



建设社会主义新农村书系



卫生保健篇

家庭护理员 实用手册

JIATING HULIYUAN
SHIYONG SHOUCHE

郭 鸣 任志英 赵 瑛 邵越英 编著



中国农业出版社
农村读物出版社



建设社会主义新农村书系

卫生保健篇

家庭护理员实用手册

郭鸣 任志英 赵瑛 邵越英 编著

中国农业出版社
农村读物出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

家庭护理员实用手册/郭鸣等编著. —北京: 中国农业出版社, 2008. 1

(建设社会主义新农村书系)

ISBN 978-7-109-12185-0

I. 家… II. 郭… III. 护理-手册 IV. R47-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 190368 号

中国农业出版社
农村读物出版社 出版

(北京市朝阳区农展馆北路 2 号)

(邮政编码 100026)

责任编辑 张 欣

中国农业出版社印刷厂印刷 新华书店北京发行所发行

2008 年 1 月第 1 版 2008 年 1 月北京第 1 次印刷

开本: 787mm×1092mm 1/32 印张: 7.5

字数: 150 千字

定价: 10.50 元

(凡本版图书出现印刷、装订错误, 请向出版社发行部调换)

前言

随着社会经济的发展和人民生活水平的提高，人们生活的社会化程度增强了，对各类服务的需求增多了。照顾老人、病人和孩子，是很多家庭在生活中经常要遇到的。于是，越来越多的家庭服务员进入家庭。目前，大部分家庭服务员只能做些简单的家务活，随着需求的变化，人们对于家庭服务员的要求越来越高，很多人要求家庭服务员能给孩子辅导功课、给老人讲一些营养保健常识、掌握一定的护理技巧、懂得营养配餐等。据北京市劳动力市场供求状况统计资料显示，北京市家庭服务员市场供不应求，特别是具有一定技能的育婴员（师）、养老员等家庭护理员更是缺乏。

家政服务业作为一个新兴的行业，空间大，需求大，有着巨大的市场前景。为适应市场的需求特编写此书，本书共包括礼仪篇，安全常识篇，法律篇，基础护理与急救篇，孕、产妇护理篇，婴幼儿护理篇和老年护理篇七部分，着重介绍了家庭护理员应具备的基本礼仪、安全常识和法律知识，以及婴幼儿、孕产妇和老年人护理的基本知识和技能。本书通俗易懂，针对性和实用性强，相信会成为家庭护理员的“良师益友”。

编者

2007年11月

目 录

前言

一、礼仪篇	1
1. 什么是家庭护理员?	1
2. 家庭护理员应该具备什么样的基本素质?	1
3. 家庭护理员所遵守的职业守则有哪些要求?	1
4. 家庭护理员工作时应该遵守哪些行为准则?	1
5. 家庭护理员的工作内容主要分为哪几类?	2
6. 怎样做好家庭护理员的工作?	3
7. 家庭护理员的仪表方面包括哪些内容?	3
8. 在雇主家庭中, 家庭护理员在穿着方面应该注意哪些问题?	3
9. 家庭护理员能不能化妆?	4
10. 你知道微笑的重要性吗?	4
11. 与人交谈时, 应该怎样进行目光的交流?	4
12. 怎样用手势和表情与特殊病人交流?	4
13. 怎样正确地握手?	5
14. 什么是正确的站姿?	5
15. 什么是正确的坐姿?	5
16. 什么是正确的行走姿态?	5

17. 怎样接听电话?	6
18. 怎样拨打电话?	6
19. 接打电话时应注意哪些问题?	7
20. 怎样与家庭中的异性成年人相处?	7
21. 怎样与家庭中的同性成年人相处?	8
22. 怎样与家庭中的孩子相处?	8
23. 怎样与家庭中的老人相处?	8
24. 怎样与雇主的亲友相处?	9
25. 怎样与雇主的邻居相处?	9
26. 当雇主家庭内部出现矛盾时, 你应该怎样处理?	9
27. 怎样称呼雇主及其家庭成员?	10
28. 在与别人交流时的礼貌用语有哪些?	10
29. 雇主家中有客人来, 应该提前做好 哪些准备?	11
30. 怎样问候和欢迎客人?	11
31. 怎样引导客人?	12
32. 在家中招待客人时应该怎样安排座位?	12
33. 客人落座后应该怎样端茶递水 招待客人?	12
34. 家中有客人来访, 是否需要为客人 准备饭菜?	13
35. 怎样送客?	13

