



首都职工素质教育工程专版教材——家政服务行业

北京市总工会
北京市教育委员会
北京市人力资源和社会保障局
中央广播电视大学
北京广播电视大学

产妇及新生儿 护理服务手册



首都职工素质教育工程领导小组办公室 组编
首都医科大学附属北京妇产医院 编写

Chanfu ji Xinsheng'er Huli Fuwu Shouce



高等教育出版社
HIGHER EDUCATION PRESS



首都职工素质教育工程专版教材——家政服务行业

北京市总工会
北京市教育委员会
北京市人力资源和社会保障局
中央广播电视大学
北京广播电视大学

产妇及新生儿 护理服务手册



首都职工素质教育工程领导小组办公室 组编
首都医科大学附属北京妇产医院 编写

Chanfu ji Xinsheng'er Huli Fuwu Shouce

费秀珍 主 编

王立新 副主编

编写人员（以姓氏汉语拼音为序）

费秀珍 刘 宏 王立新 奚凤娟



高等教育出版社·北京
HIGHER EDUCATION PRESS BEIJING

图书在版编目(CIP)数据

产妇及新生儿护理服务手册 / 首都医科大学附属北京妇产
医院编写. —北京: 高等教育出版社, 2010. 11

首都职工素质教育工程专版教材. 家政服务行业

ISBN 978-7-04-030912-6

I. ①产… II. ①首… III. ①产妇-护理-技术培训-教材 ②婴幼儿-护理-技术培训-教材 IV.

① R473.71 ② R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 217016 号

总 策 划 龙 杰 肖彤岭
责任编辑 刘金菊
版式设计 宋新士

策划编辑 吴 勇 刘金菊
封面设计 赵 阳
责任印制 陈伟光

出版发行 高等教育出版社
社 址 北京市西城区德外大街 4 号
邮政编码 100120

购书热线 010-58581118
咨询电话 400-810-0598
网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>
网上订购 <http://www.landaco.com>
<http://www.landaco.com.cn>
畅想教育 <http://www.widedu.com>

经 销 蓝色畅想图书发行有限公司
印 刷 涿州市星河印刷有限公司

开 本 787×960 1/16
印 张 6.75
字 数 106 000

版 次 2010 年 11 月第 1 版
印 次 2010 年 11 月第 1 次印刷
定 价 12.00 元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题, 请到所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

物料号 30912-00

首都职工素质教育工程专版教材

编 委 会

- 主 任** 韩子荣 (北京市总工会党组书记、副主席)
- 副主任** 霍连明 (北京市总工会副主席)
- 孙善学 (北京市教育委员会专职委员)
- 任建新 (北京市人力资源和社会保障局副巡视员)
- 葛道凯 (中央广播电视大学校长)
- 胡晓松 (北京广播电视大学校长)
- 张 锦 (首都职工素质教育工程领导小组办公室主任)
- 龙 杰 (高等教育出版社副总编辑)

编 委 (以姓氏汉语拼音为序)

范秉珍	葛道凯	韩子荣	胡晓松	霍连明
梁秀梅	龙 杰	任建新	孙善学	王永浩
吴 勇	肖彤岭	杨德成	杨 颀	张 锦
张少刚	张有声			

首都职工素质教育工程专版教材

编委会办公室

- 主 任** 赵靖芝
- 副主任** 刘金菊

首都职工素质教育工程专版教材——家政服务行业

编 委 会

丛书主编 唐永宏 (北京市商务委服务交易处处长)

黄 伟 (北京市总工会权益部部长)

李大经 (北京家政服务协会会长)

张先民 (北京市三八服务中心主任)

庞大春 (北京家政服务协会副会长)

编 委 (以姓氏汉语拼音为序)

丁 杰 费秀珍 韩 媛 黄 伟

姜彦松 李大经 李雪媛 刘纪平

刘静明 Ludivina Silvestre 庞大春

石立军 孙敏娜 唐永宏 王立新

王雪伶 王 燕 许新元 张先民

张香永 赵靖芝 左 欣

序

由北京市总工会、北京市教育委员会、北京市人力资源和社会保障局、中央广播电视大学、北京广播电视大学等单位共同组织实施的首都职工素质教育工程，是时代的一种选择，是对职工迫切呼声的一个回应，是最终惠及职工的一项民心工程，是需要社会方方面面给予扶持的一个新生事物。首都职工素质教育工程系列专版教材的正式出版，不仅为全市职工提供了具有首都特色、行业特色、职业特色和岗位特色的培训课程，而且为加快工人阶级的知识化进程，努力建设一支强大的、高素质的职工队伍进行了有益的尝试。

我国是世界上人口最多、劳动力资源最丰富的国家，但是劳动力素质偏低，自主创新能力薄弱，核心技术严重缺乏，制约了我国经济发展和国际竞争力的提高。全面提高职工队伍的整体素质，为全面建设小康社会提供强有力的人才保证和智力支持，是中国共产党代表中国先进生产力发展要求必须履行的第一要务，是关系到国家富盛、民族兴衰的一项全局性、战略性任务，也是广大职工群众的根本利益所在。

