

实用临床诊疗与护理丛书 第1辑

基础护理指南



社区保健操作

主编 于建琴 张忠芹 刘传浩

中医古籍出版社

基础护理指南与社区保健操作

主 编 于建琴 张忠芹 刘传浩

中医古籍出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

基础护理指南与社区保健操作 / 于建琴主编. - 北京:

中医古籍出版社, 2009.9

(实用临床诊疗与护理丛书.第1辑)

ISBN 978-7-80174-762-4

I.基… II.于… III.①护理学②社区—医疗保健 IV.R47 R1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 151996 号

基础护理指南与社区保健操作

于建琴 张忠芹 刘传浩 主编

责任编辑: 文 韵 志 波

封面设计: 陶然小筑工作室

出版发行: 中医古籍出版社

社 址: 北京东直门内南小街 16 号 (100700)

印 刷: 济南长清区灵岩印刷责任有限公司

开 本: 787mm × 1092mm 1/16

印 张: 244

字 数: 4186 千字

版 次: 2009 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-80174-762-4

定 价: 45.00 元

编委会名单

主 编 于建琴 张忠芹 刘传浩

副主编 李 慧 李 华 王绍利 王淑静

高淑霞 孙晋侠 刘海荣 苏士云

内 容 简 介

本书以基础护理技术操作为重点，详细阐述了各项护理技术操作程序及操作中的注意事项；提出了各项护理技术操作相关理论问题，并给予了简明扼要的回答；对一些基础护理技术操作易引发的护理并发症，从发生原因、临床表现及预防处理等几个方面进行了较为详细的阐述。本书较全面地阐述了各临床科室的护理常规以及各科常用技术操作护理常规。

本书介绍护理社区保健的操作，充分体现了以人为本的护理理念。本书内容全面、文字简练、重点突出、可操作性强、易于掌握，是临床工作和护理教学活动中较为规范的参考书。

目 录

第一章 基础护理操作规程	1
第一节 铺床法	1
第二节 病人搬运法	3
第三节 消毒、灭菌法	4
第四节 无菌技术操作	7
第五节 病人卧位	10
第六节 保护具的应用	12
第七节 隔离技术	13
第二章 口腔、皮肤护理及生理体征监测	16
第一节 口腔护理	16
第二节 皮肤护理	17
第三节 生命体征测量法	19
第四节 鼻饲法	21
第三章 给药及注射法	23
第一节 给药法	23
第二节 注射法	25
第四章 灌肠及导尿法	33
第一节 灌肠法	33
第二节 导尿术	35
第五章 冷与热的应用及吸入疗法	39
第一节 冷与热的应用	39
第二节 吸入疗法	43
第六章 病人入院及出院的护理	47
第一节 病人入院护理	47

第二节 病人出院护理·····	49
第七章 临床常用药物过敏试验·····	51
第八章 临床常用检验标本的留取·····	58
第一节 标本采集的意义和原则·····	58
第二节 各种标本的采集·····	59
第三节 常用检验参考值及临床意义·····	65
第九章 常用物品的清洁消毒、灭菌及保养法·····	83
第一节 常用物品的清洁、消毒、灭菌及保养法·····	83
第二节 常用物品污渍去除法·····	87
第十章 护理安全及风险管理·····	88
第一节 护理风险防范措施·····	88
第二节 护理安全管理制度与监控措施·····	89
第三节 重要护理操作告知制度·····	90
第四节 手术部位确认标识制度与规范·····	90
第五节 使用监护仪管理办法·····	91
第六节 护理投诉管理制度·····	91
第七节 纠纷病历管理制度·····	92
第八节 差错、事故登记报告制度·····	93
第十一章 尸体料理·····	94
第十二章 临床常见疾病及症状护理常规·····	95
第一节 内科系统疾病护理常规·····	95
第二节 外科系统疾病护理常规·····	116
第三节 妇产科系统疾病护理常规·····	125
第四节 儿科系统疾病护理常规·····	133
第五节 五官系统疾病护理常规·····	144
第六节 急诊系统疾病护理常规·····	149
第七节 传染科疾病护理常规·····	155
第十三章 医院感染及控制·····	161

第一节	医院感染的基本概念	161
第二节	医院感染管理体系	161
第三节	医院感染的诊断及鉴别诊断	163
第四节	医院感染管理制度	168
第五节	医院感染管理各级职责	174
第六节	医院感染管理考核标准	178
第七节	医院感染管理保洁措施	181
第八节	重点部门的医院感染管理	185
第九节	一次性使用无菌医疗用品的管理	193
第十节	抗菌药物的合理应用	194
第十一节	医院感染监测	208
第十四章	社区卫生服务管理	221
第十五章	社区卫生诊断	233
第十六章	健康教育与健康促进	246
第十七章	社区保健操作与指导	261

