

XINBIAN YANGLAO HULI

新编 养老 护理



顾英 邵蕙芳 主编

上海科学普及出版社

新编养老护理

陈淑英 邵蕙芳 主编

上海科学普及出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

新编养老护理/陈淑英, 邵蕙芳主编—上海: 上海科学普及出版社, 2004. 11

ISBN7-5427-2802-4

I. 新… II. ①陈…②邵… III. 老年医学: 护理学 IV. R473

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 098987 号

责任编辑 刘瑞莲

新编养老护理

陈淑英 邵蕙芳 主编

上海科学普及出版社出版发行

(上海中山北路 832 号 邮政编码 200070)

<http://www.pspsh.com>

各地新华书店经销 上海译文印刷厂印刷

开本 787×1092 1/16 印张 17.25 字数 410 000

2004 年 11 月第 1 版 2004 年 11 月第 1 次印刷

印数 1—6000

ISBN7-5427-2802-4/R·307 定价: 20.00 元

本书如有缺页、错装或损坏等严重质量问题
请向出版社联系调换

主 编 陈淑英 邵蕙芳

编 者 (以姓氏笔画为序)

王 杨 上海第二医科大学附属卫生学校
王爱琴 复旦大学护理学院
王 骏 上海市传染病医院
方大妹 复旦大学护理学院
江忆芳 复旦大学护理学院
庄荷娣 上海市中医学院
陈雪峰 海南省卫生学校
吴 敏 同济大学高等技术学院
应御妹 复旦大学护理学院
陈淑英 复旦大学护理学院
邵蕙芳 上海轻工集团成人中专学校(分校)
侯仁琴 复旦大学附属肿瘤医院
黄钰祥 浦东新区卫生学校
盛爱萍 复旦大学护理学院
樊家英 上海第二医科大学附属卫生学校

前言

联合国提出全人类的共同目标是：“建立不分年龄，人人共享的社会。”要求全人类必须明白，世界不仅是年轻人的，也是老年人的。老年人同样是国家和社会的主人，他们有责任关心社会，关注国家大事，关注民族的未来；有权分享社会资源和社会发展的最新成果；也有权接受再教育，并在参与社会活动中使自身得到发展。

当今世界，人口老龄化已成为全球关注的焦点之一，我国以老年人为主体的社会已经来临。为适应社会老龄化的需求，为拓宽和提高不同等级养老护理员的培训需要，建立一支新型的、高质量的、规范化的养老护理员队伍，我们根据中华人民共和国劳动和社会保障部于2002年2月11日制定的《养老护理员国家职业标准》的要求，以及上海市劳动局技能鉴定中心颁布的“养老护理员(初、中、高级)的培训计划和要求”，特组织编写了《新编养老护理》一书。

全书共分九章，主要介绍了养老护理员的道德礼仪、医学基础知识、基础护理知识、老年病护理、居家服务、老年人的心理护理、康复医学和护理、社区护理、老年护理常用英语会话。

我们编写本书的目的是让养老护理人员明确其工作的性质和职责，树立良好的职业道德，掌握必要的理论知识，学会对老年人日常生活护理操作技能和生活技术操作技能，为老年人送上优质的服务；老年人通过阅读此书后，理解其生理、心理疾病特征，了解疾病康复知识，使自己永葆心理上的青春，延缓衰老，延长寿命，满足健康需求和提高晚年的生活质量，进一步发挥自身的活力；中青年阅读此书后能更好地、自觉地关心、爱护、体贴、孝敬自己的长辈。

本书在编写过程中得到美术专家黄羽寅的大力支持，在此表示真挚的谢意。

由于编写经验不足，时间仓促，难免有不足之处，敬请有关专家、同行和广大读者提出批评和建议。

编者

2004年6月1日

目 录

第一章 道德礼仪

第一节 养老护理人员的职业道德	1
第二节 养老护理人员的综合素质及行为规范	2
一、综合素质	2
二、职业行为规范	3
第三节 养老护理人员的基本礼仪和人际关系	4
一、个人礼仪	4
二、日常交际礼仪	5
三、家庭人际关系	5
四、学会普通话	6
第四节 养老护理人员的职责	6
第五节 法律常识	8
一、宪法常识	8
二、老年人权益保障法常识	9
三、妇女权益保障法常识	9
四、劳动法常识	9
五、民法常识	10