我国工人阶级之所以是先进阶级，是因为他们始终站在时代前列，引领着先进生产力和生产关系的发展，善于顺应社会前进的潮流。当今世界，新知识、新事物、新变化层出不穷，广大职工群众要更好地担负起历史赋予的光荣使命，必须主动适应社会主义市场经济深入发展和科技进步日新月异的新形势，学习新知识，掌握新技能，增长新本领，谋求新发展，不断增强自身的学习能力、创新能力、竞争能力和创业能力。应当说，组织实施首都职工素质教育工程是保持和发展工人阶级先进性的重要内容和有效途径。

树立和落实科学发展观，建设民主法治、公平正义、诚信友爱、充满活力、

安定有序、人与自然和谐相处的社会主义和谐社会，要以满足人的全面需求、促进人的全面发展为目标，在推动改革、促进发展中有效地维护职工的学习权、发展权以及精神文化权益。通过组织实施首都职工素质教育工程，让更多的职工认识到学习创造价值、知识改变命运的道理，让更多的职工树立继续教育、终身学习的全新理念，让更多的职工踏上充满奋斗和希望的学习之路。要引导职工努力掌握多种新知识、新技能，尽快把知识和技能转化为企业效益和社会生产力；动员职工站在知识经济领域前沿，不断提高运用新科学、新技术的能力，力求在科学研究和技术开发上实现新的突破；帮助职工逐步掌握现代化管理手段，由岗位熟练型向业务专家型转变，成为学习型、知识型、技能型、专家型职工，以逐步解决职工队伍的文化结构、知识层次、技术水平、管理能力不相适应的问题。

我相信，通过整合社会资源，各方通力配合，发挥整体优势，首都职工素质教育工程为全市职工提供的有组织、有计划、有目标、有考核、有激励措施的学习环境和交流平台，一定能够让所有职工都能有机会、有条件参与学习和继续深造，一定能够推动职工群众不断地在实践中充实自己、在竞争中提高自己、在奋斗中完善自己、在事业中实现自身的价值，一定能够进一步加快首都职工队伍的知识化进程！



2005年3月22日

总前言

首都职工素质工程是北京市总工会、北京市教育委员会、北京市人力资源和社会保障局、中央广播电视大学和北京广播电视大学等单位，在终身学习背景下，将全面提高首都职工队伍素质作为长期战略任务而为全市职工搭建的公共服务共享平台。为向该平台提供有效、实用的教学内容和课程资源，首都职工素质工程领导小组办公室与高等教育出版社联合开展了“首都职工素质教育教学资源建设项目”。

中共中央总书记、国家主席、中央军委主席胡锦涛于2008年10月在人民大会堂同全国总工会新一届领导班子成员和中国工会“十五大”部分代表座谈时发表重要讲话，强调要全面提高职工队伍思想道德素质和科学文化素质，充分发挥“工会大学校”作用，坚持在全国广大职工中深入开展社会主义核心价值观体系建设，特别是要引导广大职工群众牢固树立中国特色社会主义共同理想和实现中华民族伟大复兴的坚定信念，着力培养造就一大批知识型、技术型、创新型的高素质职工，不断推进我国职工队伍知识化进程。

首都职工素质工程是深入贯彻落实科学发展观的一项重大举措，是加快推进首都职工知识化进程的务实、创新之举。“首都职工素质教育教学资源建设项目”将以全市职工为受教育主体，以全面提高职工思想道德素质、科学文化素质和技术技能水平为主要目标，以增容新知识、传授新理念、提升新技能为主要内容，以通用能力培训和行业知识培训为支点，确保在最大范围内满足各层次职工职业生涯发展和实现自我超越的需求。

“首都职工素质教育教学资源建设项目”的顺利开展，得到了高等教育出版社的大力支持。作为教育部直属的教育服务机构，参与该项目的建设，是高等

教育出版社“植根教育、弘扬学术、繁荣文化、服务社会”办社宗旨的体现，也是高等教育出版社在落实和践行党培养先进生产力战略举措中发挥知识服务作用的体现。

为尽快将资源建设内容传递到首都职工手中，在“共同参与、共同研究、共同建设”的出版和培训理念的指导下，我们的工作得到了许多专家、业内人士和广大企业与职工的大力支持和有关方面的鼎力相助，在此表示衷心的感谢！

