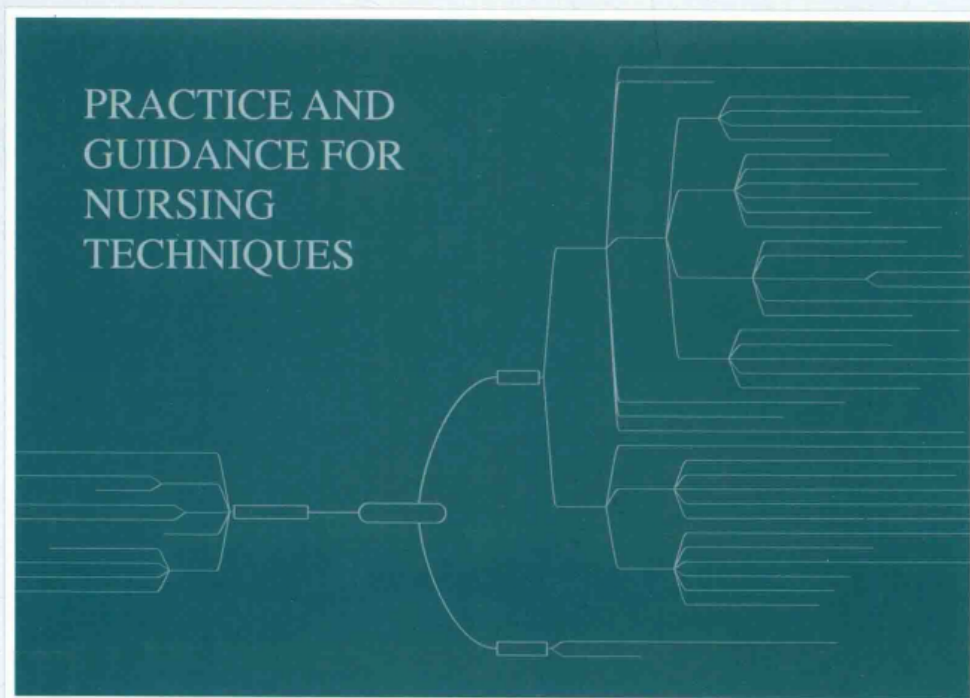


• 应用型护理本科系列教材 •

总主编·徐燕 赵爱平

护理技术 实践与指导

主编·岳立萍 李舒玲 王伟



上海科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

护理技术实践与指导 / 岳立萍, 李舒玲, 王伟主编 ;
徐燕, 赵爱平总主编. — 上海 : 上海科学技术出版社,
2023.9

应用型护理本科系列教材

ISBN 978-7-5478-6252-0

I. ①护… II. ①岳… ②李… ③王… ④徐… ⑤赵…
III. ①护理学—高等学校—教材 IV. ①R47

中国国家版本馆CIP数据核字(2023)第124678号

护理技术实践与指导

主编 岳立萍 李舒玲 王伟

上海世纪出版(集团)有限公司 出版、发行
上海科学技术出版社

(上海市闵行区号景路159弄A座9F-10F)

邮政编码 201101 www.sstp.cn

常熟市华顺印刷有限公司印刷

开本 889×1194 1/16 印张 13

字数 300千字

2023年9月第1版 2023年9月第1次印刷

ISBN 978-7-5478-6252-0/R·2796

定价: 88.00元

丛书编委会

总主编

徐 燕 赵爱平

编 委(按姓氏笔画排序)

白娇娇 陆玮新 陈 静 陈方蕾 岳立萍
赵婷婷 章海芬

编者名单

主 编

岳立萍 李舒玲 王 伟

副 主 编

陈方蕾 赵婷婷

编 委(以姓氏笔画为序)

王 伟(海军军医大学第二附属医院)

王琼芳(上海杉达学院国际医学技术学院)

刘 娜(上海杉达学院国际医学技术学院)

李晓愚(上海杉达学院国际医学技术学院)

李舒玲(海军军医大学第二附属医院)

杨俞腾(诸暨技师学院)

陈方蕾(上海杉达学院国际医学技术学院)

陈思雨(上海交通大学医学院附属上海儿童医学中心)

岳立萍(上海杉达学院国际医学技术学院)

赵婷婷(上海杉达学院国际医学技术学院)

