



中医特色医养结合出版工程

总主编 唐靖一

养老机构 慢性病护理 实用手册

主编 龚勤慧 陆静波

 上海科技教育出版社



中医特色医养结合出版工程

总主编 唐靖一

养老机构 慢性病护理 实用手册

主编 龚勤慧 陆静波

图书在版编目(CIP)数据

养老机构慢性病护理实用手册/龚勤慧,陆静波主编.
—上海:上海科技教育出版社,2019.8
中医特色医养结合出版工程
ISBN 978-7-5428-6927-2

I. ①养… II. ①龚… ②陆… III. ①老年人—慢性病—护理—指南 IV. ①R473-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2019)第019860号

责任编辑 蔡 婷
封面设计 杨 静

中医特色医养结合出版工程
养老机构慢性病护理实用手册
主编 龚勤慧 陆静波

出版发行 上海科技教育出版社有限公司
(上海市柳州路218号 邮政编码200235)
网 址 www.sste.com www.ewen.co
经 销 各地新华书店
印 刷 上海书刊印刷有限公司
开 本 787×1092 1/16
印 张 24.25
版 次 2019年8月第1版
印 次 2019年8月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5428-6927-2/R·456
定 价 148.00元

本书编写者名单

主 编 龚勤慧 陆静波
副主编 廖晓琴 沈永红 孙 青 徐 敏 张 洁 姚丽文
编 委 曹 凤 蔡 敏 黄柳燕 黄婉琳 黄 瑾
李丽萍 李 辉 鲁剑萍 沈麒云 唐 欢
王岩梅 吴继萍 姚 蓉 严斌泓 张桂丽
章月琴 周红蔚 周俭美 周霄云

中医特色医养结合出版工程 编撰委员会

- 顾 问 陈凯先 中国科学院院士
严世芸 全国名中医
- 主 任 徐建光 上海中医药大学校长
- 副 主 任 王拥军 上海中医药大学副校长
季 光 上海中医药大学党委副书记
胡鸿毅 上海中医药大学副校长
- 委 员 房 敏 上海中医药大学针推学院院长
单春雷 上海中医药大学康复学院院长
施 榕 上海中医药大学公共健康学院院长
张翠娣 上海中医药大学护理学院院长
王 健 上海中医药大学科技人文研究院院长
肖 臻 上海中医药大学附属龙华医院院长
周 华 上海中医药大学附属曙光医院院长
周 嘉 上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院院长
- 总 主 编 唐靖一
- 编 委 方 泓 吴绪波 沈红艺 陆静波 田 雨 周 洁
廖晓琴 龚勤慧 凤 磊 马 杰 童 宇 郑晓红
- 主编单位 上海中医药大学

总序

中医特色医养结合出版工程

唐靖一

随着社会和经济的发展,我国已快速进入老龄化社会,而上海作为发达地区的代表,正在逐步进入深度老龄化社会。老年人群往往患有慢性疾病,存在一定程度的生理机能退化,加上家庭照护功能的弱化,老年人的生活照料、医疗护理、康复护理的需求亟须通过社会化养老服务供给方式得到满足。为此,养老事业成了党和政府高度重视、全社会共同关注的热点。

“医养结合”是指医疗资源与养老资源相结合,实现社会资源利用的最大化。其中,“医”包括医疗康复保健服务,具体有医疗服务、健康咨询、健康检查、疾病诊治和护理服务、康复服务以及临终关怀服务等;“养”包括生活照护服务、精神心理服务、文化活动服务。利用“医养结合”的发展模式,集医疗、康复、养生、养老等为一体,把老年人健康医疗服务放在首要位置,发展养老机构和医院的功能相结合,生活照料和康复关怀融为一体的新型养老服务模式。

中医学主张“上工治未病”,倡导健康养生防病于未患,擅长慢病调理,在“医养结合”领域具有其独特的优越性,受到社会和政府的普遍关注。上海中医药大学自2015年起承担了上海市公共卫生体系建设三年行动计划(2015—2017年)中医特色医养结合示范项目,充分发扬中医“治未病”理念在慢病调理与健康管理中的优势,将“保健医学(培本固原)—预防医学(未病先防)—临床医学(既病防变)—康复医学(瘥后防复)”与养老服务全面融合,充分挖掘中医治未病的技术方法和产品,利用现代科技手段,实现对机构养老和居家养老不同层次、不同类型人员的全程式医养服务。

