际护士节。国际红十字会设立了南丁格尔奖章,作为各国优秀护士的最高荣誉奖,每两年颁发1次。

【巧妙记忆】 南丁格尔贡献大,护士学校第一创,生辰定为护士节,考点常考要记牢。

二、中国护理学发展

(一) 近代护理的发展

1835年,英国传教士巴克尔在广州开设了第一所西医院,两年后,这所医院以短训班的形式开始培训护理人员。1888年,美国护士约翰逊在福州一所医院里开办了我国第一所护士学校。1900年以后,一些城市设立了护士学校,逐渐形成了我国护理专业队伍。1934年教育部成立医学教育委员会,下设护理教育专门委员会,将护理教育改为高级护士职业教育,护理教育纳入国家正式教育体系。

(二) 现代护理的发展

1. 护理教育 1950年第一届全国卫生工作会议将中等专业教育作为培养护士的唯一途径。1961年,北京第二医学院再次开办高等护理教育。1980年,南京医学院率先开办高级护理专修班。1983年,天津医学院首先开设护理本科专业。1984年,教育部和卫生部召开全国高等护理专业教育座谈会,明确要建立多层次、多规格的护理教育体系,培养高层次护理人才,充实教学和管理等岗位,是我国护理学科发展的转折点。1992年,北京医科大学开设了护理学硕士研究生教育。2003年第二军医大学护理系被批准为护理学博士学位授权点,2004年首批招收护理博士生。至此,护理教育体系基本完善。

2. 临床实践 1980年以后,护理人员开始加强基础护理工作,并分析、判断患者的需求,探讨如何以人为中心进行整体护理,应用护理程序为患者提供积极、主动的护理服务,护理工作的内容和范围不断扩大。

3. 护理管理 1993年3月卫生部颁发了我国第一个关于护士执业和注册的部长令和《中华人民共和国护士管理办法》,1995年6月首次举行全国范围的护士执业考试,考试合格获执业证书方可申请注册,护理管理工作开始走向法制化轨道。

4. 护理研究 1990年以后,我国的护理研究有了较快的发展。科研文章日益增多,且质量不断提高。

5. 学术交流 新中国成立以来,我国与国际学术交流日益增多。

三、护理学的任务、范畴及护理工作方式

(一) 护理学的任务(★★)

1. 促进健康 促进健康的目标是帮助人们维持最佳健康水平或健康状态。

2. 预防疾病。

3. 恢复健康。

4. 减轻痛苦。

减轻痛苦是护士所从事护理工作的基本职责和任务。通过学习护理学基础和各专科知识,掌握知识和技能并运用于临床护理实践,帮助个体和人群减轻身心痛苦,提高生活质量。

【巧妙记忆】 护理任务4个字:促、预、恢、减。

(二) 护理学的范畴(★★)

1. 护理学的理论范畴

(1) 护理学研究对象: 从研究单纯的生物人向研究整体的人、社会的人转化。

(2) 护理学与社会发展的关系: 体现在研究护理学在社会中的作用、地位和价值,研究社会对护理学发展的促进和制约因素。

(3) 护理专业知识体系与理论架构: 专业知识体系是专业实践能力的基础。

(4) 护理交叉学科和分支学科: 护理学与自然科学、社会科学、人文科学等多学科相互渗透,相互促进,相互启迪,相互借用,形成许多新的综合型、边缘型的交叉学科和分支学科。

2. 护理学的实践范畴

(1) 临床护理: 临床护理服务的对象是患者,包括基础护理和专科护理。

1) 基础护理: 以护理学的基本理论、基本知识和基本技能为基础,结合患者生理、心理特点和治

疗康复的需求,满足患者的基本需要

2) 专科护理:以护理学及相关学科理论为基础,结合各专科患者的特点及诊疗要求,为患者提供护理。

(2) 社区护理:社区护理是借助有组织的社会力量,将公共卫生学和护理学的知识与技能相结合,以社区人群为服务对象,对个人、家庭和社区提供促进健康、预防疾病、早期诊断、早期治疗、减少残障等服务,提高社区人群的健康水平。

