

HULIXUE
JICHU JINENG CAOZUO ZHIDAO

护理学

基础技能操作指导

高翔 马卫红 主编



兰州大学出版社

HULIXUE
JICHU JINENG CAOZUO ZHIDAO

护理学

基础技能操作指导

主 编 高 翔 马卫红

副主编 郭裕临 徐晓琴

编 委 马卫红 马 戎 陈旺盛 郭裕临

高 翔 徐晓琴 海向军 康菊珍



兰州大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

护理学基础技能操作指导/高翔,马卫红主编. —
兰州:兰州大学出版社,2012.7
ISBN 978-7-311-03932-5

I. ①护… II. ①高… ②马… III. ①护理学—教学
参考资料 IV. ①R47

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第152317号

策划编辑 梁建萍
责任编辑 郝可伟
封面设计 管军伟

书 名	护理学基础技能操作指导
作 者	高翔 马卫红 主编
出版发行	兰州大学出版社 (地址:兰州市天水南路222号 730000)
电 话	0931-8912613(总编办公室) 0931-8617156(营销中心) 0931-8914298(读者服务部)
网 址	http://www.onbook.com.cn
电子信箱	press@lzu.edu.cn
印 刷	兰州德辉印刷有限责任公司
开 本	787 mm × 1092 mm 1/16
印 张	16.25
字 数	375 千
版 次	2012年10月第1版
印 次	2012年10月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-311-03932-5
定 价	28.00 元

(图书若有破损、缺页、掉页可随时与本社联系)

前 言

护理学是一门实践性很强的综合性应用学科。护理操作技能是护理工作的基础，是临床实施护理措施的根本和保证，也是为护理专业服务的关键环节。它是临床护理质量的体现，是每位护理工作者都应熟练掌握的基本技能。根据护理本

科教育的培养目标和教学计划，为了切实加强实践性教学环节，使广大护生熟练掌握护理专业的基本技能，强化基本功训练，我们整理和编写了《护理学基础技能操作指导》。编写本书的目的是，为护理专业的在校学生、临床实习生以及医院规范化培训年轻护士在学习和掌握护理技术操作时提供有益的帮助，同时也为护理老师的课堂示教和临床教学提供参考。

本书共有十五个单元，每个单元由护理程序和复习思考题两大部分组成。在每个单元的开头将本单元的目的、要求和练习较为详尽进行了归纳总结，以便操作者能够明确重点及难点；在评估中将病人的基本情况进行详细的描述；在计划中详细描述了物品的准备；在实施中将操作的流程和具体的操作方法进行了详细的说明，要求护生按照操作流程规范完成各项技能操作，使护生能够为病人提供更安全、有效的护理服务；最后的复习思考题要求护生思考和分析，正确完成，从而为护生更好地从事临床护理工作奠定基础。本书操作均为临床常用的、护生必须掌握的基本操作，以护理程序形式编写，以便护理学生在学习和应用时形成整体思路。

由于编者水平所限，加之编写时间仓促，难免有不足之处，在此诚望各位专家、同行和学生提出宝贵意见，以求更加完善。

高翔 马卫红
2012年4月于兰州

目 录

第一单元 病人单位	1
一、病人单位及设备	1
二、铺床法	2
第二单元 人体力学在护理学中的应用	15
一、常用的力学原理	15
二、应用力学原理维持正确姿势及身体平衡的方法	16
三、各种体位	18
四、协助病人更换体位	24
五、运送病人法	28
第三单元 医院环境与无菌技术	34
一、环境与健康	34
二、医院环境	35
三、医院感染	36
四、清洁、消毒、灭菌	39
五、洗手与手的消毒	47
六、无菌技术	50
七、隔离技术	57
第四单元 病人的清洁卫生	67
一、口腔护理	67
二、头发护理	69

三、床上擦浴	72
第五单元 生命体征的评估与护理	76
一、生命体征的测量	76
二、鼻导管给氧法	91
第六单元 冷、热疗法	99
一、冷疗法的应用	99
二、温水擦浴或乙醇擦浴	102
三、热疗法的应用	104
第七单元 饮食与营养	108
一、概述	108
二、鼻饲法	108
第八单元 导尿术及其应用	113
一、概述	113
二、女病人导尿术	116
三、男病人导尿术	119
四、留置导尿术	121
五、膀胱冲洗术	124
第九单元 灌肠术及其应用	128
一、概述	128
二、大量不保留灌肠	128
三、小量不保留灌肠	130
四、清洁灌肠	132
五、保留灌肠	133
第十单元 药物治疗	136
一、概述	136
二、口服给药法	141
三、注射给药法	143