第二章 医学基础知识

第一节 老年人的年龄划分标准及生理变化	11
一、老年人的年龄划分标准	11
二、老年人各系统的生理变化	12
第二节 病理生理学基础	19
一、健康与疾病的概念	19
二、疾病发生的原因	20
三、疾病的过程	21
四、炎症、发热、休克、缺氧	21
第三节 老年人常见症状的观察与护理	23
一、发热	23
二、疼痛	24
三、咳嗽与咳痰	28

四、呼吸困难	29
五、恶心、呕吐	30
六、腹泻	31
七、便秘	32
八、水肿	32
九、排尿异常	33
十、瘫痪	34
十一、意识障碍	35
第四节 药物使用常识	36
一、药理学基础	36
二、常用药品的使用常识	37
三、药物的保管和用药注意事项	39
四、中草药的煎熬	40
第五节 急救常识	40
一、现场急救	40
二、常见意外的救治与护理	41
第三章 基础护理知识	
第一节 老年人的日常清洁卫生	49
一、整理床铺	49
二、晨、晚间护理	52
三、口腔护理	52
四、洗漱操作	54
五、更衣护理	55
六、头发护理	56
七、沐浴技术	57
八、褥疮护理	59
第二节 老年人的排泄护理	61
一、排便异常的护理	61
二、排尿异常的护理	63
三、协助留取检验标本	65
第三节 老年人的睡眠护理	66
一、正常睡眠的指导	66
二、常见睡眠障碍的原因及护理	67
第四节 老年人的安全与保护	68
一、影响老年人安全的相关因素	68
二、老年人行走及运送安全	70
三、老年人入厕安全	73

四、老年人饮食安全	73
五、老年人坐卧安全	74
第五节 一般护理技能	76
一、生命体征的检测和护理	76
二、无菌技术知识	83
三、给药方法	88
四、冷、热疗法的应用和护理	91
五、氧疗方法	93
六、吸痰方法	95
七、护理记录	95
附：基础护理技能操作评分标准	97
第六节 临终关怀与护理	106
一、死亡的概念和分期	106
二、临终老人的生理需求与生活照顾	106
三、临终老人的心理反应和护理	107
四、尸体护理	108
第四章 老年病护理	
第一节 老年人常见病的护理	110
一、感冒	110
二、慢性支气管炎与阻塞性肺气肿	111
三、慢性肺源性心脏病	112
四、老年人内源性支气管哮喘	113
五、肺炎	114
六、特发性肺纤维化	115
七、原发性支气管肺癌	115
八、原发性高血压	117
九、冠状动脉粥样硬化性心脏病	119
十、老年人猝死	121
十一、食管裂孔疝	122
十二、食管癌	122
十三、慢性胃炎	123
十四、消化性溃疡	123
十五、胃癌	125
十六、大肠癌	125
十七、胆道疾病	126
十八、胰腺炎	128
十九、痔	128

二十、尿路感染	129
二十一、膀胱癌	131
二十二、良性前列腺增生	131
二十三、老年性阴道炎	132
二十四、宫颈癌	132
二十五、糖尿病	133
二十六、甲状腺功能减退症	135
二十七、痛风	135
二十八、骨质疏松症	136
二十九、急性脑血管疾病	137
三十、帕金森病	138
三十一、阿尔采默病	139
三十二、颈椎病	141
三十三、肩关节周围炎	142
三十四、骨关节炎	143
三十五、股骨颈骨折	143
三十六、老年性白内障	144
三十七、青光眼	145
三十八、老年性耳聋	145
三十九、老年人皮肤瘙痒症	146
第二节 传染病护理	147
一、肺结核	147
二、病毒性肝炎	148
三、带状疱疹	150
第三节 老年人常见病症的康复训练	151
一、脑血管意外的康复训练	151
二、颈肩痛的康复训练	156
三、腰背痛的康复训练	157
四、慢性阻塞性肺疾患的康复训练	158
五、类风湿关节炎的康复训练	160
六、骨折后的康复训练	161