第一章 基础护理操作规程

第一节 铺床法

一、备用床、暂空床

【目的】

保持病室整洁，供新病人或暂时离床病人使用。

【用物】

床、床垫、床褥、枕芯、棉被或毛毯、大单或床罩、被套、枕套、必要时备一次性中单(或橡皮中单及中单)。

【操作要点】

- 1.按使用顺序放置用物于床旁椅上。
- 2.移开床旁桌、椅。
- 3.床垫上缘紧靠床头。
- 4.铺床褥。
- 5.铺大单或套床罩：中线对齐，床头床尾包紧，床单平整无皱褶。
- 6.必要时铺一次性中单(或橡皮单及中单)：上缘距床头45~50厘米。
- 7.套被套：被头距床头15cm，被套两侧折叠与床垫齐，被套内外整齐，无皱褶。
- 8.套枕套：四角充实，开口背门。
- 9.桌椅归原处。
- 10.暂空床将盖被三折叠于床尾。

【注意事项】

- 1.不要在治疗、换药或进餐时铺床。
- 2.铺床前要检查床的安全性能。
- 3.被服有破损、污渍应及时更换。
- 4.操作中遵循节力原则。
- 5.床单位舒适、整洁、美观

二、麻醉床

【目的】

供麻醉手术后的病人使用，使病人安全、舒适，预防并发症，防止污染被褥。

【用物】

除备用床用物外,另加一条一次性中单(或橡皮中单及中单),必要时备麻醉护理盘、吸痰器、氧气、热水袋、毛毯、血压计、听诊器、弯盘、胶布、剪刀、电筒、别针等。麻醉护理盘用物:压舌板、开口器、舌钳、牙垫、通气导管、治疗碗、镊子、输氧导管、吸痰导管、棉签、纱布等。

【操作要点】

1.同铺备用床法铺好大单或床罩后,根据病情和手术部位需要,铺一次性中单(或橡皮单及中单)。

2.铺被套:被套上端与床头平齐,两侧边缘向内折叠与床垫齐,尾端向内折叠与床尾齐,再将盖被纵向三折叠于一侧床边,开口向门。

3.枕头横立于床头。

4.移回床旁桌,椅子放于折叠被同侧。

【注意事项】

1.铺麻醉床时应将全部被服换为清洁被服。

2.注意保温,根据季节及室温加以调节。

三、卧床病人更换床单法

【目的】

使床单位整洁,病人舒适,预防压疮。

【用物】

清洁大单或床罩、中单(或一次性中单)、被套、枕套、带潮湿布套的床刷,需要时备衣裤。

【操作要点】

1.病情允许翻身侧卧的病人,采用左右侧卧更换床单法。

2.移椅至床尾,将清洁被服按更换顺序放椅上,移开床旁桌,若病情允许放平床头。

3.松开一侧盖被及底层各单,协助病人侧卧或移至床的另一边,枕头随之移动。将近侧中单卷起塞于病人身下,清洁中单(或一次性中单)搭在病人身上,将大单卷起,塞在病人身下。

4.清洁床单的中线和床的中线对齐,一半塞在病人身下,一半铺平,放平并铺好清洁中单(或一次性中单)。

5.协助病人侧卧于铺好的一边,卷下污单放于护理车下。依次将各单逐层拉出铺平。

6.帮助病人采取适当体位。

7.更换被套、枕套。

8.整理床单位。

9.根据病人情况,也可以从床头至床尾更换。

第二节 病人搬运法

一、轮椅运送法

【目的】

运送不能行走的病人。

【用物】

轮椅。按需要备毛毯、棉服、安全别针等。

【操作要点】

1. 置轮椅椅背与床尾齐平，面向床头，固定板闸。
2. 将毛毯或棉被平铺在轮椅上，上端高于病人头部。
3. 帮助病人上下轮椅时翻起脚踏板，护士站在轮椅背后固定轮椅防止前倾。

