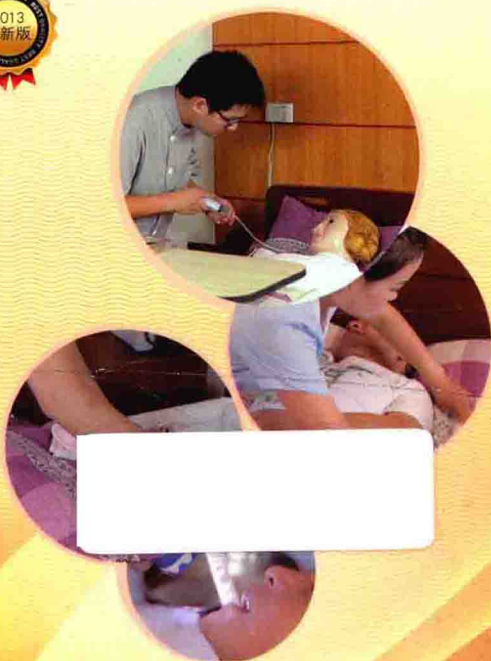


养老护理员 实用操作手册

图文+盘 以最便捷的方式
教你学会老年人护理方法

浙江民政康复中心 编著
杭州市第二社会福利院



国家一级出版社 | 全国百佳图书出版单位



中国社会出版社

China Society Press

养老护理员实用操作手册

浙江民政康复中心

编著

杭州市第二社会福利院

图书在版编目 (CIP) 数据

养老护理员实用操作手册 / 浙江民政康复中心, 杭州市第二社会福利院编著.
—北京: 中国社会科学出版社, 2013.7

ISBN 978-7-5087-4478-0

I. ①养… II. ①浙… ②杭… III. ①老年人—护理学—手册 IV. ① R473-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 139377 号

书 名: 养老护理员实用操作手册

编 著: 浙江民政康复中心 杭州市第二社会福利院

责任编辑: 李新涛

助理编辑: 张耀文

出版发行: 中国社会科学出版社 邮政编码: 100032

通联方法: 北京市西城区二龙路甲 33 号

电 话: 编辑部: (010) 66062901

邮购部: (010) 66060275

销售部: (010) 66062901 传 真: (010) 66078622

(010) 66080300 传 真: (010) 66051713

网 址: www.shcbs.com.cn

经 销: 各地新华书店

印 刷: 中国电影出版社印刷厂

开 本: 135mm × 210mm 1/32

印 张: 3

字 数: 45 千字

版 次: 2013 年 7 月第 1 版

印 次: 2013 年 7 月第 1 次印刷

定 价: 19.00 元

版权所有 侵权必究

前言

随着医学技术的发展和生活水平的提高，人的健康水平得到明显改善，寿命也因此延长。

2010 年第六次人口普查数据表明：全国 60 周岁以上老年人口已达 1.78 亿。

老龄化社会的来临，让更多的人开始关注老年人的照护问题。为了提高老年人的生活质量，为他们提供专业、规范化的护理服务，杭州市第二福利院结合自己的实际工作，根据专业标准编著了本书，并特别制作了养老护理标准视频。

本书从清洁卫生、衣被整理、体位移动、饮食与排泄、应急处理 5 个方面，详细解说了 20 项护理的标准化操作，并以直观的图解形式展现出来，配以标准视频，希望以最简洁、最方便、最易于学习的形式快速提升大家的养老护理技能。

本书不仅适用于养老护理从业人员的规范化护理操作，更适用于新入职的养老护理员的从业培训，同时，也适用于家庭照护者。

【第一章】 清洁卫生…… 001

第一节 洗脸 …………… 002

第二节 梳头 …………… 006

第三节 清洁口腔 …………… 009

第四节 床上洗头 …………… 013

第五节 会阴清洁 …………… 018

第六节 床上洗脚 …………… 021

第七节 床上擦浴 …………… 024

【第二章】 衣被整理…… 031

第一节 穿脱衣裤 …………… 032

第二节 铺床 …………… 040

第三节 卧床老人更换床单 …… 046

【第三章】 体位移动…… 051

第一节 翻身叩背 …………… 052

第二节 移向床头 …………… 056

第三节 平车或担架搬运法 …… 059

第四节 轮椅使用 …………… 064

【第四章】 饮食与排泄… 069

第一节 喂食 …………… 070

第二节 鼻饲 …………… 073

第三节 便器使用 …………… 077

第四节 更换纸尿裤 …………… 080

【第五章】 应急处理…… 083

第一节 噎食急救 …………… 084

第二节 心肺复苏 …………… 086



【第一章】

清洁卫生

生活中，清洁的皮肤、整洁的容颜，能愉悦身心、预防疾病、促进健康。有些年长者由于逐渐失去照顾自己的能力，需要他人协助或帮助完成清洁卫生工作。本章将从七项护理操作，来解读老年人清洁卫生护理规范。