(3) 护理管理:运用管理学的理论和方法,对护理工作的诸要素——人、物、财、时间、信息进行科学的计划、组织、指挥、协调和控制。

(4) 护理研究:护理研究是用科学的方法探索未知,回答和解决护理领域的问题,直接或间接地指导护理实践的过程。护理研究多以人为研究对象。

(5) 护理教育:护理教育分为基本护理教育、毕业后护理教育和继续护理教育3大类。基本护理教育包括中专教育、专科教育和本科教育,毕业后护理教育包括研究生教育、规范化培训;继续护理教育是对从事护理工作的在职人员,提供以学习新理论、新知识、新技术、新方法为目的的终身教育。

(三) 护理工作方式(★★★)

1. 个案护理 由专人负责实施个体化护理,一名护理人员负责一位患者全部护理的护理工作方式。适用于抢救患者或护理某些特殊患者,也适用于临床教学需要。

2. 功能制护理 以工作为导向,按工作内容分配护理工作,各司其职。护士分工明确,易于组织管理,节省人力。但工作机械,缺少交流,较少考虑患者的心理社会需求,护士较难掌握患者的全面情况。

3. 小组制护理 以小组形式(3~5位护士)对一组患者(10~20位)进行整体护理。组长制订护理计划和措施,小组成员共同合作完成护理任务。这种护理方式弊端为护士个人责任感相对减弱。

4. 责任制护理 由责任护士和辅助护士按护理程序对患者进行全面、系统和连续的整体护理。其结构是以患者为中心,要求从患者入院到出院均由责任护士对患者实行8小时在岗,24小时负责制。

5. 综合护理 综合护理以护理程序为核心,综合护理是一种通过最有效地利用人力资源,最恰当地选择并综合应用上述几种工作方式,为服务对象提供既节约成本,又高效率、高质量的护理服务。

【巧妙记忆】 护理工作方式:个案→小组→功能→责任制→综合。综合护理最优效。

四、护士素质

(一) 含义(★★)

素质是指个体完成工作活动与任务所具备的基本条件与潜在能力,是人与生俱来的自然特点与后天获得的一系列稳定的社会特点的有机结合,是人所特有的一种实力。

培养护士素质的真正含义是要养成他们既能顺利适应社会和护理工作,又能充分实现个人价值和创造力的一种能力、一种心境、一种技巧。

(二) 基本内容(★★)

具备良好的素质是护士从事护理工作的基本条件。

1. 思想道德素质 热爱祖国,热爱人民,热爱护理事业,有为人类健康服务的奉献精神。具有高尚的道德品质、较高的慎独修养、正确的道德行为,自爱、自尊、自强、自律。能够正视现实、面向未来,追求崇高的理想,忠于职守,救死扶伤,廉洁奉公,实行人道主义。

2. 科学文化素质 护士必须掌握护理学科的基础知识与基本技能。具有一定的文化修养和自然科学、社会科学、人文科学等多学科知识。培养一定的认识美、欣赏美和创造美的能力。

3. 专业素质 扎实的专业知识、较强的实践技能、敏锐的观察力和分析能力,勇于创新进取。

4. 体态素质 身体健康、精力充沛,仪表大方,举止端庄稳重,待人热情真诚,并养成个人的和集体的卫生习惯。

5. 心理素质 乐观、开朗、积极进取、心怀宽阔、良好的忍耐力和自我控制力、思维敏捷、团结

合作的精神。

【巧妙记忆】 护士素质：为人正直、知识扎实、身体健康、心理乐观。

【经典习题】

【A1型题】

1. 南丁格尔首创科学的护理事业的时间是

- A. 16 世纪中叶
- B. 17 世纪中叶
- C. 18 世纪中叶
- D. 19 世纪中叶
- E. 20 世纪中叶

【答案】 D

【考点】 南丁格尔的贡献

【解析】 1860 年，南丁格尔在英国圣多马斯医院建立了世界上第一所正规护士学校。她撰写的《医院笔记》《护理笔记》等主要著作成为医院管理、护士教育的基础教材。由于她的努力，护理学成为一门科学。她的办学思想由英国传到欧美及亚洲各国，南丁格尔因此被誉为近代护理专业的鼻祖。

