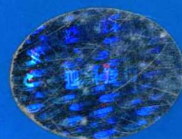


ETTIC

职业培训项目




老年照护

职业岗位技术能力培训教程



中国就业培训技术指导中心 组织编写



 中国劳动社会保障出版社

中国就业培训技术指导中心
中华慈善总会老年工作委员会推荐读物

老年照护

中国劳动社会保障出版社

图书在版编目(CIP)数据

老年照护/郭闽主编. —北京:中国劳动社会保障出版社, 2012

ISBN 978-7-5045-9623-9

I. ①老… II. ①郭… III. ①老年人-护理学-基本知识 IV. ①R473

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 053720 号

中国劳动社会保障出版社出版发行

(北京市惠新东街 1 号 邮政编码: 100029)

出版人: 张梦欣

*

北京世知印务有限公司印刷装订 新华书店经销

880 毫米×1230 毫米 16 开本 12.5 印张 304 千字

2012 年 4 月第 1 版 2012 年 4 月第 1 次印刷

定价: 39.00 元

读者服务部电话: 010-64929211/64921644/84643933

发行部电话: 010-64961894

出版社网址: <http://www.class.com.cn>

版权专有 侵权必究

举报电话: 010-64954652

如有印装差错, 请与本社联系调换: 010-80497374

编审指导委员会

主任：张道诚

副主任：麻贵林 张泽 宋健

委员：王敬德 董立武 蔡光胜

编审人员

主编：郭 闽

副主编：涂晓明 张旭东 任 鹏

参 编：王雯春 刘淑惠 成 彦 于晓辉 李 杰

王晓龙 李彩宏 雷冠红

主 审：郑 萍 章晓莉

插 图：殷东林 褚端毅



主编寄语

“老吾老以及人之老”，是对我国尊老养老传统美德的极好诠释。现实生活里，我们每个人无一例外地必将经历从少年、青年、中年到老年这样一个生命历程，有一天，我们终将老去，那将是何等“老境”？我们将怎么度过自己的老年岁月，享有怎样的老年生活？这已成为国家、社会、每个有老年人的家庭和每个老年人自己都必须面对的现实问题。

从2002年至2005年，4年间我的公公、父亲、婆婆因病相继离世，尤其是我的婆婆，饱受心梗和因抢救心梗大量使用激素导致双股骨头坏死的病痛折磨长达近20年。我一位朋友年已90高龄的爷爷在不慎摔伤后，由于身边的照护人员缺乏护理的专业知识和技能，处置不当，致使老人下半身瘫痪，至今卧床不起，生活质量受到严重影响。类似的事件在我的身边时有发生。我的亲人和老人们在遭受疾病折磨和与疾病抗争的过程中的每一天，他（她）们的需求、渴望，我都历历在目，感同身受。

2006年，在几位志同道合的朋友们的支持鼓励下，我们向原劳动和社会保障部中国就业培训技术指导中心提出开展《老年照护》培训，相关领导高度敏锐和关注这项社会需求，因此，几乎没有遇到任何障碍，项目就得到了批准，并随即在全国逐步推广。

几年来，随着社会老龄化进程的加剧，《老年照护》培训受到越来越多的关注，数以千计的老年照护人员经过培训后，在专业理论和护理技能方面都得到显著提升，我们的培训课程也在项目推广中不断地修改和完善，并得到社会各界的高度评价。

令我感到欣慰的是，今天，曾经的内部教材丰富完善成为正式出版物。这本近30万字图文并茂、可读性很强的读物，凝聚着年近百岁的老红军、年已九旬的人口学家、南丁格尔奖章获得者，以及许多医学专家、护理学专家和与我们一起共同献身老年照护这一平凡而光荣事业的朋友们的无数心血。

感谢人力资源和社会保障部中国就业培训技术指导中心、中华慈善总会老年工作委员会、中国劳动社会保障出版社的大力支持，使我们得以奉上此书，献给共和国所有值得尊敬和关爱的老年人及所有有照护需求的人们。

