

现代家政服务与管理专业创新型系列教材



老年照护技术

主编 孙红梅 朱晓菊

 **北京理工大学出版社**
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

老年照护技术

主 编 孙红梅 朱晓菊
副主编 武 薇 贺春荣 潘 慧
参 编 李书真 田 静 冯子倩 孟 婷

 **北京理工大学出版社**
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

内 容 简 介

本教材为满足“十四五”规划纲要提出的一系列满足老年人更加多元、更高品质服务需求的发展目标和措施,实施积极应对人口老龄化国家战略,提高老年期的生命质量和健康水平,从老年人生活照护到心理照护和安宁照护全方位工作情境的职业能力体系进行教学设计和资源开发,包括绪论、老年人生活照护(居住环境、饮食、排便、清洁、睡眠)、老年人基础照护(冷热疗法、用药照护、生命体征评估与照护)、老年人转运与陪同服务、老年人心理照护、失智老年人照护、老年人的安宁疗护等七个模块,十五个工作项目。具体任务采用任务驱动法的行动导向式编写方式,从任务描述(情景导入)、任务分析、相关知识、任务实施到任务评价,旨在培养具有高素质高技能的老年照护紧缺人才。

版权专有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

老年照护技术 / 孙红梅, 朱晓菊主编. --北京 :
北京理工大学出版社, 2021. 11 (2021. 12 重印)

ISBN 978-7-5763-0606-4

I. ①老… II. ①孙… ②朱… III. ①老年人-护理
学 IV. ①R473. 59

中国版本图书馆CIP数据核字(2021)第220404号

出版发行 / 北京理工大学出版社有限责任公司

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街5号

邮 编 / 100081

电 话 / (010) 68914775 (总编室)
(010) 82562903 (教材售后服务热线)
(010) 68944723 (其他图书服务热线)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 唐山富达印务有限公司

开 本 / 787毫米×1092毫米 1/16

印 张 / 16

字 数 / 425千字

版 次 / 2021年11月第1版 2021年12月第2次印刷

定 价 / 68.00元

责任编辑 / 武君丽

文案编辑 / 徐春英

责任校对 / 周瑞红

责任印制 / 施胜娟

图书出现印装质量问题,请拨打售后服务热线,本社负责调换

现代家政服务与管理专业创新型系列教材

建设委员会名单

顾问：

宁波卫生职业技术学院 朱晓卓教授

中国家庭服务业协会理事

中国劳动学会理事

中国老教授协会家政学与家政产业专委会副主任委员

全国电子商务职业教育教学指导委员会委员

宁波卫生职业技术学院健康服务与管理学院院长、高职研究所所长

主任：

菏泽家政职业学院 董会龙教授

中国职业技术教育学会家政专业教学工作委员会理事

山东省职业技术教育学会教学工作委员会委员

山东省家庭服务业协会副会长

副主任：

菏泽家政职业学院教务处长 刘加启

菏泽家政职业学院家政管理系主任 王颖

菏泽家政职业学院家政管理系副主任 孙红梅

院校主要编写成员（排名不分先后）：

菏泽家政职业学院 张永清

长沙民政职业技术学院 钱红

菏泽家政职业学院 鲁彬

遵义医药高等专科学校 钟正伟

菏泽家政职业学院 郭丽
徐州技师学院 辛研
山东医学高等专科学校 乜红臻
淄博电子工程学校 苗祥凤
菏泽家政职业学院 刘德芬
遵义医药高等专科学校 冯子倩
菏泽家政职业学院 郑胜利
山东药品食品职业学院 孟令霞
菏泽家政职业学院 刘香娥
济南护理职业学院 潘慧
菏泽家政职业学院 朱晓菊
山东交通学院 陈明明
菏泽家政职业学院 常莉
菏泽家政职业学院 武薇
德州职业技术学院 冯延红
菏泽家政职业学院 赵炳富

医院、企业主要编写成员（排名不分先后）

单县中心医院 贺春荣
菏泽市天使护政公司 李宏
河南雪绒花职业培训学校 刘丽霞
单县精神康复医院 田静
淄博柒鲁宝宝教育咨询有限公司 齐晓萌
单县中心医院营养科 时明明
河南雪绒花职业培训学校 焦婷
菏泽颐养院医养股份有限公司单县老年养护服务中心 闫志霖

序 言

2019年6月，国务院办公厅印发《关于促进家政服务业提质扩容的意见》（国发办〔2019〕30号，以下简称《意见》），从完善培训体系、推进服务标准化、强化税收金融支持等10方面提出了36条政策措施，简称“家政36条”。《意见》围绕“提质”和“扩容”两个关键词，紧扣“一个目标”“两个着力”“三个行动”“四个聚焦”，着力发展员工制企业，推进家政行业进入社区，提升家政人员培训质量，保障家政行业平稳健康发展。

