

社区卫生人员岗位培训系列丛书

社区护士 岗位培训教材

社区护士岗位培训教材编委会 编

中医古籍出版社

社区卫生人员岗位培训系列教材

社区护士岗位培训教材

《社区护士岗位培训教材》编委会 编

主 编 董 沛 王小平

中医古籍出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

社区护士岗位培训教材/《社区护士岗位培训教材》
编委会编. —北京: 中医古籍出版社, 2007. 8

ISBN 978 - 7 - 80174 - 532 - 3

I. 社... II. 社... III. 社区 - 护理学 - 技术培
训 - 教材 IV. R473.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 088816 号

社区卫生人员岗位培训系列教材

社区护士岗位培训教材

主 编: 董 沛 王小平

责任编辑: 孙志波

封面设计: 赵 敏

出版发行: 中医古籍出版社

社 址: 北京东直门内南小街 16 号 (100700)

印 刷: 北京大中印刷厂

开 本: 787 × 1092 1/16

印 张: 34.25

字 数: 739 千字

版 次: 2007 年 8 月第一版 2007 年 8 月第一次印刷

印 数: 0001 ~ 3000

ISBN ISBN 978 - 7 - 80174 - 532 - 3

定 价: 80.00 元

前 言

为贯彻落实国务院《关于发展城市社区卫生服务的指导意见》和人事部等五部委《关于加强城市社区卫生人才队伍建设的指导意见》，落实城市社区卫生人才培养工作，由卫生部组织制订了《社区护士岗位培训大纲》。通过培训，使社区护士逐步转变服务理念，掌握社区护理的基本理论和基础知识，具备向个人、家庭和社区提供综合性、连续性、协调性和高情感性护理服务的基本技能，从而达到社区护士岗位的基本要求。

为了配合搞好全国社区护士岗位培训工作，使《社区护士岗位培训大纲》的要求进一步具体化，由众护理专家组成的编委会合力编写了《社区护士岗位培训教材》，以作为卫生部《社区护士岗位培训大纲》的配套用书。书中内容丰富翔实，注重理论与实践相结合，条理清晰，通俗易懂。

本书详细讲解了《社区护士岗位培训大纲》要求的基本内容，包括社区卫生服务和社区护理概论、社区健康教育与健康促进、社区特殊人群的保健与护理、社区常见慢性非传染性疾病病人的护理及康复、社区常见传染病的护理管理、社区紧急救护及突发公共卫生事件的应急处理、社区精神卫生及精神障碍病人的护理管理、社区临终病人护理、社区常用护理技术操作等，此外，还适当延伸性地编入了社区营养指导、社区医源性感染与预防、社区康复护理、社区中医护理等内容，从而使本书除满足社区护士岗位培训外，还可以作为日常工作和学习全方位的参考指导书。

《社区护士岗位培训教材》在编写过程中得到了卫生部门有关领导和专家的指导和大力支持，在此致谢！

由于时间紧迫，加之编者水平有限，书中难免有不足之处，恳请广大读者批评指正。

《社区护士岗位培训教材》编委会

2007年7月

编委会成员名单

主 编 董 沛 王小平

副主编 张 杨 李凤苓 刘 霞 张素仙
赵君兰

编 者 (按姓氏笔画排序)

王小平	王 琳	邢 哲	刘 霞
杜少英	李凤苓	李 健	杨兰兰
邱 尖	张 杨	张建芳	张素仙
张淑菊	陈宝珍	谷翠华	赵君兰
郭艳峤	崔风云	崔艳青	董 沛
韩 波	韩宪华	薛 芳	

目 录

第一章 社区卫生服务和社区护理概论	1
第一节 社区和健康	1
一、社区的概念、构成及功能	1
二、健康的概念及影响健康的因素	2
第二节 社区卫生服务	3
一、社区卫生服务和全科医学的概念及特点	3
二、社区卫生服务的模式、对象及工作范围	5
三、社区卫生服务网络与三级预防	7
四、流行病学及统计学的基本知识	8
第三节 社区护理	13
一、社区护理的概念及特点	13
二、发展社区护理的意义	14
三、社区护理发展状况	15
四、社区护理的工作范围	17
五、社区护士的职责及能力要求	18
六、社区护理的伦理原则	19
七、社区护理管理及评价方法	19
第二章 社区护理相关基本知识	23
第一节 社会学基础	23
一、社会学的研究对象及意义	23
二、学习社会学对护理工作的指导意义	25
三、社会学在社区护理中的应用	27
第二节 护理心理学	28
一、护理心理学的概述	28
二、心理护理	29
三、心理护理的实施方法	30
四、社区正常人群的心理健康维护	31
五、社区常见疾病病人的心理护理	32
六、心理护理案例	35
第三节 护理美学和护理礼仪	36
一、护理美学	36
二、护理礼仪	39
三、护理美学和护理礼仪对护理工作的意义及在社区护理中的应用	43

