

模块一 老年基础照护认知

学习目标

1. 知识目标

- (1) 了解老年基础照护的含义。
- (2) 熟悉老年基础照护的内容。
- (3) 掌握老年基础照护的目的和原则。

2. 能力目标

- (1) 认识老年人生活照护和基础照护的服务需求。
- (2) 明确养老护理员的职业守则。
- (3) 了解养老护理员岗位定位与职业发展。

3. 素质目标

- (1) 树立全心全意为老年人服务的服务意识。
- (2) 能够遵守职业道德,提高职业素养。

随着人口老龄化加剧,老年人的照护问题成为社会关注的焦点。老年基础照护是以满足老年人基本生活需求为核心,涵盖日常照料、基础护理、健康管理、心理支持及安全防护等方面内容,旨在提升老年人生活质量,维护其尊严与独立性。基础照护内容广泛,包括协助进食、洗漱、如厕等日常生活活动,监测血压、体温等健康指标,以及预防跌倒、压疮等常见风险。同时,注重情感陪伴,通过交流与活动缓解孤独感,促进身心健康。实施基础照护需遵循“以人为本”原则,尊重个体差异,结合老年人身体状况、文化背景及家庭环境制订个性化方案。护理人员需具备专业知识和耐心,家属则应参与照护过程,形成家庭—社会协同支持网络。老年基础照护不仅是技术操作,更是人文关怀的体现。通过科学、温暖的照护,帮助老年人安享晚年,同时减轻家庭与社会负担,推动构建老年友好型社会。

任务一 老年基础照护概述

任务描述

张爷爷, 76岁, 高血压病史30年、糖尿病史20年。他一个月前发生脑出血, 经医院治疗, 现生命体征平稳。目前他的右侧肢体偏瘫, 活动有障碍, 感知觉减退, 生活无法自理。家属商量后, 决定送张爷爷和老伴到具有专业照护能力的养老机构居住。

工作任务

根据张爷爷目前的身体情况, 请分析作为养老护理员, 在养老机构的日常照护工作中应该为张爷爷提供哪些方面的照护服务。

1. 老年基础照护的含义

老年基础照护包括老年人生活照护和老年人基础照护两部分内容。老年人生活照护是指对需要他人帮助和照顾的老年人, 在日常生活中给予帮助和照顾的服务活动。老年人基础照护是指对于患有各种疾病或有身体功能障碍的老年人, 为满足他们的健康需求而提供治疗或辅助治疗的护理服务。

2. 老年基础照护的内容

根据民政部、人力资源和社会保障部联合颁布的《养老护理员国家职业技能标准(2019)》。养老护理员的职业定义是指从事老年人生活照料、护理服务工作的人员。该职业共设五个等级, 分别为五级/初级工、四级/中级工、三级/高级工、二级/技师、一级/高级技师。考核鉴定形式包括理论知识考试、技能考核以及综合评审。各级别技能要求和相关知识要求依次递进, 高级别涵盖低级别的要求, 见表1-1和表1-2。具体的技能要求和相关知识要求见表1-3~表1-5。

表 1-1 养老护理员考核鉴定理论知识权重

项 目		技 能 等 级				
		五级 / 初级工 / %	四级 / 中级工 / %	三级 / 高级工 / %	二级 / 技师 / %	一级 / 高级技师 / %
基本 要求	职业道德	5	5	5	5	5
	基础知识	20	20	15	10	10
相关 知识 要求	生活照护	45	30	—	—	—
	基础照护	20	30	35	—	—
	康复服务	10	10	15	15	—
	心理支持	—	5	15	—	—

续表

项 目		技 能 等 级				
		五级 / 初级工 / %	四级 / 中级工 / %	三级 / 高级工 / %	二级 / 技师 / %	一级 / 高级技师 / %
相关知识要求	照护评估	—	—	—	30	30
	质量管理	—	—	—	25	30
	培训指导	—	—	15	15	25
合 计		100	100	100	100	100

表 1-2 养老护理员考核鉴定技能要求权重

项 目		技 能 等 级				
		五级 / 初级工 / %	四级 / 中级工 / %	三级 / 高级工 / %	二级 / 技师 / %	一级 / 高级技师 / %
技能要求	生活照护	60	30	—	—	—
	基础照护	25	45	40	—	—
	康复服务	15	15	20	20	—
	心理支持	—	10	20	—	—
	照护评估	—	—	—	30	40
	质量管理	—	—	—	30	35
	培训指导	—	—	20	20	25
合 计		100	100	100	100	100

表 1-3 养老护理员五级 / 初级工工作要求

职业功能	工作内容	技 能 要 求	相关知识要求
生活照护	1.1 清洁照护	1.1.1 能为老年人洗脸、洗手、洗头、梳头、剃胡须、洗脚、修剪指（趾）甲 1.1.2 能协助老年人清洁口腔 1.1.3 能协助老年人摘戴义齿并清洗 1.1.4 能协助老年人洗澡（淋浴、盆浴、擦浴） 1.1.5 能为老年人清洁会阴部	1.1.1 老年人清洁照护知识及观察要点 1.1.2 老年人口腔卫生知识、义齿的一般养护知识 1.1.3 老年人床上洗浴要求及注意事项 1.1.4 老年人会阴清洁注意事项
	1.2 穿脱衣物	1.2.1 能为老年人穿脱衣服、鞋袜 1.2.2 能协助老年人穿脱简易矫形器等辅助器具	1.2.1 老年人穿脱衣服的方法、要求和注意事项 1.2.2 简易矫形器等辅助器具的穿脱方法和注意事项