丛书前言

为了贯彻落实《“健康中国 2030”规划纲要》，践行《中国护理事业发展规划(2021—2025 年)》，适应护理专业发展与改革需要，培养能够满足人民群众多样化、多层次健康需求的护理人才，在前期充分调研论证及高职(高专)护理通科培养的基础上，经教材编写委员会研讨，上海杉达学院国际医学技术学院启动了以本科护理应用型人才培养为目标的教材编写工作。

本系列教材除了体现基本知识、基本理论和基本技术外，着力突出以下“四性”原则。

1. 专业性 本系列教材以护理专业人才培养目标为导向，围绕专科护理领域的基本理论、基本知识和基本技术重点阐述，并且突出理论联系实际，注意吸纳和反映专科护理的最新进展与成果。其中血液净化专业教材编写以中华护理学会血液净化专业委员会核心团队为主体，教材编排结构体现专业特色，紧扣“以人的健康为中心”，强调从护理实践出发，着重阐述如何为服务对象提供身心整体护理，保护各器官功能，提高生活质量。

2. 应用性 本系列教材遵循教学规律，围绕学习能力的提升，重视对学生临床思维的启发与培训，构筑学习平台，丰富教学资源。无论是专科护理教材、案例分析，还是护理操作技术实践指导，都绘制思维导图或者流程图，将内容要点和关键知识点进行串联，便于帮助学生进行梳理归纳，利于其临床思维习惯的养成。

3. 创新性 本系列教材创新编写模式，服务于以学生为中心的学习模式变革，突出导学、助学功能。教材每章有学习目标、作业和思考题，书末附专业术语汉英对照。每本教材根据内容特点增加案例导入或案例分析、护理小贴士、评判性思维或临床思维、护理科研、循证护理实践的相关内容，并通过教材中的思考题、优质数字资料学习增值服务中的练习题，拓展教材内容，增强教材的可读性，同时解决理论与实践相联系、知识传授与能力培养的难题，提高学生的评判性思维能力，培养学生应用知识分析问题、解决问题的能力。

4. 人文性 本系列教材关注护理专业素质和人文素养的培养。教材基于护理专业与人文结合的特性，通过仁心仁术小故事、医学护理人物典范等内容，加强对学生人文思想和情感的培养，满足

护理学专业教育特色要求。

本系列教材主要为应用型护理本科中的高本贯通和专升本学生编写,也可作为应用型本科和职业本科学生护理专业课程的补充教材。

徐 燕 赵爱平

2023年4月

前 言

护理操作技能是护士的基本功,也是护理实践教学和临床护理工作的重要组成部分。为帮助护理专业学生更好地掌握各项常用护理技术,规范操作流程,强化操作要领,理解操作相关知识点,在实践中能针对患者做好健康照护和个性化教育指导,成长为“大爱无疆、尚德精术”的护理技术人才,我们组织编写了《护理技术实践与指导》。

在以学生为主体,体现知识传授、能力塑造与价值引领相统一,侧重学生自主学习能力、评判性思维能力和解决问题能力培养的教学思想指导下,本书通过“学习目标”“操作过程(含操作用物准备、操作流程思维导图、操作注意事项、操作评分标准)”“常见问题的预防与处理”“实操后反思”四个模块,对42项常用护理技术知识要点进行了梳理。“学习目标”从识记、理解、运用3个层级引导学生,明确操作训练的要求。“操作过程”为学生自主学习的范本,其中“操作流程思维导图”以案例情景为引导,对操作相关理论、患者评估、操作流程及健康指导要点做了详细阐述;而“操作评分标准”贴近临床护理岗位胜任要求,将“个人综合素质”“医疗废弃物分类处理”等人文素质和岗位能力等护理软技能作为重要评价模块独立设置。“常见问题的预防与处理”以临床常见问题为突破点,训练学生的评判性思维。“实操后反思”以问题形式引导学生在操作中进行理论联系实际的整体反思,强化对知识点的理解和掌握,注重对学生应用能力的培养。本书内容有助于培养学生严谨治学态度、安全责任意识、人文职业素养等,通过专业实践课程,对学生进行价值引领。