2. 国际护士学会将 5 月 12 日定为国际护士节，因为

- A. 南丁格尔创办的第一所护士学校的日期
- B. 南丁格尔的生日
- C. 南丁格尔逝世纪念日
- D. 南丁格尔奖的宣布日
- E. 南丁格尔接受美国政府颁奖的日期

【答案】 B

【考点】 现在护理学的发展历程

【解析】 国际护士学会将南丁格尔的生日定

为国际护士节，以纪念伟大的护理事业奠基人，即将 5 月 12 日定为国际护士节。故本题选 B 项。

3. 我国第一所护士学校创办的时间和地点是

- A. 1887 年福州
- B. 1887 年广东省
- C. 1888 年福州
- D. 1888 年广东省
- E. 1835 年广东省

【答案】 C

【考点】 中国护理学的发展

【解析】 1887 年，美国护士麦克奇尼在上海妇孺医院开设护士培训班。1888 年，美国护士约翰逊在福州成立了我国第一所护士学校。

4. 有关护士素质错误的叙述是

- A. 护士应具备敏锐的观察能力
- B. 任何问题必须自己解决，不需要合作
- C. 具备丰富的知识和熟练的技能
- D. 对工作有高度责任心，做到慎言守密
- E. 健康的心理和强壮的体魄

【答案】 B

【考点】 护士的素质

【解析】 护士素质通常包括良好的心理素质、专业技术方面的素质、职业道德方面的素质、身体素质、文化仪表方面的素质等，本题语义逻辑上判断 B 项错误，遇到疑难问题时，需要加强合作。故本题选 B 项。

第二节 护理学基本概念

护理学的基本概念是人、健康、环境和护理，它被公认为是影响和决定护理实践的 4 个最基本的概念。这 4 个概念的核心是人，缺少其中任何一个因素，护理都不可能发展成为一门学科，也不可能步入专业实践领域。

一、人

(一) 人是一个统一的整体

1. 整体的概念 人是生理、心理、社会、精神、文化的统一整体，它们之间相互作用，互为影响，其中任何一方的功能变化均可在一定程度上引起其他方面功能的变化；而人体各方面功能的正常运转，

又能有力地促进人体整体功能的最大发挥,从而使人获得最佳的健康状态。

2. 人是一个开放系统 人作为自然系统中的一个次系统,是一个开放系统,在不断地与其周围环境进行着物质、能量和信息交换。人的基本目标是保持机体的平衡。护理的主要功能是帮助个体调整其内环境,去适应外环境的不断变化,以获得并维持身心的平衡即健康状态。

3. 护理中人的范围 护理的服务对象从单纯的患者扩大到健康的人群。既包括个人、家庭、社区和社会4个层面,也包括从婴幼儿到老年人的整个全人类。护理的最终目标不仅是维持和促进个体高水平的健康,而且更重要的是面向家庭、面向社区,最终达到提高整个人类社会的健康水平。

(二) 人的基本需要 (★★)

1. 概念 人的基本需要指个体为了维持身心平衡并求得生存、成长与发展,在生理和心理上最低限度的需要。它包括生理的、社会的、情绪的、知识的及精神的需要。当基本需要得不到满足时,就会出现机体的失衡而导致疾病。

2. 内容

- (1) 生理性需要: 指维持人正常生理功能的所有需要,如呼吸、食物、排泄、睡眠、休息等。
- (2) 社会性需要: 指个人与社会中其他人或集体互动的需要,如沟通交流、朋友交往等。
- (3) 情绪性需要: 指人有表达自身所体验的喜、怒、哀、乐等各种情绪的需要。
- (4) 知识性需要: 指个体在认知、思想与理性方面的需要,如学习、探究事物真相、思考问题等。
- (5) 精神性需要: 指有关人在精神信仰、精神依托与精神支持方面的需要,如祈祷、宗教信仰、佩戴吉祥物等。