续表

职业功能	工作内容	技能要求	相关知识要求
生活照护	1.3 饮食照护	1.3.1 能为老年人摆放进食体位 1.3.2 能协助老年人进食、进水 1.3.3 能观察和评估老年人进食、进水的种类和量,报告并标记异常变化 1.3.4 能对发生噎食、误吸情况的老年人采取应急措施,报告、寻求帮助	1.3.1 老年人进食、进水体位摆放方法及要求 1.3.2 老年人进食、进水方法及观察要点 1.3.3 老年人进食、进水的风险识别 1.3.4 常见老年人膳食种类和摄入量
	1.4 排泄照护	1.4.1 能协助老年人如厕 1.4.2 能协助卧床老年人使用便器排便 1.4.3 能为老年人更换尿布、纸尿裤,倾倒尿液 1.4.4 能观察老年人排泄物的性状、颜色、次数及量,报告并记录异常情况	1.4.1 老年人排泄基本知识及观察要点 1.4.2 大小便器具及辅助用品的正确使用方法及注意事项 1.4.3 大小便的性状、颜色和异常情况
	1.5 睡眠照护	1.5.1 能为老年人布置睡眠环境 1.5.2 能观察老年人睡眠状况,报告并记录异常变化	1.5.1 老年人睡眠的特点 1.5.2 协助老年人睡眠的基本方法及观察要点
	1.6 环境清洁	1.6.1 能为老年人提供舒适清洁的环境 1.6.2 能整理、更换床单位	1.6.1 保持舒适环境的基本方法 1.6.2 整理、更换床单位的操作方法和注意事项
	1.7 失智照护	1.7.1 能为失智老年人提供生活照护 1.7.2 能协助观察失智老年人的异常行为	1.7.1 失智的基本概念和失智老年人照护原则 1.7.2 失智老年人照护的基本方法及注意事项
基础照护	2.1 体征观测	2.1.1 能协助老年人测量生命体征并观察、记录 2.1.2 能协助老年人测量体重并记录	2.1.1 测量生命体征的方法及观察要点 2.1.2 测量体重的方法及注意事项
	2.2 护理协助	2.2.1 能使用热水袋等为老年人保暖 2.2.2 能使用冰袋等为高热老年人物理降温 2.2.3 能观察老年人使用冷热疗法的皮肤异常变化,记录并及时报告 2.2.4 能为老年人翻身,能观察皮肤变化,能识别 I 度压疮,处理并报告 2.2.5 能为老年人翻身叩背以促进排痰	2.2.1 老年人保暖和物理降温的操作方法及注意事项 2.2.2 老年人皮肤观察知识 2.2.3 压疮的基本知识和预防 2.2.4 I 度压疮的处理方法 2.2.5 叩背的基本方法
	2.3 感染防控	2.3.1 能进行环境及物品的清洁 2.3.2 能进行手部清洁	2.3.1 环境及物品清洁概念和基本方法 2.3.2 手部清洁的重要性和基本方法

续表

职业功能	工作内容	技能要求	相关知识要求
康复服务	3.1 体位转换	3.1.1 能为老年人正确摆放体位 3.1.2 能协助老年人进行各种体位的转换 3.1.3 能使用助行器、轮椅等辅助器具协助老年人转移	3.1.1 老年人常见体位及摆放原则 3.1.2 老年人体位安全转换方法 3.1.3 助行器、轮椅等辅助器具使用方法和注意事项
	3.2 文娱活动	3.2.1 能示范、指导老年人进行手工活动 3.2.2 能示范、指导老年人进行娱乐游戏活动	3.2.1 老年人常用手工活动类型和指导方法 3.2.2 老年人文体娱乐活动类型和指导方法

表 1-4 养老护理员四级 / 中级工工作要求

职业功能	工作内容	技能要求	相关知识要求
生活照护	1.1 清洁照护	1.1.1 能为老年人进行口腔清洁 1.1.2 能为老年人进行身体清洁,并处理特殊情况	1.1.1 老年人口腔清洁的方法及注意事项 1.1.2 老年人身体清洁的基本种类、方法及特殊情况的处理方法
	1.2 饮食照护	1.2.1 能根据老年人疾病和特殊进食需求,选择进食类型和加工方式 1.2.2 能为戴鼻饲管的老年人进食、进水	1.2.1 老年人常用饮食类型 1.2.2 老年人食品加工的基本方法 1.2.3 老年人鼻饲进食的基本知识 1.2.4 噎食、误吸救护知识
	1.3 排泄照护	1.3.1 能使用开塞露、人工取便及其他辅助方法协助老年人排便 1.3.2 能为人工造瘘的老年人更换造瘘袋 1.3.3 能观察留置导尿的老年人的尿量及颜色,标记异常并及时报告	1.3.1 开塞露、人工取便及其他辅助方法的操作要点及注意事项 1.3.2 造瘘袋更换的方法及注意事项 1.3.3 尿量记录的方法
	1.4 睡眠照护	1.4.1 能识别影响老年人睡眠的环境因素,并提出改善建议 1.4.2 能照护有睡眠障碍的老年人入睡 1.4.3 能指导老年人改变不良的睡眠习惯	1.4.1 老年人睡眠环境问题评估知识 1.4.2 老年人睡眠障碍相关知识 1.4.3 老年人睡眠指导知识
	1.5 环境清洁	1.5.1 能对老年人生活环境及常用物品进行清洁消毒 1.5.2 能对感染的老年人进行床旁消毒隔离 1.5.3 能对垃圾进行分类和处理	1.5.1 消毒隔离的基本知识 1.5.2 消毒隔离的原则和基本方法 1.5.3 垃圾分类的处理方法及原则