四、抽吸药液法	146
五、皮内注射法	148
六、皮下注射法	150
七、肌肉注射法	151
八、静脉注射法	154
九、吸入疗法	159
 第十一单元 药物过敏试验	164
一、概述	164
二、青霉素过敏试验与过敏反应的处理	164
三、链霉素过敏试验法	167
四、破伤风抗毒素过敏试验及脱敏注射法	168
五、普鲁卡因过敏试验法	170
六、细胞色素 C 过敏试验法	170
七、头孢菌素类药物过敏试验法	170
 第十二单元 静脉输液与输血	172
一、静脉输液	172
二、静脉留置针输液法	175
三、输血	185
附一：塑料贮血袋输血法	193
附二：冻干血浆输入法	193
 第十三单元 一般急救技术	195
一、概述	195
二、基础生命支持	197
三、吸痰术	201
四、插管洗胃术	203
五、人工呼吸器的应用	211
 第十四单元 临终护理	214
一、概述	214
二、临终关怀	214

三、临终病人和家属的护理	217
四、死亡后护理	223
第十五单元 医疗与护理文件	227
一、概述	227
二、医疗与护理文件记录的重要性	227
三、医疗与护理文件的书写	228
附录 基本护理技术操作评分标准	234
一、操作评分标准说明	234
二、操作评分标准	234

第一单元 病人单位

【目的要求】

- 1.了解病人单位的构成要求及所需设备。
- 2.掌握正确的铺床方法：备用床、暂空床、麻醉床及卧床病人更换床单法。

【练习】

铺床法：备用床、暂空床、麻醉床、卧床病人更换床单法。

一、病人单位及设备

病人单位是指医疗机构提供给病人使用的家具与设备。它是病人住院时用于休息、睡眠、饮食、排泄、活动与治疗等的最基本的生活单位。

病人单位的固定设备有：床、床垫、床褥、枕芯、棉胎、毛毯、大单、被套、枕套、橡胶单和中单（必要时）、床旁桌、床旁椅和床上桌，墙壁上有照明灯、呼叫器、供氧和负压吸引管道等设施。

（一）病人单位设备基本规格

- 1.床 床是病室中的主要设备。一般为可抬高床头、床尾的活动床，高 0.5 m、长 2 m、宽 0.9 m。
- 2.床垫 长、宽与床的规格相同，厚 10 cm。用棕丝、棉花、木棉、马鬃或海绵作垫芯，垫面应选用牢固的布料制作。
- 3.床褥 长、宽与床垫相同，一般以棉花作褥芯。
- 4.枕芯 长 0.6 m，宽 0.4 m，内装木棉、蒲绒、羽绒或人造棉。
- 5.棉胎 长 2.3 m，宽 1.6 m，多用棉花胎，也可用人造棉。
- 6.大单 长 2.5 m，宽 1.8 m，用棉布制作。
- 7.被套 长 2.5 m，宽 1.7 m，用棉布制作，开口应在尾端或侧面，并钉有布带或纽扣。
- 8.枕套 长 0.65 m，宽 0.45 m。
- 9.中单 长 1.7 m，宽 0.85 m，用棉布制作为佳。
- 10.橡胶单 长 0.85 m，宽 0.65 m，两端各加白布 0.4 m 或一次性成品。
- 11.床旁桌 放在病人床旁，通常放置一些病人个人所属的物品或护理用具。
- 12.床旁椅 病人单位至少有一张床旁椅，供病人或探视者坐用。

13.床上桌 床上桌是一个小桌面，由附着在地面的金属架支托着，或直接架放在两侧床缘上。

(二) 铺床要求

总要求：实用、耐用、安全、舒适、整洁

1.铺床时注意保护病人和工作人员免受交叉感染

(1) 铺床前应评估病室的环境是否适合操作。病室内有病人进餐或接受治疗时，应避免铺床，以免引起尘埃飞扬而影响病人进餐或造成污染。

(2) 铺床前护士应洗手或消毒手、戴口罩、着装整洁。

(3) 每铺一张床后，护士应洗手或消毒手，以防止交叉感染。

(4) 污单置于污物袋内，勿放于他人床上或地板上。

(5) 铺床或折单时动作不宜过大，避免抖动、拍打等动作，以免病菌随空气流动传播。

2.为病人提供舒适的病床，保护病人皮肤免受刺激

(1) 选用洁净、干燥的床单、床褥。

(2) 床面要平整，无皱褶，尤其是大单一定要铺紧。

(3) 给卧床病人更换床单时，不可生拉硬拽。

二、铺床法

为了给病人提供安全舒适的环境，铺床法是重要的方法之一。病床是病人单位的主要设备，由于病人大多数时间均在病人单位内活动，因此，必须注意病人单位的整洁与安全，并有足够的日常生活活动空间。

