

临床护理技术 **图解** 丛书

康复护理技术

总主编 胡 敏 朱京慈

主 编 杜春萍 梁红锁

南京鼓楼医院
图书馆藏书

 人民卫生出版社

R493
4454

临床护理技术图解丛书

康复护理技术



B0010179

主 编 杜春萍 梁红锁

副主编 孟 玲 周 莉 王颖敏 周君桂 李雪梅

B0010179

编 者 (以姓氏笔画为序)

尹玲茜 王凤英 王 元 王颖敏 邓水娟 邓燕玲 叶致宇

刘 玲 刘祚燕 严定萍 吴姁恻 张建梅 张维林 时丽萍

李 娜 李 萍 李雪梅 汪学玲 陈佳佳 周君桂 周 莉

孟 玲 罗 丹 罗 姣 金冬梅 赵冬梅 钟璐颖 徐 慧

郭 峰 郭 华 康 霞 龚巧鹭 喻鹏铭 曾晓梅 曾 琳

谢国省 雷 倩

南京鼓楼医院
图书馆藏书

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

康复护理技术/杜春萍, 梁红锁主编.—北京: 人民卫生出版社, 2014

(临床护理技术图解丛书)

ISBN 978-7-117-19014-5

I. ①康… II. ①杜… ②梁… III. ①康复医学—护理学—图解 IV. ①R47-64

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第 127447 号

人卫社官网	www.pmph.com	出版物查询, 在线购书
人卫医学网	www.ipmph.com	医学考试辅导, 医学数据库服务, 医学教育资源, 大众健康资讯

版权所有, 侵权必究!

临床护理技术图解丛书

康复护理技术

主 编: 杜春萍 梁红锁

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷: 北京铭成印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/16 印张: 19

字 数: 486千字

版 次: 2014 年 10 月第 1 版 2014 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-19014-5/R·19015

定 价: 99.00元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社市场营销中心联系退换)

出版说明

护理学是实践性非常强的学科。近年来，我国护理事业取得了长足发展，许多新理论、新技术、新设备已不断被应用到临床护理工作中。但由于受我国不同地区护理工作发展水平上不均衡、不同层次院校护理师资队伍的专业素养存在差异、相关教材更新周期较长等诸多因素的影响，目前我国尚无在范围上能较系统地覆盖各临床学科、在内容上体现出目前我国临床护理技术发展水平的实训教材及参考书。

在全国卫生职业教育研究发展基金（项目编号：09YB12）、国家自然科学基金（项目编号：81060361）、昆明学院配套经费的支持下，我们从全国知名高校、部分地区代表院校及医疗机构遴选了一批具有高度责任感、临床和教学经验丰富的专家，以《中国医学教育改革和发展纲要》为指导思想，按照我国现行护理操作技术规范，兼顾我国不同层次教学目标的要求，以操作流程图为主要形式，以必要的解剖谱图和关键操作要点为补充，以知识链接为相关内容拓展形式，规划并组织编写了《临床护理技术图解丛书》。本套丛书具有以下特点：①内容实用、前沿、全面、通用性好；②重视体现整体护理观；③力求彰显人文精神，突出健康教育；④形象直观、可读性强。

本套丛书分为10册，可作为护理学专业各层次技术实训教材、临床护理技术培训与考核的参考书。全套丛书由人民卫生出版社于2012年和2014年出版。

目 录

基础护理技术	主 编：尼春萍
内科护理技术	主 编：任 辉 余 珊
外科护理技术	主 编：李晓玲 白阳静
妇产科护理技术	主 编：陈晓莉
儿科护理技术	主 编：沈南平
急危重症护理技术	主 编：朱京慈 胡 敏
眼耳鼻咽喉和口腔科护理技术	主 编：程红缨 张绍蓉
精神科护理技术	主 编：李小麟
中医护理技术	主 编：杨晓玮 岳树锦
康复护理技术	主 编：杜春萍 梁红锁

编委会

主 审 郑修霞 沈 宁

总 主 编 胡 敏 朱京慈

副总主编 (按姓氏笔画排序)

尼春萍 白阳静 任 辉 余 珊 张绍蓉 李小麟 李晓玲 杜春萍
杨晓玮 沈南平 陈晓莉 岳树锦 梁红锁 程红缨

编 委 (按姓氏笔画排序)

