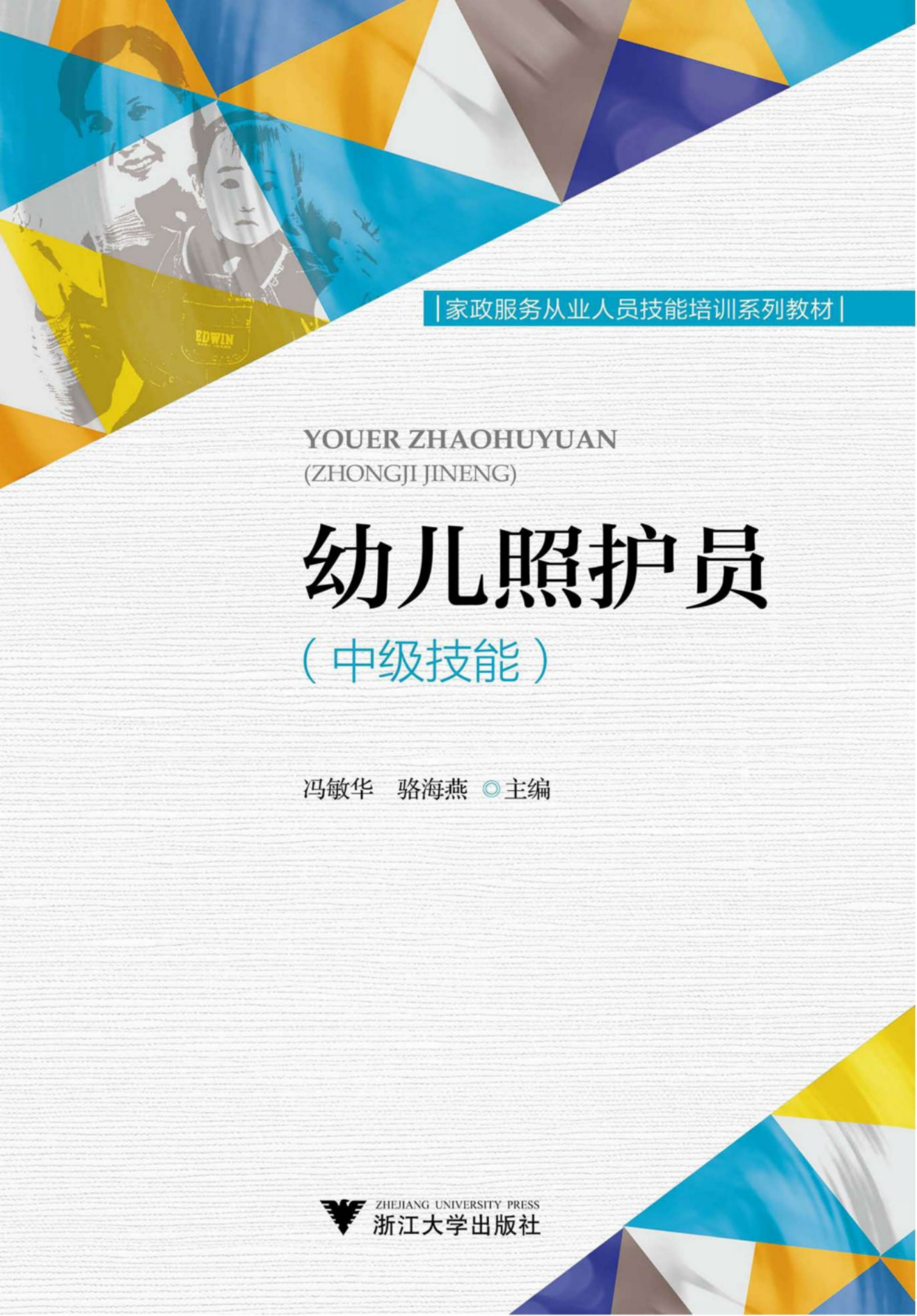




| 家政服务从业人员技能培训系列教材 |

YOUER ZHAOHUYUAN
(ZHONGJI JINENG)