(一) 各单的折叠方法

1.大单

反面在外，纵向对折 2 次后，使大单的边与大单的中线对齐。将大单中线部分向外、边向内，再横向对折 3 次。见图 1-1。

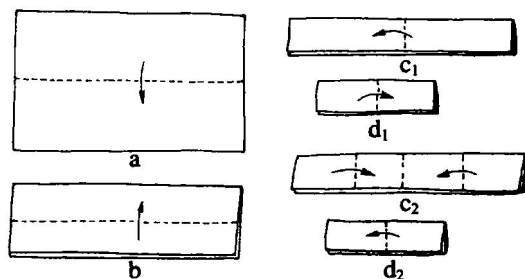


图 1-1 大单的折叠方法

2.中单

反面在外，横向对折 2 次后，边与中线对齐，中线部分向外，边向内，再横向对折 2 次。

3.橡胶中单

反面在外，横向对折2次后，边与中线对齐，中线部分向外，边向内，再横向对折2次。

4.被套

正面在外，横向对折2次后，边与中线对齐，中线在外，再将两端分别纵向向中线对折。

见图1-2。

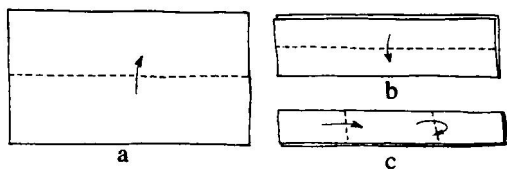


图1-2 被套的折叠方法

5.枕套

正面在外，横向对折后，再将两端分别纵向向中线对折。见图1-3。

6.棉胎或毛毯

纵向3折后，再横向S形3折。见图1-4。

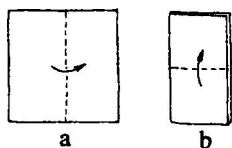


图1-3 枕套的折叠方法

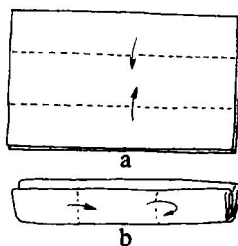


图1-4 棉胎或毛毯的折叠方法

7.床褥

横向S形3折后，再纵向对折1次。

(二) 备用床

【目的】

保持病室整洁，准备接收新病人。

【评估】

- 1.病室内病人是否正在进行治疗或进餐。
- 2.检查床有无损坏，床上用物是否符合病床规格以及适应季节需要。
- 3.床头设施是否完好，管道是否通畅。

1.被套式 (图 1-5)

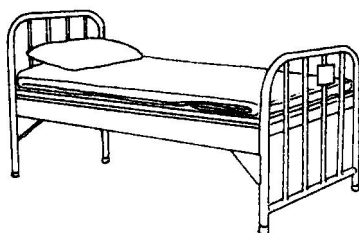


图 1-5 备用床——被套式

【计划】

1.护士准备

着装整齐, 洗手, 戴口罩, 准备用物。

2.用物准备

床、床垫、床褥、枕芯、棉胎或毛毯、大单、被套、枕套。

3.环境准备

周围无病人进行治疗或就餐。

【实施】

步 骤	操 作
1.准备	备好用物携至床旁, 检查床垫, 按使用顺序一次性备好用物携至床旁, 以避免多次往返, 可以提高效率和节力。
2.移开床旁	移开床旁桌距床约 20 cm, 移椅至床尾正中距床约 15 cm, 留出空间便于操作。并将用物放在床旁椅上。
3.铺床褥	根据床垫情况翻转床褥, 避免床垫某个局部长受压变形, 保持床垫松软。床垫上缘紧靠床头。将床褥铺在床垫上。
4.铺大单	(1) 操作者站在靠床头端, 将大单放在床褥上, 大单正面向上, 大单的中缝和床的中线对齐, 分别散开 (先散开床头, 再散开床尾)。 (2) 先铺床头再铺床尾, 最后铺床中间。用手托起床褥, 另一手伸过床头中线, 将大单头端折入床垫。 (3) 再在距床尾约 30 cm 处, 向上提起大单边缘, 使大单与床缘垂直, 呈一等边三角形。 (4) 将等边三角形以床沿为界分为两半, 上半三角暂时覆盖于床上。 (5) 将下半三角平整地折入床垫下。再将上半三角塞入床垫下。 (6) 沿床边拉紧大单中部边缘, 将大单平塞于床垫下。 (7) 转至对侧, 同法铺好对侧大单。见图 1-6。