该系列资源建设内容是我们在职工素质教育探索工作中的初步成果。限于我们的能力和水平，不足之处在所难免。衷心期望社会各界，特别是广大学习者提出宝贵意见和建议。

首都职工素质工程领导小组办公室

2010年3月2日

前 言

《产妇及新生儿护理服务手册》是写给家政服务员的一本参考书。书中对产后妇女及新生儿的护理等内容进行了比较详尽的描述，希望这本书对读者的日常工作有所帮助。

本书分为两篇（共9章），分别介绍了“产妇护理”及“新生儿护理”两方面的内容。“产妇护理”篇对正常产褥期的产妇生理和心理的特征进行了简要的介绍，对产后家庭环境的布置、产后妇女的护理以及母乳喂养的方法等进行了详细的介绍。“新生儿护理”篇着重介绍了新生儿的生理特点、新生儿的喂养、新生儿的护理以及预防接种和疾病筛查等内容。

分娩是妇女一生中经历的最重要的大事，产褥期是产妇生理、心理变化的关键时期，同时也是产妇最需要帮助的时期。作为培训家政服务员的教材，这本书以浅显通俗的语言，将护理产妇和新生儿的知识点介绍给大家，旨在帮助家政服务员作为新妈妈的助手，能更科学、合理地护理产妇和新生儿。

在此感谢美德乐（北京）医疗科技有限公司提供部分母乳喂养的图片，感谢各级工会的大力支持。

书中有不到之处，还恳请读者提出指正意见。

费秀珍

2010年9月

目 录

第一篇 产妇护理

第一章 产褥期基础知识	3
第一节 产褥期妇女的生理变化	4
一、生殖系统	4
二、循环系统	6
三、泌尿系统	7
四、消化系统	7
第二节 产褥期妇女的心理变化和调适	8
一、产褥期的心理变化	8
二、产褥期的心理调适	9
第二章 产妇护理	10
第一节 产褥期一般护理	11
一、创造良好的产后休养环境	11
二、保证产妇适当休息	11
三、帮助产妇适量活动	11
四、保持产妇身体清洁	12
五、鼓励产妇及时排尿排便	13
第二节 乳房的一般护理	14
一、选择合适的哺乳乳罩	14

二、乳房的清洁	14
三、正确的挤奶方法	15
四、常见的乳房问题	16
第三节 产妇护理注意事项	20
一、产妇感冒	20
二、产妇腹泻	20
三、产妇禁止吸烟和饮酒	20
四、产后腰痛的护理	21
 第三章 产后调理	24
第一节 产褥期饮食的准备	25
一、产后前两天的饮食	25
二、产褥期饮食调节	25
第二节 产后检查	30
一、产后访视	30
二、产后健康检查	30
第三节 产后避孕	31
一、产后月经恢复时间	31
二、产后性生活注意事项	31
三、哺乳期妇女的避孕方法	31

第二篇 新生儿护理

第一章 新生儿特点	35
第一节 新生儿的概念和分类	36
一、新生儿的概念	36
二、新生儿的分类	36
第二节 正常新生儿的生理特点	37
一、一般性评估	37

二、呼吸系统	38
三、血液循环系统	38
四、泌尿生殖系统	38
五、消化系统	38
六、体温	39
七、酶系统	39
八、免疫力	39
九、皮肤黏膜	39
十、神经系统	40
第三节 新生儿特殊的生理状态	41
一、生理性黄疸	41
二、生理性体重下降	42
三、其他生理现象	42
 第二章 新生儿喂养	 44
第一节 母乳喂养	45
一、母乳喂养的好处	45
二、母乳的特点	47
三、促进母乳喂养成功的关键	48
四、新生儿正确的含接姿势	51
五、按需哺乳	52
六、促进泌乳的方法	53
七、母乳喂养注意事项	53
第二节 人工喂养	56
一、奶粉配制方法	56
二、奶量的计算	56
三、维生素和辅助食品的添加	57
四、奶具的清洗	58
五、人工喂养时的注意事项	58

第三节 人工喂养的风险	60
一、第一次哺乳前添加饮品的风险	60
二、人工喂养的风险	60
第三章 新生儿护理	62
第一节 新生儿的生长环境	63
第二节 新生儿的日常护理	64
一、脐带护理	64
二、眼部护理	65
三、皮肤护理	66
四、臀部护理	70
五、睡眠护理	71
第三节 新生儿常见的护理问题及处理	73
一、鹅口疮	73
二、腹泻	73
三、新生儿红斑	74
第四章 新生儿预防接种和疾病筛查	76
第一节 新生儿预防接种	77
一、儿童预防接种	77
二、新生儿预防接种种类	78
第二节 新生儿疾病筛查	79
一、新生儿筛查	79
二、出院随访	80
第五章 新生儿早期教育	81
第一节 新生儿抚触	82
一、概念	82
二、作用	82

三、抚触要点	82
四、注意事项	83
五、操作步骤	83
第二节 新生儿游泳	86
一、概念	86
二、游泳对新生儿的作用	86
三、新生儿游泳注意事项	87
第六章 新生儿的日常安全	89
一、新生儿喂哺时的安全	90
二、新生儿沐浴时的安全	90
三、怀抱新生儿时的安全	90
四、日常安全	91

第一篇

产 妇 护 理