幼儿照护员

(中级技能)

冯敏华 骆海燕 ◎主编



ZHEJIANG UNIVERSITY PRESS
浙江大学出版社

幼儿照护员

(中级技能)

主 编 冯敏华

主 编 骆海燕

编 者 黎秀云(宁波卫生职业技术学院)

刘志杏(宁波卫生职业技术学院)

廖思斯(宁波卫生职业技术学院)

朱晨晨(宁波卫生职业技术学院)



ZHEJIANG UNIVERSITY PRESS

浙江大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

幼儿照护员. 中级技能 / 冯敏华, 骆海燕主编. —
杭州: 浙江大学出版社, 2016. 11
ISBN 978-7-308-16328-6

I. ①幼… II. ①冯… ②骆… III. ①婴幼儿—哺育—
基本知识 IV. ①TS976.31

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 251215 号

幼儿照护员(中级技能)

主编 冯敏华 骆海燕

责任编辑 李 晨
责任校对 杨利军 於国娟
封面设计 春天书装
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 杭州星云光电图文制作有限公司
印 刷 绍兴市越生彩印有限公司
开 本 787mm×1092mm 1/16
印 张 4.75
字 数 95 千
版 次 2016 年 11 月第 1 版 2016 年 11 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-308-16328-6
定 价 12.00 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://zjdxcbbs.tmall.com>

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,为大力发展宁波市家庭服务业,提高家庭服务从业人员职业技能与素养,在宁波市贸易局、宁波市家庭服务业协会的委托下,宁波卫生职业技术学院、宁波家政学院精心组织专家,开发建设家务助理员基础知识、初级技能、中级技能、高级技能一套四册职业培训教材,并建立了科学、统一、完整的家务助理工作人员培训考核标准体系,为从事家务助理工作人员提供规范性、系统性技术指导,为宁波市及其他地区的培训机构提供教学考核依据。

人力资源和社会保障部把根据要求为所服务的家庭操持家务,照顾儿童、老人、病人,管理家庭有关事务的人员统称为家政服务员。然而随着社会分工的精细化,家政服务员在实际工作中已呈现出服务对象多样化、服务内容专业化、服务性质特定化的趋势。根据2010年年底颁布实施的宁波市地方标准和普通家庭家政服务需求,我们把家政服务员工作细分为母婴护理、幼儿照护、病患陪护、养老护理、家务助理和家庭保洁六个工种,作为其中一个工种的幼儿照护员(育儿嫂)培训教材应势编撰,希望为家政服务的学术研究与消费引导开展先期探索做出贡献。

本培训教材与商务部及宁波市家政服务行业标准相匹配,把幼儿照护员定位为主要从事2个月至3岁婴幼儿照料、护理和教育,指导家长科学育儿的人员。本教材根据人才培养培训的特点,考虑从业人员的文化层次等实际水平,在技术标准上突出“技能素质与上岗资质”相结合,在内容安排上突出“业务分类与产业发展”相结合,在语言表述上突出“通俗易懂与图文并茂”相结合的原则,以适应家政服务人才在行业和培训机构开展培养培训的需求为准则,推动从业者的技术规范化和技术标准化。此外,本教材还注重反映行业发展的新知识、新理念、新方法和新技术,力求提高教材的先进性。