第四节 人际沟通	44
一、人际沟通概述	44
二、护理工作中的人际沟通	45
三、社区护理中的人际沟通	48
第三章 社区护理工作方法	56
第一节 社区护理程序	56
一、社区护理评估	56
二、社区护理诊断	59
三、社区护理计划	60
四、社区护理计划的实施	62
五、社区护理评价	63
第二节 社区健康教育与健康促进	64
一、健康教育与健康促进	64
二、社区健康教育与健康促进	65
三、社区健康教育程序	69
第三节 社区健康护理	72
一、社区健康护理的理念	72
二、社区健康护理内容	73
三、社区健康护理的基本方式	75
第四节 社区健康档案的管理与应用	76
一、建立社区健康档案的目的	76
二、社区健康档案的基本内容	77
三、社区健康档案管理	84
第五节 社区环境与健康	85
一、环境	85
二、社区环境与居民健康	86
三、社区环境与社区护理	86
第四章 家庭健康护理	91
第一节 家庭	91
一、家庭的特点与功能	91
二、家庭结构	92
三、家庭的发展周期	93
四、家庭与疾病的关系	94
第二节 家庭健康	95
一、家庭健康的定义	95
二、家庭健康的特征	95
三、家庭的健康功能	95
四、家庭健康护理	96

第三节 家庭健康护理程序	99
一、家庭健康护理评估	99
二、家庭健康问题的护理诊断	104
三、家庭健康护理计划	104
四、家庭健康护理措施	105
五、家庭健康护理评价	107
六、家庭健康护理案例	107
第四节 家庭访视	108
一、家庭访视的概述	108
二、家庭访视的实施	109
第五节 居家护理	110
一、居家护理的意义	110
二、居家护理的对象	110
三、居家护理的服务内容	111
四、居家护理的形式	111
五、居家护理程序	111
第五章 社区特殊人群健康保健与护理	118
第一节 社区儿童和青少年健康保健与护理	118
一、概述	118
二、儿童和青少年生长发育	119
三、新生儿期保健指导	122
四、婴幼儿期的保健指导	124
五、学龄前期保健指导	126
六、青少年期保健指导	128
七、托幼机构儿童卫生保健	131
第二节 社区妇女保健与护理	132
一、概述	132
二、女性青春期保健	133
三、围婚期妇女保健	135
四、孕期妇女保健	136
五、产褥期妇女保健	139
六、围绝经期妇女保健	141
第三节 社区亚健康人和中年人健康保健与护理	144
一、亚健康人的健康保健与护理	144
二、中年人的健康保健与护理	147
第四节 社区老年人健康保健与护理	153
一、概述	153

二、老年人生理与心理变化特点	154
三、社区老年人的保健指导与护理	155
第六章 社区营养指导	164
第一节 营养素	164
一、碳水化合物	164
二、蛋白质	166
三、脂类	167
四、能量	168
五、维生素	169
六、矿物质	173
七、水	176
第二节 营养与健康	176
一、食物与营养	176
二、营养与健康	177
三、《中国居民膳食指南》	177
四、常用调味品的合理使用	179
第三节 社区营养	180
一、社区营养与社区护理	180
二、社区特殊人群的膳食指导	180
三、社区几种慢性疾病的膳食指导	183
第四节 社区的食品安全	188
一、食品污染	188
二、食物中毒	188
第七章 社区常见慢性非传染性疾病病人的护理及康复	192
第一节 常见心血管疾病病人的社区护理	192
一、心血管疾病病人的一般护理	192
二、高血压	193
三、冠心病	194
四、心力衰竭	197
第二节 常见呼吸系统疾病病人的社区护理	198
一、呼吸系统疾病病人的一般护理	198
二、肺炎	200
三、慢性支气管炎与慢性阻塞性肺气肿	201
四、慢性肺源性心脏病	203
五、支气管哮喘	204
六、肺癌	205