谨以此构筑老年照护万里长城之砖，期待引来您的参与和传播之玉。

北京慷尔祥瑞文化发展有限责任公司 总经理
中国老年保健协会抗衰老专业委员会 副主任兼秘书长

序一

承蒙郭闽主编的信任，让我为本书写序。我是一个年届九十的老人，对老年照护有切身的需要，对本书寄予厚望；我在家里也护理过老年人，对老年人的照护有点经验和教训，对本书的内容倍感兴趣；另一方面，我是中国老年学的倡导者，对老年学学科体系中的《老年照护》教材的重要性和紧迫性有所认识，但对它的发展大大滞后于时代的需要，感到十分遗憾。这次郭闽把她多年策划和研究的成果公开出版，使我喜出望外，手不释卷地一口气把它通读，感到非常亲切。本书内容丰富、全面系统、立论正确、深入浅出、图文并茂，有广泛的实用性，读后很有收获，欣然命笔。

人口老龄化是人类历史的必然，是不可逆转的。我国在世纪之交，进入老龄社会，对人口老龄化有各种各样的担心，诸如，青壮年劳动力不足，社会保障难以继，技术创新停滞不前，老年人成为社会的沉重负担等等，这些都会影响到国家的经济和社会的发展。但更多的人担心，老年人越来越多，日趋高龄化，自理能力下降，需要有人长期照料护理（下文简称照护）。国内外已进入老龄化的地区，许多人一谈到老年人的长期照护都“谈虎色变”，认为老龄社会中，对老、中、青三代人都是一件最焦心的沉重负担。20世纪80年代中期，在一次全国讨论老龄产业的会议上，我曾提出过长期照护是养老产业的重中之重，关键需要培训足够的照护人员。我也曾建议和支持过一些地方和单位办过一些照护的培训班，但大多都是“叫好不叫座”，都没持续多久，这是令人遗憾的。我认为老年照护培训落后于社会需要，并不是因为老年照护没有需求，主要是有支付能力的需求（即购买力）不足。老年照护是一种对老年人个人的服务行为，除了法定为公共产品或对一些特殊人群有优惠的项目外，老年人照护就是在最发达的福利国家，也不可能是全部和全天候的“免费午餐”。由于我国历史上积贫积弱和当前体制上的原因，我国老年人中的大多数经济上并不宽裕，再加上我国在传统观念上，对老年人照护服务大多数是要付费的，身心健康是需要投入的等等，没有认识或认识不足，这不能不制约老年照护培训的发展。

随着我国经济的迅速发展，老年人的收入和财富的增加以及老年人消费观念的转变，我国老年人照护将是一个非常广阔的市场。国务院不久前通过的《中国老龄事业发展十二五规划》提出：“……完善家庭养老支持政策……完善家庭养老保障和照料服务扶持政策……开展多种形式的老年社区照料服务……加快发展护理康复服务”等等，预示着我国老年照护的春天即将到来。国家人力资源和社会保障部批准本书作为老年照护职业培训的教材，顺应时代的需求，引领老年照护事业健康的发展。

老年照护在所有发达地区都是一种专门的职业。老年照护课程是一门专业技术和技能的培训课程，也是照护专业知识的概论，它归纳全人类成熟的、先进的照护经验、理念和技能，其中涵盖生命科学的知识、照护、康复知识和技能等，也包括一些社会学、心理学、老年学和家政学的知识。例如：本书谈到老年人的需求时，就引用到著名社会学家马斯洛的需求层次理论，老年心理学知识和家政学知识处处亦都有所体现。

老年照护知识和技能都需要学习和实践才能掌握，人不可能“生而知之”，只能“学而知之”。何况老年人个体之间的差异极大，不能千篇一律，必须区别对待，这又需要对照护知识的灵活运用，因此，对学到的知识和技能“知其然，也要知其所以然”，举一反三，这就需要学习和培训。