我们调研了本市109家医养结合机构的服务现状以及6915名老人和家庭照护者对于医养结合的需求,制定了以“预防—医疗—康复—养老—护理为一体”的大健康系统管

理为指导,融合医疗、护理、康复、营养、管理等领域的知识与技术的中医医养结合服务流程与技术规范。在全市范围内建立了30多家中医医养结合示范基地,运用“互联网+”的服务理念,以老年人中医服务健康数据为基础,建立起了医养管理者、研究者的精细化管理平台。完成了专升本、继续教育、岗位培训在内的多层次的中医医养结合人才培养。融合中国传统保健功法与日本成熟的运动康复训练法,研制并试点“中国老年人综合训练法”;总结中医古籍及临床上常用的养生食疗方案,结合体质辨识与现代中药药理学,研制具有功能性食品特色的中医药适老养生茶饮。依托中医医养结合示范基地与上海中医药大学志愿者服务团队,全面开展中医医养结合服务,服务受众超过20 000人次,上海电视台新闻综合频道、教育频道等主流媒体多次采访录制节目,社会反响良好,具有很高的美誉度与显示度。首创了以“基础医学—循证医学—转化医学—实践医学”为主链,融“医—护—康—养”为一体的老年人健康数据、中医远程医疗服务、适老科技产品之间联结互动的产学研创新机制。以上体系创新得到了法国、日本、美国医疗与养老领域同行的关注,召开了两届中法医养结合高峰论坛;通过国际间的交流与合作,拓展了“一带一路”沿线国家海外中医中心的服务内涵。

根据研究成果我们编著了《中医特色医养结合出版工程》系列图书,弥补了国内在医养结合领域专业论著上的空缺,切合了全社会对于养老服务中自我保健、服务开展以及人员培训的需求,相信这项出版工程必将引领我国养老事业的发展。

唐靖一 医学博士,主任医师,上海中医药大学产学研办公室主任,龙华医院心血管研究室主任。原上海中医药大学附属曙光医院副院长、龙华医院副院长。上海市中西医结合学会青年委员会副主任委员,上海市中医药学会规范化培训分会副主任委员,全国名中医严世芸工作室继承人,上海市公共卫生三年行动计划“中医医养结合示范工程”负责人,上海申养投资管理股份有限公司董事副总经理。

前言

养老机构慢性病护理实用手册

全球人口老龄化和养老问题是 21 世纪最重要的发展趋势之一,将严重地影响人口、经济与社会的可持续发展,对社会产生重要而深远的影响。我国的慢性病发病率居高不下,慢性病病程长、预后差、并发症多、致残率高,大多数患者病后需要进行长期的康复训练和医疗照护。因此,我们组织了临床一线的护理专家,针对养老机构中慢性病护理编写本书。本书由上海中医药大学承担的上海市公共卫生服务体系建设三年行动计划(2015—2017 年)——“中医特色医养结合示范项目”作为技术支撑。

我们在前期调研的基础上,选取了高血压、高脂血症、冠心病、慢性阻塞性肺疾病、脑卒中等 15 个老年人常见慢性病和跌倒、便秘、尿失禁等 6 个老年人常见症状护理。本护理指导手册运用健康管理和循证护理先进理念,借鉴相关临床护理指南,紧扣入院评估、日常管理、病种特色护理等养老机构护理环节,突出中医护理特色,有较强的指导作用与实用价值,对规范和提升养老机构慢性病护理具有较好的借鉴作用。

本书可用于养老机构护理人员的培训教材,也可作为指导养老机构慢性病护理的工具书。

由于本书编写内容为护理工作中养老机构一种新的护理模式,难免存在不当之处,恳请大家批评指正。

龚勤慧 陆静波

2019 年 3 月

目录

第一章 绪论 1

- 第一节 养老机构护理人员岗位设置与职责 2
- 第二节 养老机构护理工作管理制度 5
- 第三节 养老机构护理风险管理 11
- 第四节 养老机构消毒隔离制度 14
- 第五节 慢性病管理 18
- 第六节 中医护理常见适宜技术 22