二、安全常识篇

1. 家庭发生火灾的原因有哪些?	14
------------------------	----

2. 家庭护理员工作时应如何避免火灾发生?	14
3. 家庭发生火灾时, 家庭护理员应做些什么?	14
4. 什么是烧伤?	15
5. 烧伤的原因有哪些?	15
6. 家庭护理员应如何预防烧伤发生?	15
7. 有人被烧伤后, 家庭护理员应做些什么?	15
8. 哪些人容易摔伤?	16
9. 家庭护理员应如何预防老人、小儿摔伤?	16
10. 老人、小儿摔伤后, 家庭护理员应 做些什么?	16
11. 窒息是如何发生的?	17
12. 哪些原因会导致窒息发生?	17
13. 家庭护理员工作中如何预防窒息发生?	17
14. 家庭护理员如何判断有无窒息发生?	17
15. 有人发生窒息后, 家庭护理员应 做些什么?	17
16. 家庭煤气中毒的发生和什么有关?	18
17. 如何预防煤气中毒发生?	18
18. 发现有人煤气中毒后, 家庭护理员应 做些什么?	18
19. 家庭药物中毒发生的原因是什么? 应如何预防?	18
20. 家庭成员发生药物中毒后, 家庭护理员应 做些什么?	19
21. 家庭食物中毒发生的原因是什么?	19
22. 食物中毒的表现是什么?	19

23. 如何预防食物中毒? 19
24. 发生食物中毒, 家庭护理员应做些什么? 19
25. 家里有陌生人来访时如何处理? 20

三、法律篇 21

1. 我国有哪些法律制度? 21
2. 宪法的作用是什么? 22
3. 宪法规定的我国公民权利有哪些? 22
4. 民法的主要内容包括哪些? 22
5. 民法规定的财产权有哪些? 22
6. 民法规定的人身权有哪些? 22
7. 民事责任的形式有哪些? 22
8. 我国是怎样规定不同年龄、智力的人
如何参加民事活动的? 22
9. 根据民法规定, 家庭护理员照顾老人、小儿时,
应注意什么? 23
10. 刑法主要内容是什么? 23
11. 劳动法主要内容包括哪些? 23
12. 劳动者的基本权利与义务有哪些? 24
13. 劳动者和用人单位订立劳动合同时
应遵守的基本原则包括哪些? 24
14. 劳动合同的内容主要包括哪些? 24
15. 劳动合同的履行的原则是什么? 25
16. 如何变更劳动合同? 25
17. 如何解除劳动合同? 25
18. 什么情况下劳动合同可以终止? 25

19. 妇女权益保护法主要内容有哪些?	25
20. 什么是未成年人?	26
21. 为保护未成年人权益,我国有哪些规定?	26
22. 消费者享有哪些权利?	26
23. 消费者与经营者发生权益争议时, 解决争议的途径有哪些?	27
24. 家庭护理员工作中如何保护雇主权利?	27
25. 家庭护理员如何保护自己的权利?	27

四、基础护理与急救篇

1. 怎样调节及布置居家环境?	30
2. 居家环境中适宜的温度、湿度各是多少? 怎样调节?	30
3. 在家里怎样帮助病人从床上坐到轮椅上?	31
4. 推轮椅时应当注意些什么?	31
5. 怎样帮助病人下轮椅?	31
6. 使用轮椅应该注意些什么?	31
7. 在家中的病人什么情况下应当使用床挡?	31
8. 怎样安置侧卧位?	31
9. 什么是半坐卧位?	32
10. 什么样的病人适用于在家中 安置半坐卧位?	32
11. 为什么要经常为病人更换卧位?	32
12. 一个人时怎样帮助病人翻身侧卧?	32
13. 两人时怎样帮助病人翻身侧卧?	32
14. 帮助病人改变卧位时应当注意些什么?	33

15. 什么是家庭消毒?	33
16. 家庭中消毒常用哪些方法?	33
17. 怎样进行通风换气消毒?	33
18. 怎样进行阳光照射消毒?	33
19. 在居家生活中用煮沸法消毒时应当 注意些什么?	34
20. 怎样进行蒸汽消毒?	34
21. 怎样进行擦拭消毒?	34
22. 怎样进行浸泡消毒?	35
23. 怎样进行焚烧消毒?	35
24. 微波炉在家庭消毒中有何用途?	35
25. 卧床不起的病人早晨醒来后, 家政人员 应该做哪些工作?	35
26. 卧床不起的病人入睡前, 家政人员应该做 哪些工作?	36
27. 对家中的病人什么情况下应当进行 口腔护理?	36
28. 口腔护理应当准备什么物品?	36
29. 家庭中进行口腔护理时常用的漱口 溶液有哪些? 其作用是什么?	36
30. 怎样进行口腔护理?	37
31. 怎样处理假牙?	37
32. 怎样帮助不能起床的病人在床上梳头?	37
33. 怎样帮助卧床的病人在床上洗头?	37
34. 怎样帮助病人清洁皮肤?	38
35. 什么是压疮?	39

