



老年人居家 生活照料

广州市老人院---张玉姗

01

目前居家养老现状

02

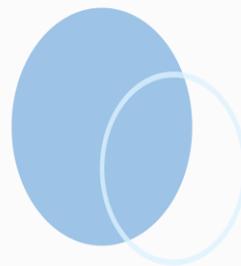
日常生活照料的定义

03

日常生活照料的目标

04

日常生活照料的主要内容



01 目前居家养老现状

人口老龄化已成为世界人口发展的基本趋势及各国政府关注的焦点。我国作为人口大国，老年人数目大。面对如此庞大的老年人口规模，老年人注重的养老的方式有居家养老，机构养老和社区养老。

由于受我国传统养老理念影响，老人很看重家庭带来的安全感，归属感和亲情感，因此，家庭永远是我国养老的一个主要载体，居家养老主体地位不可动摇。



护理人员：

居家护理人员包括正式和非正式两类。

正式护理人员：

由护士、养老护理员或受过专业培训的服务人员组成；

非正式护理人员：主要由家人、亲属组成的



广州市老人院
HOME FOR THE AGED GUANGZHOU

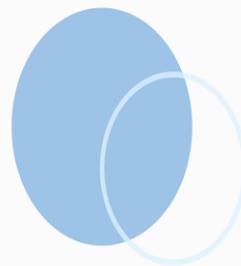


02什么是日常生活照料

为老年人提供饮食照料、清洁卫生、排泄护理、转移护理等日常生活照料服务的全过程。



广州市老年人院
HOME FOR THE AGED GUANGZHOU



03日常生活照护的目标

最大限度的发挥老人
残存的功能

01

发挥老人的主动性，
扩大其生活空间

02

最大限度地恢复
和维持老人生理、
心理、社会的完美状态

03



广州市老人院
HOME FOR THE AGED GUANGZHOU

日常生活照料的主要内容

 饮食照料

 排泄护理

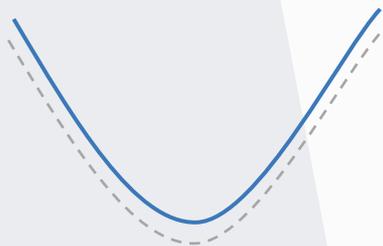
 清洁卫生

 转移护理

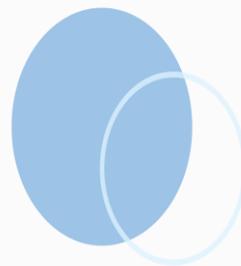
健康
便利

安全
整洁

01



饮食照顾



饮食照料

食物的选择

营养丰富，易消化，满足营养需求，荤素搭配，**少油盐**

每日保证饮水至少1500ml

老年人或吞咽困难的患者
避免易松散、难咀嚼、粘性高的食物，防噎食，防误吸

中国居民平衡膳食宝塔(2016)



饮食照料

环境：安静、舒适的进餐环境

正确的进食体位

坐位：身体坐直，颈部稍向前弯曲，食物放在患者面前，通过食物的色香味促进患者的食欲

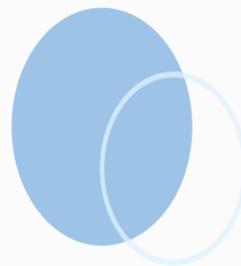
半坐位：摇高床头 30° - 60° ，颈部稍向前屈

进餐后：

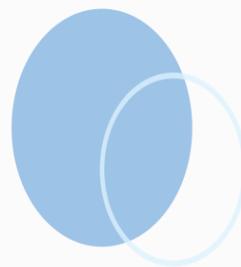
不要立即躺下，取坐位或半卧位30-60分钟，避免食物反流



广州市老人院
HOME FOR THE AGED GUANGZHOU



喂食者应该坐在老人健康一侧的侧面，**视线要和老人的视线平视**，从健康一侧的口角的下方或者是侧面将食物送入送入老人的口中。这样可以减少误吞的危险。因为有麻痹时，感觉变得迟钝，动作不顺畅，食物残留容易留在偏瘫一侧，也不容易从口中排出。所以，应该从健康一侧观察到偏瘫的一侧是否有食物残渣留在口中。



小结一下

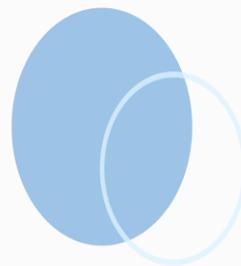
支援老人自立是照料护理的基本原则，在饮食的照料护理中也要坚持这一原则。

对于有吞咽障碍或者有偏瘫的老人，在照料护理时应该设法**发挥护理他们的残存的能力**，尽量让他们自己进食。如果过多的出手，老人养成了依赖的习惯的话，那么，老人就永远不再会自己吃饭了。

小结一下

要善于选择老人**专用的餐具**，**支援老人自立性地进食**。应让老人使用自助餐具，尽量让其**靠自己的力量进餐**。这样既是**功能恢复的训练**，也能提高老人自立的愿望。

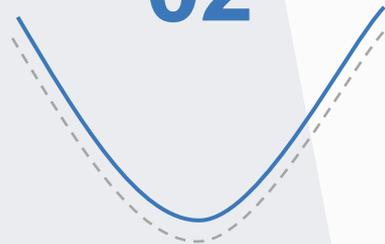
广州市老人院
HOME FOR THE AGED GUANGZHOU



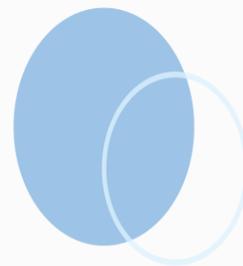
饮食照料的**注意事项**

- 1、喂饭前应充分了解老年人日常进餐情况。
- 2、先剔除食物中的骨头、鱼刺。固体、流质食物应交替喂食。不宜喂食圆形、过于光滑或带粘性的食物。
- 3、有吞咽障碍的老年人，应将食物打成糊状。（食物约汤勺三分之一满）
- 4、过程中应观察老年人咀嚼吞咽能力、进食量、进食时间等，发现异常及时处理。

02



清洁卫生



清洁卫生

口腔清洁

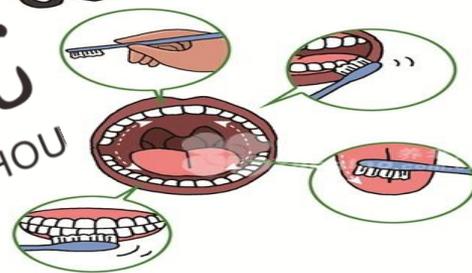
洗脸

头发梳理与清洁

沐浴，更换衣物



廣州麻坡老人院
HOME FOR THE AGED GUANGZHOU



平躺式洗头盆

曲线弧形设计，轻轻松松躺着洗！



早康

开衫，方扣，袖子散口的衣服对偏袒患者较为合适。**适宜的穿脱衣训练**，可有效提高患者穿衣能力，也大大提升了患者独立穿衣的积极性，极大提高患者生活质量，有利于达到生活的自理。

小结

为老年人更换衣服的主意事项：

- 1.有偏瘫等身体障碍的老年人，要按照从健侧脱下，从患侧穿上的顺序进行（脱健穿患）
- 2.时刻注意老年人身体偏瘫的程度，动作轻柔,在关节可活动范围允许的情况下进行帮助。
- 3.选用便于穿脱的衣服，尺寸合适的衣服，容易让老年人自行穿脱。

谢谢聆听

广州市老人院社区居家养老服务中心

地址：广州市越秀区东沙角路涌边街

19-25号一楼

联系电话：020-8306 6707

18126836923樊姑娘 张姑娘