

护理专业技能实训与学习指导系列丛书

基础 护理技能实训 与学习指导

主 审 何旭辉
主 编 郑丽忠 高 丹
副主编 张 宏 肖 岷
邵洪岩 王晓红



人民卫生出版社
PEOPLE'S MEDICAL PUBLISHING HOUSE

护理学基础(第2版) 全国高等医药类院校教材

基础 护理技能实训 与学习指导

主编 王惠英
副主编 王惠英 王惠英
编委 王惠英 王惠英
王惠英 王惠英

人民卫生出版社

护理专业技能实训与学习指导系列丛书

基础护理

技能实训与学习指导

主 审 何旭辉

主 编 郑丽忠 高 丹

副主编 张 宏 肖 岷 邵洪岩 王晓红

编 者 (以姓氏笔画为序)

王玉兰(大庆油田总医院)

王晓红(大庆油田总医院)

吉 利(大庆医学高等专科学校)

肖 岷(大庆油田总医院)

邵洪岩(大庆医学高等专科学校)

张 宏(大庆医学高等专科学校)

张淑彦(大庆医学高等专科学校)

郑丽忠(大庆医学高等专科学校)

贾 薇(大庆医学高等专科学校)

徐艳斐(大庆医学高等专科学校)

高 丹(大庆油田总医院集团)

魏 娜(大庆医学高等专科学校)

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

基础护理技能实训与学习指导/郑丽忠等主编.

—北京:人民卫生出版社,2009.11

ISBN 978-7-117-12142-2

I. 基… II. 郑… III. 护理学-护士-资格考核-
自学参考资料 IV. R47

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 180037 号

门户网: www.pmph.com 出版物查询、网上书店
卫人网: www.ipmph.com 护士、医师、药师、中医师、卫生资格考试培训

基础护理技能实训与学习指导

主 编: 郑丽忠 高 丹

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

邮 编: 100078

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 北京市安泰印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/16 印张: 25

字 数: 608 千字

版 次: 2009 年 11 月第 1 版 2009 年 11 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-12142-2/R·12143

定 价: 49.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)

编写说明

为适应 21 世纪高等护理教育的发展和国家护士执业资格考试的需要,实现我国高职高专医学教育实用型和技能型人才培养的目标。近年来,各学校积极探索和实践“以就业为导向,以素质能力为本位”的应用型护理人才培养模式的改革与创新,创建了“(技能+特长)×态度”的人才培养模式,并在护理专业中推广实施,取得了明显成效。为强化学生的技能培养,加强工学结合,我们在校院合作共同开发课程和教材建设方面进行了大胆的尝试,组织编写了“护理专业技能实训与学习指导系列丛书”共 6 本,包括基础护理技能实训与学习指导、内科护理技能实训与学习指导、外科护理技能实训与学习指导、妇产科护理技能实训与学习指导、儿科护理技能实训与学习指导、五官科护理技能实训与学习指导,作为学生专业能力和职业素质的培训用书。

本套丛书适应护理教育教学改革的需要,突出专业技能和职业素质的培养。其主要特点是:①资深教师和临床护理专家共同编写,紧密与临床护理岗位接轨,突出其实用性和针对性。②护理操作技术实训以全国卫生系统护士岗位技能训练 50 项为依据,并以操作流程的形式描述实训项目的操作规程、操作方法及注意事项等。操作过程直观,重点突出,条理清晰,图文并茂,便于学生理解和掌握,对护理专业课堂教学及技能实训能起到很好的辅助作用。③学习指导以最新国家执业护士考试大纲为依据,编写过程中力求较全面地覆盖各章内容,明确重点和考点,突出基本知识的掌握,难易适度。并按照执业护士考试题型的分布规律,以客观试题为主,对护生参加执业护士考试具有指导意义。

