

北京市养老护理员初级职业技能鉴定培训用书

养老 护理员


(基础知识与初级技能)

(第二版)



YZLI 0890093261

北京市民政局社会福利管理处
北京市社会福利行业协会 编
北京市养老服务职业技能培训学校

 中国协和医科大学出版社

北京养老护理员初级职业技能鉴定用书

养老护理员

(基础知识与初级技能)

(第二版)

北京市民政局社会福利管理处
北京市社会福利行业协会 编
北京市养老服务职业技能培训学校

编委会：孟 钧 李绍纯 杨会英
魏小彪 彭嘉琳 黄剑琴
主 编：黄剑琴 彭嘉琳
参编人员：白继荣 黄剑琴 彭嘉琳
李玉珍 张继英



YZLI 0890093261

中国协和医科大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

养老护理员：基础知识与初级技能/北京市民政局社会福利管理处，北京市社会福利行业协会，北京市养老服务职业技能培训学校编。—2版。—北京：中国协和医科大学出版社，2010.7

ISBN 978 - 7 - 81136 - 392 - 0

I. ①养… II. ①北… ②北… III. ①老年医学：护理学
IV. ①R473

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 126214 号

养老护理员 (基础知识与初级技能) (第二版)

编 者：北京市民政局社会福利管理处
北京市社会福利行业协会
北京市养老服务职业技能培训学校
责任编辑：何海青

出版发行：中国协和医科大学出版社
(北京东单北大街 69 号 邮编 100005 电话 65260378)

网 址：www.pumcp.com
经 销：新华书店总店北京发行所
印 刷：北京丽源印刷厂

开 本：850 × 1168 毫米 1/32 开
印 张：7.625
字 数：150 千字
版 次：2010 年 9 月第 2 版 2010 年 9 月第 1 次印刷
印 数：1—5000
定 价：15.50 元

ISBN 978 - 7 - 81136 - 392 - 0/R · 392

(凡购本书，如有缺页、倒页、脱页及其他质量问题，由本社发行部调换)

一 版 序 言

我国社会经济的发展, 人民生活的改善, 医疗保健事业的进步, 使许多急慢性病得到有效的控制, 人均寿命增长, 老年人口逐年增加, 预计在未来 25 年内全国老年人口比例将达到 14%。北京是发达城市, 老年人口将更多。面对这样的社会问题, 北京市人民政府高度重视老年福利事业的发展, 已形成三级养老网络, 旨在保证众多的老年人能安度晚年, 保持愉快、健康的生活。但由于缺乏合格的养老护理人员, 影响老年人的安全与健康。

根据“养老护理员国家执业资格”的精神编写的这本养老护理员试用教材正是针对目前缺乏合格的人员应运而生。本教材既有讲述老年人特点的知识, 又有如何照顾好老年人生活的技术, 是科学与实用结合的教材。

老年人的生理与心理状态与成人不同, 不仅表现在外观与体态上, 同时, 人的各个系统都有明显的衰退与变化, 如果护理老人的人员不了解这方面的知识, 则可能由于缺乏应有的防范措施而造成老人的意外事故如跌倒、烫伤等。另一方面, 老年人的心理变化更应重视, 诸如有些老人出现急躁、多疑、抑郁等情绪波动时, 护理员如能理解, 即可在需要时予以耐心的劝解与安慰。

对老年人日常生活照料中所需的护理技术本书也有详细介

绍, 这些技术是照顾好老人的重要实用部分, 护理员必须熟练掌握才能运用自如。

为了保障老人的权益和护理员的安全服务, 本书在开篇时系统地介绍护理职业道德及有关法律法规, 这些都是各类养老机构和养老护理员必须理解和遵循的。在我国正在兴起的养老事业中, 对养老护理员的培训必须强调法与职业道德的重要性。

本书的编写人员有北京大学、中国协和医科大学护理学院和部队系统的护理教学者, 也有从事多年老年护理工作的管理者, 他们深知如何编写使教材深入浅出通俗易懂。因而此书不仅可用于养老院、社区、卫生团体等培训养老护理员之用, 也可以作为家庭保健书籍, 供有老人的家庭或照顾者参考。我相信, 此书的出版将为老年人提供大批优秀的养老护理员, 从而促进更多老年人的健康长寿!