本教材由宁波家政学院、宁波卫生职业技术学院的专家和教师集体编撰而成。由于成稿仓促,疏漏难免,恳请专家、同仁、读者批评指正,以便修订完善。

编 者

2016年2月

目 录

第一章 生活照护.....	(1)
第一节 婴幼儿食品制作.....	(1)
学习单元 1 制作婴幼儿点心	(1)
学习单元 2 制作一日膳食	(2)
第二节 照料婴幼儿盥洗.....	(4)
学习单元 1 婴幼儿眼、耳、鼻、头部的护理	(4)
学习单元 2 为不同性别的婴幼儿洗澡	(6)
第三节 婴幼儿生活作息安排与习惯培训.....	(8)
学习单元 1 婴幼儿良好睡眠习惯的培养	(8)
学习单元 2 婴幼儿睡眠常见问题及处理	(9)
学习单元 3 婴幼儿良好大小便习惯养成	(10)
学习单元 4 辨别婴幼儿异常的大小便	(12)
学习单元 5 培养婴幼儿良好的进餐习惯	(13)
学习单元 6 为婴幼儿制定科学合理的作息制度	(15)
第四节 环境及物品清洁.....	(18)
学习单元 1 室内空气清新的保持	(18)
学习单元 2 婴幼儿物品消毒	(20)
第二章 健康促进与照护.....	(23)
第一节 健康促进.....	(23)
学习单元 1 及早识别小儿龋病	(23)
学习单元 2 学步期照护	(25)

学习单元 3 眼睛照护	(29)
第二节 常见疾病与症状照护	(32)
学习单元 1 高热惊厥的护理	(32)
学习单元 2 营养不良的预防与照护	(33)
学习单元 3 小儿肥胖症的预防与照护	(37)
第三章 安全照护	(40)
第一节 安全隐患与预防	(40)
第二节 意外伤害和事故处理	(43)
学习单元 1 误服药物的急救与预防	(43)
学习单元 2 触电的急救与预防	(44)
学习单元 3 溺水的急救与预防	(45)
第四章 启蒙教育	(47)
第一节 训练婴幼儿动作技能	(47)
学习单元 1 婴幼儿的大动作技能训练	(47)
学习单元 2 婴幼儿的精细动作技能训练	(50)
第二节 训练婴幼儿语言技能	(52)
第三节 训练婴幼儿认知能力	(56)
学习单元 1 与婴幼儿玩数数、配对的游戏	(56)
学习单元 2 与婴幼儿玩分类、排序的游戏	(57)
学习单元 3 与婴幼儿玩美术游戏	(57)
第四节 培养婴幼儿良好的社会行为、情感	(60)
学习单元 1 引导婴幼儿学会分享	(60)
学习单元 2 促进婴幼儿社会性发展的游戏	(62)
参考文献	(67)

第一章 生活照护

第一节 婴幼儿食品制作

学习单元 1 制作婴幼儿点心



- ◆掌握婴幼儿点心选择。
- ◆掌握婴幼儿点心制作步骤。



宝宝出生 4~6 个月后,单纯从母乳或配方奶粉中获得的营养成分已经不能满足宝宝生长发育的需求,必须添加辅食,帮助宝宝及时摄取均衡、充足的营养,满足生长发育的需求。

从习惯吸食乳汁到吃接近成人的固体食物,宝宝需要有一个逐渐适应的过程。从吸吮到咀嚼、吞咽,宝宝需要学习另外一种进食方式,这一般需要半年或者更长的时间。

宝宝不断长大,他的牙黏膜也逐渐变得坚硬起来,尤其是长出门牙后,如果及时给他吃软化的半固体食物,他会学着用牙龈或牙齿去咀嚼食物。咀嚼功能的发育有利于颌骨发育和乳牙萌出。

但是婴幼儿胃容量有限,一次摄入的食物,不能够满足其生长发育所需,因此,必须额外添加些点心。



技能要求

婴幼儿(10~12个月)点心制作

——以豆奶味软饼为例

步骤1 选料:标准面粉200克,黄豆粉20克,牛奶40克,鸡蛋1个,盐少许。

步骤2 将黄豆粉用凉水稀释后,充分加热煮沸,略放凉。

步骤3 再将沏好的牛奶倒入。

步骤4 在豆奶汁中打入鸡蛋,调匀备用。

步骤5 将晾凉的豆奶蛋汁倒入面粉中,加入适量细盐和水,充分调匀使成汁糊状。平锅加热后放点油,将面糊摊成软饼即成。

学习单元2 制作一日膳食



学习目标

- ◆掌握婴幼儿一日膳食制作原则。
- ◆能够制作婴幼儿一日膳食。



知识要求

宝宝断母乳后,谷类食品成为宝宝的主食,热能大部分也靠谷类食品提供。因此,宝宝的膳食安排要以米、面为主,同时搭配动物食品及蔬菜、豆制品等。

随着宝宝消化功能的逐渐完善,在食物的搭配制作上也可以多样化,最好能经常更换花样,如小包子、饺子、馄饨、馒头、花卷等,以提高宝宝进食的兴趣。



技能要求

婴幼儿一日膳食制作

一、准备工作(以1~3岁幼儿为例)