本套丛书适用于大、中专护理专业学生专业技能训练及执业护士考试的辅导用书,也可作为本科护理专业学生和从事护理教学教师的实训指导用书,同时也是临床护士提高职业能力的参考书。教育教学改革是一个不断创新和完善的过程,我们的探索与尝试需要在教学实践中不断发展与提高,由于编写水平有限,本系列辅助教材难免存在问题和不足,恳请有关专家、同仁和广大师生提出宝贵意见,使这套辅助教材的质量在应用过程中不断提高。

护理专业技能实训与学习指导编写委员会

2009 年 8 月

护理专业技能实训与学习指导系列丛书

编写委员会

主 任 何旭辉

副主任 张玉兰

委 员 (以姓氏笔画为序)

付 晶	李 芸	李淑文	肖 岷	吴 艳
张 慧	张琳琳	陈晓红	郑丽忠	侯凤芝
贾莲凤	高 丹	董丽霞	薛宏伟	

目 录

上篇 技能实训篇

模块一 入院与出院护理技术	1
一、铺床技术	1
(一)铺备用床法	1
(二)铺暂空床法	3
(三)铺麻醉床法	4
二、病人运送技术	6
(一)轮椅运送法	6
(二)平车运送法	8
三、卧位安置技术	10
四、卧位更换技术	15
(一)协助病人翻身侧卧法	15
(二)协助病人移向床头法	16
五、预防病人跌倒的护理技术	18
六、保护病人安全的护理技术	19
模块二 医院感染的预防与控制技术	23
一、无菌操作技术	23
(一)无菌持物钳使用法	23
(二)无菌容器使用法	24
(三)无菌包使用法	25
(四)无菌溶液取用法	28
(五)铺无菌盘法	29
(六)戴无菌手套法	31
二、隔离操作技术	33
(一)口罩、帽子使用法	33
(二)避污纸使用法	34
(三)手消毒法	35
(四)穿、脱隔离衣法	37

模块三 生命体征测量与护理技术	42
一、体温测量技术	42
二、脉搏测量技术	45
三、呼吸测量技术	47
四、血压测量技术	49
五、体温单绘制技术	52
六、冷疗护理技术	55
(一)冰袋使用法	55
(二)冰帽使用法	58
(三)冷湿敷法	60
(四)温水或乙醇拭浴法	61
七、热疗护理技术	64
(一)热水袋使用法	64
(二)烤灯使用法	66
(三)热湿敷法	67
(四)温水浸泡法	70
模块四 生活护理技术	72
一、口腔护理技术	72
(一)口腔卫生指导	72
(二)特殊口腔护理技术	75
二、头发护理技术	76
(一)床上梳头法	77
(二)床上洗发法	78
三、沐浴技术	81
(一)沐浴与盆浴法	81
(二)床上擦浴法	82
四、背部护理技术	84
五、管饲饮食技术	86
模块五 排泄护理技术	90
一、导尿和留置导尿技术	90
(一)导尿技术	90
(二)留置导尿技术	93
二、灌肠技术	96
(一)大量不保留灌肠法	97
(二)小量不保留灌肠法	99
(三)保留灌肠法	101
(四)口服高渗溶液清洁肠道法(全结肠灌洗)	103
三、简易通便技术	105
四、肛管排气技术	108

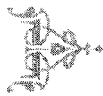


模块六 用药护理技术	110
一、口服给药技术	110
二、雾化吸入技术	112
(一)超声雾化吸入法	112
(二)氧气雾化吸入法	115
三、药液抽吸技术	117
四、注射技术	120
(一)皮内注射法	120
(二)皮下注射法	122
(三)肌肉注射法	124
(四)静脉注射法	127
(五)动脉注射法	131
五、静脉注射泵使用技术	133
六、药物过敏试验技术	134
(一)青霉素过敏试验法	134
(二)链霉素过敏试验法	137
(三)破伤风抗毒素过敏试验法	138
(四)头孢菌素类药物过敏试验法	140
七、静脉输液技术	142
(一)密闭式周围静脉输液法	142
(二)静脉留置针输液法	146
(三)经外周中心静脉置管输液法	148
(四)颈外静脉插管输液法	152
八、输液泵使用技术	155
九、间接静脉输血技术	157
模块七 标本采集技术	160
一、血标本采集技术	160
(一)静脉血标本采集法	160
(二)动脉血标本采集与血气分析	163
二、尿标本采集技术	164
三、粪便标本采集技术	166
四、痰标本采集技术	169
五、咽拭子标本采集技术	171
模块八 危重病人抢救与临终护理技术	173
一、吸痰技术	173
(一)经鼻/口腔吸痰法	173
(二)经气管插管/气管切开吸痰法	174
二、氧疗技术	176
三、洗胃技术	179