中华护理学会名誉理事长
南丁格尔奖章获得者



2002年3月8日

再版前言

21 世纪是全球人口的结构进入老龄化的时代。人口老龄化是一个世界性问题。我国人口老龄化也呈现高速度发展的态势,本世纪上半叶将达到峰值。2009 年底我国 60 岁以上的老年人口已达 1.67 亿,占总人口的 12.5%。北京市老年人口现已达 254 万,占全市总人口的 15%,预计在 2020 年老年人口将增加到总人口的 20%。这种人口老龄化的现状和发展趋势,表明了老龄问题已成为重大的社会问题。解决老年人的经济保障、医疗保障、护理保障是国家、社会密切关注的重要课题,也是每个家庭和个人都应关心和面临的问题。我国政府十分重视老年人的问题,近年来民政部推行和加强养老福利机构的建设和管理,对改善社会养老服务设施发挥了巨大的作用。北京市也出台了一系列老年人优待政策。国家、社会为使老年人能得到良好的、科学的生活照护,达到健康老龄化,使老年人能健康长寿,健康岁月延长,在生命的晚期或有伤残和功能丧失的时间缩短,晚年生活积极而有意义,提高生命质量,急需一大批经过专业培训的既懂老年人生理、心理特点,又懂老年人照护技术的“养老护理员”。

在这个历史背景下,我们经过大量调查研究,并组织北京大学护理学院、中国协和医科大学护理学院、中国人民解放军医学考试中心和北京市社会福利机构从事多年护理教育与管理的资深护理专业人员编写了北京市养老护理员职业技能鉴定专用书

《养老护理员（基础知识与初级技能）》并于2002年6月出版，用于养老护理员职业技能培训。该书受到了广大读者的欢迎，几年来已用该教材为北京市培训出数千名合格的养老护理员，为养老服务事业作出了贡献。为了更好地适应当前形势，我们又组织有关专家按照《“养老护理员”国家职业标准》和北京市职业技能鉴定的要求，对有关章节进行补充和修改，以满足培训工作的需求。再版的教材将更加适应学员的文化水平和实际工作需要。

再版教材全书共分9章：第一章 养老服务的职业道德；第二章 老年人照护的基础知识；第三章 老年人日常生活的照护；第四章 老年人健康状况的观察；第五章 老年人常见疾病的照护；第六章 老年人患病常用治疗的照护；第七章 老年人感染的预防；第八章 老年人临终的照护；第九章 照护文件的书写。

本教材遵循科学、严谨、求实的精神，根据初级养老护理员的实际情况，既体现了知识的系统性、完整性，又突出实用性和可操作性，文字流畅，通俗易懂，适用于各级养老机构、老年病医院、社区、家庭的从事养老照护人员使用，也可作为家庭常备的老年人自护的指导用书。

由于编者水平有限，再版中疏漏之处在所难免，恳请广大读者，养老护理界同仁提出宝贵意见，以便改进。

编者

2010年6月

目 录

第一章 养老服务职业道德	(1)
第一节 道德与职业道德基本知识	(1)
第二节 养老护理员的职业道德	(9)
第二章 老年人照护基础知识	(18)
第一节 老年人生理心理特点	(18)
第二节 老年人护理特点	(49)
第三节 老年人营养需求	(61)
第三章 老年人日常生活的照护	(71)
第一节 老年人清洁卫生的照护	(71)
第二节 老年人压疮的预防	(87)
第三节 老年人睡眠的照护	(90)
第四节 老年人饮食的照护	(93)
第五节 老年人排泄的照护	(101)
第六节 老年人安全的照护	(117)
第四章 老年人健康状况的观察	(150)
第一节 老年人健康状况的观察	(150)
第二节 体温、脉搏、呼吸的观察	(155)
第三节 液体出入量的测量及观察	(161)
第五章 老年人常见疾病的照护	(164)

第一节 老年人患病的特点	(164)
第二节 老年人常见疾病的照护	(166)
第六章 老年人患病常用治疗的照护	(191)
第一节 给药	(191)
第二节 老年人使用冷热治疗的照护	(197)
第七章 老年人感染的预防	(206)
第一节 清洁与消毒	(206)
第二节 为老年人服务中常用清洁、消毒方法	(215)
第八章 老年人临终的照护	(219)
第一节 老年人临终的照护	(219)
第二节 尸体料理	(227)
第九章 老年人照护文件的书写	(229)

第一章 养老服务职业道德

第一节 道德与职业道德基本知识

一个人生活在社会之中，为了生存和理想的需要，都会参与社会劳动。不论从事哪种工作和职业，都应遵守其活动中的行为规范，我们称这种行为规范为“职业道德”，如救死扶伤，发扬革命的人道主义是医务人员的职业道德；不怕牺牲、英勇奋战，保卫祖国和人民的安全是军人的职责和职业道德。