第一节 洗脸

护理员仪容、仪表整洁、大方，操作前清洗双手。

准备：脸盆、毛巾、热水、洗面乳以及润肤霜。

◆ 步骤 1

护理员先向老人解释，关闭门窗，防止受凉。

◆ 步骤 2

摇高床头，将大毛巾围于老人颌下，将脸盆放在床旁椅上，倒入温水并试水温。



◆ 步骤 3

将小毛巾放入脸盆浸湿，把毛巾挤干对折四层。由内眦（〔zì〕，眼角，上下眼睑的接合处）向外眦擦洗眼睑。



◆ 步骤 4

将毛巾清洗后用包手法擦洗额部、鼻翼、脸颊、耳郭、耳后至颌下。必要时用洗面乳清洁，清水洗净。



包手法

围绕于手心和四个手指折叠，包紧后用大拇指压住，以四个手指为中心，远端毛巾反折于手心。



◆ 步骤 5

将毛巾铺于老人手下，分别用毛巾擦洗双手，洗净后撤去毛巾。

◆ 步骤 6

帮助老人涂上面霜，安置老人于舒适体位，整理用物。

注意事项

1. 尽量协助、鼓励老人自行洗脸，避免功能退化。

2. 毛巾不互用，洗脸、洗脚毛巾分开使用，定期消毒，预防交叉感染。

3. 清洁眼部时，避免压迫眼球。

4. 洗后协助女性老人化淡妆，鼓励“老来俏”。

第二节 梳头

护理员仪容、仪表整洁、大方，操作前清洗双手。

准备：干毛巾、梳子、牛皮筋或发绳。



◆ 步骤 1

护理员先跟老人解释，协助老人坐起，将毛巾围于老人肩上。



◆ 步骤 2

散开头发，一手压住发根，一手持梳子从发根梳到发梢。

◆ 步骤 3

长发打结者，可用少量清水或酒精湿润后，先从发梢至发根逐步梳理顺畅后，再从发根到发梢梳理整齐。



◆ 步骤 4

如遇卧床老人，可将毛巾铺于枕上，梳头时可先梳一侧，再梳理另一侧。梳好头发后，安置老人于舒适体位。



注意事项

1. 协助、鼓励老人自行勤梳头，可提供长柄梳子，方便老人梳理。
2. 梳头时避免损伤头皮。

第三节 清洁口腔

护理员仪容、仪表整洁、大方，操作前清洗双手。

一、对于需用口腔护理棒清洁口腔的老人

准备：口腔护理棒、漱口杯、漱口水（冬天用温水）、压舌板、手电筒、纱布、弯盘、污物杯、吸管、干毛巾以及润唇膏。

◆ 步骤 1

护理员备齐用物，携至床边。先向老人解释，然后协助老人头偏向护理员一侧。



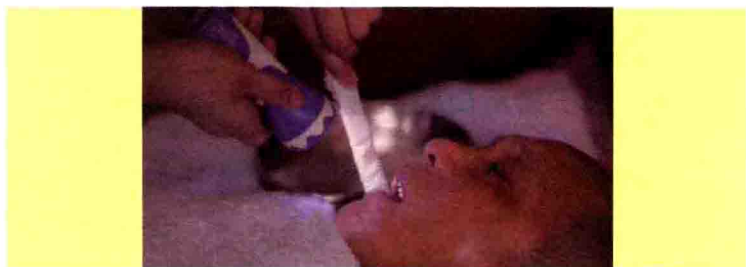
◆ 步骤 2

护理员取干毛巾围于老人颌下和胸前，将弯盘置于口角旁。



◆ 步骤 3

用口腔护理棒蘸水湿润口唇，嘱咐老人张口，取手电筒，借助压舌板观察口腔，如有活动性假牙，应先取下，清洗后放冷水中浸泡。



◆ 步骤 4

协助老人进行漱口，将口腔护理棒蘸水擦洗口腔。擦洗顺序为牙齿外面、内面及牙龈、咬合面、颊部、上腭、舌面，最后是舌下。



◆ 步骤 5

老人漱口后，再次检查口腔。然后取出弯盘，用毛巾擦干口唇及周围水迹。

◆ 步骤 6

涂上润唇膏，最后安置老人于舒适体位。

二、对于可以自行刷牙的老人

准备：牙刷、牙膏、漱口杯、漱口水（冬天用温水）、接水盆、干毛巾以及润唇膏。

◆ 步骤 1

护理员协助老人半坐位或坐位，将干毛巾围于颌下和胸前。

◆ 步骤 2

协助老人漱口，护理员将脸盆用手托住，以方便老人将漱口水吐至盆内。如有活动性假牙，应先取下清洗后放冷水中浸泡。