中国社会正在步入家庭的小型化、人口的老龄化、生活的现代化和劳动的社会化，人们对于家政服务的需求越来越广泛。未来，家政服务从简单劳务型向专业技能型转变，专业化发展是关键节点。对于家政服务企业来说，在初级服务业务领域，发展核心是提高服务人员的不可替代性，必须提高家政服务人员服务质量和水平；在专业技术型业务中，需要不断建立完善的标准化服务体系，实现专业化发展。对于高等教育来说，亟须为家政行业培养懂知识重技能的高素质家政人才。

为进一步深化高等职业教育教学水平，促进家政行业高素质人才的培养工作，提升学生的理论知识和实践能力，由菏泽家政职业学院牵头，联合其他高校、企业，在深入调研和探讨的基础上，编写“现代家政服务与管理专业高职系列规划教材”，包括家政服务公司经营与管理、家庭膳食与营养、家庭急救技术、母婴照护技术、老年照护技术、家电使用与维护、家政实用英语、家庭康复保健10余本。

此系列教材以学习者为中心，基于家庭不同工作情境的职业能力体系进行教学设计、教材编写与资源开发；站在学习者的角度设计任务情境案例，按照不同层面设计教学模块，并制定相对应的工作任务及实施流程。对于技能型知识点，采用任务驱动模式编写，从任务描述（情景导入）、任务分析、相关知识、任务实施到任务评价，明确技能标准及要求，利于教师授教和学生学习。同时，增加知识拓展模块，将课程思政理念融入教材内容全过程，更加注重能力培养和工作思维的锻炼。

本系列教材的出版，能够填补现代家政服务与管理高职教育专业教材的空白，更好地服务于高职现代家政服务与管理专业师生，为家政专业人才培养提供了参考依据，符合家政专业人才培养教学标准，具有前瞻性和较强应用性。



2021.12.22

前 言

随着老龄化社会的快速到来，我国已经成为世界上老年人口最多的国家，根据2021年5月11日发布的第七次全国人口普查数据，全国60周岁及以上人口26401.88万人，占总人口的18.7%，其中65周岁及以上人口19063.5万人，占总人口的13.5%，意味着人口老龄化程度进一步加深，社会急需一大批养老服务及专业化服务人才。老年人值得全社会的尊敬和爱戴，老年人更需要关心和帮助，积极应对人口老龄化、为老年人提供老年照护技术服务，从而提升老年人的生活水平和生命质量，是全社会人民的共同愿望。

《老年照护技术》是现代家政服务与管理专业和智慧健康养老服务与管理专业的核心教材之一，本教材为满足“十四五”规划纲要提出的一系列满足老年人更加多元、更高品质服务需求的发展目标和措施，实施积极应对人口老龄化国家战略，提高老年期的生命质量和健康水平，从老年人生活照护到心理照护和安宁照护全方位工作情境的职业能力体系进行教学设计和资源开发，包括绪论、老年人生活照护（居住环境、饮食、排便、清洁、睡眠）、老年人基础照护（冷热疗法、用药照护、生命体征评估与照护）、老年人转运与陪同服务、老年人心理照护、失智老年人照护、老年人的安宁疗护等共七个模块。

具体任务采用任务驱动法的行动导向式编写方式，从任务描述（情景导入）、任务分析、相关知识、任务实施到任务评价，把知识传授、培养操作能力、提高操作技能、提升素质为一体；每一模块都以临床案例导入情景，来激发学生的学习兴趣，并培养学生分析问题和解决问题的能力；增设了“知识拓展”，提升学生的学习兴趣，开阔学生的视野，了解前沿内容，同时将课程思政理念融入到教材中，以期达到润物细无声的效果。为便于学生自主学习，编写了网络增值服务内容。同学们通过本课程系统的学习，能够掌握老年照护技术的基本理论、基本知识和基本技能，针对老年人需求提供全方位的服务，旨在培养具有高素质高技能的老年照护紧缺人才。

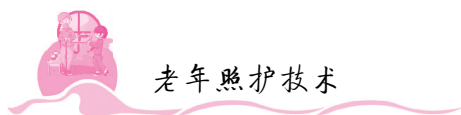
本教材编写成员以教学经验丰富、专业实践经验丰富的专家教授及“双师型”教师为主，同时由临床一线的业务骨干加与。在编写过程中，得到了各级领导以及菏泽颐养院医养股份有限公司、单县老年养护服务中心闫志霖院长的大力支持和帮助。在此，致以诚挚的感谢！