随着现代社会的文明进步，科学技术的蓬勃发展，人民素质的提高，职业道德就越显得重要，加强职业道德的教育与修养，是每位从事社会劳动的人所必需的，这对建设我们现代文明的国家、文明的社会也是至关重要的。

一、道德

（一）什么是道德

道德是调整人与人之间、个人与社会之间关系的规范行为的总称。

道德是伦理学研究的对象。它是一种普遍的社会现象，没有道德，社会就不能健康发展。我们每个人都生活在一定的社会环境之中，必须与他人发生着这样或那样的联系，建立一定的社会关系，如同事之间的关系，上下级关系，父母与子女之间的关系，职工与企业之间的关系等。这些各种各样的关系是错综复杂的，有时会很和谐，有时又会发生许多意想不到的矛盾，影响社

会或家庭乃至国家的稳定，这就需要有一定的规范、准则来调整这种关系。道德的作用就在于通过确定和执行一定的行为规范，保持人的行为与社会秩序的合理稳定。道德作为行为准则，引导人们知道怎样选择自己的行为，怎样调整彼此之间的关系，怎样做人，树立什么样的人生观、价值观，判定自己的行为是有利于社会、有利于人民，还是只利于自己，甚至给他人和社会造成危害。每个人都应根据道德这个行为准则做出自己的选择。

道德重在行为的实践。行为实践是评价道德的唯一标准。

（二）道德的特点

1. 道德具有明显的社会性

道德融于各种社会关系之中，并广泛的干预人们的社会生活。人在社会中生活，要和其周围的人和事发生联系，无论是哪个阶层、哪个民族、哪个团体或个人，都要接受和遵循全社会公认的道德规范，这样才能培养出良好的社会风气。在现代文明社会，人们普遍认为见义勇为、舍己救人、维护公共卫生、助人为乐等行为是良好道德的行为体现，而见死不救、打架斗殴、乱扔垃圾、不遵守交通规则等则是不道德的行为。所以，良好的道德被人们普遍接受，人们会自觉地用道德的准则来评价一个人的行为。道德以其准则影响着我们的生活，具有其明显的社会性。

2. 道德依靠社会舆论和个人信念发挥作用

法律是靠强制措施来维持社会的安定，而道德则是通过舆论和个人信念来维护社会的稳定和发展。社会舆论主要是指利用新闻媒体，如电视、广播、报刊等舆论工具对人的行为、社会现象进行评论。它可以运用各种形式表彰好人好事，抨击社会丑恶现象，营造社会压力，使人们认识到什么是道德的行为，什么是不道德的行为。

个人信念主要是指一个人对周围世界的理解和看法，并以它们作为自己生活中的指导，用它来判断是非、善恶、荣辱的观

念。个人信念的形成来自不同教育的培育，不同的信念决定着一个人在碰到某种事件时做出的不同行为反应。一个具有健康信念的人，在面临复杂的社会环境时能分清正确与错误，并促使自己自觉的选择道德行为。

在同样的社会环境条件下，对待同一事件，不同的人所采取的态度、行为是不同的。良好的社会舆论和健康的个人信念将推动道德的发展。

3. 道德的发展具有传统性

道德随着社会的发展而发展，道德是经济基础的反映。有什么样的社会经济关系，就有什么样的社会道德关系。道德的发展常是以先进的思想成果为基础，历史上被人们肯定和赞扬的道德，会在社会的发展中被继承下来。如我国的“孝敬父母”这一道德规范很久以前就已产生，但经过多次社会变迁，直到现今社会“赡养父母”、“尊敬师长”仍是做人的本分，社会的美德。这就是说道德的发展不仅具有时代的特征，而且也具有传统性，因为它也包含着过去的时代所形成的，各阶层都应遵循的那种道德准则。

在现今社会条件下，我们要发展创建文明社会，就要继承历史上一切优秀的道德传统，按照社会公众的利益需求，保留其“精华”，舍弃“糟粕”，建立现代社会的新道德。

(三) 社会主义公民道德建设的内容

社会主义公民道德建设的内容包括，1个核心、1个原则、5个基本要求和3个道德领域。

1个核心，即为人民服务。为人民服务作为公民道德建设的核心，是社会主义道德区别于其他社会形态道德的显著标志。它不仅是对领导干部的要求，也是对广大群众的要求。每个公民不论社会地位、分工如何，能力大小，都要在本职岗位上通过不同形式做到为人民服务。