第三节 常见消化系统疾病病人的社区护理	207
一、消化系统疾病病人的一般护理	207
二、慢性胃炎	208
三、消化性溃疡	209
四、胃癌	211
五、肝硬化	212
六、痔	215
七、大肠癌	216
第四节 常见内分泌及代谢性疾病病人的社区护理	217
一、糖尿病	217
二、甲状腺功能亢进症	220
三、原发性骨质疏松症	222
四、痛风	223
第五节 常见泌尿系统疾病病人的社区护理	225
一、尿路感染	225
二、慢性肾炎	226
三、尿石症	227
四、前列腺增生	229
五、膀胱癌	230
第六节 常见神经系统疾病病人的社区护理	231
一、脑血管意外	231
二、震颤麻痹	234
 第八章 社区医源性感染与预防	 240
第一节 社区医源性感染概述	240
一、社区医源性感染的概念及分类	240
二、社区医源性感染的传播途径	241
三、社区医源性感染的易感人群及危险因素	242
四、常见社区医源性感染的预防	243
第二节 社区医源性感染的管理	244
一、社区医源性感染的制度管理	244
二、社区卫生机构治疗室的管理	245
三、一般单元的管理要求	246
第三节 消毒、灭菌和隔离技术	246
一、消毒和灭菌	246
二、社区内常用的隔离技术	250
 第九章 社区常见传染病的护理管理	 254
第一节 概述	254
一、传染病的概念	254

二、传染病流行过程的三个基本环节	254
三、传染病流行病学特征	255
第二节 传染病的社区监测	256
一、疫情报告人	256
二、传染病分类	257
三、报告方式和时限	257
四、对传染源接触者的管理	257
第三节 传染病的预防	258
一、传染病的社区防护原则	258
二、传染病的社区计划免疫	259
第四节 传染病的消毒隔离	260
一、消毒种类	261
二、消毒方法	261
三、传染病的有效隔离	262
第五节 社区常见传染病人的护理管理	262
一、儿童常见传染病的社区护理	263
二、成人常见传染病人的社区护理	266
三、常见传染病病人护理案例	273
第六节 社区常用一次性医疗用品的管理原则	274
一、严把质量关	274
二、科学管理	274
三、使用后妥善处理	274
第十章 社区紧急救护	277
第一节 概述	277
一、社区急救护理的概念及基本原则	277
二、社区现场急救的主要护理措施	277
三、社区自然灾害的急救护理	278
四、社区危重病人的电话呼救联系	278
五、社区危重病病人的转运原则	278
六、社区急救的主要预防性护理措施	279
七、社区急救护士的素质要求	279
第二节 社区常见急症的紧急救护	279
一、心跳呼吸骤停的紧急救护	279
二、昏迷的紧急救护	281
三、高热的紧急救护	283
四、出血的紧急救护	283
五、休克的紧急救护	284
六、急性腹痛的紧急救护	285

七、喉、气管、支气管异物的紧急救护	286
八、窒息的紧急救护	287
九、小儿惊厥的紧急救护	288
第三节 急性中毒的紧急救护	289
一、急性中毒的紧急救护原则	289
二、食物中毒的紧急救护	290
三、急性亚硝酸盐中毒的紧急救护	291
四、一氧化碳中毒的紧急救护	292
五、安眠药中毒的紧急救护	293
六、鼠药中毒的紧急救护	294
第四节 创伤的紧急救护	295
一、创伤的紧急救护原则	295
二、外伤的紧急救护	296
三、骨折的紧急救护	298
四、烧(烫)伤的紧急救护	299
第五节 常见意外伤害的紧急救护	300
一、溺水的紧急救护	300
二、中暑的紧急救护	301
三、电击伤的紧急救护	303
四、动物咬伤的紧急救护	304
第六节 突发公共卫生事件的应急处理	306
一、突发公共卫生事件概述	306
二、常见突发公共卫生事件的应急处理	308
第十一章 社区精神卫生及精神障碍病人的护理管理	313
第一节 社区精神卫生	313
一、社区精神卫生概述	313
二、社区精神卫生工作的三级预防	316
三、社区精神卫生的服务内容	316
第二节 精神健康的标准及社区正常人群心理卫生护理	317
一、精神健康的标准	317
二、社区正常人群心理卫生护理	319
第三节 社区常见精神障碍病人的护理管理	325
一、精神障碍病人的常规护理方法	325
二、精神分裂症病人的护理管理	327
三、心境障碍病人的护理管理	331
四、焦虑症病人的护理管理	334
五、脑器质性精神障碍病人的护理管理	335
六、酒精所致精神障碍病人的护理管理	336

