




国家职业技能鉴定教材

养老护理员

(初级 中级)

劳动保障部教材办公室组织编写

 中国劳动社会保障出版社

YANGLAO HULIYUAN



国家职业技能鉴定教材

养老护理员

(初级 中级)


主 编 张继英

副主编 赵秀萍

编 者 张继英 赵秀萍 杨左军 辛胜利

李玉珍 李胜萍 蔡长青 王国顺

主 审 黄剑琴

 中国劳动社会保障出版社

YANGLAO

HULIYUAN

图书在版编目(CIP)数据

养老护理员：初级 中级/劳动和社会保障部教材办公室组织编写. —北京：中国劳动
社会保障出版社，2006

国家职业技能鉴定教材

ISBN 7 - 5045 - 5395 - 6

I. 养… II. 劳… III. 老年医学：护理学-职业技能鉴定-教材 IV. R473

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 156821 号

中国劳动社会保障出版社出版发行

(北京市惠新东街1号 邮政编码：100029)

出版人：张梦欣

*

新华书店经销

北京大容彩色印刷有限公司印刷 北京密云青云装订厂装订

787毫米×1092毫米 16开本 13.75印张 342千字

2006年2月第1版 2006年2月第1次印刷

印数：4000册

定价：21.00元

读者服务部电话：010-64929211

发行部电话：010-64911190

出版社网址：<http://www.class.com.cn>

版权专有 侵权必究

举报电话：010-64911344

前 言

《中华人民共和国劳动法》明确规定，国家对规定的职业制定职业技能鉴定标准，实行职业资格证书制度，由经过政府批准的考核鉴定机构负责对劳动者实施职业技能鉴定。

1994年以来，劳动和社会保障部职业技能鉴定中心、劳动和社会保障部教材办公室、中国劳动社会保障出版社组织有关方面专家、技术人员和职业培训教学管理人员实施教材建设，编写出版了涉及机械、电子、交通、建筑、商业、农业、饮食服务业等国民经济支柱产业中近80个通用职业（工种）的《职业技能鉴定教材》（以下简称《教材》）和《职业技能鉴定指导》（以下简称《指导》），对于推动职业技能鉴定工作，提高职业技能培训质量发挥了积极的作用。

2000年，国家实行在规定的职业（工种）中持职业资格证书就业上岗制度，并陆续颁布了《国家职业标准》（以下简称《标准》）。为满足广大劳动者取得职业资格证书的迫切要求，劳动和社会保障部教材办公室和中国劳动社会保障出版社在总结以往《教材》和《指导》编写经验的基础上，依据《标准》和市场需求，组织编写了养老护理员职业的《教材》和《指导》。

《教材》以相应的《标准》为依据，内容上力求体现“以职业技能为核心、以职业活动为导向”的指导思想，坚持“考什么、编什么”的原则。结构上采用模块化方式，按照职业等级编写。在基本保证知识连贯性的基础上，力求浓缩精练，突出针对性、典型性、实用性。

《指导》包括学习要点、知识试题、技能试题及参考答案等内容，并配有知识和技能考核模拟试卷，是对《教材》的补充和完善，是沟通培训与考核的桥梁。

《教材》和《指导》均以《标准》规定的申报条件为编写起点，有助于准备参加考核鉴定的人员掌握考核鉴定的范围和内容，适合各级鉴定机构和培训机构组织考前强化培训和申请参加技能鉴定的人员自学使用，对于各类职业技术学校师生、相关行业技术人员均有重要的参考价值。

本书由张继英、赵秀萍、杨左军、辛胜利、李玉珍、李胜萍、蔡长青、王国顺编写，

赵秀萍副主编，张继英主编；黄剑琴主审。

编写《教材》和《指导》有相当的难度，是一项探索性工作。由于时间仓促，缺乏经验，不足之处在所难免，恳切欢迎各使用单位和个人提出宝贵意见和建议。

劳动和社会保障部教材办公室

目 录

CONTENTS 《国家职业技能鉴定教材》

第一部分 初级养老护理员工作技能

第一单元 生活照料	(3)
第一章 清洁卫生	(5)
第一节 清洁卫生专业知识	(5)
第二节 清洁卫生操作技能	(8)
第二章 睡眠照料	(23)
第一节 睡眠照料专业知识	(23)
第二节 睡眠照料操作技能	(25)
第三章 饮食照料	(27)
第一节 饮食照料专业知识	(27)
第二节 饮食照料操作技能	(30)
第四章 排泄照料	(33)
第一节 排泄照料专业知识	(33)
第二节 排泄照料操作技能	(40)
第五章 安全保护	(47)
第一节 安全保护专业知识	(47)
第二节 安全保护操作技能	(53)
第二单元 技术护理	(67)
第六章 给药	(69)

