



| 家政服务从业人员技能培训系列教材 |

BINGHUAN PEIHUYUAN
(CHUJI JINENG)

病患陪护员

(初级技能)

叶国英 ◎主审

曹 蕾 袁 葵 ◎主编

李志红 郑亚华 ◎副主编



ZHEJIANG UNIVERSITY PRESS

浙江大学出版社

病患陪护员

(初级技能)

主 审 叶国英

主 编 曹 蕾 袁 葵

副主编 李志红 郑亚华

图书在版编目(CIP)数据

病患陪护员. 初级技能/曹蕾, 袁葵主编. —杭州:
浙江大学出版社, 2016.11

ISBN 978-7-308-16405-4

I. ①病… II. ①曹… ②袁… III. ①护理学—职业
技能—鉴定—教材 IV. ①R47

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 270738 号

病患陪护员(初级技能)

曹 蕾 袁 葵 主编

责任编辑 吴昌雷

责任校对 金 蕾

封面设计 北京春天

出版发行 浙江大学出版社

(杭州市天目山路 148 号 邮政编码 310007)

(网址: <http://www.zjupress.com>)

排 版 杭州林智广告有限公司

印 刷 杭州杭新印务有限公司

开 本 787mm×1092mm 1/16

印 张 8

字 数 180 千

版 印 次 2016 年 11 月第 1 版 2016 年 11 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-308-16405-4

定 价 19.00 元

版权所有 翻印必究 印装差错 负责调换

浙江大学出版社发行中心联系方式: (0571) 88925591; <http://zjdxcs.tmall.com>

《病患陪护员》

编委会

主 审 叶国英

主 编 曹 蕾 袁 葵

副 主 编 李志红 郑亚华

编 者 （以姓氏笔画为序）

王 凤(宁波卫生职业技术学院)

邢 娟(宁波卫生职业技术学院)

李志红(宁波市第一医院)

严文君(宁波市医疗中心李惠利医院)

苏吉尔(宁波卫生职业技术学院)

何 萍(宁波卫生职业技术学院)

陆 萍(宁波市第二医院)

郑亚华(宁波市医疗中心李惠利医院)

柳春波(宁波大学医学院附属医院)

袁 葵(宁波卫生职业技术学院)

曹 蕾(宁波卫生职业技术学院)

前 言

根据《国务院办公厅关于发展家庭服务业的指导意见》国办发〔2010〕43号文件精神,为大力发展家庭服务业,提高家庭服务从业人员职业技能与素养,在宁波市贸易局的委托下,宁波卫生职业技术学院精心组织专业教师及相关一线人员制定了《宁波市病患陪护员职业标准》(以下简称《标准》),我们根据该《标准》要求编写了病患陪护员培训系列教材。

该培训系列教材,在内容上体现“以职业活动为导向、以职业能力为核心”的指导思想,突出职业培训特色;在结构上针对病患陪护员职业活动领域分级别编写,分别为《病患陪护员(基础知识)》《病患陪护员(初级)》《病患陪护员(中级)》《病患陪护员(高级)》4本。《病患陪护员(基础知识)》内容涵盖《标准》的基本要求,其他各级别教材的各章对应于《标准》的工作内容,各节对应于《标准》的“技能要求”和“相关知识”。

《病患陪护员(基础知识)》教材编写分为两部分,第一部分包含职业道德、基本人文素养、相关法律与法规知识等;第二部分包含正常人体解剖与生理、心理学、环境卫生与院内感染预防的基本知识、不同病患对营养摄入及进食要求和常见疾病照护常规等内容。

《病患陪护员(初级)》教材包含清洁照护、睡眠照护、饮食照护、排泄照护、卧位及安全保护、给药照护、病情观察、消毒隔离、临终照料等最基本、最基础的内容。

《病患陪护员(中级)》教材对初级教材的内容进一步加深描述,增加内科常见疾病患者的照护、外科常见病患者的照护及康复照护等内容。

《病患陪护员(高级)》教材对初级、中级教材所涉及的内容(如消毒隔离、康复照护)继续进一步加深描述,增加急救救护技术、儿科常见病患儿的照护、产科常见

病患者的照护、妇科常见病患者的照护、危重病患者的照护、心理照护等内容。

本教材在编写过程中,考虑职业培训特点,每一章节有工作任务导入、学习目标、相关链接、思考题等栏目,并配有大量图片,有助于学生对知识的理解。在编写过程中,参考了许多医学和照护学方面的相关参考书,叙述中力求文字精练、重点突出、删繁就简,更适合于职业人员培训使用。

由于水平和时间所限,本教材中不妥、错误及遗漏之处在所难免,恳请使用本书的从业者和读者批评指正,使我们的教材不断改进,质量不断提高。

本教材在编写过程中得到宁波市医疗中心李惠利医院、宁波市第一医院、宁波第二医院、宁波大学医学院附属医院等单位大力支持与协助,在此表示衷心感谢!