第五章 居家服务

第一节 中国的传统节日和风俗	163
第二节 居室清洁卫生	164
一、居住环境的清洁	164
二、各类用具的清洁	165
第三节 烹饪基本常识	166

一、蔬菜、鱼类和家禽类的初加工知识·····	166
二、配菜知识·····	167
三、烹调技法·····	168
四、家庭便宴菜点配置·····	169
第四节 老年人的膳食营养和饮食照料·····	170
一、老年人的营养标准和膳食原则·····	170
二、老年人饮食搭配的特点和治疗饮食·····	171
三、老年人饮食照料的护理方法·····	173
第五节 服装的洗涤、熨烫和保管·····	174
一、一般纺织品的特性·····	174
二、衣物的洗涤·····	175
三、衣物的晾晒·····	176
四、衣物的熨烫·····	177
五、衣物的收藏和保管·····	177
第六节 家用电器的使用和保养·····	178
一、家用电器分类·····	178
二、几种常用家电的使用及保养·····	179
第七节 计算机的应用·····	183
一、计算机的基础知识·····	183
二、如何使用 Windows 操作系统·····	183
三、如何上网·····	184
四、如何收发电子邮件·····	184
五、如何上网订购物品·····	184
第六章 老年人的心理护理	
第一节 心理护理的基本概念和内容·····	185
一、心理学的基本概念·····	185
二、心理活动的内容·····	186
第二节 老年人的心理特点和常见的心理问题·····	188
一、老年人的心理特点·····	188
二、老年人的心理问题·····	190
第三节 老年人的心理护理·····	193
一、心理护理方法·····	193
二、心理护理诊断及护理要求·····	194
三、心理卫生·····	201
第七章 康复医学和护理	
第一节 康复医学概述·····	203
一、康复医学的定义和范围·····	203

二、康复医学的组成、工作方式	204
三、康复医学残疾学基础	206
四、康复医学评定	208
第二节 康复疗法及护理	211
一、物理疗法	211
二、作业疗法	214
三、运动疗法	221
四、医疗体操	224
第八章 社区服务与社区护理	
第一节 社区管理概述	228
一、社区的概念	228
二、社区的功能	228
三、社区发展	229
四、社区服务内容和要求	230
五、国外社区服务概况	230
六、社区福利事业	231
第二节 社区文化	231
一、社区教育、科普及文体	231
二、闲暇活动	232
三、城市道路及标志性景观	236
第三节 社区护理	237
一、社区护理的概念	237
二、社区护理的范畴和特点	237
三、社区护理人员的职责	238
四、社区护理服务机构	238
五、社区老年护理内容	238
第九章 老年护理常用英语及会话	
一、老年护理常用英语 100 句	240
二、常用会话	246
附录一 养老护理员的培训内容	250
附录二 《老年人社会福利机构基本规范》	252
附录三 《上海市养老机构管理办法》	258

第一章

道德礼仪

第一节 养老护理人员的职业道德

道德是思想意识和行为规范问题，是任何人都必须懂得且具备的素质。养老护理人员除了要掌握一定的技术、技能以外，还必须拥有良好的道德修养和职业道德。这是完成护理工作、改善服务态度、提高服务质量的前提和基础。

所谓职业道德，是指人们在从事正当职业履行职责的过程中，应当遵守的与职业活动相适应的行为规范。它是一定社会对从事一定职业的人的一种道德要求，是一般社会道德的特殊表现。社会分工的不同导致了不同的职业岗位，同时也导致了不同的职业道德。职业道德是以思想道德为基础的，是社会道德的重要组成部分，其具有道德的普遍性及其自身的特殊性。所谓普遍性，是指职业道德必须遵循社会道德的基本原则。第一，遵纪守法，忠于职守，对工作认真负责；第二，全心全意为人民服务；第三，职业献身精神。所谓特殊性，是指职业道德的专业性和局限性，限于职业的特点，职业道德调节的范围主要局限于本职业的成员，而对于从事其他职业的人员就不一定适用。

养老护理人员的职业道德是在进行养老护理工作中应当遵循的行为规范。其主要内容为：第一，遵纪守法，严于律己，自觉维护老年人的合法权益。遵纪守法是从事任何职业的劳动者都必须具备的基本道德规范，老年人由于年龄的原因，自我保护意识较差，故养老护理人员应尽力维护老年人的合法权益。第二，爱岗敬业，乐于奉献，树立正确的职业价值观。养老护理工作属于服务性行业，故应树立“你有所需，我有所助”的职业价值观，在工作中并不需要低声下气、惟命是从。第三，诚恳待人，尊重老年人的人格尊严，满足老年人的各种需要。作为服务性工作，养老护理人员在工作中应热情和蔼，忠诚本分，同时，由于服务的对象来自于不同地区、不同行业、不同层次，故应了解和尊重老年人的生活习惯，如饮食的口味、爱好，起居的时间等，切忌不可自作主张，按照自己的意愿去安排老年人的生活。第四，勤奋工作，讲究科学，钻研业务，提高能力。虽然属于服务性工作，养老护理人员的工作也有其特殊性，由于服务的对象是老年人，故应不断学习，更新知识，注意老年人的生理特点。第五，文明礼貌，举止大方，保持良好的形象。养老护理人员在工作中要注意谈吐得体，仪表整洁，时刻体现出良好的职业素质。