早餐:小米紫薯粥、水煮蛋。

早点:配方奶或母乳。

中餐:米饭、虾仁蒸蛋羹、清炒西兰花。

午点:婴儿饼干(草莓 4 只)、配方奶或母乳。

晚餐:肉丸排骨汤面。

二、制作步骤

早餐制作步骤:小米 20 克、大米 20 克、紫薯 50 克,加入 1000 毫升水,放入砂锅中,置于煤气灶之上,熬煮成粥(在米粥中加入一滴食用油,可防止粥外溢);土鸡蛋 1 个,洗干净外壳,置于蒸锅之上,蒸制 6 分钟。

午餐制作步骤:对虾 3 只,去壳取仁,用刀剁成茸状,搅入蛋液,加入少许葱末、少许盐、半碗清水,置于蒸锅上蒸 15 分钟即可。

晚餐制作步骤:里脊肉 100 克,剁成茸状,加入葱末、清水,朝一个方向搅拌成肉泥状,捏成球状,置于沸水中氽熟,捞出备用;取排骨汤 2 碗,青菜末 50 克,婴儿面条 75 克,肉丸 30 克,置于排骨汤中煮熟即可。

(刘志杏)

第二节 照料婴幼儿盥洗

学习单元 1 婴幼儿眼、耳、鼻、头部的护理



◆掌握婴幼儿眼、耳、鼻、头部清洗方法和步骤。



一、眼睛的护理

婴幼儿的眼睛和身体一样时刻处在生长发育中,初生婴幼儿视力发展还不完全,只能看到模糊的影像,对颜色的区分也仅限于黑白两色。在半岁左右,婴幼儿开始能识别色彩。婴幼儿刚出生时,眼睛分泌物较多,作为照护员应注意婴幼儿眼睛的护理。

二、耳朵的护理

婴幼儿耳朵约 12 岁才能发育完全,所以耳朵的清洁卫生对婴幼儿来说至关重要。

正常婴幼儿所产生的耳屎,大多为黏稠状,不要用手挖耳,否则很容易挖破外耳道的皮肤,并把皮肤表面的细菌带入伤口。即使皮肤不破,来回搔抓,也可能将细菌挤压入耳道内的毛囊或皮脂腺管中,引起外耳道发炎。一旦养成挖耳的坏习惯,经常挖耳,一不小心,就可能造成鼓膜外伤穿孔。

游泳、洗澡时,要注意保护婴幼儿的耳朵,防止脏水流入耳内;另外,还要预防噪声污染,避免将宝宝放在高强度、高分贝的声音环境中;避免给宝宝滥用药物。

三、鼻的护理

鼻的良好发育对儿童来说至关重要,它是呼吸的第一道关口,鼻的病变常波及咽喉以及呼吸道的感染。婴幼儿时期,鼻骨及鼻窦尚未发育成熟,其内部结构比较娇嫩,因此,保护鼻十分重要。



一、眼睛的护理

1. 清理分泌物

宝宝眼睛分泌物较多可能是由结膜炎引起的。给宝宝清洗的工具如纱布、脸盆，必须经过高温消毒。首先用纱布缠住食指，轻轻擦拭宝宝的一侧眼；在擦拭另一侧眼之前可换一块纱布，也可以将纱布翻个面再进行擦拭。另外，如果习惯使用棉签，可以少量选购，以免使用不完导致棉签污染。