四、心肺复苏术	181
五、尸体护理技术	184



下篇 学习指导篇



模块一 护理导论	187
一、学习内容与考核目标	187
(一)概述	187
(二)护理理论	187
(三)护士工作方法与技巧	188
二、目标检测	188
三、参考答案	210
模块二 入院与出院护理技术	215
一、学习内容与考核目标	215
(一)环境	215
(二)入院与出院病人的护理	215
(三)舒适与安全	215
(四)休息与活动	216
二、目标检测	216
三、参考答案	234
模块三 医院感染的预防与控制技术	238
一、学习内容与考核目标	238
(一)医院感染	238
(二)清洁、消毒、灭菌	238
(三)无菌技术	238
(四)隔离技术	239
(五)供应室工作	239
二、目标检测	239
三、参考答案	251
模块四 生命体征测量与护理技术	254
一、学习内容与考核目标	254
(一)生命体征的观察与护理	254
(二)冷、热疗技术	254
二、目标检测	254
三、参考答案	274
模块五 生活护理技术	279
一、学习内容与考核目标	279
(一)病人的清洁卫生	279
(二)饮食与营养	279

二、目标检测	279
三、参考答案	292
模块六 排泄护理技术	296
一、学习内容与考核目标	296
二、目标检测	296
三、参考答案	308
模块七 用药护理技术	312
一、学习内容与考核目标	312
二、目标检测	313
三、参考答案	333
模块八 标本采集技术	338
一、学习内容与考核目标	338
二、目标检测	338
三、参考答案	345
模块九 危重病人抢救与临终护理技术	348
一、学习内容与考核目标	348
(一)病情观察及危重病人的抢救	348
(二)临终护理	348
二、目标检测	349
三、参考答案	363
国家执业护士资格考试模拟题(一)	367
国家执业护士资格考试模拟题(二)	377
参考文献	387



模块一 入院与出院护理技术

一、铺床技术

铺床是为了保持床单位整齐,定期更换床上用物。铺床法的基本要求是舒适、安全、实用、耐用。常用的铺床法有备用床、暂空床、麻醉床、卧有病人床整理、卧有病人床更换床单法。

(一)铺备用床法

【技能目标】

1. 能独立完成操作前的各项准备工作。
2. 能按操作规程正确、规范、独立地完成备用床操作。
3. 在实际工作中,做到步骤有序、过程完整、省时、节力。

【准备工作】

1. 用物准备 床褥、大单、被套、棉胎、枕芯、枕套。
2. 环境准备 病室内无病人进餐或治疗。

【操作流程与方法】

1. 备齐用物至床边,按需翻转床垫。
2. 移开床旁桌、椅,移开床旁桌距床 20cm,床旁椅至床尾正中,距床尾 15cm。
3. 放置用物 用物放于床尾椅上。
4. 床褥平铺于床垫上。
5. 铺大单 中线对齐,平甩单→先铺近侧床头角,后铺床尾角,床角铺成斜角→中央拉紧,充实塞于床垫下→同法铺对侧。
6. 套被套 中线齐床中线,开口端朝向床尾→平甩单,上缘距床头 15cm→打开被套尾端,将棉胎套入被套内→对好两上角,两边纵向展开铺平→系带(先内后外)→两侧被套边缘内折,与床沿平齐(先床头后床尾)→被套尾端与床尾平齐折叠于床垫下。
7. 套枕套 在床尾处将枕芯套于枕套内,四角充实,开口向下折叠→开口处背门,平放在床头。