从事养老护理职业的绝大多数是妇女，在工作中应注意贯彻自尊、自信、自立、自强的“四自”精神。自尊，就是尊重自己的人格，维护自己的尊严，爱护自己的名誉，只有自尊自爱的人才能赢得别人的尊重。当今世界，服务性行业已今非昔比，越来越流行、壮大，故妇女不应该因自己从事的是服务性行业而看轻自己，自贱自己。自信，是指相信自己的能力，坚定自己的信念。自信是成功的源泉，会使人充分发挥自己的潜力，变得聪明，从而抓住机会，获得成功。自立，即树立独立意识，体现自身的价值。自立包括两方面，一是经济自立，即通过工作，自食其力，创造财富，摆脱依赖地位；二是精神自立，即人格上的独立自主，不受他人左右，不依赖他人。自强，就是顽强拼搏，奋发图强，百折不挠，排除万难的精神，自强者不会甘于受命运的摆布，而是顽强拼搏，去改变和摆脱困境。

第二节 养老护理人员的综合素质及行为规范

一、综合素质

素质是指人在身心、智能、知识等方面的本来特点和原有基础，是人发展的基本条件，但不能决定人的发展水平，某些素质的缺陷可以通过实践和学习获得不同程度上的补偿。养老护理人员的综合素质主要有职业道德素质、业务技能素质、职业心理素质 and 身体素质。

职业道德素质是指养老护理从业人员必须遵循的职业道德规范（见上节所述）。体现了养老护理人员的品质、人格、思想觉悟和职业态度。

业务技能素质是指与职业相关的文化素养和人文科学知识。养老护理人员的业务技能素质包括与养老护理有关的理论知识，以及相关的职业技能。其理论知识包括：a. 养老护理基本理论知识，老年护理的基本特点，养老护理的工作职责、服务程序、操作规程和工作制度；b. 相关的医学基础知识和心理学知识，包括老年人的生理特点、心理特点以及老年常见病等；c. 相关的法律常识，养老护理是一种特殊的服务行业，主要涉及的法律有《老年人权益保障法》、《妇女权益保障法》、《劳动法》、《继承法》、《消费者权益保障法》、《公益事业捐赠法》、《残疾人保障法》等。

养老护理人员的职业技能主要有护理操作技能、交流、指导、策划及组织能力。护理操作技能包括日常生活护理操作技能、生活技术操作技能、心理护理技能等。交流能力就是养老护理人员在工作中与他人进行交流的能力，包括观察判断老人情绪的能力以及与老人及其家属交谈的语言表达能力。指导能力主要是指对老年人的康复保健的指导技能。策划及组织能力是指对老年人闲暇活动的策划与组织的技能，包括活动的时间、场地、内容，以及户内户外活动的合理化安排。

养老护理人员的职业心理素质要求养老护理人员在工作中要保持强烈的责任心和敏锐

的观察力，老年人因为年龄的关系反应迟缓，易出现意外，故养老护理人员必须时刻保持警惕，以防患于未然。同时在工作中要保持乐观而稳定的情绪，养老护理人员要通过自己积极乐观的情绪，来感染老人，使之产生乐观、积极向上的心态，切忌不可感情用事。

身体素质是指人的身体健康状况，养老护理是一项既需要熟练运用技能，又需要一定体能的职业，故从业人员必须拥有健康的体魄和饱满的精神状态，无论是在何种复杂、恶劣的情况下，都必须精力充沛，沉着冷静，敏感果断，一丝不苟，保持高效率的工作。

二、职业行为规范

职业行为规范是指该职业特定的工作行为准则，该行为准则由其特定的工作性质和工作环境所决定。因为不同的工作性质和工作环境，其工作行为准则是不同的，故每一种职业都有其特殊的行为规范。养老护理人员的职业性质和工作环境决定了其职业行为规范的繁杂，因此，从业人员应努力学习并掌握。