老年照护的目标和任务不仅是对老年人生活照料和维持老年人的生存，照护的价值在于提高老年人的生命质量和生活质量；现代老年照护的价值在于对老年人身心健康的维护和社会参与，包括预防、治疗、康复等都有重要作用。首先从老人无病、小病的预防开始，防止小病变成大病，要防止因病致残，有病力争能通过照护早日康复，尽量减轻、缓解或摆脱半自理和不能自理的困境，把不能自理的时间压缩到最短，提高老年人晚年的幸福指数。有人认为老年照护能够代替子女尽孝和解放子女的劳动力，这是老年照护对社会发展所作出的鲜为人知的贡献。

我认为本书不仅适用于培训老年照护员，本书的知识对所有老年人和他们的子女都值得一读，老年人从本书中能体会到一些与照料者之间的相互体谅、互动和合作等等，达到最佳的照护效果。老年人的子女和配偶是老年照护的第一责任人，书中的知识对他们的现在和将来都有很大的作用，也能体会照护者的艰辛，减少相互之间的矛盾和误解。此外，本书对社会工作者、社区的工作人员和社区的义工（志愿者），都有一定的教益；因为照护老人已是社区越来越繁重的任务，老年照护的培训工作正方兴未艾。

邬沧萍
2011年9月8日



邬沧萍教授

中国人民大学人口学研究所所长、教授、博士生导师，是我国人口学、老年学的学科开拓者，我国人口学最早一批硕士、博士生导师。

中国老年学会副会长；民盟第五届中央常委；第六、七届全国政协常委。先后编写、主编、合著、翻译有《人口学辞典》《人口统计学》《商业统计学》《世界人口》《中国人口老龄化》《转变中的中国人口与发展》《资本主义国家经济统计指标基本知识》等著作 20 多部。公开发表《老龄问题和我们的对策》《论老年学的形成研究对象和科学性质》《实现健康老龄化》《增强全民的人口忧患意识》等著作、论文 200 多篇。

序二

人口老龄化是 21 世纪我国的基本国情，到 2010 年，我国 60 岁以上的老人已超过 1.67 亿，占全国总人口的 12.5%，是世界上唯一一个老年人超过 1 亿的国家。随着我国老龄化人口规模的快速膨胀，养老问题已经成为重大的社会问题。

我国养老产业目前有三种模式：家庭养老、机构养老和社区居家养老。但无论是哪种养老模式，都离不开一支有力的老年照护队伍的支持。近年来，对于作为养老模式重要环节的老年照护员的市场需求量迅猛增长，但是相关专业培训以及培训教材相对落后，使得老年照护人员的素质良莠不一，专业水平和服务质量不能满足社会的需求，影响了养老产业的健康发展。

在此情况下，编辑出版《老年照护》一书，不仅会为有志于养老行业的人士带来相关的知识力量，为就业打下坚实基础，更将会在养老护理培训领域发挥示范作用，引领其进入正规化、系统化、专业化的健康之路，为我国的养老产业健康快速的发展作出积极的贡献！

范宝俊
二〇一一年八月十日



范宝俊会长

中华慈善总会会长，第九届全国政协常委，第十届全国政协常委、提案委员会副主任

目 录

绪论	1
第一章 老年照护员的职业道德及行为规范	5
第一节 老年照护员的职业道德	5
第二节 老年照护员的行为规范和礼仪要求	6
第三节 老年照护员的工作内容	10
第二章 老化与心理健康	13
第一节 老年人的生理发展特征	13
第二节 老年人的心理、社会发展特征	15
第三节 与老年人的沟通技巧	21
第三章 老年人运动与康复训练	24
第一节 老年人运动	24
第二节 老年人疾病康复训练	27
第四章 老年人营养与健康	36
第一节 食品营养基础知识	36
第二节 老年人的营养需求	39
第三节 老年人平衡膳食原则	41
第五章 老年人日常生活照料	51
第一节 老年人家居环境	51
第二节 老年人清洁照护	56
第三节 老年人饮食照护	67
第四节 排泄的照护	70
第五节 休息与睡眠的照护	75