第二章 老年人常见慢性病护理 28

- 第一节 糖尿病 28
- 第二节 冠心病 42
- 第三节 退行性骨关节病 53
- 第四节 骨质疏松症 71
- 第五节 颈椎病 84
- 第六节 慢性肾病 94
- 第七节 慢性支气管炎 109
- 第八节 慢性阻塞性肺疾病 129
- 第九节 高血压 145
- 第十节 高脂血症 160
- 第十一节 高尿酸血症 179
- 第十二节 脑卒中 190
- 第十三节 帕金森病 214

第十四节 肺癌 227

第十五节 肠癌 240

第三章 老年人常见症状护理 255

第一节 老年功能性便秘 255

第二节 疼痛 269

第三节 噎呛 282

第四节 视力障碍 294

第五节 尿失禁 306

第六节 跌倒 317

第四章 养老机构慢性病老年人的心理健康评估与维护 333

第五章 中医护理技术操作流程 340

第六章 常用评估表 362

第一章 绪论

我国早已进入人口老龄化的快速发展期,截止 2015 年底,全国 60 岁及以上老年人口约 2.2 亿人,占总人口的 16.1%。其中 65 岁及以上人口 1.44 亿人,占总人口的 10.5%。至 2030 年预计可达到 2.8 亿人,占总人口的 20% 左右,将面临更深度的老龄化挑战。我国目前老年人患有各种慢性疾病,失能、半失能老年人已超过 4000 万人,占老年人口的 19%。医疗负担重,老年患者消耗的医疗资源是全部人口平均消耗的数倍。随着失能、半失能、高龄老年人数量的持续增长,医疗护理、慢性病照护问题日益凸显,社会养老服务需求日益增长。我国政府高度重视并积极应对人口老龄化问题,国务院《关于促进健康服务业发展的若干意见》(国发[2013]40 号)提出,加强医疗机构与养老机构的合作,在养老服务中充分融入健康理念,加强医疗卫生服务支撑。国务院办公厅《关于印发全国医疗卫生服务体系规划纲要(2015—2020 年)的通知》(国办发[2015]14 号)中指出,要推进医疗机构与养老机构等加强合作,推动中医药与养老结合,充分发挥中医药“治未病”和“养生保健优势”。国家民政部、发改委在《民政事业发展第十三个五年规划》(民发[2016]107 号)对医养结合的发展中提出,要统筹医疗卫生与养老服务资源布局,支持养老机构开展医疗服务。重点发展医养结合型养老机构,增加养护型、医护型养老床位,提高养老服务有效供给。

2015 年原国家卫生和计划生育委员会发布的《中国居民营养与慢性病状况报告(2015 年)》显示,2012 年高血压(成人)、糖尿病(成人)、慢性阻塞性肺疾病(40 岁以上)的患病率分别为 25.2%、9.7%、9.9%,癌症发病率达 235/10 万。在总死亡人数中,慢性病死亡率达 533/10 万,占 86.6%,其中,心脑血管病、癌症、慢性呼吸系统疾病死亡率分别为 271.8/10 万、144.3/10 万、68/10 万。《全国护理事业发展规划(2016—2020 年)》中明确提出,到 2020 年,老年护理服务体系逐步健全。“十三五”期间,应大力发展老年护理服务事业,全面提升老年护理服务能力。加强老年护理服务、医养结合及安宁疗护机构能力建设,不断完善相关服务指南和规范,进一步规范护理服务行为。加大人才培养力度,切

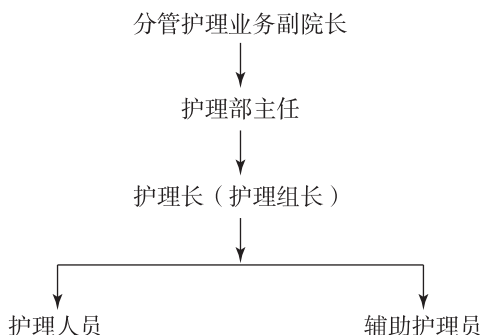
实提升老年护理服务水平。至 2020 年,争取支持每个地区设立一所护理院,完善老年护理相关设备、设施配备。鼓励社会力量积极举办老年护理服务机构。有条件的地区设立安宁疗护中心,满足老年人的健康需求。加快推进医养结合计划:按照《关于推进医疗卫生与养老服务相结合指导意见》有关要求,支持有条件的地区加强医疗机构和养老机构等合作,开展多种形式的医养结合,满足老年人健康需求。