4. 嘱病人坐轮椅时手扶轮椅扶手，尽量靠后坐，勿前倾或自行下车。

5. 用毛毯围住病人，用安全别针固定。

6. 推车下坡时减慢速度，过门槛时翘起前轮。

7. 注意病情观察。

【注意事项】

1. 使用前检查轮椅性能是否完好。
2. 冬季注意保暖。
3. 如为偏瘫病人，应将轮椅放于病人健侧。
4. 必要时一人扶轮椅，一人协助病人坐上轮椅。

二、平车运送法

【目的】

运送不能起床的病人。

【用物】

平车、枕头、毛毯或棉被。

【操作要点】

1. 挪动法

(1) 对能在床上活动的病人，推平车与床平行紧靠床边。

(2) 抵住平车，协助病人移至车上。

2. 单人搬运法

(1) 移开床边椅至对侧床尾，置平车头端与床尾成钝角。

(2) 向病人讲解合作方法。

(3) 搬运者一臂自病人腋下伸至对侧肩部，另一臂伸入病人股下，病人双

手在搬运者颈后握紧，搬运者托起病人轻放于车上。

3. 双人搬运法

(1) 同单人搬运法(1)、(2)。

(2) 病人两上肢交叉于胸前，将其移至床边。

(3) 甲托住病人头颈、肩部及腰部，乙托住病人臀部及双膝部。

(4) 病人身体稍向搬运者倾斜，搬运者同时抬起，轻放于平车上。

4. 三人搬运法

(1) 同单人搬运法(1)、(2)。

(2) 甲托住病人头部和肩部，乙托住病人肩部和臀部，丙托住病人的膝及脚部。

(3) 三人同时抬起，使病人身体稍向搬运者倾斜，轻移至车上。

5. 四人搬运法(帆布兜法)适用于病情危重或颈椎、腰椎骨折病人。

(1) 病人腰、臀下铺帆布兜、床单。

(2) 平车与床平行并紧靠床边。

(3) 甲站床头托住病人头、肩部，乙站床尾托住病人双腿及双脚，丙、丁二人分别站于病床和平车两侧，紧抓帆布兜或床单四角。

(4) 合力抬起病人轻放于车上。

第三节 消毒、灭菌法

【清洁】

用物理方法清除物体表面的污垢、尘埃和有机物，其目的是去除和减少微生物而非杀灭微生物。常用的清洁方法有水洗、机械去污和去污剂去污。

【消毒】

用物理或化学方法清除或杀灭芽胞以外的所有病原微生物。

【灭菌】

用物理或化学的方法杀灭全部微生物，包括致病和非致病微生物以及细菌芽胞。

一、干热灭菌法

【方法】

1. 焚烧适用于污染的废弃物、病理标本、带脓血分泌物的敷料和纸张等，可直接投入点燃的焚烧炉内焚烧。

2. 燃烧器械可放在火焰上烧灼 20s；搪瓷容器类可倒入 95% 乙醇，慢慢转动容器使乙醇分布匀称，燃烧直至熄灭；开启和关闭培养试管时，塞子和试管口须在火焰上烧灼，来回旋转 2~3 次。

【注意事项】

1. 注意安全，燃烧时须远离易燃易爆物品。
2. 在用酒精燃烧的过程中，不可添加酒精，以免引起烧伤或火灾。
3. 贵重及锐利刀剪，为保护刀锋不宜用燃烧法。

二、湿热灭菌法**(一)煮沸灭菌法**

适用于不怕潮湿耐高温的物品，如搪瓷、金属、玻璃、橡胶等。

【方法】

1. 洗净物品，器械打开轴节，管道内充满水，被消毒的物品全部浸入水中，加盖煮沸。
2. 水沸至 100°C ，开始计时， $5 \sim 10\text{min}$ 杀灭繁殖体， $1 \sim 3\text{h}$ 杀灭芽胞。

【注意事项】

1. 玻璃类用纱布包好，应从冷水或温水中放入。
2. 橡胶类应包裹待水沸后放入。
3. 物品不宜重叠，保证物品各面与水接触。
4. 水中加入 $1\% \sim 2\%$ 碳酸氢钠，沸点可达 105°C ，加速芽胞破坏及防止金属物品生锈。
5. 消毒时间以水沸起计时，若中途需加入物品，则重新计时。

(二)高压蒸汽灭菌法**【方法】**

是物理灭菌法中最有效的方法，凡属耐高温不怕潮湿的物品均可适用。压力灭菌器分为下排气式或预真空式压力蒸汽灭菌器。下排气式在 $121 \sim 123^{\circ}\text{C}$ 、 $102.97 \sim 137.30\text{kPa}$ 压强， $15 \sim 30\text{min}$ 达到灭菌目的；预真空式温度可达 132°C ，压强可提高到 205.95kPa ， $5 \sim 10\text{min}$ 即可灭菌。