第六节	体位转移与抱扶技巧	76
第七节	辅助器具的使用	80
第八节	冷热的应用	82
第六章	老年人健康状态的观察与照护	85
第一节	老年人一般情况与身体感觉的观察	85
第二节	生命体征的观察与照护	87
第三节	出入量的观察与记录	92
第四节	家庭用药知识	93
第五节	压疮的预防与照护	98
第六节	老年人安全防护	101
第七章	老年人常见病照护及临终关怀	106
第一节	老年人常见病照护	106
第二节	临终关怀	116
第八章	现场急救知识	120
第一节	现场急救	120
第二节	心肺复苏	121
第三节	循环系统急症	131
第四节	意识障碍	136
第五节	呼吸系统急症及窒息	137
第六节	中毒	140
第七节	创伤	142
第八节	烧伤与烫伤	145
第九节	骨折	147
第九章	家庭服务基本知识与技能	150
第一节	制作家庭餐	150
第二节	家居保洁	155
第三节	衣物洗涤与存放	160
第四节	采购日常用品	162
第十章	与老年照护工作相关的法律法规	169
第一节	老年人权益保护有关法律	169
第二节	与老年照护工作相关的刑法基本知识	174
第三节	与老年照护工作相关的民事法律基本知识	179

绪 论

老年人是值得尊敬的长辈，他们经历了人生的风风雨雨，进入老年后，有很多人还依然为社会贡献着他们的专业知识和宝贵经验，而更多的老年人则退休回到家中，在精神和物质上支持、帮助子女们：在家中承担家务、培养照料孙辈，每天忙得不亦乐乎。对老年人来说，家庭不仅是老年人用爱、用毕生心血为亲人、子女构筑的温馨港湾；家庭更是老人生活多年的居所，是老人最温暖和最熟悉的环境。家庭因为有老人而更具凝聚力，是子孙们回归的向心力。子孙满堂，其乐融融，是老人晚年的天伦之乐。因此，老年人大都不愿离开自己的家，居家养老成为我国老年人选择的主要养老方式。

一、家庭养老与居家养老

（一）什么是家庭养老

家庭养老，是指由有血缘关系的亲人或其他家庭成员承担对老年人经济供养、生活照料和精神慰藉的责任。

（二）什么是居家养老

居家养老，是指老年人居住在自己家中，养老服务主要由社会提供，但不排除家庭成员提供支持帮助的一种养老模式。

（三）家庭养老与居家养老的变化趋势

1. 家庭养老功能弱化

随着我国人口老龄化、高龄化的快速发展，老人和高龄老人增多；而家庭小型化和“4-2-1”家庭（指家中有4个超过60岁以上夫妇双方父母；中、青年夫妇2个人；孩子1人）的大批涌现，越来越多的老年人虽然进入长寿时代，但健康状况不容乐观，超过85%的老人患有各种疾病，需要专业的护理照料服务。而随着社会经济的高速发展，人们工作生活节奏不断加快，人口流动性大，儿女不在身边的空巢家庭日益增加，家庭养老功能正面临着巨大冲击。

2. 家庭养老向居家养老模式转变

据统计，我国60岁以上人口数已经超过1.78亿，占我国总人口数的13.26%，是世界上老龄化速度最快的国家。根据我国国情，民政部提出以居家养老为主（占90%）、社区养老为辅（占6%）、机构养老为补充（占4%）的养老模式，即“9064”养老模式，确定了居家养老的主体地位。总体上看，居家养老符合我国国情，能满足老年人在自己熟悉的家中养老的传统习惯需求，是大多数老年人首选的养老模式，也是应对家庭养老功能弱化，由社会服务功能给予补充的一种社会化养老模式。