1. 保障老人的私有财产权益

养老护理人员对老年人的护理工作是建立在双方互相信任、互相尊重的基础上的，那么养老护理人员的一举一动都必须做到使雇主放心。有些是必须注意的，例如，不得随意翻动老人的东西，如需移动（例如整理物品）时，必须事先获得老人的同意，如此有助于双方信任机制的建立，利于消除隔阂、长期合作。同时，养老护理人员要为老人看护好私有财产，保障老人的私有财产不受侵犯，维护老人的正当权益。如他人要取用老人的私有财物，必须事先取得老人的同意。

2. 正确理解并处理工作中出现的问题与矛盾

雇用双方一起生活，不可避免地会产生一些问题与矛盾，出现误解和纠纷。有些问题是由于养老护理的职业所决定的，比如说是否与老人同时、同桌就餐。一般来说，养老护理人员可与老人一同就餐，不过当有些老人因疾病或年老体弱而不能自理时，需要喂饭时，养老护理人员应先为老人服务后再自己就餐。有些问题是由于养老护理所服务的对象而决定的。老年人因年龄的增大，记忆力逐渐衰退，脾气、性格也会有所变化，故护理人员较易在工作中与老人产生误解和纠纷，易受委屈。在遇到这类情况时，决不能只会哭闹，或不做任何解释而一走了之。正确处理的方法是：在受到委屈时，首先要稳定自己的情绪，冷静耐心地听对方把话讲完，进而分析产生误会的原因，再决定解释的时机，也可找老人的家属做工作；如因误会而产生猜忌时，应心怀坦荡，坐卧如常，及时解释，说清事实，分清责任，消除误会；如因工作中粗心大意而造成损失，应主动、及时地向老人或其家属说明情况，诚恳赔礼道歉，并协助善后处理。

3. 正确处理工作职责与雇主之间的矛盾

一般情况下，养老护理人员应注意尊重老人的意愿，但如与工作职责相冲突时，应坚

持原则，如该老年人患糖尿病时，应忌甜食，当发现老人甜食进食过多时，应加以阻止，而不能应其是雇主而放弃原则。

第三节 养老护理人员的基本礼仪和人际关系

一、个人礼仪

养老护理人员的个人礼仪包含了以下三个方面：

1. 服装、仪容和个人卫生

着装是个人审美观和个人素质的体现，穿着服装必须符合职业规范，要注意整齐、简洁、大方、美观和实用。一般来说，着装颜色不宜过多、过艳，款式简洁，线条流畅，不宜过短、过露、过低、过紧，着装要做到既大方悦目，又便于从事养老护理工作。

对于养老护理人员，外貌上适当的修饰是可以的，但要掌握分寸，把握自然淡雅的原则，决不能浓妆艳抹，珠光宝气，发型要大方，以不要妨碍工作为准则。

同时，养老护理人员也要注意清洁卫生，勤剪指甲，勤洗澡，勤换衣袜，勤漱口，上班前不饮酒，忌吃大蒜、韭菜等食物，以保不留异味。

2. 姿态、行为与言谈

姿态包括站姿、坐姿和走姿。站立时要求直立站好，双腿并拢或分开不过肩，挺胸收腹，切忌东倒西歪，左右晃动，探头斜肩，缩脖耸肩。入座时要注意轻巧而稳重，从容不迫，穿裙装时要用手拢一下裙子，双腿并拢，切忌风风火火。入座后上身要挺直，神态自如，不要左摇右摆，前仰后合，翘腿抖动。走动时要注意保持自然，忌晃肩摇头，两边扭胯，脚步不宜太大，要保持节奏。

行为在这里是指举止动作，要保持恭敬优雅，从容不迫，大方得体，不宜过激，不做奇形怪状的动作。

言谈反应人的思维能力、文化程度、道德品质等方面，是与他人沟通、成功开展工作的前提和基础。讲话时要注意音量，语速适中，意思要表达清楚完整，准确无误，切忌大声说话。

3. 表情与态度

养老护理人员工作时表情应注意保持目光亲切和蔼，面带微笑；交谈时，目光应注视对方，切忌东张西望，及时对对方的话语作出反应；应增强自控力，避免不良情绪外露。真诚热心的态度对于养老护理工作是极其重要的，其基本要求是：主动、热情、耐心、周到。主动即主动服务，主动问候，主动征求意见；热情即亲切友好，处处关心；耐心即对