因教材编写时间紧张，教材中难免有不足之处，还需在教学、培训工作中实践中不断充实完善，不足之处敬请各位专家、同人和广大读者批评指正，以便再版时修订完善。

编 者

目 录

模块一 绪论	1
模块二 老年人生活照护	13
项目一 老年人居住环境照护	13
任务一 老年人居住环境布局与调控	14
任务二 居住环境清洁与消毒	18
项目二 老年人饮食照护	24
任务一 协助老年人饮水	24
任务二 协助进食	28
任务三 老年人鼻饲营养照护	35
项目三 老年人排便照护技术	39
任务一 如厕帮助	40
任务二 床上使用便器帮助	44
任务三 一次性尿垫、尿裤更换	50
任务四 排尿异常照护	56
任务五 排大便异常照护	63
项目四 老年人清洁照护	68
任务一 床上用品更换	69
任务二 口腔照护技术	72
任务三 头发清洁照护技术	77
任务四 身体清洁	81
任务五 衣物更换	86
任务六 压疮预防	90
项目五 老年人睡眠照护	95
任务一 睡眠环境布置	96
任务二 舒适睡眠照护	100
模块三 老年人基础照护	106
项目一 老年人冷热疗法照护	106
任务一 热水袋使用	107
任务二 冰袋的使用	112



任务三 湿热敷应用·····	117
任务四 温水拭浴·····	122
项目二 老年人用药照护·····	127
任务一 协助用药·····	127
任务二 雾化吸入法·····	132
任务三 外用药的给药照护·····	137
项目三 老年人生命体征评估与照护·····	142
任务一 体温评估与照护·····	142
任务二 脉搏评估与照护·····	149
任务三 呼吸评估与照护·····	153
任务四 血压评估与照护·····	159
模块四 老年人转运与陪同服务·····	165
项目一 老年人转运照护·····	165
任务一 助行器使用·····	166
任务二 轮椅转运·····	171
项目二 老年人陪同服务·····	177
任务一 陪同评估·····	177
任务二 陪同休闲活动·····	180
任务三 陪读陪聊·····	182
模块五 老年人心理照护·····	187
项目一 老年人心理健康照护·····	187
任务 老年人心理健康特点和心理健康评估·····	188
项目二 老年人常见心理问题照护·····	208
任务一 空巢老人照护·····	209
任务二 退休综合征照护·····	215
任务三 老年期抑郁症照护·····	221
模块六 失智老年人照护·····	228
模块七 老年人的安宁疗护·····	234
任务一 临终老年人及家属的照护·····	234
任务二 老年人遗体照料·····	239
参考文献·····	245

模块一 绪论

【项目介绍】

中国老龄化社会发展进程日益加速，中国老年人口比例严重超标，伴随着人口老龄化进程，生活不能自理、残疾、慢性病、失智的老年人比例日益增加，急需大量适老应用型高素质、高技能人才，提供更为优质的服务。第十三届全国人民代表大会第四次会议《政府工作报告》提出“十四五”时期主要目标任务和2021年重点工作，对职业教育强调了增强职业教育适应性，随着“互联网+”智慧养老、旅居养老、健康养老、养老综合体等各种新业态、新模式的出现，都需要更加专业化的高素质、高技能的养老照护人员。

【知识目标】

掌握老龄化社会的划分和老年人年龄的划分标准；掌握老年健康照护的内涵及养老护理员、失智老年照护员等涉老职业素质要求。熟悉我国目前主要的养老模式。了解人口老龄化的特点等。

【技能目标】

能够积极应对老龄化发展；熟练运用各种照护技能，无论是机构养老还是家庭养老都能有效解决老年人遇到的各种困境，及时发现身体或心理的异常情况并进行有效处置，做好身体照护和心理疏导。

【素质目标】

具有良好的职业道德与职业责任感，服务意识强、服务态度好、服务能力高，积极促进健康教育，教会老年人养成健康生活方式，做好自我保健。

具有质量意识、环保意识、安全意识、信息技术素养、创新思维及“尊老、敬老、孝老”的职业意识，具备“爱心、耐心、细心、恒心、责任心”的奉献精神，永远保持积极向上的心态。



绪论

任务描述

小李从小由奶奶带大。后来奶奶因脑梗瘫痪长期卧床，由于在家没有得到专业护理，后因压疮感染、坠积性肺炎、各器官系统功能衰竭去世。小李很伤心。为了让更多的奶奶爷爷能得到更好的照顾，小李看好家政服务行业，读高职时选择了现代家政服务专业，并考取了养老护理员中级资格证。现在某老年家庭服务，是能让客户放心、省心、舒心的优秀工作者，多次受到公司表彰。

工作任务：养老护理员应具备的岗位职责和职业守则有哪些？在家庭中应注意哪些礼仪规范？




任务分析

做一名优秀的养老护理员，首先要了解我国老龄化社会的发生、发展及国家政策，提高老年人生存质量，营造和谐社会；知晓健康教育内容，老年人身体和心理的变化特点，掌握养老护理员所要遵守的职业操守和道德规范，家庭服务中所要遵守的礼仪规范；具备人文关怀和爱心、耐心、细心，要有尊老敬老的优秀传统美德和吃苦耐劳、不怕脏、不怕累的奉献精神。