居家养老服务主要由社会和社区提供，包括：

- 家政服务员、老年照护员在老人家中服务。
- 社区医护人员、老年照护师、志愿者、义工上门服务。

- 送餐、维修上门服务。
- 以小时计酬人员入门服务：从事清洁卫生，做饭，洗衣，陪伴聊天、购物、就医等。
- 其他服务：教育、文化娱乐、健康咨询、心理咨询、中介、法律援助等。

面对从家庭养老向居家养老模式转化的大趋势，老年人及其子女选择把家庭作为养老处所的同时，更加企盼的是：身边能够有一位称职的老年照护员，使老人能够得到细心照料和专业护理，使老人们安心、子女们放心。

二、居家养老的照护需求

（一）倡导“健康老龄化”

1987年世界卫生组织提出了“健康老龄化”的概念，呼吁“不能仅满足于人的长寿，而应追求健康长寿”，树立“健康寿命”的新理念。“健康老龄化”应体现在老年期岁月的延长，在生命晚期伤残或机体功能丧失的时间尽量缩短，从而保证并提高老年人的生活和生命质量。

衡量老年人的生活质量，主要从以下几个方面综合考虑：

1. 身体健康：是指身体生理功能良好，老人无严重躯体疾病。体现在：

(1) 能够完成基本的生活自理，如穿脱衣服、上下床活动、控制大小便、如厕、沐浴、进餐。

(2) 具有日常生活活动能力，如处理财务、外出乘车、购物、适当旅游等。

2. 心理健康：体现在老人对生活 and 周围事件的态度，如积极情绪多于消极情绪，有较好的自控能力，自尊、自信、自爱，有良好的人际关系等。

3. 社会交往方面：能主动与亲朋好友交往，积极参加一些本人感兴趣的聚会和活动。

4. 道德健康：是指不以损害他人利益来满足自己的需要，能辨别真伪、善恶、荣辱与美丑。

照护员学习和理解“健康寿命”的新概念，把它作为自己提高居家服务的出发点，有利于促进老年人生活质量和生命质量的不断提高。

（二）老年人居家养老照护需求

老年人随着身体各器官系统结构和功能的衰退老化，出现牙齿松动、脱落，消化能力减弱，记忆力、运动能力、平衡能力下降，对外界反应迟钝，思维、言语、行动缓慢，加之疾病困扰，生活自理能力降低，老年人生活质量大打折扣。很多老年人及其子女下决心把照护员请入家庭，就是为了改善老人的困难处境，提高他们的生活质量。

照护员作为居家养老的主力军，首先要正确认识老年人有着自己的人格特点和基本需求，如生理需求、安全需求、爱与归属需求、自尊与被尊重需求、自我实现需求等。照护员只有全面了解老年人对居家养老照护的需求，才能做好服务。

1. 老年人生理需求

生理需要是人类最基本的需要，如饮食、喝水、呼吸空气、排泄、睡眠、居住、穿衣、避免疼痛等。老年人由于年龄的增高、各脏器的衰老，对生理的需要具有一定的特殊性。因此，在老年照护方面要做到：保证老人摄入足够的营养物质，每日要有足够的水分摄入，排泄正常，有充足的睡眠，有良好的居住环境，可以享受阳光、新鲜空气的沐浴，身心舒畅、愉快地度过晚年。