【巧妙记忆】 人的5个层次的需要,生理、社会、情绪、知识、精神要求不断上升,首先应满足人的生理需要。

3. 特性

- (1) 人类的基本需要大致相同。
- (2) 每种需要的重要性可因人而异。
- (3) 各种需要相互联系、相互作用。

4. 影响基本需要满足的因素

- (1) 生理因素: 如各种疾病、疲劳、疼痛与生理残障等。
- (2) 情绪因素: 如焦虑、兴奋、恐惧等。
- (3) 知识与智力因素: 如缺乏相关知识、资料或信息,智力障碍等。
- (4) 社会因素: 如紧张的人际关系或群体压力过大等。
- (5) 环境因素: 如陌生的环境与不良的环境等。
- (6) 个人因素: 如个人的信仰、价值观、生活习惯与生活经验等。
- (7) 文化因素: 如社会的风俗、群体的习惯、文化背景等。

(三) 人的成长与发展 (★★★)

1. 概念

- (1) 成长指个体在生理方面的量性增长。
- (2) 发展是生命过程中一种有顺序的、可预测的功能和技巧的演变过程。发展包括情感、认知、心智、道德、能力等多方面的变化,是一个人学习的结果和成熟的标志。
- (3) 成熟: 狭义的成熟指人体生理上的改变过程,一般受个体遗传因素的影响。广义的成熟指一个人在能力上的增进或老化过程,是成长和发展的综合结果,包括生理、心理、社会文化等多方面的改变。

2. 内容

- (1) 生理方面: 指身体的发育和各部分功能的发展。
- (2) 认知方面: 指智能、知识和理解能力,包括感知、判断、推理、记忆、思考与想象能力的发

展。

(3) 社会方面：指个体与他人的互动和相互影响方面的发展。

(4) 情感方面：指个人的感觉和主观经验的发展，如喜、怒、哀、乐的内心体验与表现。

(5) 精神方面：是个人对生命的意义、生存价值认识方面的发展。

(6) 道德方面：指个体在信仰及是非观念方面的发展。

3. 基本原则

(1) 成长与发展是按持续的、有顺序的、有规律的和可预测的方式进行的。

(2) 每个人都要经过相同的各个发展阶段。

(3) 每个人的发展都有其独特的个性，是按自己独特的方式和速度通过各发展阶段的。这是由个人特有的遗传基因及与环境的互动所决定的。

(4) 每个发展阶段各具有一定的特征，并都有一定的发展任务。

(5) 每个人基本的态度、气质、生活方式和行为等都会受到婴幼儿期发展的影响。

(6) 发展是通过逐步地成熟和不断地学习而获得的。

4. 影响成长与发展的因素

(1) 遗传因素：遗传是影响人类成长与发展的重要因素之一。

(2) 环境因素：环境是另一个影响人类发展的重要因素。它包括：

1) 家庭：家庭是人自出生后与其接触最多、关系最密切的一个环境。家庭的首要功能是满足家庭成员的一些基本需要，如温饱、安全、爱与归属等。

2) 学校：学校是提供正规教育及社会化的场所。学校提供给个体将来立足社会必要的知识、技能与社会规范。也兼顾个体的体格锻炼与艺术熏陶。还可帮助个体建立与家庭成员以外的人际关系。

(四) 人的自我概念 (★★)

1. 概念 自我概念是指一个人对自己的看法，即个人对自己的认同感。自我概念是基于对自身的工作能力、解决问题的能力、认知功能、自身形象和外在吸引力、是否受人喜欢与尊重、经济状况等方面的感知和评价而产生的。

2. 组成

(1) 身体心象：指个体对自己身体的感觉和看法。

(2) 角色表现：角色是对于一个人在特定的社会体系中所处的位置的行为要求和行为期待。一个人一生中要履行许多角色，有时在同一时期也得承担多种角色。如果个人因能力有限或对角色要求不明确等原因而不能很好地完成角色所规定的义务时，挫折与不适感便油然而生，其结果便产生负向的自我概念。

(3) 自我特征：是个人对自身的个体性与独特性的认识。人们通常以姓名、性别、年龄、职业、婚姻状况及教育背景等来确定自己的身份和特征。自我特征也包括个人的信念、价值观、性格与兴趣等。

(4) 自尊：指个人对自我的评价。在个体与环境的互动中，若个人的行为表现达到别人所期望的水平，受到了他人的肯定和重视，其自尊自然会提高。

拥有良好的自我概念者对自身的能力、天赋、健康、美貌等抱有足够的信心。他能更好地建立起良好的人际关系且能更好地面对人生，并能有效地抵御一些身心疾病的侵袭。

二、健康

(一) 健康的概念 (★★)