本书为护理专业学生和临床护士技能训练的参考教材,结构清晰,具有较强的指导性。由于编者水平有限,书中难免有疏漏之处,恳请广大读者批评指正。

主 编

2023年4月

目 录

第一章 消毒隔离技术	1
第一节 手的清洁与消毒	1
第二节 无菌技术	4
第三节 穿脱隔离衣	9
第四节 穿脱防护服	12
第二章 患者舒适技术	17
第一节 铺床术	17
第二节 变换卧位术	23
第三节 卧有患者床更单	28
第三章 患者安全技术	32
第一节 搬运法	32
第二节 保护具使用	36
第四章 患者清洁技术	41
第一节 特殊口腔护理	41
第二节 床上洗头	45
第三节 床上擦浴	50
第四节 会阴部护理	54
第五章 营养技术	59
第一节 插胃管术	59
第二节 鼻饲法	64
第六章 生命体征测量技术	69
第一节 体温的测量	69
第二节 脉搏的测量	73

第三节 呼吸的测量	74
第四节 血压的测量	75
第七章 冷热疗技术	79
第一节 物理降温技术	79
第二节 热疗技术	85
第八章 排泄技术	89
第一节 大量不保留灌肠	89
第二节 留置导尿管	94
第九章 注射术	100
第一节 皮下注射术	100
第二节 肌肉注射术	104
第三节 皮内注射术	109
第四节 静脉注射术	113
第十章 静脉输液和输血技术	120
第一节 周围浅静脉输液术	120
第二节 静脉留置针输液术	126
第三节 输液泵/微量注射泵使用	130
第四节 静脉输血术	135
第十一章 标本采集技术	141
第一节 静脉血标本采集术	141
第二节 动脉血标本采集术	145
第三节 毛细血管血糖测量技术	150
第四节 咽拭子标本采集术	154
第十二章 协助患者排痰技术	159
第一节 协助患者翻身及有效咳嗽	159
第二节 吸痰术	163
第三节 雾化吸入技术	168
第十三章 急救监护技术	175
第一节 心电监护技术	175
第二节 氧气吸入法	179
第三节 心肺复苏术(人工呼吸器使用)	183

第十四章 尸体护理术	189
专业术语汉英对照	193
参考文献	195



实操后反思答案要点
请扫码阅读

消毒隔离技术

第一节·手的清洁与消毒

手的清洁与消毒(hands' cleaning and disinfection)是指医务人员在接触患者前后,均应进行洗手或手的消毒。手的清洁与消毒是预防医院获得性感染最基本、最方便、最经济、最有效的方法之一。

学习目标

(一) 识记

- (1) 能正确阐述七步洗手法的步骤和注意事项。
- (2) 能正确阐述 WHO“手卫生的五个重要时刻”。

(二) 理解

- (1) 能用自己的语言解释七步洗手法的操作要领。
- (2) 能用自己的语言解释医务人员手表面消毒达标要求。

(三) 运用

能规范、熟练地完成卫生洗手、卫生手消毒。

操作过程

(一) 用物准备

- ① 洗手设施,1套;
- ② 洗手液,1瓶;
- ③ 擦手纸,若干;
- ④ 速干手消毒剂,1瓶。

(二) 操作流程

详见思维导图 1-1(见下页)。

(三) 注意事项

(1) 洗手时最好选用非接触式开关的洗手设施,如手拧式开关。应采用防止手部再次污染的方法关闭水龙头。

(2) 手部有可见污染(血液、分泌物、其他体液)时,在流动水下用洗手液洗手;手部无可见污染(血液、分泌物、其他体液)时,可使用速干手消毒剂消毒双手;接触患者血液、分泌物、体液,以及被污染的传染性物品后、为传染病患者进行操作后,应先洗手再进行卫生手消毒。