2. 老年人安全需求

老年人由于年老体衰，视力不好，听力下降，反应和行动迟缓，信息闭塞，易受环境干

扰，产生对安全的恐惧和忧虑，如生命财物安全、饮食安全、活动安全等。所以，照护员应做到：

(1) 不私自动用老人财物，不轻易与照顾对象发生借贷关系。

(2) 邀请老人共同参与一些力所能及的家务活动，操作时放手不放眼，出现困难时立即给予协助。

(3) 老人感觉不适、发生病痛时，及时给予安慰、陪伴，注意观察并采取适当措施，减轻老人的痛苦；必要时通知老人亲属，共同陪往医院就诊。

(4) 平日，特别是和老人独处时，未经老人同意，不可私自带领自己的亲友进入老人家庭。

(5) 经常排查室内外设施和环境的不安全因素，防患于未然。

3. 老年人对爱与归属的需求

老年人因年龄增长对爱与归属的需求增强。由于空巢、丧偶或病残困扰，老年人易心情郁闷，加之与社会沟通减少，往往处于孤独和生活空虚状态，尤其在他们基本生理需求、物质生活和安全感得到满足以后，更渴望得到关怀、亲情和爱，希望与人交往，获得友情和信任。所以，照护员要与老人建立亲情、友情，满足老年人在这些方面的个性化需求。

(1) 面对老年人渴望享受天伦之乐的需求，照护员要努力传达良性信息，促进家庭和睦，提醒老人子女和孙辈多与老人共处或前来探望。

(2) 面对老年人接触社会的需求，照护员要做好陪伴，特别是协助四肢活动不利的老年人走出家门，晒太阳、纳凉、观街景，与邻居交流人生体验，从中获得支持与力量。

(3) 面对老年人亲近自然的需求，照护员要协助那些向往自然又苦于身体活动不便的老人，到公园或街心花园观赏美景，唤醒老人对年轻时代的美好记忆，满足老人的精神需求。

(4) 照护员要多与老人交流，耐心倾听老人尤其是卧床不起或不能下楼老人讲述陈年往事，主动介绍老人喜闻乐见的人或事，处理日常事务多征求老人意见，加强其参与感和归属感（如与老人商定食谱等），从而增进照护员和老人之间的感情。

4. 老年人自尊与被尊重需求（即自我尊重、评价以及尊重别人等）

满足老年人自尊与被尊重需求，就是要求照护员从以下几方面树立正确认识，做好工作：

(1) 尊重老人，就是要肯定老年人对社会、对子女和家庭所作出的贡献。

(2) 老年人和其他人群一样，希望生活得有尊严，有保障，自主权力不被剥夺，身心不受虐待，财产不被侵占。

(3) 任何老年人，不论其年龄、性别、种族背景、残疾或其他状况，均应受到公平对待，而且不论其经济状态如何，均应受到尊重。

(4) 当患病、残疾或残障、长期卧床或生活完全不能自理时，老人仍能够得到与自己状态良好时同样的尊重和照护，同样保持居住环境和自身的清洁，舒适、有尊严地生活。

(5) 使老人衣着整齐、清洁、舒适；发式整洁。

(6) 对待病重、神志不清的老人，更要细心照顾。不允许虐待老人。对老人一切形式的暴力和歧视都是犯罪。

中国有句古语叫做“老吾老以及人之老”。作为照护员，想一想当我们年老时，会因为衰老而放弃自尊和被尊重的需求吗？答案当然是否定的。所以，我们要努力为今天的老年人，也为未来的自己创造一个有质量、有尊严、安全而舒适的养老生活。

5. 老年人自我实现的需求（个人的能力和潜能继续得到发挥）

自我实现的需求,在不同年龄段的表现不同,青壮年时期的追求目标主要是事业有成,获得相当的名誉、地位,而到了老年时期则可能会表现为通过各种方式发挥余热,如在公益活动、文化娱乐活动、人际交往中得到满足,以及在个人兴趣、爱好方面发挥才智。满足老年人自我实现需要,不仅可以防止老年人心理老化、空虚和无聊,保持积极、向上的生活态度,还可以充分发挥老年人的作用,利用他们丰富的经验和才智,为社会继续作出有益的贡献。因此,照护员要积极协助老年人满足这方面的需求。

(1) 鼓励老人以积极心态参与社会活动,发展自己的兴趣爱好和技术特长,如书画、棋牌、跳舞、打球、表演等;引导老人学习新知识、新技能,如使用计算机网络,使老人获得充实感与满足感。