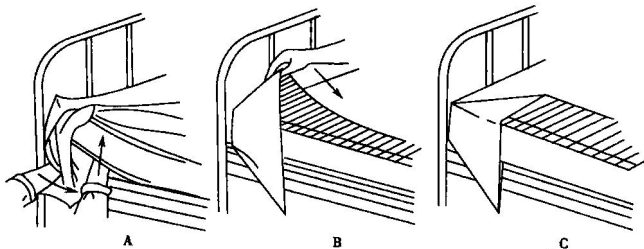
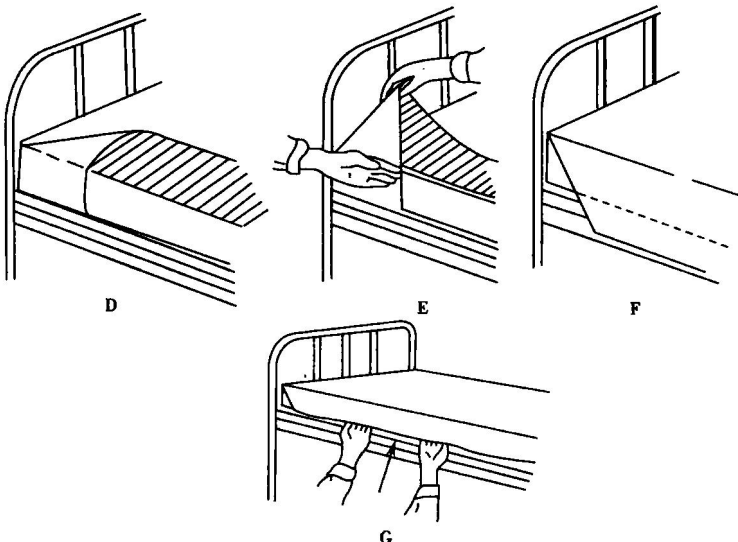
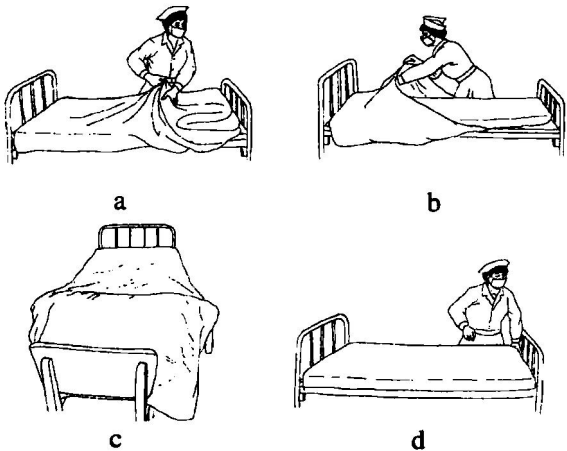


图 1-6 铺大单

步 骤	操 作
4. 铺大单	 续图 1-6 铺大单
5. 套被套	“S” 形式 将被套正面向外平铺于床上，被套的中线与床的中线对齐放置，开口端向床尾。由被套尾端开口处拉被套上层至 1/3 处（便于放棉胎），将折成“S”形的棉胎放入被套内，棉胎底边同被套开口边平齐。拉棉胎上缘至被套头端封口处。将竖折的棉胎先对侧后近侧铺开，与被套吻合平齐套好，对好两上角。整理被套上缘与床头平齐放置，至床尾逐层拉平被套和棉胎，系好系带。再将两侧盖被边缘向内折叠与床沿平齐，铺成被筒，盖被尾端塞于床垫下。转至对侧，同法将另一端的盖被尾端塞于床垫下。见图 1-7。  图 1-7 套被套——“S”形式

