

医学高职高专护理专业辅导教材

常用护理技术实训手册

主编 李喜蓉 刘黎 庄华英

CHANG YONG HULI JI SHU

SHI XUN SHOU CE



科学技术文献出版社
SCIENTIFIC AND TECHNICAL DOCUMENTATION PRESS

常用护理技术实训手册

主 编 李喜蓉 刘 黎 庄华英

编 委 (按姓氏笔画排列)

丁郭平 尹 毅 叶志香 庄华英

朱明瑶 李喜蓉 刘 黎 刘慎梅

刘小林 米 棋 杨 丽 张玉贤

岳晓燕 倪 超 高清源 唐晓莉

龚媛媛 缪礼红



科学技术文献出版社
SCIENTIFIC AND TECHNICAL DOCUMENTATION PRESS

图书在版编目(CIP)数据

常用护理技术实训手册 / 李喜蓉 刘黎 庄华英 主编
——北京:科学技术文献出版社,2013.9

ISBN 978-7-5023-8231-5

I. ①常…… II. ①李……②刘……③庄……

III. ①护理—高等职业教育—教材 IV. IR472

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 187883 号

常用护理技术实训手册

策划编辑:薛士滨 责任编辑:张宪安 责任校对:李乐德 责任出版:张志平

出版者	科学技术文献出版社
地 址	北京市复兴路 15 号(中央电视台西侧)/100038
编 务 部	(010)58882938 (010)58882087(传真)
发 行 部	(010)58882866(传真)
邮 购 部	(010)58882873
网 址	http://www.stdph.com
发 行 者	科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销
印 刷 者	湖南雅嘉彩色印刷有限公司
版 次	2013 年 9 月第 1 版 2013 年 9 月第 1 次印刷
开 本	787 × 1092 32 开
字 数	215 千字
印 张	5.85
书 号	ISBN 978-7-5023-8231-5
定 价	29.80 元



版权所有 违法必究

购买本社图书,凡字迹不清、倒页、脱页者,本社发行部负责调换。

目 录



实训一 铺备用床	(1)
实训二 铺暂空床	(4)
实训三 铺麻醉床	(7)
实训四 卧床患者更换床单	(10)
实训五 生命体征的测量	(14)
实训六 无菌技术基本操作	(20)
实训七 穿脱已使用过的隔离衣及手的消毒	(25)
实训八 口腔护理	(29)
实训九 床上洗发	(33)
实训十 床上擦浴	(36)
实训十一 鼻饲法	(40)
实训十二 大量不保留灌肠	(46)
实训十三 保留灌肠	(50)
实训十四 导尿术(男患者)	(53)
实训十五 导尿管留置术(女患者)	(57)
实训十六 口服给药	(62)
实训十七 雾化吸入	(66)
实训十八 皮内注射	(71)
实训十九 皮下注射	(76)

实训二十 肌肉注射	(80)
实训二十一 静脉注射(含微量注射泵的使用)	(84)
实训二十二 静脉采血	(89)
实训二十三 动脉采血	(92)
实训二十四 密闭式静脉输液(含输液泵的使用)	(96)
实训二十五 静脉留置针输液	(102)
实训二十六 静脉输血	(107)
实训二十七 给氧法	(112)
实训二十八 吸痰法	(118)
实训二十九 经外周穿刺中心静脉导管置入术(PICC)	(125)
实训三十 洗胃法	(132)
实训三十一 单人徒手心肺复苏	(139)
实训三十二 心电监测	(144)
实训三十三 微量血糖测定	(149)
实训三十四 四肢绷带包扎	(153)
实训三十五 外科洗手、穿手术衣、戴无菌手套	(157)
实训三十六 四步触诊	(161)
实训三十七 婴儿抚触	(164)
实训三十八 新生儿窒息复苏	(168)
实训三十九 头皮静脉输液	(172)
实训四十 光照疗法	(176)
实训四十一 温箱使用法	(179)