待繁多的工作不厌烦、不急躁；周到即服务面面俱到，细致入微，灵活多变。

二、日常交际礼仪

养老护理人员的日常交际礼仪主要包括迎送礼仪和电话礼仪。

1. 迎送礼仪

迎送礼仪是养老护理人员日常最多见的礼仪，包括迎客和送客两部分，其规范化是极其重要的。迎接客人时，应做到热情周到，如客人手提重物，应主动地协助，如需更换拖鞋，应迅速准备，引客人进入房间时，应一面做手势示意，一面说：“请”，与客人的距离不宜过远，一般在2米左右，进入房内后，要迅速地为客人准备座椅，如条件允许，则应主动为客人送上茶水，端上茶水时，应注意持杯方式，握住杯柄或杯身，切忌不要握住杯口。如系事先有预约的，应事先做好准备，备齐一些必需用品，如茶杯、开水、烟缸等。在访客与老人交谈时，养老护理人员切忌插嘴，但应注意及时为客人续茶。

送客时，要等到客人表示要走而起身后，方可起身相送，应主动为客人指明离开的路径，并送至门口或楼梯口，如送至电梯口，应等到电梯到来后，让客人进入电梯，说：“再见”后方可离去。

2. 电话礼仪

由于年龄或身体的原因，老人经常让养老护理人员接听或代打电话，故电话礼仪也是养老护理人员需要学习和掌握的。接听电话时，应做到迅速、准确、亲切、简洁、谦逊、柔和，如自己不是受话人，则要负起传话的责任，如老人及其他受话人不在，应询问对方是否要自己传话或留言，否则则应告知受话人在的时间，请对方再次来电。代打电话时，应查清号码，并熟记通话内容，在通话时应向对方表明身份，并准确清晰地说清通话内容。

三、家庭人际关系

养老护理人员自工作起始之日，就需要直接面对老人及其家属，若不能与之建立良好的人际关系，相互之间的信任将难以建立，工作将无法顺利开展。护理人员与老人及其家属相处，应注意以下原则。

1. 热情主动，以诚相待

乐观、爽朗、善良、坦诚是与人交往时的原则，而且，这样也容易与人相处，容易为人接受。为人坦诚也是建立诚信的基础，有诚信才能顺利地开展工作。

2. 坚持原则，严于律己

为人处事要坚持原则，不能立场飘忽不定。这里所说的原则是指相关的法律法规以及医学原则，这些是养老护理人员在工作及生活中必须坚持的。处事时要严格要求自己，约束自己，不能对他人缺乏宽容之心，对自己的不足之处则满不在乎。

3. 尊重他人，虚心学习

要虚心倾听别人的意见，尤其是尊重老人的意见，只要不与原则相冲突，则以老人的意见为决定，照此办理。同时，要虚心学习他人的长处，增长自己各方面的知识，不能不懂装懂、妄自尊大，只有不断地丰富、完善自己，才能更好、更顺利地完成任务。

四、学会普通话

普通话是服务行业从业人员所必须掌握的，养老护理人员也毫不例外。在人口流通日益频繁的今日，普通话不仅仅是一种重要的交流工具，同时也是尊重他人的表现，故掌握好普通话是养老护理人员能否顺利进行工作、避免误解的一个重要条件。一般地说，在工作和生活中应与老人讲普通话，不过如与老人讲同一种方言也可，适当用该种方言与老人交流，以增进双方的亲切感。

第四节 养老护理人员的职责

养老护理人员是照料、看护老年人的职业，其职责的核心是“照料”和“护理”，具体的内容如下：

1. 饮食的准备和料理

饮食的准备是非常简单而重要的，养老护理人员必须掌握老人饮食的基本原则，熟悉老年食品的特性，按照老人的口味与要求制作相应的主、副食品。食物应保证新鲜，隔夜的食物放入冰箱储存，食用前应加热煮熟，尽量避免食用生冷食品；所有的食物在食用前必须加热，但加热后必须凉一段时间，不能过凉或过热；如老人患有疾病，还必须按照医生的要求准备适合的食品，包括流质、半流质和软食等。同时，养老护理人员必须依照老人的习惯，协助其合理进食，如遇到因年老或患有疾病而不能自理时，应给老人喂水，喂饭，喂食时速度要适中，干食与湿食要协调，避免老人呛着或噎食。

2. 日常生活起居的料理

养老护理人员料理生活起居的职责主要有以下几点：

(1) 协助老人穿衣、整装及脱衣，选择清洁以及厚薄适当的衣服。换下的衣服要及时地清洗、消毒，保持老人的仪表整洁。