续表

职业功能	工作内容	技能要求	相关知识要求
基础照护	2.1 体征观测	2.1.1 能为老年人测量生命体征并观察、记录 2.1.2 能为老年人测量体重并记录 2.1.3 能为老年人测量血糖并观察、记录	2.1.1 测量生命体征的方法及观察要点 2.1.2 测量体重的方法及注意事项 2.1.3 测量血糖的方法及观察要点
	2.2 用药照护	2.2.1 能协助老年人口服用药,观察老年人用药后的反应并及时报告 2.2.2 能观察老年人使用胰岛素后的血糖异常变化	2.2.1 口服用药的方法和注意事项 2.2.2 糖尿病的基本知识及血糖异常的常见症状
	2.3 风险应对	2.3.1 能识别老年人跌倒、压疮、走失、噎食、误吸、烫伤、冻伤、中毒、中暑的风险,及时报告并提供风险预防的措施 2.3.2 能发现老年人跌倒、急性创伤、肌肉骨骼关节损伤等,并立即报告	2.3.1 老年人跌倒、压疮、走失、噎食、误吸、烫伤、冻伤、中毒、中暑的基本知识 2.3.2 老年人跌倒、压疮、走失、噎食、误吸、烫伤、冻伤、中毒、中暑的防护要点 2.3.3 老年人跌倒、压疮、走失、噎食、误吸、烫伤、冻伤、中毒、中暑的应对方法
	2.4 护理协助	2.4.1 能观察和识别胃管、尿管、气管切开及造瘘口的异常情况,及时记录和上报 2.4.2 能为老年人留取二便标本 2.4.3 能陪同老年人就医 2.4.4 能协助对Ⅱ度压疮老年人做出正确的照护	2.4.1 胃管、尿管、气管切开和造瘘口的照护方法及注意事项 2.4.2 标本留取的方法及注意事项 2.4.3 陪同就医的基本内容和流程 2.4.4 Ⅱ度压疮老年人的照护知识
	2.5 感染防控	2.5.1 能进行老年人常见传染病的预防 2.5.2 能正确配制和使用消毒液,并进行环境及物品的消毒	2.5.1 老年人常见传染病的预防方法 2.5.2 消毒液的配制方法和注意事项
	2.6 失智照护	2.6.1 能识别和应对失智老年人的常见异常行为 2.6.2 能为失智老年人提供安全的环境	2.6.1 失智老年人的常见异常行为表现及应对措施 2.6.2 失智老年人安全环境的基本要点
	2.7 安宁服务	2.7.1 能对临终老年人提供沟通和陪伴 2.7.2 能进行遗体清洁、遗物整理 2.7.3 能进行终末消毒	2.7.1 安宁照护的基本知识及注意事项 2.7.2 清洁遗体、整理遗物的注意事项 2.7.3 终末消毒的知识和方法
康复服务	3.1 文娱活动	3.1.1 能组织老年人开展文娱性康乐活动 3.1.2 能指导老年人使用简易健身器材进行活动 3.1.3 能应用音乐、园艺、益智类游戏等活动照护失智老人	3.1.1 文娱性康乐活动的实施方法 3.1.2 老年人简易健身器材的使用方法和注意事项 3.1.3 失智老人音乐、园艺、益智类活动的方法 and 注意事项

续表

职业功能	工作内容	技能要求	相关知识要求
康复服务	3.2 功能促进	3.2.1 能指导老年人进行日常生活活动训练 3.2.2 能协助压力性尿失禁老年人进行功能训练 3.2.3 能指导老年人使用简易康复器材进行活动或训练 3.2.4 能指导老年人进行坐位或站立位平衡训练 3.2.5 能指导老年人使用日常生活类辅助器具 3.2.6 能根据老年人的身体情况选择适当的助行器、轮椅等辅具	3.2.1 老年人基础性日常生活活动和工具性日常生活活动的康复方法和注意事项 3.2.2 老年人压力性尿失禁的功能训练方法和注意事项 3.2.3 老年人简易康复器材的使用方法和注意事项 3.2.4 老年人坐位、站立位平衡能力的训练方法和注意事项 3.2.5 日常生活类辅助器具的种类和使用方法 3.2.6 助行器、轮椅等辅具选择的原则
心理支持	4.1 沟通交流	4.1.1 能与老年人和家属沟通 4.1.2 能与团队成员沟通	4.1.1 沟通交流的类型 4.1.2 沟通交流的方法
	4.2 精神慰藉	4.2.1 能观察老年人的情绪和行为变化 4.2.2 能识别老年人情绪和行为变化的原因	4.2.1 老年人情绪和行为变化的特点 4.2.2 老年人情绪和行为变化的原因

表 1-5 养老护理员三级 / 高级工工作要求

职业功能	工作内容	技能要求	相关知识要求
基础照护	1.1 用药照护	1.1.1 能喂老年人口服药,观察用药后的不良反应并记录 1.1.2 能为老年人使用滴眼、耳、鼻等外用,观察用药后的不良反应并记录	1.1.1 老年人常用药物的不良反应及常见风险防范措施 1.1.2 老年人多重用药的风险
	1.2 风险应对	1.2.1 能评估老年人跌倒、压疮、走失、噎食、误吸、烫伤、冻伤、中毒、中暑的风险,并制定出风险预防的措施及不良事件分析 1.2.2 能发现老年人急性创伤、肌肉骨骼关节损伤等,并做出初步的应急处置 1.2.3 能配合医务人员对急救老年人进行安全转运	1.2.1 老年人跌倒、压疮、走失、噎食、误吸、烫伤、冻伤、中毒、中暑的评估方法及应对措施 1.2.2 老年人急性创伤、肌肉骨骼关节损伤等的应急处置方法 1.2.3 安全转运流程
	1.3 护理协助	1.3.1 能协助进行Ⅲ度压疮老年人的照护 1.3.2 能对老年人提供雾化吸入、口腔吸痰、吸氧操作	1.3.1 Ⅲ度压疮老年人的照护 1.3.2 雾化吸入、口腔吸痰、吸氧操作的方法和注意事项