实训一 铺备用床

【实训目的】

保持病室整洁、美观,准备接收新病人。

【实训物品】

1. 护理车上层:枕芯、枕套、棉胎、被套、大单、速干手消毒剂。
2. 护理车下层:床刷、刷套、医用垃圾桶。
3. 其它:病床、床褥、床垫。

【实训步骤及评分】

步骤	分值	内容与要求	要点说明
环境准备	3	清洁、通风;病室内无患者进餐、换药或治疗	· 铺床会扬起尘埃,如有患者进行这些活动应暂停操作
自身准备	2	衣帽整洁,修剪指甲,洗手,戴口罩	
用物准备与评估	15	1. 准备用物 2. 检查用物是否齐全、各单折叠方法、摆放顺序是否符合要求 3. 检查病床是否完好、安全;床褥、床垫有无破损、污染	· 自下而上摆放枕芯、枕套、棉胎、被套、大单 · 各单的折叠方法根据各单的结构及铺单的方法选择 · 有脚轮的床,应先固定;调整床的高度,以便于操作
移开桌椅	3	护理车推至床尾,移开床旁桌约20cm,床旁椅移至床尾一侧	· 便于铺床头 · 便于走动
翻转床褥床垫	6	将床褥从床头至床尾湿扫干净,卷放在床旁椅上,翻转床垫,再将床褥翻转铺上	· 避免局部持久受压而凹陷 · 动作要轻

步骤	分值	内容与要求	要点说明
铺大单	28	<ol style="list-style-type: none"> 1.将大单正面向上,纵、横中线与床纵、横中线对齐,依次打开 2.铺近侧床头:右手托起床头床垫,左手伸过床头中线,将大单塞入床垫下,放下床垫 3.铺近侧床头角:右手向上提起大单边缘使其同床边沿垂直,以床沿为界,将床单分为上下两半,上半呈一等腰直角三角形,下半呈直角梯形。先将下半部塞入床垫下,再将上半部翻下塞入床垫下 4.铺近侧床尾:同法铺好床尾、床尾角 5.两手拉紧床沿中段部分大单塞入床垫下 6.转至左侧,同法铺好左侧大单 	<ul style="list-style-type: none"> ·护士双脚前后稍分开,膝盖稍弯曲,保持身体平衡,且节省力量,减少来回走动 ·铺大单顺序:先床头,后床尾;先近侧,后对侧 ·大单应平整,不易产生褶皱,中线对齐,美观,四角平整、紧扎
套被套	17	<p>套被式(被套开口在侧或尾端)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.被套正面在外,中线与大单中线对齐,床头与床垫的床头对齐,依次打开平铺于床上 2.将被套开口端的上层打开 3.将棉胎置于被套开口处,中线对齐 4.拉棉胎上缘中部至被套头端中部,分别将近侧和对侧棉胎角与被套角对齐,将棉胎展开,平铺于被套内 5.系好被套开口处系带 <p>卷筒式(被套开口在尾端)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.被套反面在外,中线与大单中线对齐,床头与床垫的床头对齐,依次打开平铺于床上 2.分开被套尾部开口端,将下层向下反折少许 3.将棉胎置于床头中部,中线对齐,上缘与被套头端平齐,拉开平铺在被套上 4.将棉胎和被套床头两角向上折,再一并由床头卷至床尾 5.将被套开口处两层分开翻转,系好系带 6.将盖被向床头翻卷拉平 	<ul style="list-style-type: none"> ·有利于棉胎放入被套 ·棉胎上缘与被套被头上缘吻合、平整、充实 ·卷动盖被时保持中线与床中线一致

步骤	分值	内容与要求	要点说明
折被筒	6	1.依次将远侧和近侧的盖被向内折叠成被筒与床沿平齐 2.将盖被尾端向内折叠与床尾平齐	·床面整齐、美观
套枕套	4	将枕套套于枕芯外，开口端背门平放于床头	·枕头四角充实、平整 ·开口端背门，使病室整齐、美观
整理用物	6	1.移回床旁桌、床旁椅 2.洗手，脱口罩	
综合评价	10	1.手法正确，动作轻稳，操作熟练，符合节力原则 2.床铺平整、紧实、舒适、安全、美观，各层均中线对齐，四角方正	