第一节	口服给药专业知识	(69)
第二节	口服给药操作技能	(72)
第七章	观察	(75)
第一节	观察专业知识	(75)
第二节	观察操作技能	(81)
第八章	消毒	(83)
第一节	消毒专业知识	(83)
第二节	消毒操作技能	(86)
第九章	冷热应用	(89)
第一节	冷热应用专业知识	(89)
第二节	冷热应用操作技能	(91)
第十章	护理记录	(95)
第一节	护理记录专业知识	(95)
第二节	护理记录操作技能	(96)
第十一章	临终护理	(101)
第一节	临终护理专业知识	(101)
第二节	尸体料理操作技能	(104)
第二部分 中级养老护理员工作技能		
第一单元	生活照料	(107)
第十二章	清洁卫生	(109)
第一节	清洁卫生专业知识	(109)
第二节	清洁卫生操作技能	(110)
第十三章	老年人睡眠照料与疼痛护理	(113)
第一节	老年人睡眠照料与疼痛护理专业知识	(113)
第二节	老年人睡眠照料与疼痛护理操作技能	(117)
第十四章	饮食照料	(119)
第一节	饮食照料专业知识	(119)

第二节	饮食照料操作技能	(121)
第二单元	技术护理	(123)
第十五章	给药	(125)
第一节	给药专业知识	(125)
第二节	给药操作技能	(128)
第十六章	观察	(133)
第一节	观察专业知识	(133)
第二节	观察操作技能	(139)
第十七章	消毒	(143)
第一节	无菌技术及隔离方法专业知识	(143)
第二节	无菌技术及隔离方法操作技能	(149)
第十八章	冷热应用	(155)
第一节	冷热应用专业知识	(155)
第二节	冷热应用操作技能	(156)
第十九章	护理记录	(159)
第一节	护理记录专业知识	(159)
第二节	护理记录操作技能	(161)
第二十章	急救技术	(163)
第一节	急救技术专业知识	(163)
第二节	急救技术操作技能	(166)
第二十一章	老年人常见疾病的护理	(171)
第三单元	康复护理与心理护理	(183)
第二十二章	肢体康复	(185)
第一节	肢体康复专业知识	(185)
第二节	肢体康复操作技能	(188)
第二十三章	老年人的闲暇活动	(199)
第一节	老年人闲暇活动专业知识	(199)

第二节	老年人闲暇活动操作技能	(202)
第二十四章	心理护理	(207)
第一节	心理护理专业知识	(207)
第二节	心理护理操作技能	(211)

第一部分

初级养老护理员工作技能

第一单元

生活照料

学习目标

1. 能复述晨晚间照料的主要内容。
2. 能按照正确的步骤进行日常生活的照料。

第一节 清洁卫生专业知识

一、日常生活的照料

清洁是每一位老人的基本需要，是保持和促进老人健康的重要保证。通过清洁可达到清除体表微生物及其污垢的目的，防止病原微生物的繁殖；清洁时按摩、揉搓皮肤表面可促进血液循环，有利于体内代谢废物的排出；清洁还可以使身体感觉舒适，心情愉快，满足人的自尊需要。因此，清洁不但是人的生理需要，也是人的心理需要。

1. 晨晚间照料

晨晚间照料主要包括协助老人更衣（即穿、脱衣裤）、排便处理、刷牙、漱口（不能自理者做口腔清洁）、洗脸洗手、梳头、洗脚、会阴部清洁、整理床单位等。

2. 清洁口腔

(1) 口腔的生理功能和特点

口腔有进食、咀嚼、品味、语言等功能，口腔内的腺体分泌消化液可帮助食物的消化和吸收。同时口腔也是病原微生物侵入机体的途径之一。正常人的口腔内存在一定量的微生物，当健康状况良好时，饮水、漱口、刷牙等活动，对细菌可起到一定的清除作用，所以很少发病。老年人，尤其是患病时，机体抵抗力下降；饮水少，进食少，消化液分泌减少，对口腔内细菌清除能力下降；进食后食物残渣滞留，口腔内适宜的温度、湿度使细菌易于在口腔内生长繁殖，常引起口腔内局部炎症、溃疡、口臭及其他并发症。

(2) 口腔清洁的方法

1) 刷牙与漱口 养老护理员要鼓励自理的老人自己刷牙；半自理的老人刷牙时，养老护理员应扶助老人呈坐位或半坐位。对牙齿稀少或完全脱落且神志清醒的老人，在每次进食

后，要协助其进行漱口。不能起床的老人，要协助其用吸管吸水漱口刷牙，以使口腔清洁。

2) 棉棒（棉球）擦拭清洁口腔 适用于病情危重、卧床不能自己刷牙或存在意识障碍的老人。

3) 假牙的清洁 许多老人使用假牙，养老护理员要叮嘱老人在饭前、饭后漱口，每天清洁假牙，以防口腔感染；同时告诉老人不宜吃太硬或黏性较大的食物，以防损坏假牙；每半年或一年到专业医院复查一次，确保假牙佩戴舒适。