续表

职业功能	工作内容	技能要求	相关知识要求
基础照护	1.4 失智照护	1.4.1 能针对失智老年人特殊异常行为提供相应的应对措施 1.4.2 能识别失智老年人的环境风险并制定应对措施	1.4.1 失智老年人特殊异常行为表现及应对措施 1.4.2 失智老年人常见环境风险及处理
	1.5 安宁服务	1.5.1 能协助为临终老年人家属提供心理慰藉及哀伤应对 1.5.2 能协助老年人家属处理后事	1.5.1 心理慰藉的注意事项 1.5.2 哀伤应对的常见方法
康复服务	2.1 功能促进	2.1.1 能组织和指导老年人开展康复体操活动 2.1.2 能指导或协助老年人平地行走、上下楼梯训练 2.1.3 能指导或协助老年人使用安全防护性辅助器具	2.1.1 老年人常用康复体操方法、适用对象与注意事项 2.1.2 老年人行走、上下楼梯时的平衡与协调性控制方法与注意事项 2.1.3 安全防护性辅助器具种类和使用方法
	2.2 认知训练	2.2.1 按照康复计划,能指导轻、中度认知功能障碍的老年人进行记忆力等训练 2.2.2 按照康复计划,能指导轻、中度认知功能障碍的老年人进行定向力等训练	2.2.1 轻、中度认知功能障碍的记忆力等训练的基本方法 2.2.2 轻、中度认知功能障碍的定向力等训练的基本方法
心理支持	3.1 沟通交流	3.1.1 能与失明、失聪、失语等功能受损的老年人进行沟通 3.1.2 能在发生冲突的情况下进行沟通	3.1.1 非语言沟通交流的常用方法 3.1.2 冲突发生的过程和沟通的注意事项
	3.2 心理辅导	3.2.1 能应对岗位工作压力 3.2.2 能指导老年人自我解压 3.2.3 能识别老年人的异常心理活动,并及时应对上报 3.2.4 能根据老年人心理及情绪变化采取应对方法	3.2.1 压力的应对方法 3.2.2 老年人常见的异常心理及处理方法 3.2.3 老年人心理及情绪变化的应对技巧
培训指导	4.1 理论培训	4.1.1 能对老年人和家属进行照护知识培训 4.1.2 能对四级/中级工、五级/初级工级别人员进行照护知识培训	4.1.1 老年人自我照护的常见知识 4.1.2 老年人照护的常用知识 4.1.3 四级/中级工、五级/初级工级别人员常用知识
	4.2 技术指导	4.2.1 能传授老年人自我照护方法 4.2.2 能对家属等非专业照护人员进行照护技能指导 4.2.3 能对四级/中级工、五级/初级工级别人员进行照护技能指导	4.2.1 老年人自我照护方法 4.2.2 老年人照护的常用技能 4.2.3 四级/中级工、五级/初级工级别人员常用技能

3. 老年人基础照护的原则

(1) 尊重老人的生活习惯、文化及价值观。人的行为受到个人的生活习惯、文化背景及价值观的影响,从而形成各自不同的生活方式。有些生活方式和个人行为,尽管其本人认为是很正常,又合乎逻辑,但是他人却觉得不太正常,不合常规。因此,护理员不能按自己的生活方式和思维方法来要求老人,更不能把自己的习惯和行为方式强加于老人,而应该尊重老人的生活习惯、文化及价值观。

(2) 帮助老人提高生活自立性和自理能力。当看到有身体障碍的老人或行动不便、不能自理的老人做一件以正常人看来很简单,而其本人做起来却十分吃力的事情的时候,很多护理员出于怜悯或图省事,不管老人愿意与否,都要替老人做。这对老人来说并不是件好事,不利于提高老人的自理能力,从某种意义上说就等于干涉了他人的自我选择权,剥夺了对方残存的生活能力。因此帮助他人也要掌握一定的度。这就要求护理员必须了解照顾对象的自理程度和护理需求,并帮助老人提高自立性和自理能力。一定要记住,与其伸手帮助,倒不如细心观察。另外,对老人的努力和进步,哪怕是一点点,也不要吝啬你的赞美之词和鼓励表扬。

(3) 帮助老人树立生活信心,让他们感受到生存的意义。有身体障碍的老人或生活不能自理的老人往往会感到自卑和绝望,容易丧失生活的信心。他们对生活的态度很消极,缺乏活力。其实身残并不可怕,最可怕的是丧失生活下去的勇气和信心。因此,帮助他们重新树立生活信念,让他们充分感受到生存的喜悦和生活的意义,是护理员的主要职责。

(4) 帮助老人增加同外界的接触和交流。人不仅有个体属性,同时也有社会的属性。如果脱离社会,缺少同外界的接触和交流,就会使生存的价值和生活的意义缺失。但是一旦遇到身体障碍,失去行动自由,就无法同外界接触和交流。因此护理员的责任就是要帮助这些老人,增加其同外界的接触和交流。例如,在进行饮食护理时,尽量鼓励和劝说老人到餐厅去用餐。这样不仅能增加食欲,而且还可以得到同他人进行交流和接触的机会。



微课：养老护理服务礼仪规范

拓展阅读

老年人照料の種類

1. 家庭照料与社会照料

根据提供照料服务的主体划分,老年人生活照料分为家庭照料和社会照料。

(1) 家庭照料:提供服务的主体是配偶、子女等家庭成员。

(2) 社会照料:提供服务的主体是家庭成员之外的社会组织、社会团体、各类服务

机构及服务企业。

2. 居家照料和机构照料

根据提供服务的场所划分,老年人生活照料可分为居家照料和机构照料。

(1) 居家照料:老年人在自己的居住场所,接受家庭成员或社会提供的照料服务(入户服务)。

(2) 机构照料:老年人入住养老机构,接受社会提供的养老服务。

思考互动:说明现阶段我国的养老服务以哪种照料方式为主并分析利弊。同时分析未来我国养老模式应该向哪个方向发展。

自测题

1. 养老护理的内容范畴不包括()。
 - A. 60 岁以上健康老年人的护理
 - B. 55 岁以下中老年人手术后在医院的护理
 - C. 部分功能障碍老年人的护理
 - D. 患不治之症老年人的临终关怀护理
2. 老年人患病的特点之一是()。
 - A. 综合征不多见
 - B. 衰老和疾病并存
 - C. 症状很典型
 - D. 疾病不反复发作
3. 养老护理员的工作主要是服务于()。
 - A. 老年人、养老机构和社会
 - B. 老年人和老年人家庭
 - C. 老年人和老年人子女
 - D. 老年人和老年人亲属
4. 以下工作属于老年人基础照护服务的内容是()。
 - A. 协助老人更换纸尿裤
 - B. 协助老人洗头
 - C. 协助老人服药
 - D. 帮助老人布置睡眠环境
5. 养老护理员的工作()。
 - A. 仅是一项繁杂的体力劳动
 - B. 是一项要花费脑力的劳动
 - C. 需要付出体力和脑力劳动
 - D. 仅付出体力,不需要脑力劳动