编 者

2015 年 3 月

目 录

第1章 清洁照护	1
第1节 口腔照护	1
学习单元1 口腔清洁	1
学习单元2 义齿的使用及保养	3
第2节 头发清洁	5
学习单元1 头发清洁的相关知识	5
学习单元2 头发清洁技术	7
第3节 皮肤照护	9
学习单元1 皮肤清洁	10
学习单元2 预防压疮	13
第4节 晨晚间照护	17
学习单元1 晨间照护	17
学习单元2 晚间照护	18
第5节 床单位整理	19
学习单元1 床单位整洁	19
学习单元2 床单位更换	20
第2章 睡眠照护	24
第1节 睡眠的生理与影响因素	24
第2节 促进睡眠的照护措施	26
第3章 饮食照护	30
第1节 饮食与营养基本知识	30
第2节 协助患者进食、进水法	31

学习单元 1 进食体位的摆放	31
学习单元 2 协助患者进食、进水	33
第 3 节 患者饮食的观察与记录	35
学习单元 1 饮食种类	35
学习单元 2 患者饮食观察和记录	36
第 4 章 排泄照护	38
第 1 节 排泄的基础知识	38
第 2 节 正常粪便观察及排便照护	39
学习单元 1 正常粪便的观察	39
学习单元 2 协助患者排便	40
学习单元 3 开塞露的使用	43
第 3 节 正常尿液观察及排尿照护	44
学习单元 1 正常尿液的观察	44
学习单元 2 协助患者排尿	45
第 4 节 采集尿液和粪便标本	48
第 5 章 卧位及安全照护	52
第 1 节 常用卧位与安置	52
第 2 节 卧位的变换	58
第 3 节 助行器应用	61
学习单元 1 轮椅运送法	61
学习单元 2 平车运送法	63
学习单元 3 拐杖的使用	66
第 4 节 保护具的应用	67
第 5 节 意外事故的预防	70
学习单元 1 跌倒的预防	70
学习单元 2 窒息的预防	71
学习单元 3 烫伤的预防	71
第 6 章 给药照护	73
第 1 节 药物保管法	73
学习单元 1 药物的基本知识	73
学习单元 2 药物的保管	75

第2节 协助患者口服药法	76
学习单元1 口服给药基本知识	76
学习单元2 口服给药法	78
学习单元3 中药煎服法	79
第7章 病情观察	82
第1节 静脉输液的观察与照护	82
第2节 出入液量的观察	84
第3节 皮肤、头发、指(趾)甲的观察	86
第8章 消毒隔离	89
第1节 常用的清洁消毒方法	89
学习单元1 清洁消毒的相关知识	89
学习单元2 常用物品的清洁消毒方法	90
第2节 口罩的应用	94
第3节 手部的清洁	96
学习单元1 洗手的目的与指征	96
学习单元2 六步洗手法	96
第4节 避污纸的使用	98
第9章 冷热应用照护	100
第1节 热的应用	100
学习单元1 热疗法的相关知识	100
学习单元2 热水袋的应用	102
第2节 冷的应用	106
学习单元1 冷疗法的相关知识	106
学习单元2 冰袋的应用	108
第10章 遗体照料	112
第1节 遗体的清洁	112
第2节 遗物的整理	116
参考文献	118

第 1 章 清洁照护

工作任务

患者,男性,74 岁。因头痛、头晕 7 天,加重伴右侧肢体偏瘫 2 天入院,生活不能自理。请问:您作为陪护员,如何为此患者做好清洁照护?