【情景模拟实训及考核案例】

1-1 05床，王敏，女，30岁，急性胃肠炎，住院治疗痊愈后出院，请铺好床单位，准备迎接新患者。

1-2 03床，杜云，男，83岁，慢性支气管炎、肺气肿住院，经治疗病情好转，医嘱今日出院，请铺好床单位，准备迎接新患者。

1-3 09床，张锡，男，76岁，因左股骨颈骨折住院，经手术治疗病情好转，医嘱今日出院，请铺好床单位，准备迎接新患者。

1-4 19床，云飞，男，9岁，因急性肺炎收住院，现病情痊愈，医嘱今日出院，请铺好床单位，准备迎接新患者。

1-5 38床，屈嘉敏，女，40岁，因左肱骨骨折住院，经手术内固定治疗，现病情处于恢复阶段，医嘱出院，请铺好床单位，准备迎接新患者。

实训二 铺暂空床

【实训目的】

- 1.保持病室整洁。
- 2.供新入院患者或暂时离床患者使用。

【实训物品】

- 1.护理车上层:枕芯、枕套、棉胎、被套、大单,必要时备橡胶单、中单,速干手消毒剂。
- 2.护理车下层:床刷、刷套、医用垃圾桶。
- 3.其它:床、床褥、床垫。

【实训步骤及评分】

步骤	分值	内容与要求	要点说明
患者评估	2	评估患者的病情、意识、心理状态、自理能力	·根据病情需要准备橡胶单及中单
环境准备	2	同备用床	
自身准备	2	衣帽整洁,修剪指甲,洗手,戴口罩	
用物准备与评估	14	1.准备用物 2.检查用物是否齐全、各单折叠方法、摆放顺序是否符合要求 3.检查病床是否完好、安全;床褥、床垫有无破损、污染	·自下而上摆放枕芯、枕套、棉胎、被套、中单、橡胶单、大单 ·各单的折叠方法根据各单的结构及铺单的方法选择
移开桌椅	2	同备用床	
翻转床褥床垫	6	同备用床	

步骤	分值	内容与要求	要点说明
铺大单 中单 橡胶单	28	<ol style="list-style-type: none"> 1.同备用床法铺好近侧大单 2.根据需要铺橡胶单和中单:置橡胶单于床上,中线与大单中线对齐,展开近侧,铺中单于橡胶单上,中线对齐,展开近侧,两单边缘部分一并塞入床垫下 3.转至对侧,铺好大单,拉平橡胶单、中单,将边缘部分一并塞入床垫下 	<ul style="list-style-type: none"> ·橡胶单可防止呕吐物、分泌物或伤口渗液污染病床 ·中单可避免橡胶单直接接触皮肤 ·根据患者情况橡胶单、中单可铺在床头(如呕吐者)、床尾(如下肢有伤口渗出者)或床中部(如大小便失禁者),如铺在床中部,则橡胶单上缘距床头 45~50cm
套被套	18	同备用床	
折被筒	6	<ol style="list-style-type: none"> 1.同备用床折好被筒 2.将盖被头端向内折 1/4,然后扇形三折于床尾,使之平齐 	·方便患者上下床
套枕套	4	同备用床	
整理用物	6	同备用床	
综合评价	10	<ol style="list-style-type: none"> 1.床铺平整、各单中线对齐、四角方正、美观 2.操作熟练、手法正确、动作轻巧,符合省时省力原则 	