3. 头发照料

老年人头发大多干涩、易脱落，做好头发的梳理、清洗，可清除污物，减少脱落，焕发青春活力；清洁头发，做到经常梳理，还可帮助疏通经络，促进血液循环，获得良好的保健效果。

根据老人的自理程度和病情，对头发的照料可采取梳头、坐位洗头、床上洗头等方法。

4. 皮肤清洁

(1) 皮肤的生理功能

皮肤具有保护机体、调节体温、吸收、分泌及感觉等功能。完整的皮肤是天然的屏障，可阻止微生物侵入。清洁的皮肤使老人身体舒适，心情愉快。

(2) 老年人的皮肤特点

人到老年，由于皮肤逐渐老化，皮脂分泌减少，皮肤大多干燥，容易发生瘙痒；皮肤对冷、热刺激等感觉功能减弱；随着年龄的增长，皮肤抵抗力下降，使老人容易发生皮肤疾病，如出现老年斑、老年性湿疹、老年皮肤瘙痒症等。

(3) 皮肤照料的要点

1) 外出回来后要注意洗脸洗手；沐浴时要用温水，不要使用碱性皂液。冬季洗澡每周一次即可，浴后适量涂擦乳液滋润皮肤。

2) 夏季出汗多时，要及时洗浴，保持皮肤的清爽；当紫外线照射强烈时，外出应戴遮阳帽或涂擦防晒用品，以防紫外线对皮肤造成损伤。

3) 多食含有维生素及矿物质的食物，做到均衡饮食。不吸烟，少饮酒，少吃含有咖啡因的饮品。每日应饮水 6~8 大杯，以利于促进人体内循环，加速细胞生长，保证皮肤水分充足。

4) 每天保证 7~8 h 的睡眠，皮肤会在人体睡眠时产生细胞的自我更新。

5) 保持良好情绪状态，减少紧张与压力；适当做运动，以加速皮肤表面的血液循环。

5. 整理床铺

(1) 目的

为卧床老人勤换被服，随时保持床铺的清洁、干燥、平整、柔软，可使老人感觉舒适，预防并发症的发生并保持室内的整齐与美观。

(2) 要求

1) 床单位（床和床上用品、床头小桌、椅）应每日进行清扫擦拭。

2) 被褥应经常置于太阳下暴晒，以保持清洁、松软，并可起到消毒杀菌的作用。

3) 每周要定期更换床单、被罩；对于大小便失禁的老人应随时更换污染的床单、被罩等物品。

二、压疮的照料

1. 压疮的概念

压疮是由于身体局部组织长期受压, 血液循环受到阻碍, 局部持续性缺血、缺氧、营养不良而导致局部软组织的溃烂和坏死。压疮也称压力性溃疡。

2. 引起压疮的常见原因

(1) 老人长期卧床或长时间不改变体位, 使局部组织受压过久, 导致血液循环障碍。常见于昏迷、瘫痪、营养不良、水肿、极度消瘦和不能自理的老人。

(2) 皮肤经常受潮湿、摩擦等物理性刺激, 如大小便失禁、床单皱褶不平整、床上有碎屑, 导致皮肤抵抗力降低, 皮肤完整性被破坏。

(3) 各种固定性的治疗或护理保护措施使用不当, 如夹板、石膏绷带、约束具等医疗用具, 其固定的松紧不适宜或衬垫不当, 导致局部血液循环障碍。

(4) 全身营养不良等。

3. 压疮容易发生的部位

压疮易发于身体受压和缺乏脂肪组织保护、无肌肉包裹或肌肉层较薄的骨骼隆突处, 如枕部、耳廓、肩胛部、肘部、骶尾部、髌部、膝关节内外侧、内外踝、足跟等部位。俯卧时还可发生在髂前上棘、肋骨突出部、膝部等处, 如图 1—1 所示。

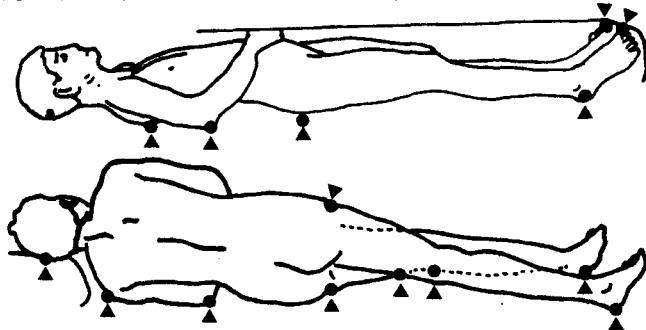


图 1—1 压疮的易发部位

4. 压疮的预防方法

压疮的预防, 主要在于消除发生的原因。对老人进行日常生活照料时, 要做到“五勤”, 即勤翻身、勤擦洗、勤按摩、勤整理、勤更换。每天严格细致地检查和交接老人局部皮肤的变化和护理措施落实的情况。

