

中国养老机构照料护理教材

3 养老护理 日常照护技术

- 饮食照料技巧
- 换衣照料技巧
- 排泄与清洁照料技巧

陈琳翰 主编 彭一伟 刘玉敏 副主编



河南科学技术出版社

养老护理系列教材

本系列教材，是上海和佑养老集团经过多年实践摸索，结合国际先进的养老项目运营管理与照料护理知识和理念，为提高养老护理行业工作者的知识技能水平而编写的，也可用于养老护理员的教育培训课程。



养老护理医学基础知识



养老护理营养学知识



养老护理日常照护技术



养老护理褥疮照护技巧



养老护理预防摔伤技巧



养老护理体位转移技术



养老护理紧急救护技术



养老护理沟通技巧



养老护理职业礼仪



养老机构管理者必读

中国养老机构照料护理教材

3 养老护理 日常照护技术

- 饮食照料技巧
- 换衣照料技巧
- 排泄与清洁照料技巧

陈琳翰 主 编 彭一伟 刘玉敏 副主编



图书在版编目 (C I P) 数据

养老护理日常照护技术 / 陈琳翰主编. —郑州 :
河南科学技术出版社, 2014. 4

中国养老机构照料护理教材

ISBN 978-7-5349-6897-6

I. ①养… II. ①陈… III. ①老年人—护理学—教材
IV. ①R473.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 077904 号

出版发行: 河南科学技术出版社

地址: 郑州市经五路 66 号 邮编: 450002

电话: (0371) 65788639 65788001

网址: www.hnstp.cn

策划编辑: 李喜婷 马晓薇

责任编辑: 王 丹

责任校对: 罗 珍

整体设计: 韩志广 李 豪

责任印制: 张艳芳

印 刷: 河南利达印刷有限公司

经 销: 全国新华书店

幅面尺寸: 185 mm×260 mm 印张: 12.5 字数: 147 千字

版 次: 2014 年 5 月第 1 版 2014 年 5 月第 1 次印刷

定 价: 29.00 元

如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请于出版社联系并调换。

中国养老机构照料护理教材编审委员会

主 任：陈琳翰

副主任：刘玉敏 彭一伟

委 员：（按姓氏笔画排列）

于海盼	王 喻	王亚斐	田翠翠	刘晶晶	李 隆
沈 会	张 慧	张亚森	张延伟	张晓华	陈手心
陈 欢	陈红彦	苗 挺	苑 晖	季红莉	郭 莹
赵冬红	赵雪瑞	贾金忠	葛志国	鲁林杰	蔡一蓓

《养老护理日常照护技术》编写人员名单

主 编：陈琳翰

副主编：刘玉敏 彭一伟

编 者：（按姓氏笔画排列）

刘玉敏 刘晶晶 李 隆

陈手心 陈琳翰 彭一伟

前 言

本套系列教材是上海和佑养老集团经过多年研究、实践与探索，参考并结合国际上先进的养老护理知识与项目管理理念，为提高养老行业从业者的知识及技术水平而编写的，也可用于养老护理员的教育和培训。

对于养老机构来讲，日常生活照料是护理工作的主要内容，但目前，大部分护理员对于如何规范地照料老年人的生活起居，如何提高护理服务质量与效率都了解不多。

对于从基础的生活照料知识开始学起的朋友们，本书会是一本很好的参考类书籍。如果您正在学习养老护理基础知识，或发现您目前所采用的护理方法会给您所照料的老年人带来不适，无法提高护理服务质量和效率，那么就请您打开这本书吧。如果本书能对您的护理工作和您所照料的老年人有所帮助，我们深感荣幸！

由于编者水平有限，书中疏漏或不妥之处，希望广大读者给予批评指正，谢谢！

编者

2014 年 4 月

目 录

第一篇 用餐照料

第一章 不同身体状况老年人的用餐照料方法

第一节 自理老年人的坐位用餐照料方法	3
第二节 偏瘫老年人的坐位用餐照料方法	5
第三节 视觉障碍老年人的坐位用餐照料方法	6
第四节 自理老年人卧床时的用餐照料方法	7
第五节 偏瘫老年人卧床时的用餐照料方法	9
第六节 老年人下咽困难时的用餐照料方法	13
第七节 老年人卧床时的漱口照料方法	18

第二章 用餐照料的基本思路

第一节 了解从口中进食的意义	22
第二节 判断老年人无法进食的几个误区	23
第三节 鼻饲、胃造瘘是最后的进食手段，应尽全力避免	25
第四节 了解进食的流程	26
第五节 顺利咽下口中食物需满足三个条件	28
第六节 正确的就餐姿势	29

第二篇 换衣照料

第三章 老年人勤换衣服的目的和注意事项

第四章 不同身体状况下老年人的换衣方法

第一节 偏瘫老年人自行脱衣的方法	35
第二节 护理人员帮助偏瘫老年人脱衣的方法	38
第三节 偏瘫老年人自行穿衣的方法	40
第四节 护理人员帮助偏瘫老年人穿衣的方法	44