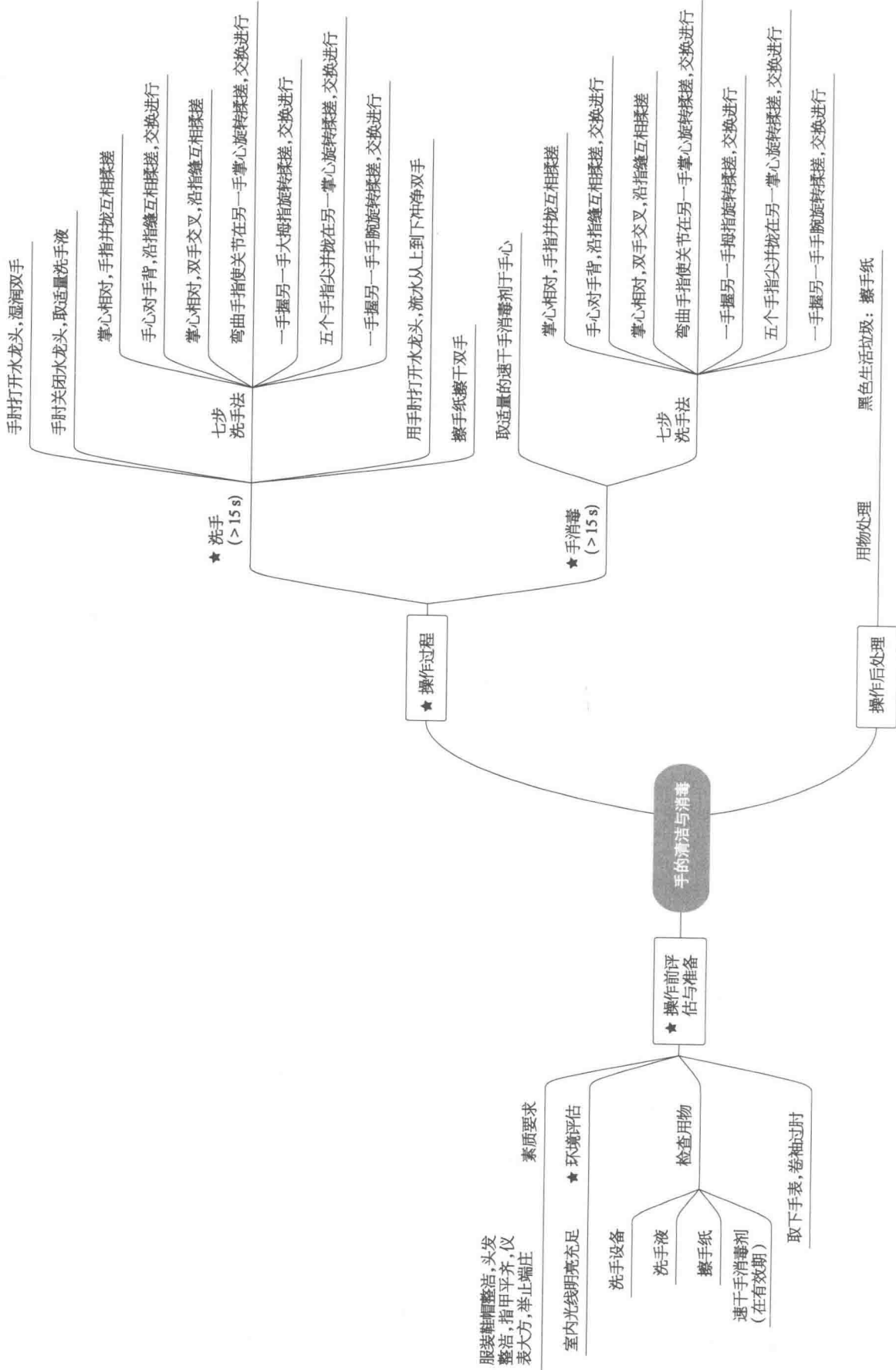


图 1-1 手的清洁与消毒思维导图

(3) 掌握正确的洗手和消毒方法,注意手部清洗消毒应全面,全过程不少于 15 s。

(四) 操作评分标准

详见表 1-1。

表 1-1 手的清洁与消毒评分标准

项目	分值	操作要点	标准分
仪容仪表	5	服装、鞋帽整洁	2
		头发整洁,指甲平齐	1
		仪表大方,举止端庄	2
操作前准备	7	评估检查环境、用物(洗手液、擦手纸、洗手设备、速干手消毒剂)	4
		取下手表,卷袖过肘	3
洗手	43	手肘打开水龙头,湿润双手	4
		手肘关闭水龙头,取适量洗手液	4
		七步洗手法【计时开始】: 1. 掌心相对,手指并拢互相揉搓	4
		2. 手心对手背,沿指缝互相揉搓,交换进行	4
		3. 掌心相对,双手交叉,沿指缝互相揉搓	4
		4. 弯曲手指使关节在另一手掌心旋转揉搓,交换进行	4
		5. 一手握另一手拇指旋转揉搓,交换进行	4
		6. 五个手指尖并拢在另一掌心旋转揉搓,交换进行	4
		7. 一手握另一手手腕旋转揉搓,交换进行【计时结束】	4
		用手肘打开水龙头,流水从上到下冲净双手	5
		擦手纸擦干双手	2
手消毒	30	取适量的速干手消毒剂于手心	2
		七步洗手法【计时开始】: 1. 掌心相对,手指并拢互相揉搓	4
		2. 手心对手背,沿指缝互相揉搓,交换进行	4
		3. 掌心相对,双手交叉,沿指缝互相揉搓	4
		4. 弯曲手指使关节在另一手掌心旋转揉搓,交换进行	4
		5. 一手握另一手拇指旋转揉搓,交换进行	4
		6. 五个手指尖并拢在另一掌心旋转揉搓,交换进行	4
		7. 一手握另一手手腕旋转揉搓,交换进行【计时结束】	4