(1) 避免身体局部长时间受压

1) 对长期卧床的老人要鼓励并协助其经常翻身, 变换体位, 使骨骼突出部位轮流承受体重。翻身的时间应根据老人皮肤受压的情况而定。一般每 2 h 翻身一次, 必要时 1 h 翻身一次, 翻身时要将老人的身体稍抬起再翻转或挪动位置, 避免拖、拉、推等动作, 以免擦伤皮肤。

2) 保护骨隆突处和支撑身体空隙处。当老人的体位安置稳妥后, 可在身体与床铺间的空隙处垫软枕、海绵垫等, 条件允许可使用气垫褥、水褥等, 从而减轻骨骼突出部位的压力, 使支撑体重的面积加宽而均匀。

(2) 避免潮湿、摩擦和身体排泄物的刺激

1) 经常保持床单的清洁、干燥、平整、无皱褶, 及时清理床上的渣屑和废物。

2) 保持老人皮肤清洁、干燥。对大小便失禁、出汗多的老人要及时擦洗、清洁皮肤, 及时为老人更换清洁、干燥的衣裤和被服。不可使老人直接卧于橡胶单或塑料单上, 以防刺激皮肤。

3) 不可使用破损的便器，以免擦伤老人的皮肤。

(3) 增进受压部位的血液循环

每天要认真检查老人全身的的皮肤情况，尤其身体受压的部位。经常用温水为老人擦澡、擦背，经常用湿热的毛巾按摩压疮易发部位，以促进血液循环。

(4) 增进营养的摄入

在老人病情许可的情况下，给予高蛋白、高维生素、高热量的饮食，并注意老人的饮食照料，以促进老人的食欲，增加营养的摄入。

第二节 清洁卫生操作技能

一、日常生活的照料

1. 穿脱（更换）衣裤的方法

(1) 准备工作

- 1) 养老护理员 穿上清洁的工作服，洗净、擦干并温暖双手。
- 2) 物品 清洁的衣裤。
- 3) 环境 关闭门窗，调节室温至 22~26℃。

(2) 操作程序

1) 协助老人穿开襟上衣方法

①方法一 向老人解释→掀开盖被→一手扶住老人肩部→另一手扶住髋部→协助老人翻身侧卧（遇老人一侧肢体不灵活时，应卧于健侧，患侧在上）→穿好上侧（患侧）衣服的衣袖→其余部分平整地掖于老人身下→协助老人平卧→从老人身下拉出衣服→穿好另一侧衣袖（健侧）→整理、拉平衣服→扣好纽扣，如图 1—2 所示。

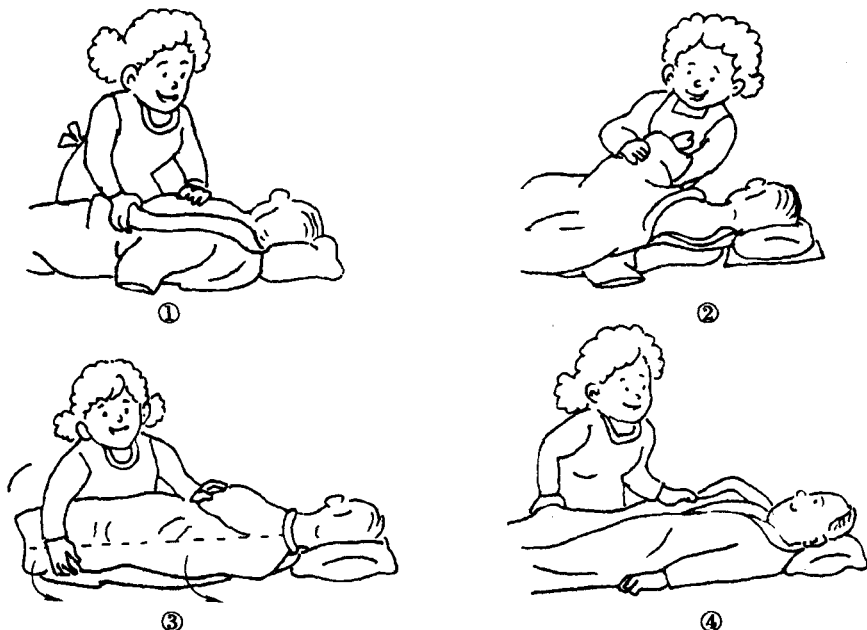


图 1—2 协助老人穿开襟上衣（方法一）