任务二 养老护理员的职业道德

任务描述

小李是智慧健康养老服务与管理专业的大三学生,目前在一家养老机构实习工作。她开朗活泼的性格受到了爷爷奶奶们的喜爱,经常开玩笑逗大家开心。但是有一天她收

到了来自老人家属的投诉,认为她在工作中不够严肃认真。自此,她对自己未来职业的发展产生了疑惑。

工作任务

请分析在养老护理工作中应该严格遵循哪些工作守则,并分析在不违反职业道德的情况下,如何与照护对象建立互相信任的关系。

1. 职业道德的内涵

职业道德是从事一定职业的人们依靠社会舆论、传统习惯和内心信念来维持的,在其职业活动中应遵循的规范的总和,是社会一般道德在职业生活中的具体体现。

社会各行各业都有与本行业的社会地位、功能、权利和义务相一致的道德准则和行为规范,养老护理行业也不例外,我们的护理对象是一些生活上需要得到照顾和关心的老人,所以护理员的职业道德要体现出一种扶弱助残的人道主义精神。



微课：职业道德和职业守则

2. 职业道德的基本要素

(1) 职业理想。职业理想是指人们对职业活动目标的追求和向往,是人们的世界观、人生观、价值观在职业活动中的集中体现。它是形成职业态度的基础,是实现职业目标的精神动力。

(2) 职业态度。职业态度是指人们在一定社会环境的影响下,通过职业活动和自身体验所形成的、对岗位工作的一种相对稳定的劳动态度和心理倾向。它是从业者精神境界、职业道德素质和劳动态度的重要体现。

(3) 职业义务。职业义务是指人们在职业活动中自觉地履行对他人、社会应尽的职业责任。我国的每一位从业者都有维护国家、集体利益和为人民服务的职业义务。

(4) 职业纪律。职业纪律是指从业者在岗位工作中必须遵守的规章、制度、条例等职业行为规范。例如,国家公务员必须廉洁奉公、甘当公仆,公安、司法人员必须秉公执法、铁面无私等。这些规定和纪律要求都是从业者做好本职工作的必要条件。

(5) 职业良心。职业良心是指从业者在履行职业义务中所形成的对职业责任的自觉意识和自我评价活动。人们所从事的职业和岗位的不同,其职业良心的表现形式也往往不同。例如,经商者的职业良心是“诚实无欺”,医生的职业良心是“治病救人”,从业者能做到这些,良心就会得到安宁,反之内心则会产生不安和愧疚感。

(6) 职业荣誉。职业荣誉即社会对从业者职业道德活动的价值所做出的褒奖和肯定评价,以及从业者在主观认识上对自己职业道德活动的一种自尊、自爱的荣辱意向。当一个从业者职业行为的社会价值赢得社会认可时,就会由此产生荣誉感,反之就会产生耻辱感。

(7) 职业作风。职业作风是指从业者在职业活动中表现出来的相对稳定的工作态度和职业风范。从业者在职业岗位中表现出来的尽职尽责、诚实守信、奋力拼搏、艰苦奋斗的作风等都属于职业作风。职业作风是一种无形的精神力量,对个人事业的成功具有重要作用。

3. 养老护理员的职业道德要求

(1) 尊老敬老,以人为本。尊老敬老是我们中华民族的传统美德,养老护理员肩负着养护老人的社会重任。因此,养老护理员要像老人的子女一样,照顾好老人的生活起居,这是社会的分工,是养老护理的工作职业。

在工作中要处处为老年人着想,在实际行动中体现以老年人为本的理念,从老年人的根本利益出发,满足老年人的合理需要,切实保障老年人的权益,让老年人体会到全社会对他们的尊敬和关怀,让发展的成果惠及全体老年人。尊老敬老是养老护理员最重要的职业守则之一。

(2) 孝老爱亲,弘扬美德。老吾老以及人之老,幼吾幼以及人之幼。关爱老人不仅是一种美德,更是一种义务与责任。

我们生活在上,任何人都不能脱离他人、脱离社会而存在。人活在世上,总是需要与别人交往,需要别人的帮助。有专家统计,人的一生接受别人的帮助比自己帮助别人的要多,人不能脱离别人的帮助而生存。当我们处在优势时,能够设身处地地将心比心,给这些渴望帮助的老人以帮助和关怀,这就是助人为乐。我们要帮助老年人树立信心,帮助他们建立重新生活的希望。解决他们生活中的困难,解除他们心灵的孤独和身体的伤痛。使他们生活得舒适、安全、快乐,充满信心和希望。

(3) 遵章守法,自律奉献。遵章守法是指人们必须按照法律、法规及纪律的有关规定做事。在养老护理工作中,要严格执行《中华人民共和国老年人权益保障法》《养老机构管理办法》等法律法规,保障老人生命权、隐私权等基本权益,时刻落实机构护理操作规范、安全管理制度。

自律奉献是要求养老护理员在为老年人服务中处处为老年人着想,严格要求自己,积极进取,精益求精,不断提高养老护理服务水平。严格履行职业义务的责任感和自觉的献身精神。护理工作中,只有把“要我干好”转变为一种体现高度自觉性的“我要干好”,才能真正做到勤勤恳恳、兢兢业业、认真负责、一丝不苟,并自始至终地贯彻于工作中。

(4) 服务第一,爱岗敬业。服务第一就是把为集体、为他人工作放在首位。想老年

人之所想,急老年人之所急,全心全意为老年人提供服务。

爱岗,就是热爱自己的工作岗位,热爱本职工作;敬业,就是要用一种恭敬严肃的态度对待自己的工作。从事养老护理工作,是社会的需要,也是一项高尚的工作。要做到爱岗敬业,首先应建立工作的自信心,对自己从事的工作给予充分的尊重。爱岗敬业还要努力学习职业所需要的各种基本知识。不断地学习各种新知识、新技术、新手段,适应不断发展的社会需求。