续表

项目	分值	操作要点	标准分
效果评价	10	动作轻巧稳重	2
		操作熟练有序	3
		洗手全过程不少于 15 s,手消毒全过程不少于 15 s	5
素养评价	5	严谨细致,手部未再次污染	5
总分	100		100

常见问题的预防与处理

手部清洁消毒不达标

1. 预防

- (1) 洗手全过程不少于 15 s。
- (2) 采用正确的洗手和手部消毒方法,注意掌心、手背、指缝之间部位的全面清洁,不遗漏。
- (3) 洗手时不佩戴任何首饰。
- (4) 洗手后,采用防止手部污染的方法关闭水龙头。

2. 处理

- (1) 再次清洗消毒双手。
- (2) 养成规范的操作习惯。

实操后反思

- (1) 说出七步洗手法的具体步骤。其操作要领有哪些?
- (2) 医务人员手表面消毒达标要求是什么?
- (3) 描述 WHO“手卫生的五个重要时刻”。
- (4) 临床护理工作中如何加强手卫生管理?

第二节·无菌技术

无菌技术(aseptic technique)是指在执行医疗、护理操作过程中,防止一切微生物侵入人体,保持无菌物品、无菌区域不被污染的技术操作。

学习目标

(一) 识记

- (1) 能正确阐述无菌操作原则。
- (2) 能正确阐述各类物品对应的灭菌方法和开封后的有效期。
- (3) 能正确阐述无菌物品和溶液质量检查的内容和方法。

(二) 理解

- (1) 能根据不同种类物品选用不同的灭菌方法。
- (2) 能根据灭菌日期或开封日期推算无菌物品的有效期。

(三) 运用

- (1) 能规范、熟练地准备无菌盘和倾倒无菌溶液。
- (2) 能开封和回包无菌容器、无菌持物钳、无菌镊等物品,操作规范,开封(包)信息书写准确、齐全。
- (3) 能规范、熟练地完成戴-脱无菌手套、口罩和七步洗手法。

操作过程

(一) 用物准备

- | | | |
|----------------|--------------|--------------|
| ① 治疗盘,1个; | ② 无菌治疗巾包,1个; | ③ 无菌治疗碗包,1个; |
| ④ 无菌持物钳(罐),1套; | ⑤ 无菌器械盒,1个; | ⑥ 无菌纱布罐,1个; |
| ⑦ 无菌溶液,1瓶; | ⑧ 无菌棉签,1包; | ⑨ 无菌手套,1副; |
| ⑩ 安尔碘溶液,1瓶; | ⑪ 弯盘,1个。 | |