【情景模拟实训及考核案例】

2-1 27床,丽萨,女,19岁,车祸入院,疑下肢有骨折,现由家属推轮椅前去拍X光片,请整理好床单位,保持病室整洁。

2-2 儿科病室新收治发热患儿一名,田沐阳,1岁,男,请为其准备好床单位。

2-3 06床,张新,男,22岁,左手食指被机器绞断,已行

断指再植手术,术后病情稳定,断指恢复良好。上午输完液体后患者离开病房,前往活动中心下棋,请整理好床单位,保持病室整洁。

2-4 袁青青,女,48岁,因下腹疼痛、反复少量出血门诊收住院,请尽快为患者准备好床单位。

2-5 17床,王卫东,男,48岁,以腰4、5椎间盘突出收住神经脊柱外科,预约上午9点35分前往康复科做理疗,请在患者离开后整理好床单位,保持病室整洁。

实训三 铺麻醉床

【实训目的】

- 1.便于接收和护理麻醉手术后的患者。
- 2.使患者安全、舒适,预防并发症。
- 3.避免床褥被污染。

【实训物品】

1.护理车上层:枕芯、枕套、棉胎、被套、橡胶单和中单各2条、大单、速干手消毒剂。

2.护理车下层:床刷、刷套、医用垃圾桶。

3.麻醉护理盘:无菌盘(内盛张口器、压舌板、牙垫、舌钳、治疗碗、镊子、纱布),血压计、听诊器、弯盘、棉签、胶布、手电筒、护理记录单、笔。

4.根据需要备吸氧装置、吸痰装置、心电监护仪及其它急救设备、输液架、热水袋、毛毯等。

【实训步骤及评分】

步骤	分值	内容与要求	要点说明
评估患者	2	了解患者诊断、病情、手术部位、手术名称、麻醉方式等	·根据患者手术情况准备急救器械和设备
环境准备	2	病室内无患者进餐、治疗或换药,必要时备单间病室或抢救室	·避免影响同室其他患者
自身准备	2	衣帽整洁,修剪指甲,洗手,戴口罩	
用物准备与评估	14	1.准备用物 2.检查用物是否齐全、各单折叠方法、摆放顺序是否符合要求 3.急救器械和设备是否符合患者需要	·自下而上摆放枕芯、枕套、棉胎、被套、中单、橡胶单、大单 ·各单的折叠方法根据各单的结构及铺单的方法选择

步骤	分值	内容与要求	要点说明
移开桌椅	2	1.护理车推至床尾,核对床号、姓名 2.移开床旁桌约 20cm,床旁椅移至床尾一侧	
翻转床褥床垫	6	同备用床	
铺大单中单橡胶单	28	1.同备用床法铺好近侧大单 2.于床中部或床尾铺一橡胶单和中单,边缘部分塞入床垫下 3.于床头铺另一橡胶单和中单,边缘部分塞入床垫下 4.转至对侧,铺好大单、橡胶单、中单	<ul style="list-style-type: none"> ·根据患者手术部位铺橡胶单、中单 ·非全麻手术患者可不铺床头橡胶单和中单 ·床头橡胶单、中单上缘应与床头平齐,下缘应压在中部橡胶单和中单上
套被套	18	同备用床	
折被筒	6	1.同备用床折好被筒 2.将盖被三折于距门远侧的床边	·方便手术后患者移至床上
套枕套	4	套好枕套,将枕头开口端背门横立于床头并固定枕头	·预防患者术后因颅内压下降而导致头痛,同时避免撞伤头部
整理用物	6	1.移回床旁桌,床旁椅移至床尾远离门的一侧 2.放麻醉护理盘于桌上,其他物品按需放置 3.洗手,脱口罩	·避免床旁椅妨碍将患者移至病床上
综合评价	10	1.手法正确,动作轻稳,操作熟练,符合省力原则 2.床铺平紧,整齐,各层床单中线对齐,四角充实、方正,舒适、美观 4.急救物品符合患者救治需要	

【情景模拟实训及考核案例】

3-1 10床,高贡生,男,24岁,突发转移性右下腹痛,伴压痛入院,B超确诊为急性阑尾炎,现已在腰硬联合麻醉下行腹腔镜阑尾切除手术,请为该患者准备床单位。

3-2 05床,喻希荀,女,63岁,突发头部剧烈疼痛、烦躁不安、呕吐、意识障碍,腰穿有血性脑脊液,脑血管造影和CT结果显示为颅内动脉瘤破裂出血,现在全麻下行颅内动脉瘤血管介入治疗术,请为该患者准备床单位。