2. 疏通鼻泪管

如发现宝宝常流眼泪，且眼角有眼屎堆积，可能是宝宝鼻泪管堵塞所致。照护员可先洗净双手，并擦干，由下往上按，通过按摩的方式帮助宝宝疏通，如仍不能好转，应去医院就诊。

二、耳朵的护理

清理耳屎的方法：

1. 清理耳屎可以放在婴幼儿洗澡的时候。
2. 用湿纱布擦洗干净宝宝的外耳道。
3. 宝宝洗澡结束后，照护员用干的棉棒轻轻抵入宝宝耳朵（不要深），并旋转擦干宝宝的耳道。
4. 如遇宝宝耳屎特别坚硬，请不要擅作主张，需将幼儿送往医院，交给专业医生处理。

三、鼻的护理

1. 不要频繁挖鼻腔。因为宝宝鼻腔黏膜很薄，经常挖鼻腔会将棉棒或手指甲的脏物带进宝宝鼻腔内，同时也会摩擦到宝宝娇嫩的鼻腔，导致鼻腔发炎、溃烂、结痂。而这种痂不易脱落，导致宝宝鼻痒，从而用手揉捏鼻子，这样恶性循环，可能会导致宝宝慢性鼻炎的产生。

2. 给宝宝擤鼻子要用正确的方法，按住宝宝一个鼻孔，教宝宝稍用力向外摒，对侧鼻孔的鼻涕即被擤出。用同法，再擤另一侧。

学习单元 2 为不同性别的婴幼儿洗澡



学习目标

- ◆了解不同性别婴幼儿生理结构。
- ◆能根据不同性别的特点给婴幼儿洗澡。



知识要求

一、女婴生殖器

正常的女婴阴道,也有少量的渗出物,颜色透明,没有气味。如出现气味异常或尿急、尿频、尿痛,有可能是炎症或滴虫、霉菌等感染,应及时就医。

注意事项:

- (1)女婴不穿开裆裤,可以减少感染机会。
- (2)女婴盥洗用品单独使用,与母亲分开。
- (3)不要随便使用公共场合的清洁用品,如毛巾、马桶、卫生纸。
- (4)洗澡的沐浴液性质要温和,从前往后由尿道口、阴道口、肛门进行清洗。

二、男婴生殖器

注意清洗男婴生殖器的褶皱处并保持干燥。



操作技能

一、女婴清洗

1. 用湿纸巾擦去婴幼儿臀部上的污渍粪便。
2. 根据从前到后的顺序清洗女婴外阴和阴道,降低婴儿感染的机会。
3. 用毛巾或纱布清洗幼儿双腿褶皱处。
4. 用毛巾或纱布以按压的方式由前往后将臀部擦干。
5. 给婴幼儿洗完臀部后将臀部在空气中暴露 1~2 分钟,待臀部干了之后给宝宝换上干净的尿不湿。

二、男婴清洗

1. 用湿纸巾擦去幼儿臀部上的污渍粪便。
2. 轻轻翻开包皮,用纱布沾水轻轻清洗龟头。

3. 根据从上到下的顺序清洗阴茎(俗称“小鸡鸡”),在清洗反面时,照护员动作要轻柔,不能用力拉扯。
4. 以按压的方式擦干婴幼儿身体的褶皱处。
5. 用干净的浴巾擦干皮肤,换上干净的尿不湿。

(黎秀云)

第三节 婴幼儿生活作息安排与习惯培训

学习单元 1 婴幼儿良好睡眠习惯的培养



学习目标

- ◆掌握养成婴幼儿良好睡眠习惯的方法。
- ◆掌握养成婴幼儿良好睡眠习惯的注意事项。



知识要求

一、婴幼儿良好睡眠习惯养成的方法

1. 为婴幼儿营造适宜的睡眠条件

(1)卧室的环境应安静。睡觉时,拉上窗帘,室内的灯光暗一点。室温控制在20~23℃。窗帘的颜色不宜过深。

(2)床的软硬度应适中,最好选用木板床,以保证婴幼儿脊柱的正常发育。

(3)睡前将婴幼儿的脸、脚、臀部洗净。1岁前的婴幼儿可用凉开水漱口,并解好小便。换上宽松、柔软的睡衣。

(4)注意婴幼儿的睡姿、脸色。注意被子是否捂住口鼻。对容易惊哭、尿床、体弱的婴幼儿应加强观察,适时给予照料,如给体弱、多汗的婴幼儿背部垫上毛巾,等出汗后,及时更换。