微课: 养老护理相关法律法规知识

拓展阅读

老年人的生理特点

随着年龄的增长,人体形态和功能发生衰退是生命的自然规律,人的社会适应能力以及心理功能也开始出现不同程度的下降。具体表现在以下方面。

1. 形态变化

(1) 细胞变化。这主要表现为细胞数的逐步减少。

(2) 组织与器官的变化。由于内脏器官和组织的细胞数量减少,从而发生萎缩、重量减轻。

(3) 整体变化。随着年龄的增长,人的外形会出现变化,如头发变白,皮肤弹性降低,出现皱纹和老年斑,牙齿松动脱落,耳聋、眼花、驼背,身高逐渐降低等。

2. 生理功能变化

(1) 心血管系统功能的衰退。如心肌纤维逐渐萎缩,心肌细胞内老年色素(脂褐质)沉积,心瓣膜变得肥厚硬化、弹性降低等。

(2) 呼吸器官老化。这主要表现为肺容量降低,呼吸功能减退,代偿能力降低。

(3) 消化系统的变化。这主要是口腔、胃肠功能减弱,牙龈、牙齿发生萎缩性变化。

(4) 肌肉骨骼运动系统变化。这主要表现在随着年龄的增长,肌纤维变细、弹性降低、收缩力减弱;骨骼中有机成分减少,无机盐增多,因而致使骨的弹性和韧性降低,易骨折等。

(5) 神经系统变化。这主要表现为脑细胞某种程度的丧失;神经传导速度降低;老年人动作迟缓,反应灵活性减弱等。

(6) 主要感觉器官功能减退。如视觉、听觉、嗅觉、味觉、皮肤感觉(包括触觉、温觉、痛觉)能力减退。

3. 心理运动反映

老年人生理上的变化会对老年人的心理活动带来影响。由于大脑功能的衰退,人的记忆力、注意力、计算能力、判断力等均出现不同程度的下降,再加上突然从有节奏的紧张工作状态中退下来,整日过着清闲自在、无所适从的生活,势必会出现忧心忡忡、心情抑郁、孤单寂寞、喜怒无常等症状。

4. 社会再适应能力下降

很多老人退休以后,由于社会职业角色、生活环境、人际交往都发生了改变,因此普遍出现社会心理问题和社会再适应问题。如对社会的陌生感、疏远感和恐惧感等。

思考互动: 针对老年群体的生理变化(形态、生理、心理、社会适应力)特征,怎样在工作中体现养老护理工作者的职业道德?

自测题

- 养老护理员的职业守则是以()来制定的。
A. 职业特点和领导要求 B. 职业特点和被服务对象的需求
C. 领导要求和被服务对象的需求 D. 领导要求和社会需求
- 职业理想是指人们对()目标的追求和向往,是人们的世界观、人生观、价值观在职业活动中的集中体现。
A. 职业活动 B. 慈善活动 C. 公益活动 D. 社会活动
- 职业道德是道德在职业或行业范围内的(),是社会道德在职业领域的具体体现。
A. 特殊要求 B. 普遍要求 C. 一般要求 D. 寻常要求
- 尊老敬老要依照法律义务和道德责任,保护老年人的()。
A. 所有愿望 B. 部分愿望 C. 用工权益 D. 合法权益
- 养老护理员的职业道德是规定()如何运用公共的行为标准,处理与老人之间、与老人亲属之间,以及与同事和社会之间相互关系的准则。
A. 人们 B. 老人家属 C. 养老护理员的管理者 D. 养老护理员

任务三 老年人居住环境需求

任务描述

某居家养老服务中心的新项目正在筹建中,小唐作为项目经理,负责老人居住环境布局设计与适老化家具设计。经团队研讨,与装修团队共同制定老人居住房间的空间布局与装修设计。

工作任务

请分析老年人的居住空间有哪些,有什么特殊要求需要注意。老年人的家具选择有什么特殊要求。

1. 老年人居室环境

(1) 面积、空间。老年人的居室应有良好的朝向和宽敞的空间,面积不能太小,门要宽,这样可以根据护理需要,搀扶老人或推轮椅进出方便。住房和城乡建设部于2018年发布实施的《老年人照料设施建筑设计标准》(以下简称《标准》)明确规定:老年人居室单人间居室使用面积不应小于10平方米,双人间居室使用面积不应小于16平方米;护理型床位的多人间居室,床位数不应大于6床;非护理型床位的多人间居室,床位数不应大于4床。床与床之间应有为保护个人隐私进行空间分隔的措施;居室的净高不宜低于2.40米;当利用坡屋顶空间作为居室时,最低处距地面净高不应低于2.10米,且低于2.40米高度部分面积不应大于室内使用面积的1/3;居室内应留有轮椅回转空间,主要通道的净宽不应小于1.05米,床边留有护理、急救操作空间,相邻床位的长边间距不应小于0.80米。



公告文件: 老年人照料设施建筑设计标准

(2) 噪声、光线。杂乱无章、闻而生厌的声音构成了噪声。噪声强度在50分贝以上时,即能产生相当的干扰,人们就会觉得有吵闹之感;当噪音强度达到90分贝以上并且在较长时间作用下,能引起人们头痛、头晕、耳鸣、失眠等症状。

日常生活中有许多被忽略的声音会构成噪声,譬如电视、汽车、喋喋不休的谈话、发动机的运转以及漏水的水龙头,甚至电话,都会对老人造成困扰。大声喧哗、重步行走、器械撞击或车轮轴承处锈涩而发出的声音都是不良的刺激。老年人用房室内允许噪声级应符合相关标准的规定(见表1-6)。

表 1-6 老年人用房室内允许噪声级

房 间 类 别		允许噪声级 / 分贝	
		昼间	夜间
生活用房	居室	≤ 40	≤ 30
	休息室	≤ 40	
文娱与健身用房		≤ 45	
康复与医疗用房		≤ 40	

护理员虽然无法控制老年设施周围环境的噪声,但可以通过自身的努力尽量为老人创造安静的环境。如在走廊不要大声喧哗,走路时脚步要轻,开关门窗时注意轻开轻关等。

光线有自然光线和人工光线。自然光主要是指日光,是人们维持生活的不可缺少的因素。日光中的紫外线有很强的杀菌、消毒作用,还能促使维生素 D 的生成。红外线可以扩张血管,促进血液循环,改善皮肤和组织的营养状况,使人增加食欲,并具有镇痛效果,在临床上被广泛应用。因此,要经常打开门窗,让阳光直接射入,或协助老人经常到室外接受阳光照射。但应避免阳光直接照射老人的脸部。相关标准明确规定:老年人居室应具有天然采光和自然通风条件,日照标准不应低于冬至日日照时数 2 小时。