【注意事项】

1. 器材和物品灭菌前必须清洗干净并擦干或晾干。
2. 灭菌包体积不可超过 $30\text{cm} \times 30\text{cm} \times 25\text{cm}$ 。
3. 灭菌锅内物品放置应保持适当间隔并避免与锅壁上方和左右两侧接触。
4. 易于滞留水分的物品应放在灭菌器内的边缘区。
5. 被灭菌物品应待干燥后才能取出备用。
6. 做好灭菌效果监测。
7. 每件物品消毒前均应贴上化学指示带，注明有效期。

三、辐射消毒法**【方法】**

1. 日光曝晒法将物品放在日光下，曝晒 6h ，定时翻动，使物体各面均受日光照射。多用于一般床上用品、衣物等。

2.紫外线灯管消毒法多用于空气及物体表面消毒。空气消毒有效距离不超过2m, 时间30~60min, 从灯亮5~7min开始计时。

【注意事项】

1.注意眼睛及皮肤的保护, 卧床病人可戴黑眼镜或用毛巾遮盖。嘱病人勿视光源, 身体用被单遮盖。

2.物品直接暴露在灯光下, 摊开或挂起, 扩大照射面。

3.照射前清洁室内卫生, 照射时停止走动, 减少尘埃飞扬。

4.灯管应保持透亮, 定时用乙醇擦拭灯管灰尘。

5.关灯后不宜立即再开, 需冷却3~4min。灯管可连续使用4h, 但通风散热要好, 以延长灯管寿命。

6.灯管使用时间若超过1000h应更换。

7.定期对消毒效果进行鉴定。

8.对紫外线灯管使用情况要进行登记。

四、化学消毒灭菌法

(一)浸泡法

1.根据物品的性能, 选择合适的化学消毒剂及浸泡时间。

2.被浸泡的物品必须洗净擦干。

3.打开器械关节, 空腔器械需充满消毒液, 保持物品浸没于溶液中。浸泡容器要有盖, 并盖严。

4.浸泡后物品在使用前须用无菌等渗盐水或蒸馏水冲洗, 避免消毒液刺激。

(二)熏蒸法

应用于室内物品及空气消毒及精密贵重仪器和不能蒸煮浸泡的物品, 如血压表、听诊器, 以及传染病人用过的票证等。将消毒剂加热或加入氧化剂, 使消毒剂呈气体状, 在标准浓度和时间内, 达到消毒灭菌作用。

(三)喷雾法

借助喷雾器, 使消毒剂呈气雾状态, 弥漫在空气中, 在标准浓度里对空气及物品表面达到消毒作用。

(四)擦拭法

宜选用对人体毒性低、易溶于水, 杀菌谱广, 穿透性强, 无显著气味及刺激性的消毒剂, 擦拭物品表面, 在标准浓度里达到消毒作用。

(五)环氧乙烷消毒法

【方法】

1.环氧乙烷在常温下是无色气体, 对细菌繁殖体和芽胞均有较强的杀灭作用, 可用于精密仪器、医疗器械、棉织品、化纤织物、塑料制品、书报、皮革类等的消毒灭菌。

2.环氧乙烷穿透力强,易燃易爆,消毒灭菌必须在专用密闭容器中进行,在标准的浓度、温度及时间内达到消毒灭菌作用。目前有灭菌柜法、丁基橡胶袋法及程控微电脑全自动消毒器。

【注意事项】

- 1.环氧乙烷有一定的吸附作用,消毒后的物品应放置在通风环境中,待气体散发后使用,一般需要3~7天。
- 2.纯环氧乙烷应放在阴凉、通风、无火焰及无电开关处。
- 3.储存温度不可高于35℃,用时轻拿轻放,切勿猛烈碰撞。
- 4.消毒容器不能漏气,袋内物品放置不宜过紧。
- 5.本品液体对皮肤、眼及黏膜刺激性强,如有接触立即用水冲洗。
- 6.本品气体有一定毒性,在作业环境空气中含量不应超过0.03kg/m³。

第四节 无菌技术操作

一、无菌技术操作原则

1.无菌操作环境应清洁、宽敞。操作前30min停止扫地、更换床单等工作,避免人员流动,尘埃飞扬。

2.穿戴整洁,洗手,戴帽子,口罩盖住口鼻。必要时穿无菌衣、戴无菌手套。

3.无菌物品与非无菌物品分开放置,有明确标志。无菌物品不可暴露于空气中,应存放于无菌包或无菌容器中。无菌包外须标明物品名称、灭菌日期,按失效期先后顺序摆放。过期或受潮物品应重新灭菌。