8. 移回床旁桌、椅。
9. 整理用物、洗手。

【注意事项】

1. 病室内有人进餐或治疗时暂停铺床。
2. 用物准备齐全、按序放置,减少走动次数。
3. 操作中动作轻稳、避免尘埃飞扬。
4. 注意省时、节力 床升起、身体靠近床边、上身直立、两腿间距与肩同宽、两膝稍屈、左右脚前后或左右分开、用肘部力量。

【考核标准】

项目	考核内容	技术要求	应得分	扣分	备注
素质要求 (8分)	服装服饰	衣、帽、鞋整洁,符合护士职业需要	3		
	仪表举止	仪表端庄,举止大方	3		
	语言态度	态度和蔼,面带微笑,语言流畅	2		
操作前准备 (9分)	护士	修剪指甲、洗手,戴口罩	3		
	物品	用物齐全,摆放合理	3		
	环境	病室内无病人进餐或治疗	3		
操作过程 (68分)	移床旁桌、椅(5分)	移床旁桌离床约 20cm;移床尾椅至床尾正中约 15cm	3		
		必要时可翻转床垫	2		
	放置用物	将用物放于床尾椅上	3		
	铺床褥	将床褥平铺于床垫上,湿扫床褥	3		
	铺大单 (20分)	中线对齐,平甩单	3		
		先铺近侧床头角,后铺床尾角,床角铺成斜角	4		
		中央拉紧,充实塞于床垫下	3		
		同法铺对侧	10		
	套被套 (30分)	中线对齐,开口端朝向床尾	3		
		平甩单,上缘距床头 15cm	3		
打开被套尾端,将棉胎套入被套内		4			
对好两上角,两边纵向展开铺平		8			
系带		3			
	两侧被套边缘内折,齐床沿(先床头后床尾)	5			
	被套尾端齐床尾折叠于床垫下	4			
套枕套 (4分)	在床尾处将枕芯套于枕套内,四角充实,开口向下折叠	2			
	开口处背门,平放在床头	2			
整理 (3分)	移回床旁桌、椅	2			
	清理用物、洗手	1			
评价 (15分)	操作方法	手法正确,节时省力,动作轻巧,操作敏捷	5		
	操作效果	平整美观,舒适安全,中线对齐,四角方正 5分钟内完成操作、严肃认真、一丝不苟	5 5		
总分			100		

(二)铺暂空床法

【技能目标】

1. 能独立完成操作前的各项准备工作。
2. 能按操作规程正确、规范、独立地完成暂空床操作。
3. 在实际工作中,做到步骤有序、过程完整、省时、节力。

【准备工作】

1. 用物准备 按铺备用床法准备用物,必要时备橡胶单、中单。
2. 环境准备 病室内无病人进餐或治疗。

【操作流程与方法】

1. 同备用床步骤 1~6。
2. 将备用床的盖被上端向内折 1/4,扇形三折于床尾。
3. 铺橡胶单、中单 上端距床头 45~50cm,中线齐床中线,橡胶单、中单边缘下垂部分平整塞于床垫下,同法铺对侧。
4. 同备用床步骤 7~9。

【注意事项】

1. 同备用床。
2. 病人上、下床方便。

【考核标准】

项目	考核内容	技术要求	应得分	扣分	备注
素质要求 (8分)	服装服饰	衣、帽、鞋整洁,符合护士职业需要	3		
	仪表举止	仪表端庄,举止大方	3		
	语言态度	态度和蔼,面带微笑,语言流畅	2		
操作前准备 (9分)	护士	修剪指甲、洗手,戴口罩	3		
	物品	用物齐全,摆放合理	3		
	环境	病室内无病人进餐或治疗	3		
操作过程 (68分)	移床旁桌、椅(5分)	移床旁桌离床约 20cm;移床尾椅至床尾正中约 15cm	3		
		必要时可翻转床垫	2		
	放置用物	用物放于床尾椅上	3		
	铺床褥	床褥平铺于床垫上,湿扫床褥	3		
	铺大单 (20分)	中线对齐,平甩单	3		
		先铺近侧床头角,后铺床尾角,床角铺成斜角	4		
		中央拉紧,充实塞于床垫下 同法铺对侧	3 10		
套被套 (26分)	中线对齐,开口端朝向床尾	3			
	平甩单,上缘距床头 15cm	3			
	打开被套尾端,将棉胎套入被套内	4			
	对好两上角,两边纵向展开铺平	5			
	系带	3			
	两侧被套边缘内折,齐床沿(先床头后床尾)	3			
被套尾端齐床尾折叠于床垫下	3				
将备用床的盖被上端向内折 1/4,扇形三折于床尾	2				