光线除了上述的自然阳光,还有人工光源。尤其是在夜间需要各种人工光源。但光源的亮度要根据不同的需要进行调整。如过道、走廊、楼梯、卫生间、医务室的灯光要强,为了夜间不影响他人休息,房间除了安装吸顶灯外,还应有床头灯、壁灯、地灯装置。

(3) 温度、湿度、通风。老人体温较低,加上身体与自然的绝缘能力降低,使得老人对低温状态特别敏感,冷的刺激,使老人畏缩,缺乏动力,肌肉紧张而产生不安,还特别容易着凉患上感冒,进而引发一系列病症。但是室温过高会使神经系统受到抑制,干扰消化、呼吸功能,不利于体热的散发,影响体力的恢复。因此,相形之下维护适当的室温对老人来讲十分重要。一般建议老人的居室温度冬季应以 $22 \sim 24^{\circ}\text{C}$ 为宜,夏季以 $24 \sim 26^{\circ}\text{C}$ 为宜。老人居室内应装有室温计,以便随时检视室温变化而加以调节。季节的变换会导致气温差别很大,检视所处地点的门窗是否在关闭状态,有控制的通风会在调节室温的同时,改善居室内的空气质量。室温与老人穿着和被服的增减状态或室内冷暖空调是否处于工作状态等都有关。

湿度为空气中含有水分的百分比程度。湿度过高,细菌易繁殖,机体水分蒸发慢,使人感到潮湿、气闷、尿液排出量增加,肾脏负担加重;湿度过低,则空气干燥,机体水分蒸发较快,常导致呼吸黏膜干燥,出现咽痛、口渴等不适应症状。因此室内相对湿度 $50\% \sim 60\%$ 为宜。湿度过高可开窗通风降湿;过低,可洒水于地面或置湿布于暖气片上或使用加湿器增湿。

如果门窗紧闭,室内空气不流动,会使室内空气含氧量降低,二氧化碳含量增加,空气中细菌密度增加。通风既可以调节温度和湿度,增加室内空气含氧量,降低二氧化碳含量,又可减少空气中细菌密度。因此,要经常打开门窗通风,也可用换气扇、电风扇,但不能让风直接吹到老人身上,并且要注意保暖,避免着凉。

(4) 床铺。床是老人睡眠和休息的用具。卧床老人的饮食、排泄、活动、娱乐都在床上,因此卧床老人的床一定要符合实用、耐用、舒适、安全的原则。普通单人床的长 $\times$ 宽 $\times$ 高是 2 米 $\times$ 0.9 米 $\times$ 0.6 米,而护理床的长 $\times$ 宽 $\times$ 高是 2 米 $\times$ 1.1 米 $\times$ 0.5 米。市面上出售的护理床种类繁多,有电动、手动床,有单摇、双摇、三摇、侧摇床,还有带床栏的床,床栏支起来后,可以搭上桌板,吃饭、看书非常方便(见图 1-1)。要选择什么样的

床,就要看老人需要哪些功能,不是功能越多,价钱越高就越好。电动护理床适合于长期卧床的老人,而手动护理床适合于短期卧床的老人。至于单摇、双摇,还是可以侧翻的床,就要看老人的具体康复需要来选择。

床垫不要太软,以免承受重力较多的部位凹陷。年老体弱或卧床老人应备气垫、棉垫,以预防褥疮的发生。床垫不能太薄,以免为老人翻身时床垫也跟着移动。被褥、床单、枕头等寝具应选择手感好,透气性、保暖性强,软硬适度,宜保管的寝具。被子以轻暖为宜,而且一定要准备备用被,并经常晾晒消毒。床褥的长宽与床的规格相同,一般以棉花作褥芯。铺于床垫上,吸水性强,并可防床单滑动。床单的大小以能把床垫完整地包住并牢牢地压在下面为宜。如果床单错位出现皱褶就容易引起压疮,所以铺床时床单一定要用床垫压牢。床上最好放床上桌,高度可以随意调整。为了便于移动,在桌腿底下可以安装滑轮。老人可在床上桌用餐、阅读、写字或从事其他活动(见图1-2)。



图 1-1 多功能护理床



图 1-2 床上桌

2. 老年人行走空间

(1) 走廊、过道。随着年龄的增长和下肢运动功能的逐渐衰弱,不少老年人开始出现行走困难的情况。因此,老人的走廊、过道等不能过窄,这样不利于老年人行走,也不利于护理。《老年人照料设施建筑设计标准》(JGJ 450—2018)明确规定:老年人使用的走廊,通行净宽不应小于 1.80 米,确有困难时不应小于 1.40 米;当走廊的通行净宽大于 1.40 米且小于 1.80 米时,走廊中应设通行净宽不小于 1.80 米的轮椅错车空间,错车空间的间距不宜大于 15.00 米。

(2) 扶手。在走廊、厕所、楼梯边上、浴室、餐厅等老人经常走动的地方,要装上固定的扶手,扶手要稳定、牢固以防脱落。考虑到老年人身高差异,可以在 75 厘米和 85 厘米的高度上分别安装扶手。

(3) 地面。地面设计应充分考虑防止老人滑倒和便于清洁等因素。目前国际上较为流行的是塑胶地板。另外,地面的色彩最好单一,可以运用对比色来对老人的行动提供引导,但不可以过多过繁,以免引起老人行走时感觉眩晕或定向混乱。对于老人而言,不反光的地面非常重要。

大多数人认为地毯表现温暖、舒适和可以减少因跌倒造成骨折的发生。但同时具有静电反应、不易清洁、吸附异味、蚊虫寄生等弊端,不适于在老年人的生活设施内铺装;此外,对轮椅的活动将造成困难。区域性的地毯易诱发跌倒,应避免使用。无障碍的地面设计至关重要。特别是传统的门槛,对老人而言是危险的。因此,在老人出入经过的房间门口、过厅、走廊等处不要设门槛,在有门槛的地方用有倾斜度的板,形成斜坡,而且板应固定好,不可滑动,以便老人行走(见图 1-3)。