1个原则，即集体主义。在我国现今社会，人民当家做主，为保持国家利益、集体利益、个人利益的一致，集体主义就成为调节三者利益关系的重要原则。

5个基本要求，即爱祖国、爱人民、爱科学、爱劳动、爱社会主义。这5个基本要求是每个公民都应承担的法律义务和道德责任。它引导人民发扬爱国主义精神，提高民族自尊心、自信心、自豪感，以热爱祖国、报效人民为最大光荣，以损害祖国利益、民族尊严为最大耻辱，提倡学科学、用科学，艰苦奋斗、勤奋工作，反对封建迷信、好逸恶劳。

3个领域，即家庭美德、公共道德和职业道德。

（四）我国公民基本道德规范

人无德不立，国无德不兴。党中央印发《公民道德建设实施纲要》（简称《纲要》）是全党、全国人民思想道德建设的重要纲领，公民道德建设是全民族的道德建设，“公民”这个特殊的称谓，强调不同部门、行业、层次的道德共性，从最基本的道德观念和道德行为规范入手，力求使全社会形成最大的道德共识，为推进建设现代化社会主义强国创造最必要的道德条件。

《纲要》把公民基本道德规范集中概括为20个字：“爱国守法、明礼诚信、团结友善、勤俭自强、敬业奉献”。《纲要》提出的20个字可以再细分为这样10个道德规范即：爱国、守法、明礼、诚信、团结、友善、勤俭、自强、敬业、奉献。努力提高全民道德素质，促进人的全面发展，培养一代又一代有理想、有道德、有文化、有纪律的社会主义公民。

公民道德这10个基本规范，在调整全体公民个人与个人、个人与社会、个人与国家的关系中，各有不尽相同的功能，大致说来可以对这些功能作这样的认识和划分：

1. 爱国守法

“爱国”是规范公民与国家的关系；国家是人民群众最高利

益的象征和代表，爱国是每个公民的天职和第一义务。维护国家的统一，保卫国家的利益是每个公民的自觉行动。爱国不是一句口号，而是一种责任，“国家兴亡、匹夫有责”，每一个爱国的人有责任为祖国，为民族尽忠效力。

“守法”是“爱国”规范的延伸，它规范了公民与国家秩序的关系，即把“守法”作为公民对国家的道德责任的“底线”。法律是国家纪律的集中表现，是约束人的行为准则。我国是法治国家，人们必须具备很强的法律意识，有必备的法律知识，认真执行各项法令、法规和各项规章制度。俗话说：“没有规矩，不成方圆”，自觉守法是现代文明教养的基本要求，是保障社会秩序稳定发展的条件。

2. 明礼诚信

“明礼”规范了公共场合的公共道德行为。礼是文明的表现，明者，懂也，实践也。

“明礼”是指在公共场合或家庭、职业场所都应当讲究起码的礼节、礼仪和礼貌，在社会活动中要注意自己的言谈举止文明、行为得体、适宜，如爱护公物、维护公共秩序、遵守交通规则、不随地吐痰、乱丢垃圾、不大声喧哗等。

“诚信”主要也是规范公共关系中的道德行为，是对“明礼”规范的进一步深化和“升华”，即古人所说的“礼于外，诚于内”，它的基本内容是诚实、诚恳、信用，也就是待人以信，取信于人，对他人给予信任。如果说文明礼貌是人际关系的滑润剂，诚信就是我们为人的根本，诚信是一个人品德的重要表现。不诚不信，将无法群处。

3. 团结友善

“团结”规范了公民与公民之间的道德关系，强调公民之间的亲和力。其基本内容是指在追求共同理想的目标上，人们通过弘扬团队精神，形成全民族、全社会的凝聚力，“团结就是力

量”充分体现了团结的作用。

“友善”与“团结”是同一层次的道德规范，功能也是相类似的，但更加注重公民个人之间的道德关系。友善是指友好，友谊，善良，与人为善等。友善是人际交往的桥梁，从友善中人们体会到关心、爱护、尊重。

4. 勤俭自强

“勤俭”是对公民个人提出来的道德要求，勤俭的基本内容是勤劳、勤奋、勤快、俭朴、节俭，它更多地在公民个人的行为中表现出来。一个具有正确人生观的人，必然是一个热爱劳动的人，努力学习的人，在生活消费上量力而行，量入而出，不盲目攀比，不赶时髦。在生活中节俭而不吝啬，大方而不浪费。

