



老年人居家 生活照料

广州市老人院社区居家养老服务中心—张玉姗

日常生活照料的主要內容



飲食照料



排泄護理



清潔衛生



轉移護理



主要大纲

一、半失能失禁老人的排泄护理

二、偏瘫患者的体位转移的技巧

尿失禁



操作护理的理念

- 1、了解患者的**身体情况**；
- 2、准备好所需要的**用具**；
- 3、注意与患者进行良好的**沟通**；
- 4、动作要**熟练、利索**；
- 5、**友善、尊重**患者。



03



排泄照料



何为排泄？

排泄是机体将新陈代谢的产物和机体不需要或过剩的物质排出体外的生理活动过程。是维持生命的必要条件。

排泄途径有皮肤，呼吸道，消化道，泌尿道是最主要的排泄途径，即排便和排尿。



评估老人的生活自理程度以及失禁状态

咳嗽，打喷嚏
时出现失禁



轻度失禁（可
独立行走）

在身体突然活
动，站起和坐
下时出现失禁



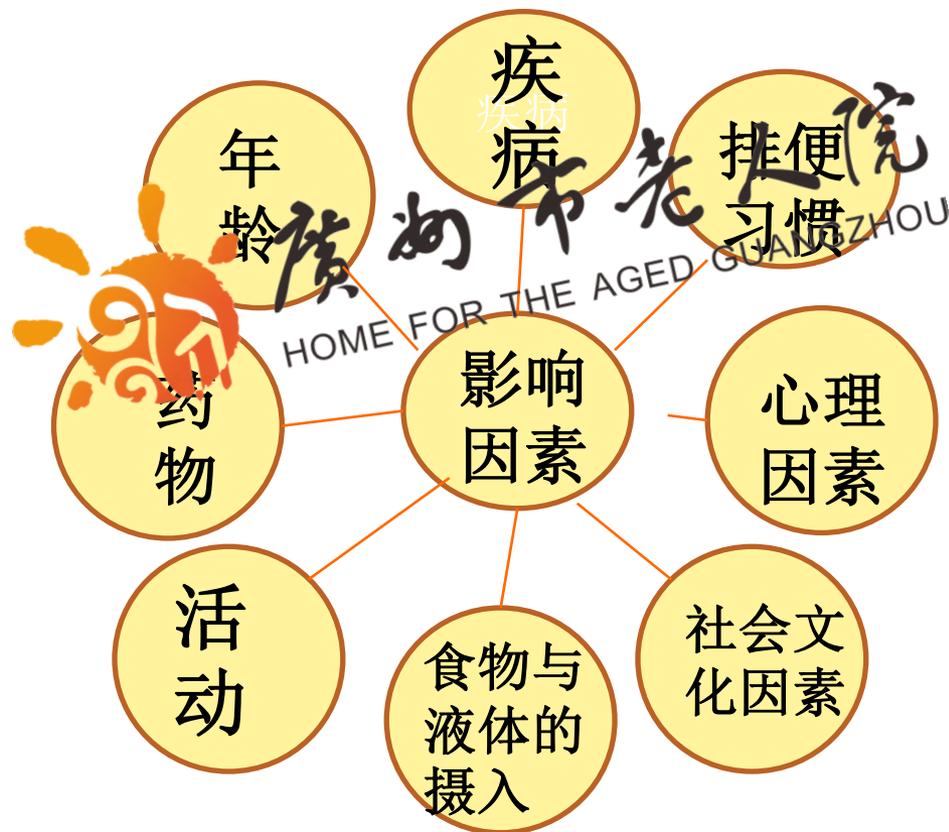
中度失禁（协
助下可以坐，
站立，行走）

在正常活动，
躺卧时出现失
禁



重度失禁（卧
床时间较多）

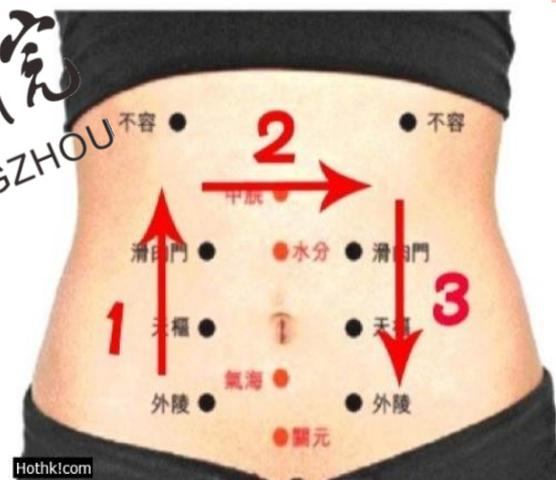
排便异常的评估



排便异常患者的护理

便秘患者的护理

- 1) 提供适合的排便环境:
- 2) 选取适宜的排便姿势:
- 3) 腹部环形按摩:
- 4) 遵医嘱给予口服缓泻药物。
- 5) 使用简易通便剂: 开塞露, 甘油栓等。
- 6) 以上方法均无效时, 遵医嘱给予灌肠或人工取便。