36. 为什么会出现压疮?	39
37. 力学因素是怎样造成压疮的出现?	39
38. 什么样的人容易得压疮?	40
39. 长期卧床的病人哪些部位容易出现压疮?	40
40. 护理在家长期卧床的人时应怎样 预防压疮?	40
41. 病人出现压疮会有什么样不同程度的 表现?	41
42. 压疮的程度不同, 应该怎样护理?	42
43. 体温的正常值是多少?	42
44. 怎样从体温数值上判断发热?	42
45. 怎样护理发热的病人?	43
46. 体温计是怎样的构造?	43
47. 应该怎样正确使用体温计?	43
48. 正常的脉搏跳动次数是多少?	44
49. 在什么部位测量脉搏?	44
50. 脉搏应该测量多长时间?	45
51. 测量脉搏时应该注意什么?	46
52. 正常的呼吸次数是多少?	46
53. 怎样正确地测量呼吸?	46
54. 怎样照顾呼吸异常的病人?	46
55. 血压的正常值是多少?	46
56. 怎样判断异常血压?	47
57. 影响血压变化的生理因素有哪些?	47
58. 怎样正确地测量血压?	47
59. 测量血压时应注意哪些问题?	48

60. 对于血压不正常的病人日常护理中应注意些什么?	48
61. 怎样帮助病人进食进水?	49
62. 家庭中如果有不同病情的病人, 应该如何安排日常的基本饮食?	50
63. 家庭中如果有特殊饮食要求的病人, 应该如何安排饮食?	50
64. 热疗有什么作用? 分哪几种?	52
65. 哪些病人不能使用热疗?	52
66. 热疗的时间和温度是多少?	52
67. 给病人进行热疗时应该怎样做?	52
68. 进行热疗时应注意哪些问题?	53
69. 冷疗有什么作用? 分哪几种?	53
70. 哪些情况下病人不能使用冷疗?	53
71. 使用冷疗的过程中哪些部位不能用冷?	54
72. 冷疗的时间是多少?	54
73. 给病人进行局部冷疗时应该怎样做?	54
74. 给病人进行全身冷疗时应该怎样做?	54
75. 进行冷疗时应注意哪些问题?	55
76. 什么是正常的排尿情况?	55
77. 什么是异常的排尿情况?	55
78. 通过什么方式可以促进病人的正常排尿?	56
79. 日常生活中怎样护理尿失禁的病人?	56
80. 怎样护理尿潴留的病人?	57
81. 留置尿管的病人在日常生活中应当怎样护理?	57

82.	什么是正常的排便？	57
83.	什么情况属于异常粪便？	58
84.	怎样解除病人的便秘问题？	58
85.	怎样使用开塞露帮助排便？	58
86.	怎样使用甘油栓帮助排便？	59
87.	怎样护理腹泻病人？	59
88.	怎样护理肠胀气的病人？	59
89.	配备家庭用药应注意哪些基本原则？	60
90.	家庭药箱一般会配备哪些药物？	60
91.	怎样正确使用常用的外用药水？	62
92.	口服药用药的注意事项有哪些？	63
93.	怎样煎制中草药？	63
94.	家庭用药应该注意哪些问题？	63
95.	什么情况属于危重病人？	64
96.	对家中的危重病人应观察什么？	64
97.	病人的不同姿势、体位说明什么？	64
98.	怎样观察病人的皮肤、黏膜？	64
99.	怎样观察瞳孔？	65
100.	怎样观察意识状态？	65
101.	用什么方法来观察病人？	66
102.	怎样询问病人的病情？	66
103.	怎样用视觉观察病人？	66
104.	用触觉观察什么内容？	66
105.	使用嗅觉观察病人的什么内容？	67
106.	家庭的氧气储存装置有哪些？	67
107.	什么是鼻塞法吸氧？	67

108.	氧气筒及氧气表的装置有哪些？	67
109.	家庭中怎样给病人吸氧？	67
110.	哪些情况需要立即拨打急救电话报警？	68
111.	怎样拨打急救电话报警？	68
112.	在紧急拨打电话报警后，应该怎样继续 处理病人？	69
113.	遇到哪些情况应该立即以正确的方式 送病人医院急诊就诊？	69
114.	病人因外伤出血时有几种止血方法？	70
115.	怎样使用指压止血法为病人止血？	70
116.	怎样使用加压包扎止血法为病人止血？	71
117.	怎样使用填塞止血法为病人止血？	71
118.	怎样使用止血带止血法为病人止血？	71
119.	使用止血带进行止血时应注意哪些问题？	72
120.	怎样识别心脏骤停的病人？	72
121.	怎样判断病人意识丧失？	72
122.	家庭中对心脏骤停的病人怎样 进行心肺复苏术？	72
123.	怎样打开病人的气道？	72
124.	怎样给病人做人工呼吸？	73
125.	怎样判断所做的人工呼吸是有效的？	73
126.	人工呼吸时应注意什么问题？	73
127.	怎样给病人做心外按压？	73
128.	怎样判断所做的心外按压是有效的？	74
129.	做心外按压时需要注意哪些问题？	74
130.	现场急救时应该怎样避免受到病人的	