任务重点：掌握养老护理员应遵守的职业操守和道德规范，家庭服务中所要遵守的礼仪规范。

任务难点：对职业的正确认知，树立职业的神圣感，自觉履行岗位职责。



相关知识

目前，中国已经成为世界上老年人口最多的国家。2021年5月11日发布的第七次全国人口普查数据，全国60周岁及以上人口26401.88万人，占总人口的18.7%，其中65周岁及以上人口19063.5万人，占总人口的13.5%。人口老龄化程度进一步加深。

据《世界人口老龄化报告》等，在2015年，年龄在60周岁及以上的人口已经占到了全世界的1/8；预计到2030年，60周岁及以上的人将占世界人口的1/6；到21世纪中叶，60周岁及以上的人口将占到全世界总人口的20%。老龄化的现象是世界性的问题。日本是世界老龄化最严重的国家，2015年，60周岁及以上的老年人已经占到日本总人口的33%，其次是意大利和德国占其总人口的28%、芬兰占其总人口的27%。全球2/3的老年人处在发展中的国家和地区，并且增长速度越来越快。

人口老龄化问题是全世界关注的焦点问题，随着人口老龄化的加剧和中国家庭结构的改变，家庭对老年成员提供养老照料的功能逐步弱化，急需大力发展社会化和专业化养老服务。另外，人口老龄化导致老年慢性病、失智失能的老年人比例日益增加。2019年7月，健康中国行动推进委员会提到2015年中国老年人失能发生率为18.3%；至2018年年底，我国60周岁及以上老年人口约2.49亿，占总人口的17.9%；65周岁及以上人口约1.67亿，占总人口的11.9%。超过1.8亿老年人患有慢性病，患有一种及以上慢性病的比例高达75%，失能、部分失能老年人约4000万，这显示中国老年人口的卫生服务需求迅速增加。“十四五”规划纲要提出了一系列满足老年人更加多元、更高品质服务需求的发展目标和措施，实施积极应对人口老龄化国家战略，加快培养照护人才队伍，健全多层次养老保障，提高老年期的生命质量和健康水平。现代家政服务专业和智慧健康养老专业为社会培养了大量养老紧缺人才。本教材《老年照护技术》是现代家政服务与管理专业和智慧健康养老服务与管理专业核心教材之一，针对老年人需求提供全方面的服务。

一、老年人和老龄化

（一）老年人

由于世界各国的人口平均寿命不同，政治、经济、文化差异较大，对于老年人的年龄划分没有统一标准。从医学、生物学的角度划分，60周岁或65周岁以后为老年期，80周岁以后属高龄期，90周岁以后为长寿期。世界卫生组织（WHO）将老年人的年龄标准规定为欧美国家 ≥ 65 周岁；亚太地区 ≥ 60 周岁。最近，WHO将老年人年龄进一步细化，60~74周岁称为年轻老年期，75~89周岁称为老年期，90周岁以上称为长寿老年期。

（二）老龄化和老化

当一个国家或地区60周岁以上老年人占人口总数的10%，或65周岁以上老年人占人口总数的7%，即意味着这个国家或地区的人口处于老龄化社会。第七次全国人口普查数据，全国60周岁及以上老年人占总人口的18.7%，其中65周岁及以上老年人占总人口的13.5%。中国人口老龄化进程正在加速发展，甚至要远远快于很多中低收入和高收入国家，出生率下降，老年人寿命不断延长，女性比男性寿命更长等，是我国老龄化的特点。

1. 中国人口老龄化进程加快

我国是人口老龄化发展速度最快的国家之一，老年人口基数大、失能比例高。截至2017年年底，我国60周岁以上的老年人达2.4亿，占总人口的17.3%。第七次人口普查显示，少儿人口和老年人口比例同步上升，凸显了十四五规划中提出的“一老一小”问题的重要性。老年人口比例快速上升，人口老龄化将成为我国今后很长一段时期的基本国情。普查数据显示，老年人口规模庞大，我国60周岁及以上人口达到2.6亿人，其中65周岁及以上人口1.9亿人，全国31个省份中有16个省份65周岁及以上人口超过了500万人，有6个省份的老年人口超过了1000万人。老龄化进程明显加快。

2010—2020年，60周岁及以上人口比例上升了5.44%，65周岁及以上人口上升了4.63%。与上个十年相比，上升幅度分别提高了2.51%和2.72%。

2. 中国老年人口寿命不断延长

2020年，国家卫生健康委发布《2019年我国卫生健康事业发展统计公报》显示，居民人均预期寿命由2018年的77.0岁提高到2019年的77.3岁，孕产妇病死率从18.3/10万下降到17.8/10万，婴儿病死率从6.1‰下降到5.6‰。