第五章 卧床老年人的换衣方法

第一节 护理人员帮助卧床老年人换衣的方法	49
第二节 帮助偏瘫老年人在坐姿时换衣的方法	56

第六章 老年人穿衣的学问

第一节 卧床的老年人要经常换衣服	61
第二节 老年人内衣尽可能每天都更换	62
第三节 老年人适合穿宽松舒适的衣服	63
第四节 帮助老年人换衣时注意遵循“脱健（健侧）穿患 （患侧）”原则	64
第五节 在床上为老年人换衣后，要保证老年人背后的衣 服没有褶皱	65

第三篇 清洁照料

第七章 洗浴及常见问题

第一节 洗浴 68

第二节 洗浴中的常见问题 71

第三节 洗发中的常见问题 77

第四节 偏瘫老年人的洗浴及护理 80

第八章 擦拭清洁身体

第一节 擦拭身体 93

第二节 擦拭过程中的常见问题 101

第三节 手浴和足浴 108

第四节 手浴和足浴的常见问题 112

第九章 口腔护理及常见问题

第一节 口腔护理 115

第二节 口腔护理中的常见问题 117

第四篇 排泄照料

第十章 排泄的意义

第一节 排泄的方针及原则 126

第二节 排尿机制 128

第三节 排便机制	130
第四节 排泄障碍	132
第十一章 排泄护理	
第一节 排泄的护理基准	136
第二节 卫生间和移动厕椅的使用引导和护理	137
第三节 移动式坐便椅的种类和使用注意事项	139
第四节 小便器的种类及护理	142
第五节 便盆的种类和使用	145
第六节 排尿自立支援	149
第七节 更换纸尿裤	153
第八节 摘便护理（人工取便）	157
第十二章 排泄过程中的常见问题及老年人废用综合征	
第一节 排泄过程中的常见问题	163
第二节 老年人废用综合征	167
第三节 失禁病人皮肤护理指引	174
第四节 便秘的危险及处理	183

第一篇 用餐照料

第一章

不同身体状况老年人的用餐照料方法

第一节

自理老年人的坐位用餐照料方法

一、餐前准备

- (1) 确认老年人就餐前是否需要上厕所。
- (2) 周围就餐环境要让老年人能够放松，做到餐厅内（或房间内）空气流通、没有异味。餐桌保持整洁，不得有污垢。
- (3) 根据老年人的用餐习惯，准备好辅助物品：毛巾（或湿巾）、用餐围兜、餐巾等。

二、用餐照料

- (1) 让老年人坐在餐桌前（如果是乘坐轮椅，要注意刹住刹车，系上安全带。我们并不推荐老年人坐轮椅就餐，因为不能保持就餐时的前倾姿势，影响进食），为防止误咽，要让老年人能够保持稍微前倾的坐姿，双脚要着地，这样的就餐姿势利于食物下咽，切记上身过度后仰，以免引起呛食。
- (2) 用餐前让老年人戴好围兜，就餐前最好先让长者喝一些汤或开胃热茶，润湿口腔和食道，利于食物的下咽。
- (3) 护理人员要坐在老年人的右前方，全程观察老年人的就餐过程，必要时进行协助，如：将老年人想吃的菜挪近，剔掉鱼骨，将不易下咽的大块食物切碎成小块等。
- (4) 喂老年人进食时，护理人员要把握好老年人的进食节奏（进食的顺序和速度），一定要等老年人完全咽下一口后，再喂下一口。

三、餐后照料

老年人用餐完毕，要进行刷牙、漱口等口腔护理工作，假牙也要清洗干净。如果老年人需要饭后服用药物，护理人员应注意提醒老年人服用，不要忘记。

第二节

偏瘫老年人的坐位用餐照料方法

一、餐前准备

- (1) 确认老年人就餐前是否需要上厕所。
- (2) 创造让老年人放松的就餐环境，保持餐厅内空气流通，没有异味。餐桌要保持整洁，不得有污垢。
- (3) 根据老年人的用餐习惯，准备好辅助物品：毛巾（或湿巾）、用餐围兜、餐巾等。

二、用餐照料

- (1) 将饭菜放置在老年人容易接触到的位置。
 - (2) 尽可能让老年人自己用健侧手进食，护理人员要注意在旁观察，当老年人无法做到时，及时给予帮助。
 - (3) 当偏瘫的老年人需要喂食时，食物一定要从老年人健侧口端喂入，护理人员注意观察老年人的进食量和进食顺序，结合老年人每一口的量，一点一点慢慢地喂食。
- 有时老年人的患侧口内会残留食物残渣，护理人员要及时帮助清理，以免让食物残留在口腔内存留，另外，就餐过程中注意经常擦拭老年人嘴角，注意保持清洁。

第三节

视觉障碍老年人的坐位用餐照料方法

一、餐前准备

(1) 照料有视觉障碍老年人进餐时先与老人沟通,并通过“钟点方位”定位法辨认出餐具的位置和形状。

(2) 在餐桌上按钟表盘方位标注钟点方位,如:让老年人坐在6点钟方位,汤类放在7~8点钟之间等,便于老年人辨别方位或者触摸到。

二、用餐照料

(1) 尽量让老年人按照钟点方位去辨认饭菜的位置,此时,护理人员要在一旁全程监护,及时出声指导。

(2) 对于饭菜的温度,护理人员可以用手背提前碰触碗壁,确认饭菜温度是否合适。