(二) 操作流程

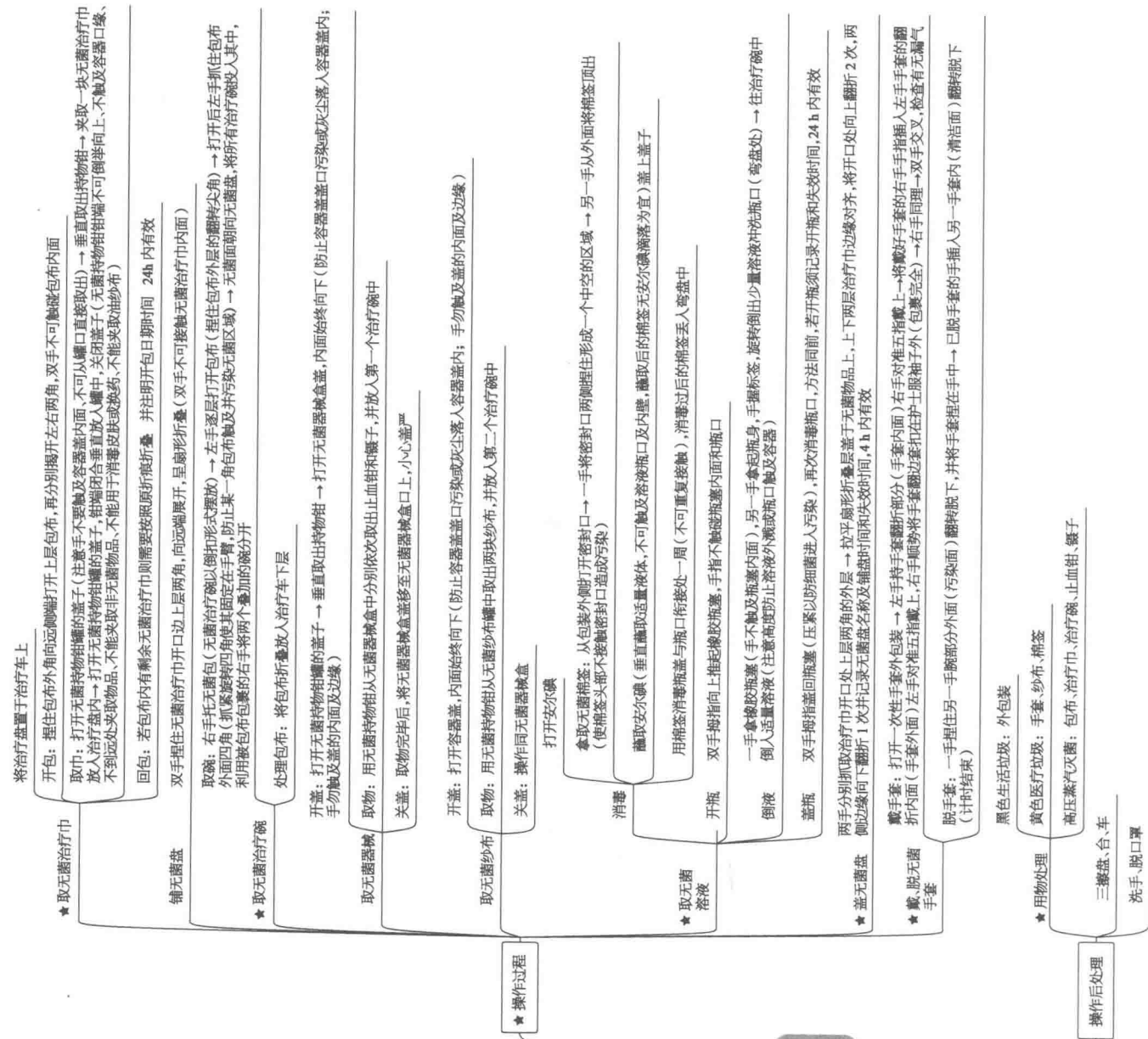
详见思维导图 1-2(见下页)。

(三) 注意事项

- (1) 环境清洁,进行无菌操作前半小时,需停止清扫地面等工作。避免不必要的人群流动,防止尘埃飞扬。
- (2) 无菌操作前应着装整齐,戴口罩、帽子,剪短指甲,洗手。
- (3) 在执行无菌操作时,必须明确物品的无菌区和非无菌区。
- (4) 洗手时,认真揉搓双手,搓洗时间至少为 15 s。
- (5) 进行无菌操作时,凡未经消毒的手、手臂均不可直接接触无菌物品或越过无菌区取物。
- (6) 操作时,操作者的身体应与无菌区域保持一定距离,手、前臂应保持在肩以下、腰部或操作台面以上的视野范围内;一切无菌操作均应使用无菌物品,禁用未经灭菌或疑有污染的物品;一份无菌物品仅供一位患者使用一次。
- (7) 取用无菌物品须使用无菌持物钳(镊)。
- (8) 无菌物品必须保存在无菌包或灭菌容器内,不可暴露在空气中过久。
- (9) 无菌包一经打开即不能视为绝对无菌,应尽早使用。凡已取出的无菌物品,即使未使用,也不可再放回无菌容器内。
- (10) 打开无菌包时,手不可触及包布的内面。
- (11) 无菌包应按消毒日期顺序放置在固定的柜橱内,并保持清洁干燥,与非灭菌包分开放置,并经常检查无菌包或容器是否过期。
- (12) 无菌物品与非无菌物品应分别放置。