第 1 节 口腔照护

学习单元 1 口腔清洁

学习目标

1. 了解口腔清洁的目的。
2. 熟悉保持口腔健康的方法。
3. 熟悉口腔清洁的几种方法。
4. 掌握口腔清洁技能。

知识要求

(一) 口腔清洁知识

口腔内存在一定量的细菌、微生物。当人体患病时,由于机体抵抗力降低,饮水少,进食减少,会引起口腔的局部炎症、溃疡、口臭,导致其他并发症的发生,影响疾病的治疗和康复,所以保持口腔清洁十分重要。

1. 口腔清洁的目的。保持口腔清洁、湿润,预防口臭,促进食欲,使患者舒适;观察口腔黏膜和舌苔变化,预防口腔感染及其他并发症,保持口腔正常功能。

2. 保持口腔健康的方法。

(1) 保持口腔卫生,每天饭后漱口,坚持早晚刷牙。

- (2) 使用正确的刷牙方法,定期更换牙刷。
- (3) 经常按摩牙龈,经常叩齿。
- (4) 定期到医院进行口腔检查。
- (5) 戴有假牙的患者睡前应将假牙取下,放入清水中浸泡,定期清洗。
- (6) 改掉吸烟等不良嗜好。
- (7) 合理营养,补充牙齿所需的钙、磷等,少吃含糖食物。

3. 口腔清洁的几种方法。

- (1) 清醒的半自理患者:通过漱口、刷牙的方法清洁口腔。
- (2) 昏迷或完全不能自理患者:需要照护员做好口腔清洁,可采用棉棒或海绵棒擦拭。老年有义齿的患者还需做好义齿的清洁工作。

技能要求

漱口或刷牙

(一) 操作前准备

1. 环境准备:清洁明亮。
2. 照护员准备:工作服干净整洁,清洗双手。
3. 物品准备:水杯、吸管、弯盘或小碗、牙膏、牙刷、干毛巾、棉签,必要时准备需涂抹的外用药,如锡类散、制霉菌素、石蜡油等。

(二) 操作步骤

步骤 1: 向患者介绍漱口或刷牙的重要性。

步骤 2: 抬高床头,协助患者取侧卧位或半坐卧位。

步骤 3: 将干毛巾垫于患者颌下,将弯盘或小碗置于患者口角旁。

(1) 半坐卧位:刷牙,水杯盛清水 2/3 杯。先予漱口,湿润口腔,刷牙顺序由内向外,纵向刷洗,刷牙时间大于 3 分钟。刷完后漱口(禁止对昏迷患者实施),用毛巾擦干患者口角(见图 1-1)。

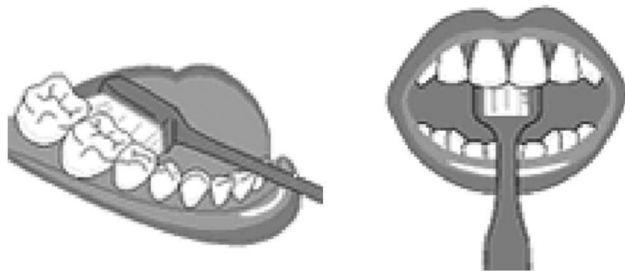


图 1-1 刷牙方法

(2) 卧位或侧卧位:漱口,水杯盛 1/2 杯清水,嘱患者用吸管吸引,漱口后吐至口角旁的弯盘或小碗中,用毛巾擦干口角。如患者不会漱口,照护员可使用棉签擦洗:由内

向外,纵向刷洗直至患者口腔清爽。操作中如发现有口腔黏膜病变,及时汇报医生;口腔干裂可涂擦石蜡油。

步骤4:安置患者体位,清理用物。

(三) 注意事项

1. 根据患者自理情况,选择清洁方法。
2. 刷牙时动作应轻柔。
3. 漱口水含漱时量不可过多,以免患者发生呛咳或误吸。
4. 昏迷患者不宜用漱口水含漱。
5. 如有活动义齿,应取下并刷洗干净,放于清洁冷水杯内保存。

学习单元2 义齿的使用及保养

工作任务

王奶奶,女,60岁,重度牙周病10年,下颚仅剩5颗牙,治疗效果不好,医生建议装假牙。假牙装上市后,请你指导王奶奶正确使用和照护假牙。

学习目标

1. 熟悉义齿使用的注意事项。
2. 熟悉义齿的摘取和佩戴方法。
3. 掌握义齿的清洗和存放的方法。

知识要求

(一) 义齿使用及保养的基本知识

1. 义齿的作用和概念。义齿是拔牙或牙齿脱落后镶补的假牙,活动性义齿是指义齿基托覆盖并支持在已经治疗的牙根与牙冠上的一种全口义齿或可摘局部义齿。义齿可以帮助老年人像正常人一样进食、发音并保持形象美观(见图1-2)。