4.进行无菌操作时,应明确无菌区和非无菌区。

5.操作者身体应与无菌区保持一定距离,取放无菌物品时,面向无菌区,并使用无菌持物钳;手臂保持在腰部或治疗台面以上,不可跨越无菌区,手不可接触无菌物。避免在无菌区谈笑、咳嗽、打喷嚏。用物疑有污染或已被污染应更换并重新灭菌。

6.一套无菌物品只供一位病人使用,以防交叉感染。

二、无菌持物钳使用法

【目的】

防止微生物侵入机体,保持无菌物品及无菌区不被污染。

【操作要点】

1.无菌持物钳保存在无菌干燥容器中,或者无菌持物钳浸泡在无菌大开口容器中,消毒液应浸没钳关节以上2~3cm或镊子的1/2,每一容器只能放置一把持物钳。

2.取放无菌持物钳时,闭合钳端,不可触及容器口缘及液面以上容器内壁。

3.使用时保持钳端向下,用后立即放回容器内。

4.取远处物品,应连容器一并转移,就地取用。

5.持钳高度不可低于腰部,不能随意甩动。

6.无菌持物钳不可夹取油纱或用于换药及消毒皮肤。污染或可疑污染应重新消毒。

7.无菌持物钳 24 小时更换一次;浸泡无菌持物钳及容器每周消毒 1~2 次,并更换消毒液。使用频繁的科室应每日消毒一次。

三、无菌包使用方法

【操作要点】

1.核对无菌包的名称、有效灭菌日期,检查化学指示带颜色变化情况,包布干燥、完整,系带严、紧方可使用。

2.自包布外角、右角、左角、近侧角的顺序打开,若为双层包裹的无菌包,内层无菌巾使用无菌持物钳打开。

3.用持物钳夹取物品,包内有剩余物品,则按原痕包起扎好,注明开包日期、时间,24h 内使用。

4.包内物品一次全部取出时,可将包托在手中打开,另一手将包布四角抓住,使包内物品妥善置于无菌区域内。

四、铺无菌盘

【目的】

短期存放无菌物品和便于无菌操作,将无菌治疗巾铺在洁净、干燥的治疗盘内,设立无菌区域,放置无菌物品。

【操作要点】

1.用无菌持物钳从无菌包内取出无菌治疗巾。

2.双手捏住无菌巾上层两角的外面抖开,双折铺于治疗盘上。

3.上层扇形折叠,开口边向外。

4.放入无菌物品后,展开扇形折叠层,盖住物品,上下层边缘对齐。开口处向上折两次,两侧边缘分别向下或向上折一次。

5.注明铺盘日期及时间。

【注意事项】

1.治疗盘清洁干燥、无菌巾避免潮湿。

2.铺巾时不可触及无菌面。

3.覆盖无菌巾时对准边缘,一次盖好,避免污染。

4.无菌盘有效时间为 4h。

五、无菌容器使用法

【操作要点】

1. 打开无菌容器时，无菌面朝上放置，取用物品后立即盖严容器。手不可触及容器的内面及边缘。
2. 无菌持物钳不可触及容器边缘。
3. 手持无菌容器时，应托住底部。
4. 打开容器时，避免手臂超过容器上方。
5. 从储槽中取物时，应将盖子完全打开，避免物品触碰边缘而污染。
6. 无菌容器应定期消毒。

六、取用无菌溶液法**【操作要点】**

1. 擦净瓶口，核对标签，检查瓶盖是否松动，溶液有无变质、浑浊。
2. 启开盖子，用拇指、示指或用双手拇指于标签侧翻起瓶塞，拉出瓶塞。
3. 消毒瓶口后，标签朝上，倒出少量溶液冲洗瓶口，再由原处倒出适量溶液。
4. 及时盖塞，消毒瓶口，注明开瓶日期及时间。

【注意事项】

1. 不可将无菌物品或非无菌物品伸入到无菌溶液瓶内蘸取或直接接触瓶口倒液。
2. 倒出的无菌溶液不可倒回瓶内。

七、戴无菌手套法**【操作要点】**

1. 洗净、擦干双手。
2. 选择手套号码，核对消毒有效期。
3. 打开手套包，滑石粉润滑双手。
4. 一手捏住手套翻折部分(手套内面)，取出手套戴上，已戴好手套的手插入另一手套翻折处(手套外面)，同法将手套戴好。
5. 手套翻边套在衣袖外面。

【注意事项】

1. 未戴手套的手不可触及手套外面，戴手套的手不能触及未戴手套的手及手套的里面。
2. 手套破裂或污染，立即更换。