老年人的养老护理非单纯的照顾起居、诊疗,需要专门的医护人员。加快开展老年护理服务人员的规范培训工作,初步形成一支由护士和护理员组成的老年护理服务队伍,提高老年护理服务的能力。本书作为养老机构的实用指导手册,对提升老年人的生活、生存质量给予了全面的指导。

第一节 养老机构护理人员岗位设置与职责

一、养老院护理组织架构

生活照护是养老机构为老年人服务的核心内容,承担了住养老年人的日常生活护理、精神慰藉与照护等工作,更是老年人在养老机构中安享晚年生活的基础护理服务。养老机构内通常设置“护理部”或“护理中心”,是在分管院长的领导下为不同的护理等级的老年人提供 24h 不间断的照护工作,并为需要提供精神照护的老年人提供精神慰藉、临终关怀等服务;负责一线护理人员的护理业务培训,提高日常照护技术等。



二、护理部主任岗位职责

- (1) 在院长领导下,分管全院养老护理工作。
- (2) 负责入住老年人的照护工作,合理安排每周护理工作,每月制订护理工作计划,

并组织落实,定期检查,按时向分管院长汇报总结。

(3) 负责日常护理质量管理,并有计划地检查医嘱的执行情况,监督指导护理人员严格执行各项规章制度和护理技术操作常规,加强医护间配合,严防护理差错事故的发生。

(4) 负责护理人员的培训、考核,组织重点老年人护理查房,积极开展新技术、新业务及护理科研工作。

(5) 负责管理护理人员的合理分工,环境的整洁、安静、安全、舒适,各类仪器、设备、药品的管理、院内调配。

(6) 接待家属来访,并做好老年人家属的谈话记录与探访情况汇总。

(7) 组织、配合上级查房,发现问题及时处置。

三、护理部副主任岗位职责

(1) 在护理部主任领导下开展工作。

(2) 负责接待老年人、家属来访工作,协助办理住养老年人的出入院手续,并做好老年人家属的谈话及探访情况记录。

(3) 负责新入院老年人的身体评估,个案照护计划的确定,并配合组织实施,定期检查与总结。

(4) 负责护理人员的培训、考核,组织重点老年人护理查房,积极开展新技术、新业务及护理科研工作。

(5) 有计划地检查医嘱的执行情况,监督指导护理人员严格执行各项规章制度和护理技术操作常规,加强医护间配合,严防护理差错事故的发生。

(6) 负责护理人员、实习生的培训与考核、拟定每年护理人员的培训计划,组织业务学习并落实。

(7) 负责管理护理人员的合理分工,环境的整洁、安静、安全、舒适,各类仪器、设备、药品的管理、院内调配。

(8) 组织、配合上级查房,发现问题及时处置。

四、护理组长岗位职责

(1) 在护理部主任领导下,制订本单元工作计划,并组织实施,记录好组长手册。

(2) 负责本单元养老护理工作,按时完成月计划、周重点,根据工作实际需要调配人力、物力,保证老年人安全。

(3) 督促、检查本单元护理人员严格执行各项规章制度和操作规范,落实岗位责任制,加强相互配合,保证护理安全。

(4) 创造良好的养老环境,负责老年人用餐的组织和准备工作、生活区的环境卫生检

查和督促工作、生活区老年人卫生和老年人的安全巡视工作。

(5) 检查及指导养老护理人员工作,研究养老护理工作中存在的问题,不断提高护理工作质量。

(6) 组织养老护理人员业务学习,提高养老护理人员的业务水平和综合能力。

(7) 对需实施安全措施(安全带、约束带等)的住养老年人应报告上级,取得主任和家属同意后,方可执行。

(8) 根据养老机构条件,组织老年人开展文化娱乐活动,丰富老年人的业余生活。

(9) 负责本护理单元老年人的生活护理工作。

(10) 督促生活分级护理程序、内容和个案护理计划执行,定时检查,送急危重症老年人医院就诊,并合理安排护理工作。

(11) 完成院领导安排的其他工作。