我国老年人的平均期望寿命已经从1950年的44.6岁上升到2019年的77.3岁，在2050年有望达到80岁，见表1-1。

表 1-1 人均预期寿命变化

时间	平均预期寿命/年
1950	44.6
1978	68.2
2010	73.5
2015	75.3
2018	77.0
2019	77.3

3. 农村老年人口高于城镇

生活在农村的老年人口一直高于生活在城镇的老年人口，第七次人口普查显示同样的结果，



乡村 60 岁、65 岁及以上老人的比例分别为 23.81%、17.72%，比城镇分别高出 7.99%、6.61%。老龄化水平的城乡差异，除了经济社会原因外，与人口流动也有密切关系。

4. 中国女性寿命普遍高于男性

2010 年，中国 80 岁以上的老年人中，男性比例不足 40%，女性占到 60% 以上。到 2030 年，中国女性的期望寿命即将达到 79 岁，而男性为 76 岁。据 WHO 的《2019 年世界卫生统计》报告显示，全球范围内女性预期寿命均超过男性，在发达国家尤其如此。除了生理因素和社会因素外，生活方式也是非常重要的因素。

5. 疾病谱转变，慢性疾病负担逐渐增加

随着老龄化进程的加剧，我国慢性病患者基数仍将不断扩大。心脑血管疾病、癌症、慢性呼吸系统疾病、糖尿病和口腔疾病以及内分泌、肾脏、骨骼、神经等疾病的发生和流行与经济、社会、人口、行为、环境等因素密切相关。随着我国工业化、城镇化、人口老龄化进程不断加快，居民生活方式、生态环境、食品安全状况等对健康的影响逐步显现，慢性病发病、患病和死亡人数不断增多。2019 年我国因慢性病导致的死亡人数占总死亡人数的 88.5%，其中心脑血管病、癌症、慢性呼吸系统疾病等所谓老年病的发病年龄不断年轻化。这些疾病所累及的人口将会持续增加。到 2030 年，中国人口快速老龄化将导致非传染性的慢性疾病负担至少增加 40%，见表 1-2。

表 1-2 中国慢性病防治中长期规划（2017—2025 年）主要指标

主要指标	基线	2020 年	2025 年	属性
心脑血管疾病病死率（1/10 万）	241.3/10 万	下降 10%	下降 15%	预期性
总体癌症 5 年生存率（%）	30.9%	提高 5%	提高 10%	预期性
高发地区重点癌种早诊率（%）	48%	55%	60%	预期性
70 岁以下人群慢性呼吸系统疾病病死率（1/10 万）	11.96/10 万	下降 10%	下降 15%	预期性
40 岁以上居民肺功能检测率（%）	7.1%	15%	25%	预期性
高血压患者管理人数（万人）	8 835	10 000	11 000	预期性
糖尿病患者管理人数（万人）	2 614	3 500	4 000	预期性
高血压、糖尿病患者规范管理率（%）	50%	60%	70%	预期性
35 岁以上居民年度血脂检测率（%）	19.4%	25%	30%	预期性
65 岁以上老年人中医药健康管理率（%）	45%	65%	80%	预期性
居民健康素养水平（%）	10%	>20%	25%	预期性

数据来源《中国居民营养与慢性病状况报告（2020 年）》

人口年龄结构的老龄化，是因为生育率的降低，人均寿命的延长，导致总人口数中的年轻人口数量相对减少、年长人口数量不断增加，最终结果使老年人口比例相应增长。这是社会发展的结果，是一种不良社会现象。

老化是指一个人从出生、发育、成长、衰老直至死亡的过程；个体的老化是从人类开始出现就存在的现象，是一个自然的过程，是一种生物现象，是不可逆转的。多数人的衰老变化在 40 岁左右开始，60 岁左右开始显著，个体老化的速度因人而异，但老化的表现是大体相同的。一般地，一个个体的生长周期划分为：0~19 岁为发育期，身体器官逐渐发育并趋于完善；20~39 岁为成熟期，生长减慢或停止，机体维持在恒定水平；40~59 岁为渐衰期（衰老前期），器官系统逐渐呈退行性改变；60 岁以上为衰老期，器官功能衰退变化更明显。

二、中国养老服务体系 and 养老模式

“家家都有小，人人都会老。”我国积极应对人口老龄化，为满足老年家庭的不同需求，各种养老模式应运而生。目前我国养老服务体系的特点是以家庭养老为基础、社区养老为依托、机构养老为补充。