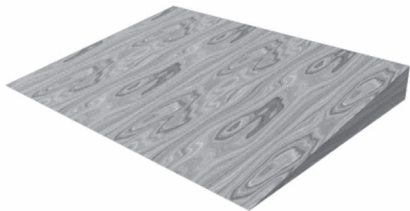


图 1-3 设置无障碍门槛用的斜板

3. 适老化卫生间

(1) 照明。卫生间常常由厕所和浴室共同构成。老人的意外伤害许多是在卫生间里发生的,因此,特别要注意避免意外的发生。卫生间的照明应有足够的亮度,开关设在卫生间门外,应根据老人的身高和手臂的伸展情况来定。

(2) 地面。卫生间不能留置有散落的物品或易使老人跌倒的东西。卫生间地面要防滑,要及时地擦干地面上的水分和皂液。有些家庭在卫生间的门口处放置地垫,如果地垫粘不牢或边角翘起来,老人进出时容易滑倒或被绊倒。

卫生间的门槛不能有高低落差。有些家庭因为装修时动了卫生间,所以把卫生间地面抬高,形成了落差,造成老人进出卫生间时出现跌倒风险。

(3) 水龙头。随着年龄的增长,老年人的握力和指关节灵活度均下降,因此水龙头最好要选择上下摁的,而不要选择环形拧开式的(见图 1-4);或需要更易于老人使用的加压式的水龙头。要特别注意水的温度,避免打开水龙头后出现热水多而导致烫伤的现象,又因躲闪而发生跌倒的危险。

(4) 便器。便器最好要选坐便器。坐便器的高低要根据老人身材高矮来确定,一般以 45 ~ 50cm 为宜。同时,在安装坐便器时,坐便器前方或两侧要安装扶手,方便老年人如厕后站起或晕倒时倚靠,避免摔倒造成更大的伤害(见图 1-5)。卫生间内使用各种电器设备应小心,以免发生漏电、触电危险。



图 1-4 几款不同开闭功能的水龙头

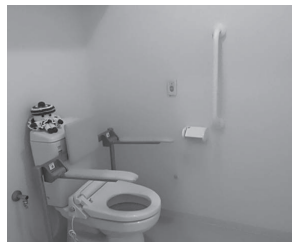


图 1-5 带有扶手的坐便器

(5) 安全措施。卫生间里所选用的各种器具配件都应尽量圆滑,没有棱角,扶手也不要过于突出,避免老人意外划伤、磕伤。

对于老人来讲,如果能在卫生间里储备一些急救药是非常明智的做法,另外要安装一个呼叫设备。因为老人在如厕或洗浴过程中,常常会引发某些意想不到的疾病,故应有急救药品或应急设备的准备,将会减少意外事情发生的风险。

拓展阅读

老年人居家环境适老化改造通用要求

《老年人居家环境适老化改造通用要求》(MZ/T 218—2024)是为能力完好、能力轻度受损(轻度失能)、能力中度受损(中度失能)的老年人提供居家环境适老化改造的依据。通过物理空间改造、设施设备配备以及老年用品配置等方式,降低老年人居家空间中的通行障碍、操作障碍及信息感知障碍等因素影响,改善老年人居家生活环境。服务提供方依据要求在开展适老化改造前,应对老年人能力状况、家庭情况、居家环境、器具与智能产品配置情况以及改造需求等进行评估。



公告文件:《老年人居家环境适老化改造通用要求》(MZ/T 218—2024)

思考互动: 日常生活场景中,你见过哪些适老化(无障碍)设施或设备?你认为还有哪些适老化(无障碍)设施应该普及到生活中?

自测题

- 属于老年人居室环境照护要求正确的是()。
 - 房间朝向北面,避免光线太强
 - 房间设备多种多样,方便使用
 - 卫生间位置远离房间,减少异味
 - 床具安全、牢固、固定,高矮适宜
- 属于老年人床上用品要求正确的是()。
 - 床单以亚麻制品为佳
 - 被褥以丝织品为佳
 - 荞麦皮枕芯枕卧舒适
 - 被褥及枕芯每月洗涤晾晒
- 正确的老年人居室环境照护要求是()。
 - 房间朝南或东南方向,光线充足
 - 房间设备多种多样,方便使用
 - 卫生间位置远离房间,减少异味
 - 床具高矮统一固定
- 老年人卫生间的要求是()。
 - 卫生间位置远离房间,减少异味
 - 卫生间房门向内打开,方便顺手

- C. 卫生间设置蹲位,安全卫生 D. 卫生用品放在老年人伸手可取处
5. 老年人室内适宜的相对湿度是 ()。
- A. 20% ~ 30% B. 30% ~ 40% C. 50% ~ 60% D. 70% ~ 80%

实训项目

1. 实训任务

老人照护需求评估。

2. 实训过程

- (1) 以 4 ~ 6 人为一组,把学生分成若干实训小组。
- (2) 安排养老机构或居家养老社区见习。以小组为单位,收集老人一般情况、身体状况、疾病情况等信息。分析老人照护需求,形成评估报告,每组派一人进行汇报。

3. 考核标准

- (1) 本题分值: 20 分 (见评分记录表)。
- (2) 考核时间: 30 分钟。
- (3) 考核形式: 项目汇报。
- (4) 评分要求及分值 (见表 1-7)。

表 1-7 老年人照护需求评估评分记录表

名 称	评分项目描述	评分具体内容描述	最高分数	得分
照护计划 (10 分)	日常生活活动能力	评估项目包括进食、穿衣、如厕、洗澡、修饰、行走、床椅转移、上下楼梯等	2	
	认知功能	评估项目包括定向力 (时间、地点、人物)、记忆力 (短期、长期)、计算力 (购物、理财)、语言能力 (表达、理解) 等	2	
	情绪与心理状态	包括社交参与度、抑郁症状 (如情绪低落、兴趣减退)、焦虑症状 (如紧张、担忧) 等	2	
	健康与医疗需求	评估项目包括慢性疾病 (如高血压、糖尿病)、急性疾病 (如感染、外伤)、用药管理 (如种类、频率)、康复需求等	2	
	社会支持与环境	评估项目包括家庭支持 (如子女、配偶)、社区资源 (如护理机构、活动中心)、居住环境 (如无障碍设施、安全) 等	2	