(2) 调动残疾或残障老人的潜能,鼓励老人积极参与、坚持康复训练,不断提高生活自理能力。

(3) 支持、鼓励老人尽量保持现有的生活自理能力,避免失用性功能障碍。一般来说,高龄老人的自理能力,废用一项即可能丧失一项。

三、老年照护工作及其价值

随着我国人口老龄化日趋严重,家庭对老年照护员的需求量迅速增加,老年照护这一新兴行业存在着巨大的市场。凡是具有爱老之心、能够孝敬和尊重老年人的健康中青年人、身体健康的低龄老年人都可以申请加入这一行列。

老年照护员队伍必须是一支能够向老年人提供人性化、优质高效服务的知识化、技术化、专业化队伍。因此,每一名老年照护员都要经过专业培训,学习掌握为老年人服务的各种专业知识和技能,才能在工作中帮助老年人解决生活难题,减轻其心灵孤独和身体病痛,使他们安全、舒适、快乐地生活。近年来,广大照护员通过自己的辛勤劳动,体现了自身价值,受到社会各方面的关注和重视,照护员的社会地位和待遇不断提高,同时照护员也在服务中增长了才干,丰富了知识。

1. 老年照护员改善并提高了老年人带病、带残的生活质量,为老年人子女解决了后顾之忧,赢得了老人及其子女家人和社会的尊重,在平凡岗位上实践了自己的人生价值。

2. 从事居家养老服务,老年照护员获得劳动报酬,可以改善自身生活,改善家庭生活条件或供养子女读书,从而满足自己的物质需要。

3. 从事居家养老服务,使照护员获得知识、增长才干。因为老年人是知识宝库,具有文化、生活、科技、社会、自然等方面的各种知识,尤其是人生的宝贵经验,对善于学习的照护员来说,可以从中受益匪浅。

4. 从事居家养老服务,帮助照护员累积与人交往经验,在与老人家庭不同年龄、性格、职业、爱好的人交流与合作中,学习与人融洽相处。

5. 老年照护员在工作中学习、总结,使老年照护知识和技能得到不断提高,并激发创造性服务。

(1) 完善服务技能,创新使老年人更舒适、快捷、便利的操作技术。

(2) 研发适合于老年人的专用产品,如手工制作适合老年人极端消瘦的脚、肿胀的脚、不能伸直足趾的脚、爱长脚垫的脚、失去知觉的脚穿用的鞋垫、布鞋、棉鞋、拖鞋;为穿脱衣服不便的老年人缝制易穿、舒适的衣裤等。

第一章 老年照护员的职业道德及行为规范

什么是老年照护员？老年照护员是经过老年照护专业理论知识的学习和护理操作技能的培训，根据照护对象的要求，在家庭、医院、养老院或福利院内，为老人提供生活照护、疾病照护、心理照护等服务的专业照护人员。

要做好老年照护工作，照护员首先要加强职业道德学习，遵守老年照护行为规范。实践证明，如果照护员不具备良好的职业道德修养，就不可能提供高质量的照护服务，努力提高服务水平也就是一句空话。因此老年照护员培训的第一课就从职业道德开始。

第一节 老年照护员的职业道德

要认识什么是职业道德，我们先要了解什么是道德。

一、什么是道德

“道德”是人们共同生活及其行为的准则和规范，是日常生活中最常见的社会标准。道德有四个特性，第一是规范性，它作为一种行为规范，是人们行为的一种标准。第二是渗透性，道德规范渗透到社会生活各个领域，包括人们的公共活动、职业活动和家庭活动的一切领域。第三是稳定性，道德规范有时候起到了法律起不到的作用，一种道德观念形成社会公认的行为规范，可能上百年甚至上千年都不会改变。第四是自律性，道德的规范性是由个人发自我自觉自悟来实现的，不像法律规范是由国家强制力保证实施的，这也是道德规范与法律规范最大的区别所在。