图1-2 义齿

2. 义齿使用的注意事项。

- (1) 佩戴义齿时要注意经常清洗,保持洁净。
- (2) 不宜吃太硬或黏性较大的食物,以防造成义齿损坏或脱落。
- (3) 全口托牙初戴时,食物应由软到硬、由少到多逐步适应,以免损坏口腔黏膜。
- (4) 定期复查,每半年或一年到专科医院复查一次,确保义齿佩戴舒适。

3. 义齿的摘取和佩戴方法。

- (1) 应在每次进食后及晚上睡觉前取下并清洗义齿,让口腔组织得到休息。
- (2) 摘取、佩戴义齿时,均不可用力太猛,以免造成义齿卡环的折断、变形,同时易损坏牙龈。

- (3) 上、下均有义齿时,一般先摘取上面的义齿。

4. 义齿清洗、存放原则。

- (1) 应在流动清水下刷洗牙齿(见图 1-3)。
- (2) 用义齿专用清洗液浸泡、清洗义齿,可消除义齿的牙垢,减少菌斑的附着,再用清水洗净。
- (3) 不能用热水浸泡义齿,以免造成义齿变形;不能用酒精擦洗牙齿,会使义齿产生裂纹;不能用坚硬毛刷刷义齿,否则易损伤义齿表面结构。
- (4) 义齿应放在清洁的冷水中保存(见图 1-4)。

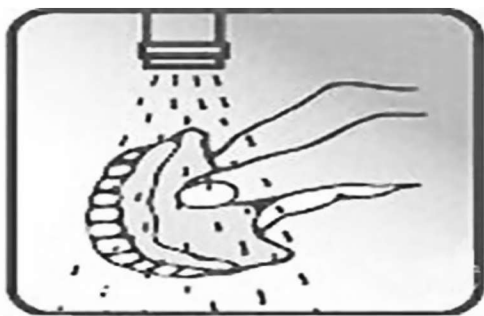


图 1-3 冲洗义齿



图 1-4 浸泡义齿

技能要求

摘戴义齿

(一) 操作前准备

1. 环境准备: 清洁明亮,温湿度适宜,关闭门窗,必要时用屏风遮挡。
2. 照护员准备: 工作服干净整洁,清洗并温暖双手,必要时戴口罩。
3. 物品准备: 水杯、纱布。

(二) 操作步骤

步骤 1: 向患者解释,取得患者配合。

步骤 2: 摘义齿。

嘱患者张口,一手垫纱布轻轻拉动义齿基托将义齿取下。上牙轻轻向外下方拉动,下牙轻轻向外上方拉动。若上、下均为义齿,则先摘取上方,再摘取下方。清洗义齿后将其放于清洁冷水中存放。

步骤 3: 戴义齿。

佩戴义齿时,照护员将存放义齿的水杯在流动的自来水下冲洗后,放于患者床头桌上。嘱患者张口,一手垫纱布取义齿,轻轻上推义齿基托将义齿戴上,上、下齿轻轻咬合数次,使义齿与牙组织完全吻合。

步骤 4: 整理水杯,清洁双手。

(三) 注意事项

1. 对意识不清的患者应将义齿取下,刷洗干净后放于清洁冷水杯内保存。
2. 义齿不可浸泡在热水、酒精中保存。
3. 佩戴义齿的人不宜咀嚼过硬或过黏的食物。
4. 摘戴义齿,不可用力过大,以免损伤牙龈。
5. 佩戴义齿时不要用力咬合,以防卡环变形或义齿折断。