续表

项目	考核内容	技术要求	应得分	扣分	备注
操作过程 (68分)	铺橡胶单、中单 (4分)	上端距床头 45~50cm,中线齐床中线,橡胶单、中单边缘下垂部分平整塞于床垫下	2		
		同法铺对侧	2		
	套枕套 (4分)	在床尾处将枕芯套于枕套内,四角充实,开口向下折叠 开口处背门,平放在床头	2 2		
评价 (15分)	整理 (3分)	移回床旁桌、椅 清理用物,洗手	2 1		
	操作方法	手法正确,节时省力,动作轻巧,操作敏捷	5		
评价 (15分)	操作效果	平整美观,舒适安全,中线对齐,四角方正	5		
		6分钟内完成操作、严肃认真、一丝不苟	5		
总分			100		

(三)铺麻醉床法

【技能目标】

1. 能独立完成操作前的各项准备工作。
2. 能按操作规程正确、规范、独立地完成麻醉床操作。
3. 在实际工作中,做到步骤有序、过程完整、省时、节力。

【准备工作】

1. 用物准备

(1)床上用物:同暂空床,另备橡胶单、中单。

(2)麻醉护理盘:①无菌巾内放置开口器、压舌板、舌钳、牙垫、治疗碗、吸氧导管或鼻塞管、吸痰管、镊子、纱布数块;②无菌巾外放置血压计、听诊器、弯盘、胶布、手电筒、护理记录单、笔;③其他物品:输液架、吸痰器、氧气筒、胃肠减压器。天气寒冷时按需备热水袋、毛毯。

2. 环境准备 病室内无病人进餐或治疗。

【操作流程与方法】

1. 备齐用物至床边,按需翻转床垫。

2. 移开床旁桌、椅 移开床旁桌距床 20cm,床旁椅至床尾正中,距床尾 15cm。

3. 放置用物 用物放于床尾椅上。

4. 按备用床方法铺近侧大单。

5. 铺橡胶单及中单 铺平第一块橡胶单(上端距床头 45~50cm),对齐中线(正面)→中单铺于橡胶单上,盖过橡胶单(正面)→边缘拉紧,两单一同塞入床垫下→同法铺对侧大单、橡胶单、中单。

6. 套被套 中线齐床中线,开口端朝向床尾→平甩单,上缘距床头 15cm→打开被套尾端,将棉胎套入被套内→对好两上角,两边纵向展开铺平→系带(先内后外)→被尾向内折叠与床尾平齐→两侧被套边缘内折,与床沿平齐(先床尾后床头)→将被扇形三折叠于床边,开口朝向门。

7. 套枕套 在床尾处将枕芯套于枕套内,四角充实,开口向下折叠→开口处背门,横立

于床头。

8. 移回床旁桌、椅 床尾椅放于盖被同侧。
9. 将麻醉护理盘放于床旁桌上。
10. 整理用物、洗手。

【注意事项】

1. 病室内有人进餐或治疗时暂停铺床。
2. 用物准备齐全、按序放置,减少走动次数。
3. 操作中动作轻稳、避免尘埃飞扬。
4. 注意省时、节力 床升起、身体靠近床边、上身直立、两腿间距与肩同宽,两膝稍屈、左右脚前后或左右分开、用肘部力量。
5. 保证术后病人舒适,避免感染。
6. 避免橡胶单与病人皮肤接触,引起病人不适。
7. 麻醉未醒的病人应去枕平卧,头偏向一侧。