丁富平 马伟光 王丽丽 王昆华 王欣然 王艳华 王颖敏 邓立梅
冯 然 冯 雁 古满平 尼春萍 白阳静 任 辉 刘永彬 向国春
朱 红 朱京慈 权晓玲 许慧荣 余 珊 吴晨曦 张玉芳 张建容
张绍蓉 张俊如 张 莹 李小麟 李晓玲 杨立群 杨晓玮 杨翔宇
沈志强 沈南平 肖雯晖 花 芸 杜春萍 苏春香 陆海英 陈晓莉
周君桂 周 莉 孟 玲 岳树锦 胡 敏 赵宏斌 郭红霞 钱传云
黄雪花 梁红锁 程红缨 鲜继淑 戴 雪

编 者 (按姓氏笔画排序)

丁富平 马伟光 马秀芬 马怡美 马金凤 马 莉 尹玲茜 方 欢
王 元 王凤英 王文奇 王丽丽 王昆华 王欣然 王 垭 王 艳
王艳华 王殿珍 王颖敏 王 静 邓水娟 邓立梅 邓燕玲 冯晓霞
冯 然 冯 雁 卢 昱 古满平 叶致宇 尼春萍 申文武 白阳静
石锦贤 任 为 任云微 任 辉 刘永彬 刘秀华 刘 玲 刘祚燕
刘淑媛 向国春 吕爱莉 戎艳鸣 朱 红 朱京慈 朱晓琴 权晓玲
毕之祺 许慧荣 严定萍 何富乔 余 珊 吴 亿 吴姁恂 吴学华
吴海鹰 吴晨曦 张凤英 张玉芳 张冰花 张佳思 张建容 张建梅
张绍蓉 张俊茹 张倬秋 张 莹 张维林 时丽萍 李小麟 李 宁
李 娜 李晓玲 李 萍 李雪梅 杜春萍 杨小蓉 杨立群 杨怜琳
杨晓玮 杨 捷 杨翔宇 杨燕妮 汪学玲 沈志强 沈南平 肖雯晖

花 芸	苏春香	陆 华	陆海英	陈永凤	陈佳佳	陈晓莉	陈蓓婧
周君桂	周 怡	周明芳	周 莉	孟 玲	岳树锦	罗 丹	罗永梅
罗 姣	金冬梅	宫晓鸿	施宗平	胡健薇	胡 敏	赵冬梅	赵戎蓉
赵宏斌	钟璐颖	唐丽媛	唐 妍	徐庆鸿	徐 慧	郭 华	郭红霞
郭 峰	钱传云	陶庆兰	顾 玲	顾 莺	高云芬	高英丽	康 霞
梁红锁	符丽燕	黄文霞	黄建琼	黄俊华	黄雪花	龚巧鹭	龚 梅
储 奕	喻鹏铭	曾利辉	曾晓梅	曾 琳	曾 兢	游建平	程红缨
舒 婷	董 荔	董锐涛	蒋红英	蒋春燕	谢江英	谢国省	韩月红
韩春花	赖 力	雷 倩	廖安韵	廖建梅	谭永琼	鲜继淑	潘蕴苏
戴 雪							

参编单位 (按单位笔画排序)