七、精神发育迟滞病人的护理管理	338
八、人格障碍病人的护理管理	339
九、失眠症病人的护理管理	340
十、暴力行为病人的护理管理	341
十一、自杀及自杀干预	342
十二、精神障碍病人护理管理案例	343
第十二章 社区康复护理	347
第一节 概述	347
一、康复与康复医学	347
二、残疾	349
三、社区康复	350
四、康复护理	351
第二节 康复评定	356
一、康复评定概述	356
二、常用康复功能检查和评定	357
第三节 康复治疗	366
一、物理治疗	366
二、作业治疗	371
三、语言治疗	372
四、心理治疗	372
五、中国传统康复治疗	373
第四节 社区康复护理	374
一、社区康复护理特点	374
二、社区康复护理的工作任务	374
三、护理程序在社区康复护理中的应用	377
第五节 社区常见病、伤、残者的康复护理	379
一、脑血管意外病人的康复护理	379
二、慢性阻塞性肺病病人的康复护理	384
三、冠心病病人的康复护理	385
四、脊髓损伤病人的康复护理	385
五、拐杖行走法	387
第十三章 社区临终病人护理	392
第一节 临终关怀概述	392
一、临终	392
二、临终关怀	392
三、社区临终关怀	393
四、临终关怀基本内容	394

第二节 临终病人的护理	394
一、临终病人的评估	394
二、临终病人的护理	395
三、临终病人的家庭护理	400
四、临终病人护理案例	402
第三节 濒死期及死亡后的护理	403
一、濒死期护理	403
二、死亡后的护理	403
第四节 丧亲者的护理	404
一、丧亲者心理反应	404
二、居丧期家属心理支持	405
 第十四章 社区中医护理	 408
第一节 常用中药给药方法	408
一、中药的煎煮方法	408
二、汤药服用方法	409
三、中成药服用方法	410
四、中药的不良反应及毒副作用	410
第二节 常用中医护理操作技术	414
一、针刺法	414
二、水针法	416
三、耳针法	417
四、艾条灸	418
五、拔罐法	419
六、按摩	420
七、刮痧法	423
第三节 社区常见病的中医护理方法	424
一、感冒	424
二、头痛	425
三、中风	427
四、胃痛	430
五、泄泻	431
六、水肿	433
 第十五章 社区护理常用技术	 437
第一节 护理基本操作技能	437
一、注射法	437
二、静脉输液	440
三、标本采集	444

四、灌肠法.....	447
五、导尿术.....	449
六、洗胃法.....	451
七、各种管道的护理.....	452
八、皮肤护理.....	455
九、口腔护理.....	457
十、生命体征测量技术.....	457
第二节 包扎、止血、固定.....	459
一、包扎.....	459
二、止血.....	467
三、固定.....	470
第三节 外科常用护理技术.....	473
一、换药.....	473
二、眼内异物冲洗法.....	475
三、外耳道耵聍及异物取出.....	475
第四节 现场急救技术.....	476
一、转运技术.....	476
二、徒手心肺复苏术.....	478
三、气道异物阻塞的急救.....	480
第五节 社区用药知识.....	481
第六节 其他护理技术.....	485
一、婴儿抚触指导.....	485
二、乳腺自查技术.....	486
三、快速血糖仪的使用.....	488
四、常用心电图技术.....	490
附录一 社区卫生服务相关政策与法规	501
附录二 社区护士岗位培训大纲	525

第一章 社区卫生服务和社区护理概论

社区卫生服务是融预防、医疗、保健、康复、健康教育和健康促进、计划生育技术服务等为一体的卫生服务。其基本任务是：提高人群健康水平，延长寿命，改善生活质量，创建健康社区，保证区域卫生规划的实施，保证医疗卫生体制改革和城镇职工基本医疗保险制度改革的实施。社区护理是社区卫生服务的重要组成部分之一。本章重点介绍社区和健康、社区卫生服务和社区护理的基本概念、特点、组织、任务等，为全面了解和掌握社区护理知识和技能打下一个良好的基础。