“自强”也是对公民个人的道德素质提出要求，其基本内容是自尊、自立、自励、奋斗不息。表现出个体的顽强毅力和不屈不挠的精神风貌，大力提倡积极向上、坚忍不拔、勇于拼搏的精神。

5. 敬业奉献

“敬业”是规范公民与职业的道德关系。“业”就是360行，行行出状元，敬业者就是行里的状元。敬业的核心就是对工作认真负责、精益求精，尽职尽责。它要求每个从业人员立足本职，干一行，爱一行，努力造福社会。

“奉献”这是每个公民特别是国家工作人员应具备的道德，克己奉公、办事公道、助人为乐、服务社会、造福人类，这是社会主义职业道德的最高境界，也是做人的最高境界。我们应大力提倡以积极、自觉地以为社会奉献为荣的道德观。

公民道德10个基本规范的功能，只是从基本的方面着眼的，在实际的公民社会的道德实践中，各个公民道德规范的功能往往是互相渗透、交叉并行的，因此，对公民道德规范的具体功能不能作绝对化的认识和划分，而是学习和认识其内容的精髓，从而

努力加强自己的道德修养。

二、职业道德

（一）什么是职业道德

职业道德就是人们在从事职业活动范围内所遵守的行为规范的总合。

职业道德是高度社会化的角色道德，也是现实社会的主体道德。人生活在社会中，社会要发展，人要生存维持其生计，就要从事各种生产活动，充当着各种不同的社会角色，如农民种地，工人做工，商人经商，教师执教等，这种社会活动就是职业。在这些活动中人们不但获得报酬维持生活，同时还对社会承担着责任，这种责任影响着人们对从事这种职业的认同。

任何个人在职业的活动都必须遵守这个行为规范。如忠于职守，为人民负责是各行各业职业道德的基本规范。社会生活中有多种职业，各种职业都有其职业的特点，也就有不同的要求和职业道德，如法院办案必须以事实为依据，法律为准绳，秉公执法；而医务人员的职业道德则是以“病人第一”为原则，若一位医生见死不救，就会受到人们乃至全社会的谴责。因此，职业道德是每个从业人员在职业活动中的行为要求，也是这种行业对社会所承担的道德责任和义务。

（二）职业道德的特点

1. 具有时代的特征

人类社会自从有了职业的分工，就有了职业道德。早期职业道德多注重个人的修养，有什么样的师傅，就会带出什么样的徒弟，这样的道德行为世代相传，形成了从事这种职业的人们较稳定的职业心理和职业习惯。随着社会的发展，社会职业已形成多层次的特征，职业角色也成为一种群体角色，职业道德也就成为一种群体道德。因为职业从业人员多、范围广、层次多，对全社

会的影响力也就相应的增大，因此职业道德具有明显的社会时代特征。

2. 具有社会的示范性

职业道德虽然是针对各种不同的职业特点而建立的，充分地体现了这个职业的道德要求，但这些道德要求是社会所公认的，具有与公众共同的道德观念，所以职业道德实质上也是一种社会公德，是社会公共道德在职业中的体现。这种道德是人们所期望的，对社会具有公共性和示范性，如女公安局长任长霞在她的职业行为中，体现了忠于职守、伸张正义、扫除邪恶、为民除害的公安干警的良好职业道德的光辉形象，为大家树立了一个优秀的榜样。

3. 具有社会实践性

职业道德行为实践不是空话，可以公约、守则的形式具体化，成为可以实践的具体的规范要求。因为社会职业的多种多样，职业道德的内容也就千差万别，为了便于理解和执行，各行各业一般都根据本行业的特点和要求、具体的职业环境和职业条件，以及从业人员的素质，制定出行业的公约或工作守则等。这些规章制度和条款，把职业道德具体化、规范化、通俗化，使它具体明确，具有可操作性，既便于职工在职业活动中遵守执行，也便于职工和有关机构对职业道德履行情况做出评价。

职业道德是一种群体道德，是各行各业的道德的总合，因此它可以反映社会的道德风尚。良好的职业道德可起到促进社会良好的风尚，推动社会的发展，促进个体的进步与发展的作用。只要每个人都能“从我做起”，将职业道德贯彻于行业之中，各行业若都有好的风气，就能汇成整个社会的良好风尚。良好的社会环境不但促进社会精神文明建设的发展，同时也大大地提高人们的工作效率和工作质量，对社会的经济、科学技术的发展起到推动的作用。