二、社会主义道德的基本内容

以“八荣八耻”为主要内容的社会主义荣辱观是我国社会主义核心价值体系的重要组成部分，是公民自觉践行社会主义道德的看得见、摸得着的行为规范和准则。它的具体内容是：以热爱祖国为荣、以危害祖国为耻；以服务人民为荣，以背离人民为耻；以崇尚科学为荣，以愚昧无知为耻；以辛勤劳动为荣，以好逸恶劳为耻；以团结互助为荣，以损人利己为耻；以诚实守信为荣，以见利忘义为耻；以遵纪守法为荣，以违法乱纪为耻；以艰苦奋斗为荣，以骄奢淫逸为耻。

社会主义道德涵盖公德、职业道德和家庭美德。公德包含提倡学习科学知识、科学思想、科学精神、科学方法、勤奋工作，反对封建迷信、好逸恶劳；大力提倡文明礼貌、助人为乐、爱护公物、保护环境、遵纪守法。家庭美德指人们在家庭生活中调整家庭成员间关系、处理家庭问题时所遵循的高尚的道德规范。家庭美德的内容渗透在家庭生活的各个方

面，主要包括尊老爱幼、男女平等、夫妻和睦、勤俭持家、邻里团结等。

三、什么是职业道德

职业道德就是与人们职业活动紧密联系的符合职业特点所要求的道德准则、道德情操与道德品质的总和。职业道德是社会公德在职业生活中的具体化。做好本职工作不仅是从业人员在职业活动中的行为标准和要求，也是本行业对社会所承担的道德责任和义务。

四、照护职业道德规范

文明礼貌，举止端庄；
言语贴切，保守秘密；
尊重老人，任劳任怨；
认真负责，遵纪守法；
热爱本职，精益求精。

第二节 老年照护员的行为规范和礼仪要求

一、老年照护员的行为规范

（一）善待老人，爱岗敬业

尊敬老人、善待老人是中华民族的传统美德，对照护对象充满爱心是老年照护员的最重要的行为规范，也是爱岗敬业的具体体现。在家庭中老年照护的主要照护对象是患慢性病不能自理的老人、残障者或高龄的老人；在医院中是住院病人；在养老院和福利院里是长期居住其间的病人和老人。据 2010 年第六次全国人口普查数据显示，在 2010 年我国 60 岁以上老年人已经接近 1.78 亿，占总人口的 13.26%。全国城乡失能老年人约为 3 300 万人，其中完全失能老人为 1 080 万人，半失能老人 2 220 万人；城乡空巢家庭超过 50%，部分大中城市达到 70%，他们不同程度地需要掌握护理技能的照护员提供特殊的护理与照顾。老年照护员所从事的工作是面对人的工作，特别是老年人，他们一生辛劳，在为国家作贡献的同时承担起家庭的责任，赡养父母，养育儿女，他们经历了人生各种风雨的洗礼。到了老年，由于生理上的衰老，他们的心理也同时变得很脆弱，他们的承受力和适应能力又回到幼年，也就是我们常说的“老小孩”，这就需要老年照护员耐心、细心、充满爱心地善待他们，像亲人一样照护他们。老年照护员肩负居家服务、特殊护理的重任，因此要求老年照护员要充满爱心和同情心，像亲人般地对待照护对象，努力在照护岗位上作出贡献。要不怕脏、不怕累，从点滴小事做起，用自己的辛勤劳动帮助照护对象减轻病痛，解决困难，使他们生活舒适、安全、快乐，对生活充满信心和希望。

（二）遵纪守法，自律自尊

照护员要做到遵纪守法，遵守社会公德。作为照护员不允许利用职务之便，收受和索要老人财物，更不能见小利而忘大义，非法占有老人的东西，或将别人的东西窃为己有。要树立工作没有高低贵贱之分的思想，培养高尚的人格，自尊自爱。只有自尊才能使别人尊重自己。自尊的同时也要尊重别人，以人为本，服务第一。以优秀的品德、专业的素养和高质量