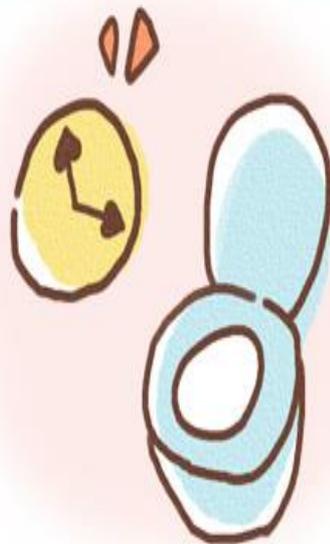
排便异常患者的护理

便秘的预防:

排便习惯: 帮助患者重建正常的排便习惯;

饮食: 多食含纤维素的食物, 每日清晨饮一杯温水, 每日至少1500毫升。可促进肠蠕动, 软化粪便;

运动: 鼓励患者适当运动



失禁的分类

1.完全性的大小便失禁：
干便，稀便及排气不能控制

2.不完全大小便失禁：
干便可以控制，稀便及排气不能控制

3.感觉性失禁： 在无感觉下可以排出稀便



排泄照料

行动不便老人的使用方法

选择合适的便盆

①传统便盆

②气垫便盆 预防压疮

③尿壶的使用方法

④男性/女性用尿壶



失禁老人的皮肤护理

失禁老人的皮肤容易出现**失禁性皮炎**，对于失禁性皮炎，**预防胜于治疗**：

- ①**清洗**—温水，尽量采用冲洗或轻拍
- ②**润肤**—涂抹膏药或润肤剂
- ③**及时发现与清理**



04

转移护理



转移护理

床上体位转换

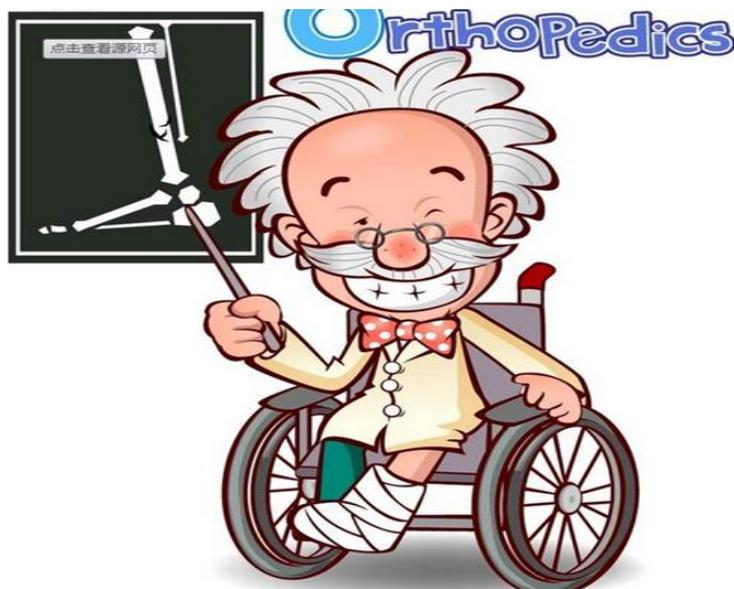
轮椅转移

移动辅助器应用指导



体位转移的定义及目的

1.定义 体位转移是指人体从一种姿势转移到另一种姿势的过程。



2. 目的:

教会患者卧位下翻身，从卧位→坐位，床→轮椅，轮椅→卫生间的各种转移方法。当患者不能独立完成转移活动时，则教会照顾者辅助的转移方法。



偏瘫患者体位转移技巧

一、床上转移活动

1、床上翻身

2、床上卧位移动

3、辅助下卧位到
床边坐位

4、辅助下有由床
边坐位到卧位



偏瘫患者体位转移技巧

二、辅助下由床到
轮椅的转移（有轮
椅到床的转移）

三、辅助下轮椅与
坐厕之间的转移



辅助下由床到轮椅的转移

1. 辅助下由床到轮椅的转移方法

(1)、患者坐在床边，双足平放于地面上。

(2)、将轮椅置于患者健侧，与床成45度角，刹住轮椅手闸，向两侧移开脚踏板。



辅助下由床到轮椅的转移

(3)、护理人员面向患者站立，双膝微屈，腰背挺直，双足放在患足两边，用自己的膝部在前面抵住患膝，防止患膝倒向外侧。



辅助下由床到轮椅的转移

(4)、护理人员一手从患者腋下穿过置于患者患侧肩胛上，并将患侧前臂放在自己的肩上，托住患者健侧上肢，使其躯干向前倾。然后将患者的重心前移至其脚上，直至患者的臀部离开床面。



辅助下由床到轮椅的转移

(5)、护理人员引导患者转身坐于轮椅上。帮助患者调整姿势使坐位稳定舒适。



辅助下由轮椅到坐厕的转移

①患者坐于轮椅中，正面接近坐厕，制动，移开脚踏板。轮椅与坐厕之间留有一定空间，以利活动。护理人员站在患者瘫痪侧，面向患者，同侧手掌握法握住患手，另一手托住患侧肘部。



辅助下由轮椅到坐厕的转移

②患者健手支撑于轮椅扶手，然后患者将健手移到坐厕旁的扶栏上。



辅助下由轮椅到坐厕的转移

③护理人员 and 患者同时移动
双足向后转身，直到患者双
腿的后侧贴近坐厕。

④护理人员协助患者臀部向
后、向下移动坐于坐厕上。



移动辅助器应用指导



使用轮椅上、下阶（坡）的方法

（上台阶的时候）

踩住防倾杆使前轮起后前进，接着将后轮向上抬起

（下台阶的时候）

首先使后轮向后方落下，踩住防倾杆是前轮保持抬起状态后退，缓慢的下去



下坡



下坡时请轻轻使用
刹车。同时向后方
一步一步向下退。
请务必使用安全带。



轮椅使用及**注意事项**

1. 检查轮椅车、**刹车阀**是否完好
2. 推轮椅时,注意双手用力均匀,平稳,避免颠簸,**尽量靠后坐**,勿向前倾身或自行下车
3. 注意安全,如遇到障碍物时,勿用轮椅撞门或障碍物.
4. 轮椅不能用在**扶手电梯**
5. 下斜坡时**推轮椅者先行**
6. 上斜坡时**推轮椅者先行**



“轮椅老人”外出注意事项

1. 天气冷时，推轮椅外出，要随时注意观察老人的身体，可用薄毛毯放在腿上**保暖**
2. 老人如有下肢浮肿、溃疡或关节疼痛，可将脚踏板抬起，**垫以软枕**。
3. 对无法自理的老人，双手尽量不要放置在扶手上，避免出现双手下滑，**卡刹轮子**的情况，可以将其自然放置于**身前**。



压疮发生的原因和预防措施有哪些？



压疮是身体局部组织长期受压，血液循环障碍，组织持续缺血、缺氧、营养缺乏，致使皮肤失去正常功能，而引起的组织破损和坏死。

发生的原因：压力因数（垂直压力、摩擦力、剪切力）、营养状况、潮湿、年龄等。

压疮的预防措施有以下几点：

1.减少对组织的压力。

2.避免摩擦和剪切力。

3.保护患者的皮肤。

4.增强患者营养。



压疮的后果

- ▶ 人体抵抗力下降 导致机体免疫功能明显下降。
- ▶ 疮面处理不当 细菌大量繁殖可引起急性炎症、局部脓肿、蜂窝织炎等，严重会导致全身感染。
- ▶ 伴有骨感染疮向深部发展，可波及邻近骨组织，一旦骨组织有炎症，细菌较易进入血液循环而波及全身。
- ▶ 细菌的耐药性 对抗生素有耐药性，细菌毒力相对较强，对抗生素治疗不敏感，使临床控制感染较难，易引起全身感染。



压疮的预防

应做到六勤一好，

即：**勤**观察 **勤**翻身 **勤**擦洗
勤按摩 **勤**整理 **勤**更换
营养**好**。



一般**2h**翻身一次，
必要时**1h**翻身一次。



小结

若仅是家人进行护理患者，长期的护理也会给家庭带来不少负担和困扰。充分利用护理保险，寻求专业帮助，无论对被护理者本人，还是对家庭来说，都是一件十分重要的事情。

三分治疗，七分护理



广州市老人院
HOME FOR THE AGED GUANGZHOU



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