五、护理人员岗位职责

(1) 严格遵守养老机构各项规章制度、规范为老服务,在护理部领导下,负责老年人生活护理。

(2) 严格执行操作程序和护理技术常规,严防护理差错。

(3) 认真做好交接班工作,按时上、下班,坚守岗位,不得擅自离岗,不干私活。

(4) 优化护理服务,督促、帮助老年人整理内务,做好生活区的卫生工作,保持环境安静、清洁、整齐,爱护公共财产。

(5) 严格执行护理常规,做好相应的生活护理,配合其他职能部门做好老年人疾病的预防、治疗和康复工作。

(6) 服从院领导及护理部主任、护理组长的工作调配,强化责任意识,确保护理安全。

(7) 定时巡房,掌握老年人的身心健康状况,呼叫铃响5min内须赶至老年人身边,以防意外发生,发现问题及时汇报、处置。

(8) 做好老年人家属接待工作,耐心向家属介绍老年人的生活状况,态度诚恳、和蔼可亲,礼貌用语。

(9) 做好防火、防盗、防事故工作。

(10) 完成护理部安排的其他工作。

六、辅助护理员岗位职责

(1) 严格遵守养老机构各项规章制度、规范为老服务,在护理部及护理组长领导下,负责老年人生活护理。

(2) 认真做好交接班工作,按时上、下班,坚守岗位,不得擅自离岗,不干私活。

(3) 督促、帮助老年人整理内务,做好生活区的卫生工作,保持环境安静、清洁、整齐,爱护公共财产。

(4) 依据所制定的老年人个案护理计划,做好相应的生活护理,配合其他职能部门做好老年人疾病的预防、治疗和康复工作,组织老年人参加院内各种康复活动。

(5) 服从院领导及护理部主任、护理组长的工作调配,强化责任意识,确保护理安全。

(6) 定时巡房,掌握老年人的身心健康状况,呼叫铃响 5min 内须赶至老年人身边,以防意外发生,发现问题及时汇报、处置。

(7) 做好老年人家属接待工作,耐心向家属介绍老年人的生活状况,态度诚恳、和蔼可亲,礼貌用语。

(8) 做好防火、防盗、防事故工作。

第二节 养老机构护理工作管理制度

一、生活护理管理制度

(一) 生活护理分类

生活护理是养老机构为老年人提供的核心服务内容,一般分为两类:一类为分级护理,一类为个案护理。

1. **分级护理** 根据住养老年人生活自理能力、认知能力、情绪行为等进行评估,客观评价其生活能力状况,并给予不同级别的护理。

2. **个案护理** 根据住院老年人个体情况,如年龄、生活自理程度和身体状况,采取相应的针对性护理措施,使护理工作更适应老年人个体需要的一种护理工作方式。

(二) 生活护理等级确定

1. **生活分级护理** 是养老机构对住养老年人进行生活护理的工作方式,应依据新入院老年人的具体情况确定生活护理等级,必须依照生活分级护理标准认真执行。

2. **生活分级护理标准** 是依据住养老年人的年龄、生活自理能力、认知能力、身体状况、情绪行为及特殊要求而制订。一般分为三级护理(自理)、二级护理(半护理)、一级护理(全护理)和专门护理四个等级。分级护理标准是对住养老年人确定生活护理等级和调

整生活护理等级的依据,也是提供相应等级生活护理的重要依据。

(三) 生活分级护理服务内容

生活分级护理的主要内容是围绕不同护理等级的住养老年人日常生活需求,从个人清洁卫生护理、饮食起居、居室卫生、医疗护理康复等四个方面作出规范化的护理要求。

1. 三级生活护理(自理)

(1) 个人清洁卫生护理

- 1) 早晨督促住养老年人漱口、洗脸、洗手、梳头。
- 2) 晚上督促洗脸、洗手、洗脚、洗臀部。
- 3) 协助整理、清洁床铺,更换床单等。
- 4) 督促、协助住养老年人定期修剪指(趾)甲,理发剃须,更换、整理衣物。
- 5) 督促或组织老年人定期沐浴,做好老年人清洁卫生工作。