【考核标准】

项目	考核内容	技术要求	应得分	扣分	备注
素质要求 (8分)	服装服饰	衣、帽、鞋整洁,符合护士职业需要	3		
	仪表举止	仪表端庄,举止大方	3		
	语言态度	态度和蔼,面带微笑,语言流畅	2		
操作前准备 (9分)	护士	修剪指甲、洗手,戴口罩	3		
	物品	用物齐全,摆放合理	3		
	环境	病室内无病人进餐或治疗	3		
操作过程 (68分)	移床旁桌、椅(5分)	移床旁桌离床约 20cm;移床尾椅至床尾正中约 15cm	2		
		必要时可翻转床垫	2		
	放置用物	将用物放于床尾椅上	3		
	铺床褥	将床褥平铺于床垫上,湿扫床褥	3		
	铺大单、橡胶单、中单 (18分)	按备用床方法铺近侧大单	4		
		铺平第一块橡胶单(上端距床头 45~50cm),对齐中线(正面)	3		
		同法将中单铺于橡胶单上,盖过橡胶单(正面)	2		
		边缘拉紧,将两单一同塞入床垫下	2		
套被套 (28分)	同法铺对侧大单、橡胶单、中单	7			
	被套中线对齐床中线,开口端朝向床尾	平甩单,上缘距床头 15cm	3		
		打开被套尾端,将棉胎套入被套内	3		
		对好两上角,两边纵向展开铺平	5		
		系带(先内后外)	3		
		被尾向内折叠与床尾平齐	3		
两侧被套边缘内折,与床沿平齐(先床尾后床头)		4			
将被扇形三折叠于床边,开口朝向门	4				

续表

项目	考核内容	技术要求	应得分	扣分	备注
操作过程 (68分)	套枕套 (4分)	在床尾处将枕芯套于枕套内,四角充实,开口向下折叠	2		
		开口处背门,横立于床头	2		
	移回床旁桌、椅	床尾椅放于盖被同侧	2		
	麻醉护理盘	放于床旁桌上	2		
	整理	清理用物、洗手	3		
评价 (15分)	操作方法	手法正确,节时省力,动作轻巧,操作敏捷	5		
	操作效果	平整美观,舒适安全,中线对齐,四角方正 8分钟内完成操作,严肃认真、一丝不苟	5 5		
总分			100		

二、病人运送技术

在病人入院、出院、检查或治疗时,对于不能自行移动的病人选用不同的运送工具,如平车、轮椅或担架等运送病人。

(一) 轮椅运送法

【技能目标】

1. 能独立完成操作前的各项准备工作。
2. 能按操作规程正确、规范地完成轮椅运送病人。
3. 在实际工作中,遵守操作规程,保证病人安全、舒适,并与病人进行有效的沟通。

【准备工作】

1. 用物准备 轮椅,根据季节备毛毯、别针,需要时备软枕。
2. 病人准备 病人了解轮椅的运送方法、目的及配合事项。

【操作流程与方法】

1. 核对解释 检查轮椅性能→核对床号、姓名→解释操作的目的、方法、配合事项。
2. 轮椅放置 靠背与床尾平齐,车闸制动,翻起脚踏板。
3. 协助病人下床 扶病人坐起,手掌撑在床面呈坐姿,协助穿衣、鞋袜,下床。
4. 固定轮椅、入座 病人双手放于护士肩上,护士双手环抱病人腰部,协助病人下床→病人用手扶住轮椅把手,坐入轮椅中。
5. 翻下脚踏板,将病人双脚置于脚踏板上。
6. 将毛毯上端边缘反折10cm围在病人颈部,用别针固定,将毛毯两侧包裹病人双臂,用别针固定,再用毛毯围裹病人上身、双下肢、双脚(图1-1)。
7. 整理床单位、铺成暂空床。
8. 观察病人,确定无不适后,放松车闸,推病人至目的地。
9. 下轮椅、协助病人上床。