3-3 07床,陈玉良,男,29岁,车祸致全身多处骨折,现在全麻下行骨折复位固定手术,请为该患者准备床单位。

3-4 19床,雷正西,男,78岁,前列腺癌,今晨8点在全麻下行前列腺摘除术,请为患者准备床单位。

3-5 36床,刘金凯,男,43岁,高处坠落致重型颅脑损伤,现正急诊行开颅减压术,请为患者准备床单位。

实训四 卧患者更换床单

【实训目的】

保持病室整洁、美观,病床平整、清洁、舒适,预防并发症。

【实训物品】

1. 护理车上层:自下而上放置枕套、被套、中单、大单,速干手消毒剂。

2. 护理车中层:卫生纸、床刷、刷套,治疗盘内盛 50%酒精或按摩膏、弯盘、手套。

3. 护理车下层:生活垃圾桶、医用垃圾桶。

4. 其它:便盆及便盆巾。

【实训步骤及评分】

步骤	分值	内容与要求	要点说明
患者评估与准备	6	1. 评估患者病情、意识状态、自理能力、卫生状况,局部有无伤口、皮肤红肿、溃烂,有无肢体功能障碍、活动受限、排便异常,心理状态及合作程度 2. 向患者解释操作目的、操作过程及注意事项	· 了解患者情况,取得合作
环境准备	2	1. 同室病友无进餐、治疗或换药 2. 酌情关闭门窗,拉好床帘,调节室温	· 如有影响应暂停操作 · 保护患者隐私、避免着凉
自身准备	2	衣帽整洁,修剪指甲,洗手,戴口罩	
用物准备与评估	10	1. 准备用物 2. 检查用物是否齐全、各单折叠方法、摆放顺序是否符合要求	

步骤	分值	内容与要求	要点说明
核对解释	2	推治疗车至床旁,核对床号、姓名,取得患者配合	
协助排便	2	询问患者,根据需要给予便器	
放平支架	2	1.移开床旁桌约 20cm,床旁椅移至床尾一侧 2.酌情放平床头、床尾支架,松开盖被	
按摩受压部位	4	协助患者移向近侧并侧卧,背向护士,用按摩膏或 50%乙醇按摩全背	<ul style="list-style-type: none"> ·酌情将对侧床档拉起,防止患者坠床 ·按摩可促进血液循环预防压疮
更换近侧大单	12	1.将枕头移向对侧,协助患者侧卧于对侧 2.松开近侧各单,用中单擦拭橡胶单后卷于患者身下,橡胶单搭于患者身上,将大单卷起塞入患者身下,扫净床褥上渣屑 3.将清洁大单中线对齐放置床面上,打开近侧,将对侧向内折叠卷好塞入患者身下,铺好近侧大单	<ul style="list-style-type: none"> ·如患者带有管道,操作时应注意妥善安置,防止导管折叠、脱出,保持导管通畅 ·污染的大单、中单将污染面向内翻卷
更换近侧中单	3	放平橡胶单,铺中单于橡胶单上,两单近侧边缘部分一并塞入床垫下,对侧中单的半幅塞入患者身下	<ul style="list-style-type: none"> ·中单清洁面向内翻卷
更换卧位	2	移枕头至近侧,协助患者侧卧于清洁的一侧,面向护士	<ul style="list-style-type: none"> ·酌情拉起近侧床档,放下对侧床档,防止患者坠床
更换对侧各单	12	1.至对侧松开各单,将污中单擦净橡胶单后卷放于床尾,橡胶单搭于患者身上,将污大单自床头卷至床尾与污中单一并放于污物袋内 2.扫净床褥,依次将大单、橡胶单、中单各层铺好	

步骤	分值	内容与要求	要点说明
患者平卧	2	移枕头至床中间,协助患者平卧于床中央	
更换被套	20	<ol style="list-style-type: none"> 1.解开污染被套,将棉胎在污被套内折好,拿出放于护理车上 2.将清洁被套正面在外铺于污被套上,然后将棉胎套入清洁被套内 3.将盖被上缘压在枕下或由患者双手握住,从床头至床尾将污被套撤出放入污物袋内 4.整理盖被,折成被筒,尾端内折与床尾平齐 	·保护患者,防止患者受凉
更换枕套	3	一手托起患者头颈部,一手取出枕头,更换枕套,拍松,置于患者头下	
整理用物	4	<ol style="list-style-type: none"> 1.协助患者取舒适卧位,移回床旁桌、床旁椅 2.洗手,取口罩 	
健康教育	2	根据患者情况进行健康教育	
综合评价	10	<ol style="list-style-type: none"> 1.操作熟练、方法正确、动作轻稳,注意节力省力 2.操作过程中注意观察病情,进行有效沟通,患者无不适和病情变化 3.换单后患者感觉清洁、舒适,心情愉快 	

【情景模拟实训及考核案例】

4-1 17床,张欢,女,28岁,一天前经阴道分娩一健康男婴,晨间护理时护士发现患者臀下床单被阴道流血污染,请为患者更换床单。

4-2 30床,李妍林,女,35岁,急性腹痛入院,诊断为急性胰腺炎,护士在给患者进行胃肠减压时,患者呕吐,床单污