（一）养老服务体系

老龄化程度的加速，加快推进了中国特色养老服务体系的建设。养老服务体系主要是指与社会经济发展水平相适应，以满足老年人基本生活需求、提升老年人生活质量为目标，面向所有老年群体，提供基本生活照料、护理康复、精神关爱、紧急救援和社会参与的设施、组织、人才和技术要素形成的网络，以及配套的服务标准、运行机制和监督制度。简单地说就是老年人在生活中获得全方位服务支持的系统，包括家庭、社会和政府提供相应支持。

养老服务体系具有以下特点：完整性（能覆盖所有老年人群，并能为他们提供全方位的服务）、多样性（同一种养老需求，不同老人根据自己意愿条件可以选择不同的服务方式）、持续性（为不同年龄、不同健康状况、不同经济状况和不同意愿的老年人提供持续照料服务）、实效性（减轻家庭、社会 and 政府的压力，为老年人提供高品质生活）、经济性（构建既经济又有高效的养老服务体系，需要政府统筹规划）。

随着我国养老服务体系不断发展完善，养老准入门槛不断破除，全面放开养老服务业市场，养老法治体系基本成型，养老发展方式持续优化。

目前我国的养老服务体系由传统的家庭养老为主转变为以家庭养老、社区养老 and 机构养老等多种养老模式并存的养老服务体系。

知识拓展

嵌入式养老

以社区养老机构为依托整合社区卫生服务的资源和职能，把养老机构的专业化服务延伸到家庭，对有老年人的家庭进行适老化改造并提供专业照护、远程监测等养老服务，真正把养老院床位“搬”回家，让老年人既能享受到家庭的温馨舒适，又能享受到专业精准的服务，为居家老人提供连续性的医疗和养老服务。比照养老机构扶持政策，支持家庭养老床位建设，保障养老服务质量互联网应用的适老化改造，推动互联网产业在进入老龄化环境下的发展转型，助力养老事业和养老社区嵌入式小型养老机构发展；鼓励发展护理型养老机构，满足失能、半失能老人专业化照护的刚性需求，支持养老机构专业化服务向社区和居家老人延伸。制定出台家庭养老床位的规范标准，将其纳入养老服务监管范围。

通过培育扶持和引入专业化机构，为社区和居家老人提供多样化、多层次的养老服务；通过无偿提供场所、财政补贴、减税降费等措施降低经营成本，提高养老服务机构运营的可持续性。

（二）养老模式

我国养老模式主要有居家养老、社区养老 and 机构养老。最常见的是“9073”模式，90%身体状况比较好的，愿意和子女住在一起的老年人，采取以家庭为基础的居家养老；7%的老年人依托社区的养老服务中心，提供日间照料；3%的老年人通过机构养老予以保障。

1. 居家养老

是以血缘关系为纽带，由家庭或家族成员赡养老人的养老方式，优点是能够促进代际交流，



使老年人有精神上的归属感；另外，能够降低社会成本，使老年人得到家庭成员的悉心照料。但由于目前子女数量减少、老年人寿命延长导致养老负担过重、空巢老人增加等社会问题。

2. 机构养老

一般是指以社会机构为养老地，依靠国家资助、亲人资助或老年人自备的形式获得经济来源，由养老机构统一为老年人提供有偿或无偿的生活照料与精神慰藉，以保障老年人安度晚年的养老方式。

机构养老根据投资主体和经营主体的不同，可分为公益养老机构、公办民营的养老机构、民办公助的养老机构、民办民营类养老机构四种基本类型。

根据国家《老年人居住建筑设计标准》，养老机构可分为五类：托老所，养老院，老年公寓，护理院，临终关怀机构。

由于家庭结构的缩小，老年人寿命的延长，慢性病和失能、失智老年人比例增加，家庭养老已成为沉重的经济和精神负担，机构养老成为越来越多老年人的主动选择；机构养老能够满足庞大的失能失智老年人的服务需求。但各养老机构的服务质量参差不齐，服务项目还不能满足老年人多层次的要求，专业养老人员的严重短缺制约着机构养老的内涵建设和发展。

3. 社区养老

是以社区为平台，整合社区内各种服务资源，为社区居家老人提供助餐、助洁、助浴、助医等服务。既能得到家人照顾，享受天伦之乐，又能由社区的养老机构或相关组织提供服务，不给孩子造成大的负担。是介于居家养老和机构养老之间，利用社区资源开展养老照顾，由社会、机构、家庭共同支撑。这种方式符合我国传统，是目前比较理想的一种方式，但目前居家养老体系还不完善，有服务单调、服务人员缺乏、体制不健全等系列问题。