68	感染?	74
----	-----------	----

68	131. 什么时候停止心肺复苏?	74
----	------------------------	----

68		74
----	-------	----

	五、孕、产妇护理篇	75
--	-----------------	----

78	1. 如何计算预产期?	75
----	-------------------	----

78	2. 妊娠期会出现哪些变化?	75
----	----------------------	----

88	3. 如何减轻早孕反应?	76
----	--------------------	----

88	4. 孕妇需要增加哪些营养物质?	76
----	------------------------	----

68	5. 孕妇应避免摄取哪些食物?	77
----	-----------------------	----

60	6. 你会为孕妇配餐吗?	77
----	--------------------	----

10	7. 对孕妇有影响的辐射源有哪些?	78
----	-------------------------	----

30	8. 孕期穿什么样的服装、鞋袜合适?	79
----	--------------------------	----

30	9. 分娩前要准备哪些物品?	79
----	----------------------	----

80	10. 宝宝要出生的征兆是什么?	80
----	------------------------	----

80	11. 怀孕晚期要注意什么?	80
----	----------------------	----

7	12. 如何保障怀孕晚期孕妇的安全?	80
---	--------------------------	----

80	13. 什么叫产褥期?	81
----	-------------------	----

20	14. 什么是恶露?	81
----	------------------	----

80	15. “坐月子”需要什么样的居室环境?	81
----	----------------------------	----

80	16. 产妇可以刷牙吗?	82
----	--------------------	----

80	17. 产后掉头发怎么办?	82
----	---------------------	----

80	18. 产后可以洗澡吗?	83
----	--------------------	----

70	19. 产妇的饮食要求有哪些?	83
----	-----------------------	----

70	20. 你知道为产妇制作“月子餐”有	
----	--------------------	--

70	哪些要求吗?	83
----	--------------	----

80	21. 你会为产妇配餐吗?	84
----	---------------------	----

22.	为什么说母乳是宝宝最佳的食物?	84
23.	产妇哺乳期乳房如何护理?	86
24.	你会用吸奶器吗?	86
25.	母乳喂养的正确姿势是什么样的?	87
26.	母乳喂养会影响母亲的体型吗?	87
27.	乳头凹陷怎么办?	87
28.	孩子吃饱了吗?	88
29.	奶水是怎么分泌的?	88
30.	妈妈奶水不足怎么办?	89
31.	如何预防乳头皲裂?	90
32.	如何预防乳腺炎?	91
33.	喂奶期间可以吃盐吗?	92
34.	产后伤口如何护理?	92
35.	你知道产后运动的好处吗?	93
36.	产后恢复运动要注意什么?	93

六、婴幼儿护理篇

1.	如何安排新生儿的居室?	95
2.	你会抱新生儿吗?	95
3.	宝宝怎么是罗圈腿?	96
4.	为什么有的女孩出生后阴道会流血?	96
5.	新生儿乳房肿大正常吗?	96
6.	新生儿的皮肤发黄正常吗?	97
7.	新生儿为什么会出现黄疸?	97
8.	宝宝为什么会打嗝?	97
9.	宝宝体重轻了是没有吃饱吗?	98

10.	新生的宝宝一天要睡多长时间?	98
11.	新生儿头顶部长了“硬痂”怎么办?	99
12.	小婴儿的大便是什么样的?	99
13.	新生儿牙床上出现黄白色点状物是怎么回事?	100
14.	新生儿为什么呼吸忽快忽慢?	100
15.	新生儿打喷嚏是感冒了吗?	101
16.	怎样保护新生儿的皮肤?	101
17.	新生儿的脐带没有脱落怎么办?	102
18.	新生儿可以剪指(趾)甲吗?	103
19.	新生儿穿什么样式的服装好?	103
20.	宝宝皮肤出湿疹了怎么办?	104
21.	如何预防宝宝出湿疹?	104
22.	宝宝出现红臀怎么办?	105
23.	怎样给新生儿洗澡?	106
24.	给新生儿洗澡要注意什么?	107
25.	你知道多长时间应该给新生儿洗一次澡吗?	107
26.	新生儿的衣服和尿布可以用洗衣机洗吗?	108
27.	你知道新生儿的用品怎么消毒吗?	108
28.	宝宝吐奶是生病了吗?	108
29.	如何预防宝宝吐奶?	109
30.	怎样预防新生儿发生意外事故?	109
31.	什么时候囟门该闭合了?	110
32.	你知道婴儿每天应该睡多长时间吗?	111
33.	小婴儿为什么容易流口水?	111
34.	小婴儿每天需要喝多少水?	112