2. 为婴幼儿营造良好的身心条件

幼儿照护员态度和蔼,不要批评或恐吓婴幼儿,使其保持轻松愉快、平静的情绪。

3. 婴幼儿睡眠充足的标准

自动醒来,精神状态良好;精力充沛,活泼好动,食欲正常;体重、身高能够按正常的生长速率增长。

二、培养良好婴幼儿睡眠的注意事项

1. 有规律地安排婴幼儿的睡眠程序,每次睡前应洗脸、洗手,晚上入睡前还应洗脚、洗屁股,出牙的婴幼儿还要用凉开水漱口或刷牙,养成爱护牙齿的良好习惯。

2. 养成早睡早起的习惯,按时入睡,醒即起床,可通过把尿、放音乐等将婴幼儿叫

醒。经过一段时间后,婴幼儿会养成定时睡觉、自然醒来的好习惯。

3. 要控制好白天和夜间的睡眠时间,合理安排日间小睡,不宜过长。

4. 晚间不随意打扰婴幼儿安睡,不唤醒抱起。

5. 养成良好的睡姿,以右侧卧位为宜,既可减少对心脏的压迫,当奶水溢出时也可不致呛奶。不用被子蒙头睡,不咬手指、被角,不需大人拍、摇、抱着入睡。

学习单元 2 婴幼儿睡眠常见问题及处理

学习目标

- ◆了解婴幼儿睡眠常见问题的原因。
- ◆掌握婴幼儿睡眠常见问题的处理方法。

知识要求

一、夜惊

儿童夜惊,是指睡眠时所产生的一种惊恐反应,属于睡眠障碍。

1. 儿童夜惊的主要原因

(1) 精神紧张、焦虑不安。如来到陌生环境,受到成人的严厉责备或惩罚,睡前观看惊险恐怖的电视或经常听情节较紧张的故事等。

(2) 不良的睡眠或饮食习惯。如睡眠时将手压在胸口上,晚餐过饱等。

(3) 躯体患有疾病。如鼻咽部疾病、呼吸道疾病、肠道寄生虫病等。

2. 幼儿夜惊的主要表现

睡眠中突然从床上坐起,两眼瞪直或紧闭,尖叫哭喊,表现十分恐惧、害怕、惊慌等神情。通常难以唤醒,对于他人的安抚、拥抱,一般不予理会。夜惊的发作可持续数分钟,发作后仍然能平静入睡,醒后完全遗忘。

3. 幼儿夜惊的预防与矫治

(1) 消除引起幼儿精神紧张、焦虑不安的各种因素。

(2) 注意培养幼儿良好的睡眠习惯。

(3) 预防和治疗躯体方面的疾病。随着幼儿年龄的增长,大多数幼儿的夜惊会自行消失,无需特殊处理。

二、梦魇

梦魇,是指以做噩梦为主要表现的一种睡眠障碍,俗称“做噩梦”。幼儿做噩梦时,

处于极度的紧张、恐惧中,伴呼吸困难,自觉全身不能动弹,引起大声哭喊而惊醒。醒后仍表现出短暂的精神紧张、面色苍白等,对梦境有片断记忆,随后不多时,幼儿可以完全摆脱对梦境的恐惧情绪,再度入睡。梦魇一般持续 2~3 分钟。

1. 引起梦魇的主要原因

- (1)精神紧张、焦虑不安。如白天精神过度紧张、兴奋,睡前看情节恐怖的电视等。
- (2)不良的睡眠或饮食习惯。如睡眠时将手压在胸口上,睡前吃过多食物等。
- (3)躯体患有疾病。如因患呼吸道疾病而引起睡眠时呼吸不畅等。