上海中医药大学护理学院

上海中医药大学附属龙华医院

上海交通大学医学院附属上海儿童医学中心

上海交通大学护理学院

上海医药高等专科学校

山东中医药大学护理学院

广州中医药大学护理学院

广州中医药大学第一附属医院

广西医科大学第三附属医院

中山大学孙逸仙纪念医院

中国中医科学院望京医院

中国协和医科大学护理学院

云南省第一人民医院

云南省第二人民医院

北京大学护理学院

北京大学第一医院

北京中医药大学护理学院

北京中医药大学第一附属医院

北京中医药大学第三附属医院

北京协和医学院

四川大学华西口腔医院

四川大学华西医院

四川大学华西护理学院

四川中医药高等专科学校

四川省骨科医院

华中科技大学同济医学院附属同济医院

华中科技大学附属协和医院

成都中医药大学护理学院

曲靖市妇幼医院

西安交通大学医学院

西安医学院护理系

齐齐哈尔医学院护理学院

昆明市儿童医院

昆明市延安医院

昆明医学院第一附属医院

昆明医科大学

昆明学院医学院

武汉大学HOPE护理学院

武汉市妇女儿童医疗保健中心

武汉市精神卫生中心

南方医科大学南方医院

南华大学附属南华医院

南京医科大学第一附属医院

复旦大学医学院附属上海儿科医院

重庆市急救中心

重庆医科大学

重庆医科大学第一附属医院

首都医科大学附属宣武医院

第三军医大学护理学院

第三军医大学护理学院大坪医院

第三军医大学护理学院西南医院

第四军医大学西京学院

第四军医大学护理学院

浙江中医药大学护理学院

温州医科大学

本册参编单位

(以单位笔画为序)

广西医科大学第三附属医院

中山大学孙逸仙纪念医院

云南省第二人民医院

四川大学华西医院

四川大学护理学院

四川省骨科医院

南京医科大学第一附属医院

南方医科大学南方医院

华中科技大学同济医学院附属同济医院

昆明学院医学院

昆明医科大学

前言

康复护理是一门结合康复和护理两个专业的应用学科，近年来随着康复医学和护理学快速发展，康复护理在理念上发生了显著的变化，在定位上更加明确，与康复治疗师所从事的治疗分界更加清晰。康复护理朝着专业、规范的方向不断进步。

在护理教学和临床护理实践工作中，我们感觉到广大护理人员非常渴求和期盼能有一本最前沿的康复护理常规与专科护理技能的参考书。为了更好培养康复护理专业人才，指导广大护理人员的临床工作，我们组织了全国多家三甲医院的临床康复护理专家编写了此书。

《康复护理技术》的编写，以常见康复治疗、常见康复问题、常见康复疾病的护理常规和技术为框架，结合新的护理理念，体现康复专科护理的特点。第一，思路上以现代护理的管理理念及理论为基础，注重创新性、科学性、权威性。第二，结构上以文字叙述和彩色图解相结合，图文并茂，注重可读性、理解性、可操作性。第三，内容上以护理常规及专科护理技术为重点，注重实用性、可行性、可指导性。

本书的编者均来自全国三级甲等医院康复医学科的临床一线护理专家，有着丰富的临床护理工作经验。执笔的各家医院专家分工合作，以高度的责任心、认真的态度、崭新的方式编写了此书，由于编写专家较多，撰写风格难以完全统一，加之编者水平有限，书中难免出现错漏与不妥之处，真诚欢迎各位专家与同仁讨论并指正。

杜春萍 梁红锁

2014年5月

目 录

第一章 常见物理因子治疗的康复护理常规

一、低频电疗法的康复护理常规	1
二、中频电疗法的康复护理常规	2
三、高频电疗法的康复护理常规	3
四、光疗法的康复护理常规	3
五、超声波疗法的康复护理常规	4
六、磁疗法的康复护理常规	5
七、传导热疗法的康复护理常规	5
八、冷疗法的康复护理常规	6
九、水疗的康复护理常规	6
十、压力疗法的康复护理常规	7
十一、生物反馈疗法的康复护理常规	8

第二章 临床常见问题的康复护理

第一节 临床常见问题的康复护理常规	9
一、排尿功能障碍的康复护理常规	9
二、排便功能障碍的康复护理常规	10

三、痉挛的康复护理常规	11
四、关节挛缩的康复护理常规	12
五、压疮的康复护理常规	13
六、疼痛的康复护理常规	15
七、VSD引流技术的护理常规	17
第二节 临床常见问题康复护理技术	18
技术一 清洁间歇导尿术	18
技术二 简易膀胱容量测定术	21
技术三 膀胱再训练技术	24
技术四 肛门牵张技术	25
技术五 腹部按摩技术	27
技术六 盆底肌力训练术	28
技术七 便秘防治体操	30
技术八 医用气垫床的使用技术	32
技术九 疼痛护理技术	35