三、老年照护技术概论

健全完善养老服务体系，满足不同类型的养老服务需求，根据中国国情加强各种养老体系的内涵建设。服务是内涵建设的基础，高素质、高质量的服务需要高素质、高质量的人才。养老一线实操型高技能人才严重缺乏，目前我国持证养老护理人才仅仅 30 万人，按照 1:5 的平均护理配比，保守估计当前合格专业的养老照护人才需求缺口达 840 万人，预计 2030 年需求缺口 1 040 万人，2050 年需求缺口 2 040 万人。

“十四五”规划纲要提出，大力发展普惠型养老服务，支持家庭承担养老功能，构建居家社区机构相协调、医养康养相结合的养老服务体系。目前少数智慧养老平台处于试点推行阶段，普及居家社区智慧养老服务平台。高技能养老健康产业人才需求量更大。随着老龄化的发展，失能老年人大多数是由代谢性疾病、心脑血管病、恶性肿瘤、呼吸系统疾病等慢性病引起的。做好疾病的防控，按照《国务院关于实施健康中国行动的意见》要求，未来 10 年，要降低 65~74 岁老年人失能发生率，将失能的发生尽可能延迟到生命的终末期。要实现这一目标，最重要的是早发现、早干预，让老年人尽可能地享有一个高质量的晚年。这一切都需要有高素质、高技能的专业型人才。

（一）本教材主要内容及特色

本教材采用模块—项目引领—任务驱动的结构体系，共设置职业道德与修养、生活照护、基础照护、老年人活动与陪同服务、心理照护、失智老年人照护、老年人的安宁疗护等七大模块。

（1）模块一是对将来相关职业的认知和理解，具有质量意识、环保意识、安全意识、信息技术素养、创新思维及“尊老、敬老、孝老”的职业意识，具备“爱心、耐心、细心、恒心、责任心”的职业道德。

（2）模块二是老年人日常生活照护技能，着重训练学生从居住环境、饮食、排泄、睡眠、清洁等全方位的照护技能，掌握老年人基本照护技能及健康照护知识。

(3) 模块三是基础照护包括用药、生命体征测量及评估、老年人应急救护等相关医学照护知识和技能。

(4) 模块四是老年人转运陪同服务。

(5) 模块五主要是掌握老年人的心理特点及心理照护知识,关爱老年人心理健康,能为老年人进行心理抚慰和疏导。

(6) 模块六主要是失智老年人照护技术。

(7) 模块七是老年人安宁疗护。

思政内容为目标,穿插在案例、任务实施等过程中,根据未来发展需要培养学生具备养老服务信息技术和智慧养老设施的操作能力。每个任务结合行业或专业体现本专业素质、职业道德、工匠精神、爱国情怀、文化自信等内容。在内容上,融入养老护理员和1+X老年照护职业技能等级证书、失智老年人照护考试内容以及家政服务员职业资格标准,始终以行业需要为导向,以校企合作为抓手,融入行业新技术、新产业、新模式,紧跟时代发展方向,强化应对人口老龄化的科技创新能力,紧密契合行业企业紧缺人才,培养双证合一、多证合一的高素质、高技能型人才,并紧跟世界养老服务产业的步伐,以全国职业院校技能大赛养老服务技能赛项和健康照护技能赛项为依据,融入现代职业技能大赛理念和标准,做到产、教、赛的有机融合,强化应对人口老龄化的职业需要。在接受知识的同时提高人文素养,为老年人提供生活照料、疾病护理及心理和社会支持,并指导老年人进行身心健康的活动,提高生存质量,养成良好的生活习惯,提高老年人及家庭健康素养水平,促进健康中国行动计划的实现。

(二) 如何学习好本教材

掌握老年人照护技术,要想更好地服务老年人必须了解老年人生理和心理特点,随着年龄增长,身体功能逐渐衰退,人体各器官功能老化加速,日常生活自理能力减弱,需要外界提供经济、生活和心理情感等全方位的支持。人体老化表现有以下几个方面。

1. 外形和五官老化

头发由黑变白;肌肉萎缩,皮肤失去光泽或出现老年斑;关节开始磨损,步履逐渐蹒跚;40岁左右眼睛晶体老化,有的出现老花眼;耳蜗神经退化开始出现耳鸣和听力减退;牙齿松动;味觉迟钝,老年人口味越来越重等。

2. 各器官功能退化

老年人胃黏膜萎缩,各种消化液的分泌减少、消化酶的活性下降、胃肠道消化吸收功能下降,导致食欲减退,进食量减少,对食物的嗜好发生变化,多喜好清淡食物;肺组织的弹性降低、体积萎缩、肺泡数量减少。肺活量减少;肾脏体积缩小,肾血管逐渐硬化,肾功能逐渐降低,老年人易发生尿频、尿滞留、排尿障碍等;大脑功能逐渐衰退,老年人记忆力开始减退,知觉迟钝,严重的出现老年痴呆。