2. 幼儿梦魇的预防与矫治

消除引起幼儿精神紧张、焦虑不安的各种因素,不要使用恐吓语言迫使幼儿入睡。如果患有躯体方面的疾病,应及早进行治疗。

三、遗尿症

尿床对于较小的幼儿来说,是一种比较普遍的现象,但幼儿到了四五岁以后,仍然不能控制排尿,经常出现夜间尿床、白天尿裤现象,则应视为患有遗尿症。遗尿多发生于夜间,故也称作夜尿症。通常男幼儿多于女幼儿。

遗尿症分为器质性遗尿和功能性遗尿两类。器质性遗尿因躯体疾病引起遗尿,如膀胱炎、蛲虫病、糖尿病、大脑发育不全等。功能性遗尿指已排除各种躯体疾病的遗尿症,多由大脑皮层功能失调引起,诱因常为精神方面因素,如强烈的精神刺激、白天过度疲劳引起夜间睡眠过深、没有养成良好的排尿习惯、心理障碍等。

幼儿遗尿症的预防与矫治:

- (1)对于患有躯体疾病的幼儿,应及早进行治疗。
- (2)消除引起幼儿精神紧张的各种因素,包括幼儿因遗尿后产生的心理压力,不耻笑、责骂或体罚,应以温和、耐心的态度对待,帮助幼儿逐步树立起克服遗尿的信心。
- (3)建立合理的作息制度:避免幼儿白天过累,晚间适当控制幼儿的饮水量。夜间定时唤醒幼儿排尿,加强自觉排尿的训练。
- (4)配合行为治疗、药物治疗等。

学习单元 3 婴幼儿良好大小便习惯养成



- ◆掌握养成婴幼儿良好大小便习惯的方法。
- ◆掌握养成婴幼儿良好大小便习惯的注意事项。



一、婴幼儿大小便的特点

1. 婴幼儿大便

婴幼儿粪便的次数和性质常反映着胃肠道的健康状态,故观察粪便极其重要。正常大便含水 80%,其余为黏液和食物残渣,包括一定量的中性脂肪、脂肪酸、未完全消化的蛋白质、淀粉和以钙盐为主的矿物质。

(1) 胎便

新生儿多数在出生 24 小时内排胎便。胎便呈墨绿色,略带黏液。它是由脱落的上皮细胞、浓缩的消化液及胎儿时期吞入的羊水所组成,一般 2~3 日排尽。

(2) 母乳喂养婴幼儿的粪便

未加辅食的母乳喂养儿的大便呈黄色或金黄色,半糊状,没有臭味,有时稀薄,微带绿色,每天排便 2~4 次。加辅食后大便次数可减少。1 周岁后大便次数一般情况下一天 1 次。

(3) 人工喂养婴幼儿的粪便

大便颜色淡黄,略干燥,质较硬,有臭味,有时便内易见酪蛋白凝块,每天大便 1~2 次,个别婴儿隔天 1 次。

2. 婴幼儿小便

不同年龄的婴幼儿,尿量和排尿次数不同。婴幼儿新陈代谢特别旺盛,年龄越小,热能和水代谢越活跃。但他们的膀胱小,所以排尿次数较多。

(1) 正常尿量

一般情况下,新生儿尿量每小时 1~3mL/kg,婴儿每日尿量 400~500mL,幼儿每日尿量 500~600mL,学龄前期每日尿量 600~800mL,学龄期 800~1400mL。尿量的多少取决于摄取水分的多少和周围气温的高低。

(2) 排尿次数

新生儿大多数出生后 24 小时内排尿。出生后头几天因摄入少,每天排尿 4~5 次;1 周后随着哺乳摄入量的增多,尿量增多,排尿次数增加至 20~25 次/日;1 岁时,排尿 15~16 次/日;学龄前期、学龄期排尿减少至 6~7 次/日。

(3) 排尿颜色与气味

出生后几天内,新生儿的尿液呈浓黄色,稍浑浊。1 个月后,尿液为淡黄色。如果婴幼儿水分摄取得少或流汗多,尿量会减少,尿色发黄。另外,如果服用了含有维生素 B2 等的黄色药剂,也会造成尿色发黄。平时应多喝些水。