第三章 退行性骨关节病

第一节 腰椎间盘突出症	39
一、腰椎间盘突出症的康复护理常规	39

二、腰椎间盘突出症的康复护理技术	40
技术一 腰椎间盘突出症正确的坐姿、站姿	40
技术二 腰椎间盘突出症正确的卧姿	43
技术三 腰椎间盘突出症正确的下蹲拾物方法	47
技术四 腰椎间盘突出症正确的搬运物品方法	50
技术五 腰椎间盘突出症正确的上下床姿势	52
技术六 腰围的使用技术	58
技术七 直立位腰背肌锻炼技术	60
技术八 仰卧位腰背肌锻炼技术	63
技术九 俯卧位腰背肌锻炼技术	66
第二节 颈椎病	68
一、颈椎病的康复护理常规	68
二、颈椎病的康复护理技术	69
技术一 颈部正确用枕技术	69
技术二 颈椎操	72
技术三 颈托的使用技术	75
第三节 肩周炎	77
一、肩周炎的康复护理常规	77
二、肩周炎的康复护理技术	78
技术一 肩周炎的正确体位	78

技术二 肩部徒手操	80
技术三 持重摆动练习	87
技术四 借助器械的活动	90
第四节 骨质疏松症	92
一、骨质疏松症的康复护理常规	92
二、骨质疏松症的康复护理技术	93
技术一 骨质疏松症正确的坐姿、站姿	93
技术二 骨质疏松症正确的卧姿	94
技术三 骨质疏松症正确的上下床姿势	94
技术四 骨质疏松症的运动训练	94
技术五 骨质疏松症的医疗体操	96
第五节 骨关节炎	100
一、骨关节炎的康复护理常规	100
二、骨关节炎的康复护理技术	101
技术一 膝关节炎的正确体位	101
技术二 下肢肌力训练技术	103
技术三 坐位关节活动度训练技术	106
技术四 仰卧位关节活动度训练技术	109
技术五 侧卧位关节活动度训练技术	112
技术六 俯卧位关节活动度训练技术	114

技术七 站立位关节活动度训练技术	116
技术八 助行器的使用	117
第六节 强直性脊椎炎	123
强直性脊椎炎的康复护理常规	123

第四章 骨关节损伤

第一节 软组织损伤	126
一、软组织损伤的康复护理常规	126
二、软组织损伤的康复护理技术	127
技术一 弹力绷带使用技术	127
技术二 肌肉等长收缩训练技术	129
第二节 手外伤	131
一、手外伤的康复护理常规	131
二、手外伤的康复护理技术	132
技术一 手部被动关节活动技术	132
技术二 腕关节被动关节活动训练技术	134
技术三 手指橡皮网练习	136
技术四 手部捏皮球运动	138
第三节 四肢长骨干骨折	140

一、四肢长骨干骨折的康复护理常规	140
二、四肢长骨干骨折的康复护理技术	141
技术一 体位摆放技术	141
技术二 肌力锻炼技术	145
技术三 关节主动活动技术	147
三、骨牵引的康复护理常规	150
四、石膏固定后的康复护理常规	151
五、夹板固定后的康复护理常规	152
第四节 人工关节置换	153
一、人工关节置换的康复护理常规	153
二、人工髋关节置换的康复护理技术	154
技术一 正确体位摆放技术	154
技术二 肌肉肌力训练技术	156
技术三 关节活动技术	159
技术四 平衡功能训练技术	161
技术五 仰卧位到站立位之间的转移技术	163
第五节 截肢	165
一、截肢的康复护理常规	165
二、截肢的康复护理技术	167
技术一 增强残肢肌力训练技术	167

技术二 残肢弹力绷带包扎技术	172
----------------------	-----

第五章 神经系统疾病

第一节 脑卒中	174
一、脑卒中的康复护理常规	174
二、脑卒中的康复护理技术	176
技术一 偏瘫患者抗痉挛体位摆放技术	176
技术二 患侧肢体关节活动度维持训练技术	179
技术三 体位转换技术	190
技术四 转移活动训练	195
技术五 自我照顾性ADL训练	199
第二节 颅脑损伤的康复护理常规	205
第三节 脊髓损伤	210
一、脊髓损伤的康复护理常规	210
二、脊髓损伤的康复护理技术	211
技术一 两人轴线翻身法	211
技术二 三人轴线翻身法	213
技术三 脊髓损伤患者良肢位摆放技术	215
技术四 体位转移训练技术	218