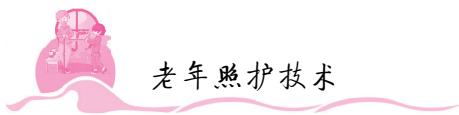
3. 心脑血管系统的老化

动脉硬化导致心肌收缩和舒张的功能降低,心输出量减少,使重要脏器因缺氧和缺少血液供给受损。血管老化、血黏稠度增高,易引起心脑血管疾病。

4. 心理变化

老年后,怀旧心理加强;心理承受能力下降;由于体力和身体逐渐衰退,生活自理能力下降,期盼尊重、需求关心的心理加强;老年后社会地位和家庭地位均产生较强烈的落差。老年人退休后,与社会联系少,经济收入减少,社会地位改变,家庭中由于孩子们长大工作,有自己的独立空间,不再是听话的小毛孩,便产生一种失落感;老年人活动减少,信息减少,感知觉功能减退,有些人会自闭冷漠。

掌握了老年人生理、心理变化特点,在日常生活照护和基础照护等方面会根据不同老年人



心理特点,对其进行全方位的、更贴合老年人情感的照护,提高生活质量;对因高龄或疾病造成的身心功能产生的障碍提供医疗、保健、护理、康复、心理、营养及生活服务等全面的照顾。

四、老年照护者的岗位职责

(一) 职业道德

职业道德是人们在从事职业活动范围内所遵守的行为规范的总和,涵盖了从业人员与服务对象、职业与员工、职业与职业之间的关系。具有普遍性、社会性、实践性、可操作性、示范性、时代特征、非强制性、传统继承性的特点。职业道德遵从国家利益、集体利益、个人利益一致的原则,是正确处理国家、集体、个人关系的根本准则,也是衡量个人行为 and 品质的基本标准。

《公民道德建设实施纲要》倡导:“爱国守法、明礼诚信、团结友爱、勤俭自强、敬业奉献”,这也是养老护理员所要具备的基本道德规范。养老护理员还应该严格恪守“慎独”两个字,慎独指的是独处的时候也要做到认真负责、一丝不苟。当照护人员独自面对昏迷或意识障碍的老年患者时,一定要忠于老年人的健康利益,不做任何有损老年人健康的事情。

我国老年人患病比例高,进入老年后患病时间早,带病时间长,生活质量不高;需要提高老年照护者的数量和质量,提高养老护理员、家政服务员等的技能和素质,规范养老机构和家庭服务人员的监管及职责范围,养老护理员要严格遵守老年服务的职业道德。

(二) 老年照护岗位职责

老年照护服务,是经过各级岗位技能培训,获得相关专业能力证书的专业照护人员为养老机构、社区服务机构和居家失能、半失能老人提供的进食、排泄、清洁、睡眠、助行等生活照料服务和专业照护服务。养老护理员必须具备过硬的专业知识和业务能力,既要照护老年人的日常起居,又要了解老年人的心理,为老年人创造一个良好舒适的生活环境。需要履行以下岗位职责。

(1) 为老年人提供生活照护,满足老年人的基本生活需求。吃喝拉撒是最基本的生理需求,特别是失能、半失能老人,更需要细心和科学的安全舒适照护。例如合理进食饮水,为进食困难的老年人进行鼻饲特殊饮食服务;为老年人更换床单、清洁口腔、清洁梳理头发、清洁身体、更衣等;为卧床老年人预防压疮,对房间进行消毒等。

(2) 为老年人提供基础照护,减轻老年人身体痛苦。疾病常与衰老相伴,老年人慢性病发生率高,并发症多。很多老年人长期带病生活,糖尿病、心血管疾病、肺心病等,服药、吸氧、吸痰、口腔、皮肤清洁照护等,老年人疾病及营养支持;意外发生时的紧急救护以及老年人照护工作记录方法等。

(3) 为老年人提供康复照护,提高生命质量。需要照护的老年人,多是衰老与疾病并存,并出现多种并发症,通过语言、肢体、身体康复,使生活质量得到提高。

(4) 了解老年人生理、心理特点,提供心理护理,给予老年人和家属以心理支持。

(5) 为老年人提供安宁疗护,维持老年人生命尊严。

(6) 熟知安全卫生、环境保护知识。向老年人介绍安全防范及相关知识;介绍卫生防护,食品安全,自然灾害的应对处理;宣传老年人环境保护知识;宣传消防安全基础知识和相关法律法规知识。

(三) 养老护理员职业守则

1. 尊老敬老,以人为本

尊敬老人,是中华民族的传统美德;“老吾老以及人之老”,不仅要尊敬自己的长辈,还要尊敬社会上所有老人。每个人的成长都离不开父辈的爱心和精心呵护。如今他们年纪大了,理应得到全社会的关心照顾,幸福地度过晚年。