第一节 社区和健康

一、社区的概念、构成及功能

（一）社区的概念

“社区”系外来语，“社区”自腾尼斯首创以来，已成为社会学研究范畴中使用频率最高的术语之一。每一个研究者都根据自己的需要，对“社区”的概念作出不同的解释。我国著名社会学家费孝通先生将“社区”定义为：“若干社会群体（家庭、氏族）或社会组织（机关、团体）聚集在某一地域里所形成的一个生活上相互关联的大集体。”世界卫生组织（WHO）于1978年将“社区”定义为：“以某种形式之社会组织或团体结合在一起的一群人。”因此，社区是以一定地域为界限划分的、有一群人共同生活的社会团体。

（二）社区的构成

根据上述定义，社区主要由以下五个方面的要素构成：

1. 人群 一定数量和质量的人群是构成社区的基本要素。他们有着共同生活、工作的地理环境，有着共同的文化背景、共同的利益及共同的需求等。
2. 地域 社区位于一特定的区域。这种特定区域，可以按行政区域划分界限，也可按其他地理单元的范围来划分，如我国农村的社区即指乡（镇）、村，城市社区指居民居住小区或街道等。
3. 社区生活设施 由于人们的需求具有多样性，因而其生存区域需有各种相应的设施，以保障社区人群生活的正常运行，如学校、医疗机构、交通、邮政、电信、供水、供电及体育娱乐场所等。
4. 特有的组织形式和行为规范 社区有其特有的组织形式，如村委会、居委会、办事处等，也有共同的规范、社会道德标准等，从而构成社区完善的功能体系和人们共同的生活。

5. 管理机构和运行机制 社区是有组织的社会实体,有一般成员也有领导。社区领导是社区政治、经济、文化生活的组织者,也是城乡卫生保健事业的组织、领导和管理者。社区领导要与社区人群共同发掘和利用社区资源,以满足社区人群的需求。

(三) 社区的功能

社区主要有以下四项功能:

1. 生产和发展功能 包括社区人口的生育和社会物质财富的生产两方面,这是社区发展的基本功能,两者有机结合促进社区的发展。

2. 社会控制功能 社区能够把国家的政策法规通过多种形式传达给社区人群,并根据社区居民情况制定相应的管理制度、行为及道德规范,维护社区的稳定与和谐。

3. 社会参与功能 社区组织为社区人群自由参与各种活动、建立彼此交往提供渠道机会。如通过治理环境污染、改善环境,改建、扩建社区生活设施等满足社区成员自我实现的需要。

4. 相互支援功能 社区成员可以通过开展各种活动,构建相互帮助、互敬互爱的机制,以满足社区成员的各种需求,使之形成一种归属感和认同感,并产生出凝聚力。

二、健康的概念及影响健康的因素

(一) 健康的概念

健康是一个综合的概念。在不同的历史发展阶段,人类对健康的认识是随着生产、生活和社会结构的不断发展而变化的。

在古代,人们认为生命系神灵所赐,患病即是受到了神灵的惩罚,保护健康和治疗疾病主要依赖于求神问卜。到了16世纪中叶,随着自然科学的显著发展,许多生物学家、医学家研究了人体的结构和生命现象。这些研究成果给生物学、医学科学带来了划时代的影响,使人类从生物学的角度来认识人的健康和疾病成为可能。这一时期的科学家认为:“所谓健康,就是指人在生理机能完善的情况下,体内所有器官和系统协调地相互配合并发挥作用,使人得以积极从事对社会有益的劳动。”公元18-19世纪,由于发生了产业革命,大部分人口聚集到了城市,流行病不断蔓延,促使公共卫生事业活跃,于是人们开始从社会学的角度来认识健康问题。越来越多的研究成果表明:人的健康不仅受生物因素影响,而且受到社会、心理因素和个人生活方式等诸多因素的制约。1948年,世界卫生组织(WHO)在其宪章中明确将健康定义为:“健康,不仅是没有疾病和身体的缺陷,还要有完整的生理、心理状态和良好的社会适应能力。”1989年,WHO对健康的概念又作了补充,即除了躯体健康、心理健康和社会适应良好外,还加上了道德健康,认为一个人只有具备这四个方面的健康才是真正的健康。

由此可见,从古至今,人类对健康的认识是一个不断发展的过程,而对于健康的概念也随着时代的发展而变化。

(二) 影响健康的因素

人生活在自然环境和社会环境中,有着复杂的生理及心理活动,故其健康受到多种因素的影响。

1. 环境因素 环境对人类健康的影响极大,除一些遗传性疾病外,其他所有疾病都或多或少与环境因素相关。