(2) 饮食起居护理

- 1) 鼓励或帮助老年人到餐厅用餐。
- 2) 定时巡视居室,观察住养老年人睡眠状况,发现异常及时汇报并处置。
- 3) 依据住养老年人实际需要添置生活用品与食物,并应手续齐全。
- 4) 观察并掌握住养老年人的饮食、起居及思想情绪、精神状况。
- 5) 督促或协助住养老年人按时服药,并观察服药后有无异常。

(3) 居室卫生

- 1) 督促老年人早晨整理床单位、晚上铺床、帮助翻晒被褥。
- 2) 定期更换床单、被套,保持床单位清洁、干燥。
- 3) 定时开窗通风、保持室内外空气流通。
- 4) 每日清洁居室,室内物品摆放整齐,地面清洁干燥,桌面及墙壁清洁无灰尘,并定期消毒。

2. 二级生活护理(半自理)

(1) 个人清洁卫生护理

- 1) 早晨协助住养老年人漱口、洗脸、洗手、梳头。
- 2) 晚上协助洗脸、洗手、洗脚、洗臀部。
- 3) 协助整理、清洁床铺,更换床单等。
- 4) 协助老年人定期修剪指(趾)甲,理发剃须,更换衣裤、整理衣物。
- 5) 协助老年人定期沐浴,做好老年人清洁卫生工作。
- 6) 每日洗涤内衣,外衣每周洗涤1次。
- 7) 帮助、搀扶行动不便的住养老年人如厕。

(2) 饮食起居护理

- 1) 行动不便的住养老年人需协助用餐。
- 2) 定时巡视居室,观察住养老年人睡眠状况,发现异常及时汇报并处置。
- 3) 依据住养老年人实际需要添置生活用品与食物,并应手续齐全。
- 4) 观察并掌握住养老年人的饮食、起居及思想情绪、精神状况。
- 5) 协助住养老年人按时服药,并观察服药后反应及病情变化,如有异常及时汇报并协助处理。
- 6) 缺乏自理能力的住养老年人应代为保管好钱物,并做好交接及记录,手续齐全。
- 7) 落实心理护理。

(3) 居室卫生

- 1) 协助老年人早晨整理床单位、晚上铺床、定期翻晒被褥。
- 2) 每周定期更换床单、被套,如有污染应及时更换,以保持床单位的清洁、干燥。
- 3) 定时开窗通风、保持室内外空气流通。
- 4) 每日清洁居室,室内物品摆放齐整,地面清洁干燥,桌面及墙壁清洁无灰尘,并定期消毒。
- 5) 食用餐具、茶杯应严格消毒,毛巾、面盆定期清洗,便器应每周消毒1次。
- 6) 落实卫生宣教工作,督促并定期检查食品卫生状况与保质期。

3. 一级生活护理(全护理)

(1) 个人清洁卫生护理

- 1) 早晨帮助住养老年人漱口、洗脸、洗手、梳头。
- 2) 晚上帮助老年人洗脸、洗手、洗脚、洗臀部。
- 3) 协助整理床铺,清洁床铺,更换床单等。
- 4) 协助老年人定期修剪指(趾)甲,理发剃须,更换衣裤、整理衣物。
- 5) 帮助老年人定期沐浴。
- 6) 每日洗涤内衣,外衣每周洗涤1次。
- 7) 搀扶行动不便的住养老年人如厕。

(2) 饮食起居护理

- 1) 饭菜、茶水供应到床边,按时喂饭、喂水。
- 2) 定时巡视居室,观察住养老年人睡眠状况,发现异常及时汇报并处置。
- 3) 依据住养老年人实际需要添置生活用品与食物,并应手续齐全。
- 4) 观察并掌握住养老年人的饮食、起居及思想情绪、精神状况。
- 5) 按时喂药,并观察服药后反应及病情变化,如有异常及时汇报并协助处理。
- 6) 与家属保持沟通,代为保管好钱物,并做好交接及记录,手续齐全。