第2节 头发清洁

学习单元 1 头发清洁的相关知识

学习目标

1. 了解头发清洁的重要性。
2. 熟悉床上洗发用具。
3. 掌握头发清洁的要求。

知识要求

(一) 头发清洁的重要性

患者因疾病的原因自我照护能力下降,需要照护员帮助维持头发清洁卫生。梳头发可刺激头皮血液循环,头面部清洁能使患者感到清爽舒适。

(二) 头发清洁的要求

选择正确的洗发水和洗发方法。健康的洗头方法是:冬季每周洗发一次,春秋油性发质 2~3 天一次,干性发质 4~5 天一次;夏季油性发质 1~2 天一次,干性发质

2~3天一次。注意：洗发次数过多反而会伤害头发。

洗发水温需控制在 40~45℃，水温过低容易使头皮受凉，导致患者感冒。洗发后应及时用毛巾擦干头发。

(三) 床上洗发用具

1. 床上洗头器(见图 1-5)。



图 1-5 床上洗头器

2. 扣杯法(见图 1-6)。



图 1-6 扣杯法

3. 洗发车洗头法(见图 1-7)。

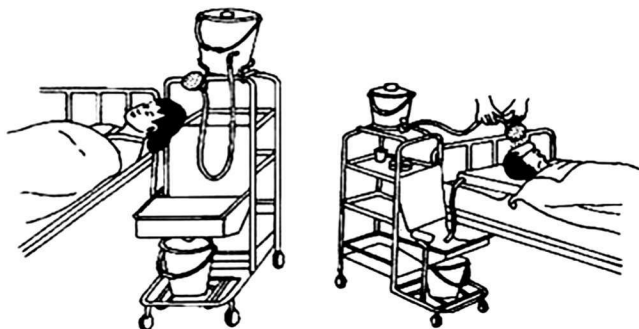


图 1-7 洗发车洗头法

学习单元2 头发清洁技术

学习目标

掌握为患者洗发的技能。

技能要求1

床上梳头

(一) 操作前准备

1. 环境准备：清洁，温度适宜，关闭门窗。
2. 照护员准备：工作服干净整洁，清洗双手。
3. 物品准备：毛巾或治疗巾、梳子、垃圾袋，必要时备30%的酒精。

(二) 操作步骤

步骤1：向患者解释，取得患者配合。

步骤2：患者取坐位或半卧位，铺毛巾或治疗巾于颈枕部，患者头偏向对侧。

步骤3：从发梢轻轻梳到发根，如长发打结，切不可强行梳扯，此时可将头发绕在示指上慢慢梳理(见图1-8)，打结头发用30%酒精湿润后再小心梳理，左、右两边头发交替梳理。将脱落的头发用纸巾包裹后，放入垃圾袋中，切忌扔入下水道。

步骤4：整理床单位，清理用物，洗手。



图1-8 床上梳头

(三) 注意事项

1. 使用圆钝梳子。
2. 每次梳一小束，从发根到发梢。
3. 观察头皮及头发情况。

技能要求 2

坐位洗发

(一) 操作前准备

1. 环境准备：清洁宽敞，温度适宜(22~26℃)，关闭门窗。
2. 照护员准备：工作服干净整洁，清洗双手。
3. 物品准备：毛巾、洗发液、梳子、脸盆、水壶(盛热水 40~45℃)、方凳、吹风机。

(二) 操作步骤

步骤 1：向患者解释，并询问有无特定要求。

步骤 2：洗发。

(1) 协助安置患者取坐位，将干毛巾围于患者颈肩部，脸盆放置于患者前方，嘱患者低头闭眼，双手扶住脸盆边沿。

(2) 照护员用少许温水打湿患者头发，取适量洗头液涂抹头发，均匀涂抹后，双手指腹按摩头皮(方向由发际向头顶，力度适中)，轻轻揉搓患者头发。揉搓 3~5 分钟后再用水壶的温水缓慢冲洗头发和头皮，直至冲洗干净。

步骤 3：用毛巾擦干头发，清洗患者脸部，吹干湿发，梳理整齐头发。

步骤 4：扶患者上床休息，清理用物。

(三) 注意事项

1. 注意室温和水温，及时吹干头发，以免患者受凉感冒。
2. 洗发过程中注意患者有无不适，及时发现病情变化。
3. 改变患者体位时应缓慢，需要时搀扶，注意患者安全。

技能要求 3

卧床患者洗发

(一) 操作准备

1. 环境准备：清洁宽敞，温度适宜(22~26℃)，关闭门窗，必要时使用屏风遮挡。
2. 照护员准备：工作服干净整洁，清洗双手。
3. 物品准备：治疗车上准备洗头器或马蹄形垫或专用的洗头车，橡皮单或一次性棉垫、毛巾、洗发液、梳子、脸盆、水壶(盛热水 40~45℃)、污水桶、吹风机、棉球 2 个、眼罩或纱布 2 块。

(二) 操作步骤

步骤 1：向患者解释并评估患者身体状况，备齐用物，携至床旁。

步骤 2：安置患者体位，移开床头桌椅，松开患者衣领向内反折，干毛巾围于颈