1948年WHO对健康的定义是：健康不但没有疾病和身体缺陷，还要有完整的生理、心理状况与良好的社会适应能力。反映出了人类对自身健康的理想追求。

【巧妙记忆】 人体健康几要素，肌体无病无缺陷，心理健康人乐观、社会适应能力强。

(二) 健康的模式

1. 健康-疾病连续相模式 在健康-疾病连续相模式中,健康是指人在不断适应内外环境变化过程中所维持的生理、心理、情绪、精神、智力及社会等方面的动态平衡状态;疾病则指人的某方面功能较之于以前的状况处于失常的状态。

2. 最佳健康模式 人应设法达到最佳健康水平,即在其所处的环境中,使人的各方面功能得以最佳发挥,以发展其最大的潜能。护士可应用最佳健康模式,帮助服务对象进行着眼于发挥机体最大功能和发展潜能的活动,从而帮助其实现最佳健康。

(三) 影响健康的因素 (★★)

1. 环境因素 环境是人类赖以生存和发展的社会 and 物质条件的总和。它对人类健康影响极大,除一些遗传性疾病外,所有疾病或多或少与环境相关。

(1) 自然环境因素: 自然界中的空气、水、阳光、粮食、蔬菜、动物等是人类赖以生存的环境。

(2) 社会因素

1) 政治制度: 是否将公民的健康放在重要位置,并积极采取措施以促进公众健康,政治制度能产生很大的影响。

2) 社会经济因素: 直接影响人们的健康水平。

3) 文化教育因素: 间接影响人们的健康意识。

2. 机体的生物学因素

(1) 遗传因素: 遗传是影响人类健康的一大因素。目前主要是在提倡科学婚配、优生、优育与计划生育等方面用法律的方式加以管制以减少遗传病的发生。

(2) 心理因素: 消极的心理因素可引发许多疾病。

3. 生活方式 许多疾病与不良的生活方式和生活习惯有关。应大力提倡良好的生活习惯。包括:
①心胸豁达、乐观;②劳逸结合,坚持锻炼;③生活规律,善用闲暇;④营养得当;⑤不吸烟,不酗酒;⑥家庭和谐,适应环境;⑦与人为善,自尊自重;⑧爱清洁,注意安全。

4. 获得保健设施的可能性 卫生保健设施因素包括医疗保健网络是否健全、医疗保障体系是否完善及群体是否容易获得及时有效的卫生保健和医护等方面的照顾。

三、环境

(一) 概念

环境是人类生存或生活的空间,指与人类的一切生命活动有着密切关系的各种内、外环境。

(二) 分类 (★★)

1. 人的内环境 人的内环境是指机体各器官功能与调节机制的运转状态。

2. 人的外环境

(1) 自然环境: 指存在于人类周围自然界中各种因素的总称,它是人类及其他一切生物赖以生存和发展的物质基础,包括物理环境(如空气、阳光、水、土壤等)和生物环境(如动物、植物、微生物等)。

(2) 社会环境: 也称人文环境,是人们为了满足物质和精神文化生活的需要而创建的环境。优良的社会环境是人类健康保障的决定因素。

(3) 治疗性环境: 是专业人员在以治疗为目的的前提下创造的一个适合患者恢复身心健康的环境。治疗性环境要考虑两个主要的因素: 舒适和安全。

1) 舒适: 首先来自于医院良好的物理环境,包括: ①温度: 适宜温度是 18~22℃。新生儿及老年患者,室温以保持 22~24℃ 为宜; ②湿度: 适宜湿度以 50%~60% 为宜(相对湿度); ③通风: 一般通风 30 分钟即可达到置换室内空气的目的; ④空间: 保证患者有适当、能独处的空间,同时也方便操作和护理,病床之间的距离不得少于 1m。必要时置屏风; ⑤噪声: 指凡是与环境不协调的声音或足以引起人们心理上或生理上不愉快的声音。医院白天病区较理想的噪声强度在 35~45dB。工作人员应做到“四轻”: 说话轻、走路轻、操作轻、关门轻; ⑥光线: 病室采光有自然光源和人工光源。病室内经常