(四) 操作评分标准

详见表 1-2。



素质要求	检查用物
着装整洁规范，指甲平齐，仪表大方，举止端庄	检查用物
30 mm 内无人打耳，室内光线明亮充足	检查无菌手套
环境评估	检查无菌持物钳
① 抹布浸泡在 500 mg/L 有效氯溶液，挤干备用	检查无菌治疗碗包
② 治疗盘置于治疗台上，抹布第一个面擦拭治疗盘（“弓”字型）	检查无菌治疗碗包
③ 第三个面擦拭治疗盘盘边	检查无菌器械盒
④ 第四个面擦拭治疗架（“弓”字型）	检查无菌纱布罐
⑤ 第五个面擦拭治疗车上层围栏	检查无菌溶液
⑥ 第六个面擦拭治疗车上层车面	检查无菌棉签
⑦ 第七个面擦拭治疗车下层立柱	检查安尔碘
⑧ 第八个面擦拭治疗车下层车面	
⑨ 第九个面擦拭治疗车下层车面	
⑩ 擦拭完毕后将抹布放入 500 mg/L 有效氯溶液中浸泡	
检查手消毒凝胶开封日期，用手背按压取洗手液	七步洗手法、戴口罩
检查无菌手套，规格几号，外包装无破损，在有效期内	
无菌持物钳，3 条 3M 指示带已变色，在有效期内	
无纱布有效期 180 天；开启后有效期为 24 h	
无菌治疗碗包，3 条 3M 指示带已变色，包布四角充实，无潮湿	
无破损，在有效期内（未开封有效期 2 周，梅雨季 7 天，无纱布有效期 180 天；开启后有效期为 24 h）	
无菌治疗碗包，3 条 3M 指示带已变色，包布四角充实，无潮湿	
无破损，在有效期内（开启后有效期为 24 h）	
无菌器械盒，3 条 3M 指示带已变色，内容物充实，器械盒双侧通气口已关闭，在有效期内（开启后有效期为 24 h）	
无菌纱布罐，3 条 3M 指示带已变色，内容物充实，在有效期内（开启后有效期为 24 h）	
500 mL 0.9% NaCl 溶液，瓶口及拉环无松动，瓶身无破损，翻转溶液瓶上下摇晃溶液，对光照射无浑浊变色无絮状物，在有效期内（开封后有效期为 24 h）	
无菌医用棉签，外包装无破损无漏气，观察棉签头部无霉点，在有效期内（开封后有效期为 24 h）	
安尔碘溶液，瓶口无松动，瓶身无破损，在有效期内（开封后有效期为 1 周）	

图 1-2 无菌技术思维导图

表 1-2 无菌技术评分标准

项 目	分值	操 作 要 点	标准分
仪容仪表	5	服装、鞋帽整洁	1
		头发整洁,指甲平齐	2
		仪表大方,举止端庄	2
操作前准备	6	评估治疗室环境,30 min 内有无打扫,光线是否明亮	2
		擦拭盘、台、车	2
		七步洗手法洗手、戴口罩	2
检查用物	11	备齐用物【计时开始】	2
		检查无菌溶液、无菌手套、无菌治疗碗、无菌治疗巾、棉签、安尔碘消毒液	6
		检查无菌容器、无菌持物钳,开包呈备用状态	3
无菌包的使用	8	开包:包布内面不污染	4
		回包:按原折痕折叠,包布内面不污染;注明开包及失效时间,签全名	4
无菌持物钳的使用	10	取放钳:垂直、闭合,不触及容器口缘	5
		用钳:钳端向下夹取无菌物品(治疗巾、纱布、器械)	5
铺无菌治疗盘(治疗碗)	20	取出治疗巾,双折铺于治疗盘上	4
		扇形折叠治疗巾上层,内面朝上	2
		治疗碗 2 只投放于治疗巾内层中部,碗内投放无菌纱布和器械,倾倒无菌溶液	10
		边缘反折,平整,且与治疗盘边缘对齐	2
		注明铺盘时间、失效期,签全名	2
无菌容器使用	6	开盖内面向上置于桌面或内面向下拿在手中,手拿盖不触及盖的内面及边缘	2
		无菌容器内壁及内容物不被污染	4
倒取无菌溶液	12	瓶盖打开前、后均需消毒,瓶盖内面和瓶口不被污染	8
		瓶签朝手心,旋转冲洗瓶口,往无菌治疗碗内倒入适量溶液	4
戴-脱灭菌手套	7	戴手套方法正确,手套外面不能触及非无菌物品	4
		脱手套方法正确,污染面全部翻转到内面脱下【计时结束】	3
操作后处理	7	正确处理用物;擦拭盘、台、车	5
		洗手、脱口罩	2