【计划】

1.护士准备

着装整齐,洗手,戴口罩,准备用物。

2.用物准备

床、床垫、床褥、枕芯、棉胎或毛毯、三条大单(作床单、衬单和罩单用)、枕套。

3.环境准备

周围无病人进行治疗或进餐。

【实施】

步 骤	操 作
1.准备	同被套式。
2.移开床旁桌椅	同被套式。
3.铺床褥	同被套式。
4.铺大单	同被套式。
5.铺衬单	将衬单反铺在床上,对准中线,上端反折 25 cm 与床头齐,床尾按铺大单法铺好床角。铺棉胎或毛毯于大单上,上端与床头平齐,将床头衬单反折盖于棉胎或毛毯上,床尾部分按铺大单法铺好床角。
6.铺罩单	将罩单正面向上,对准中线,上端反折向上 15 cm 与床头齐,床尾部分折成 45°斜角,垂于床边。转至对侧以同法铺好。
7.套被套	同被套式。
8.套枕套	同被套式。
9.移回床旁桌椅	同被套式。

3.床褥罩式(图 1-11)

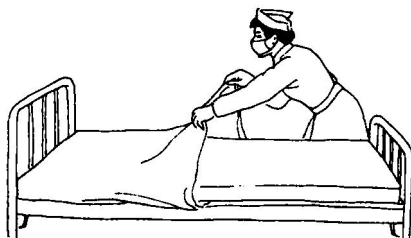


图 1-11 备用床——床褥罩式

【计划】

1.护士准备

着装整齐,洗手,戴口罩,准备用物。

2.用物准备

同被套式，将大单换成床褥罩。

3.环境准备

周围无病人治疗或就餐。

【实施】

步 骤	操 作
1.准备	同被套式。
2.移开床旁桌椅	同被套式。
3.铺床褥	同被套式。
4.铺床褥罩	铺床褥罩的方法是将床褥罩正面向上，床褥罩的中线与床的中线对齐，从床头到床尾分别拉紧床褥罩的四角，罩于铺好床褥的床垫上。床褥罩适合用于较厚的床垫。
5.套被套	同被套式。
6.套枕套	同被套式。
7.移回床旁桌椅	同被套式。

【评价】

- 1.病床符合实用、耐用、舒适、安全、整洁的原则。
- 2.大单中缝对齐，四角平整、紧扎。
- 3.被头充实，盖被平整、两边内折对称。
- 4.枕头平整充实，开口背门。
- 5.操作流畅，注意节力。
- 6.病室及病人单位环境整洁、美观。

(三) 暂空床 (图 1-12、图 1-13)

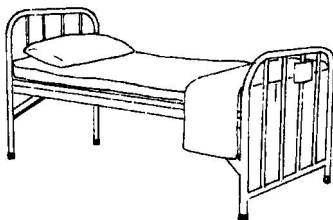


图 1-12 暂空床——被单式

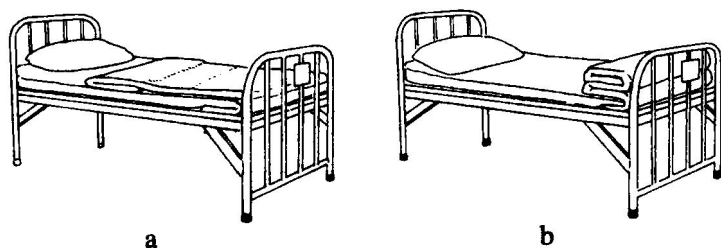


图 1-13 暂空床——被套式

【目的】

保持病室整洁、美观，供新入院病人或暂离床病人使用。

【评估】

- 1.明确护理目标，若为新入院病人，根据病情需要准备用物。
- 2.评估病人的病情是否可以暂时离床。
- 3.是否会影响病室内其他病人治疗或进餐。

【计划】**1.护士准备**

根据病人情况，准备符合病人需要的用物。

2.用物准备

同备用床，必要时备橡胶单和中单。

3.环境准备

周围无病人治疗或就餐。

【实施】

步 骤	操 作
1.准备	洗手，戴好口罩，备齐物品携至病人床旁。
2.被套式	将盖被三折（或四折）叠于床尾。
3.被单式	将罩单向内反折 15 cm，包过棉胎或毛毯上端，再将衬单（底层大单）向上作 25 cm 反折，包裹棉胎或毛毯和罩单，然后将罩单、棉胎或毛毯和底单一起三折于床尾。
4.橡胶单和中单 根据病情需要 铺设	铺橡胶单、中单的位置应根据病人病情选放。如选择床中缝部位，则橡胶单的上缘应放置在距床头 45~50 cm 的部位，并注意橡胶单、中单的中线与床中线对齐，再将两单边缘下垂部分一起平整地塞入床垫下。然后转至对侧，同法铺好另一侧橡胶单、中单。

【评价】

- 1.床单位美观、整洁、舒适。
- 2.用物准备符合病人病情需要。