

2023 年全国行业职业技能竞赛——  
全国民政行业职业技能大赛  
养老护理员职业竞赛项目

**参考赛题库**

**组委会技术工作组**  
2024 年 3 月 27 日

# 目 录

第一部分 理论知识竞赛参考赛题.....	1
理论知识竞赛参考赛题一.....	1
理论知识竞赛参考赛题二.....	12
理论知识竞赛参考赛题三.....	20
理论知识竞赛参考赛题四.....	29
理论知识竞赛参考赛题五.....	37
理论知识竞赛参考赛题六.....	47
理论知识竞赛参考赛题七.....	58
理论知识竞赛参考赛题八.....	66
理论知识竞赛参考赛题九.....	75
理论知识竞赛参考赛题十.....	84
第二部分 实操技能竞赛参考赛题.....	91
C1 实操技能竞赛参考赛题.....	91
C1 实操技能竞赛参考赛题一.....	91
C1 实操技能竞赛参考赛题二.....	103
C1 实操技能竞赛参考赛题三.....	114
C1 实操技能竞赛参考赛题四.....	125
C1 实操技能竞赛参考赛题五.....	137
C1 实操技能竞赛参考赛题六.....	149
C1 实操技能竞赛参考赛题七.....	161
C1 实操技能竞赛参考赛题八.....	173
C1 实操技能竞赛参考赛题九.....	184

C1 实操技能竞赛参考赛题十.....	196
C2 实操技能竞赛参考赛题.....	208
C2 实操技能竞赛参考赛题一.....	208
C2 实操技能竞赛参考赛题二.....	218
C2 实操技能竞赛参考赛题三.....	228
C2 实操技能竞赛参考赛题四.....	237
C2 实操技能竞赛参考赛题五.....	247
C2 实操技能竞赛参考赛题六.....	258
C2 实操技能竞赛参考赛题七.....	268
C2 实操技能竞赛参考赛题八.....	278
C2 实操技能竞赛参考赛题九.....	288
C2 实操技能竞赛参考赛题十.....	298

# 第一部分 理论知识竞赛参考赛题

## 理论知识竞赛参考赛题一

### 一、案例情况

张萍奶奶，75岁，丧偶2个月，居住于春光里养老院1层101室2床；育有1儿1女，儿子在外地工作，女儿在本地但工作繁忙，均难以承担照料工作，经协商入住养老机构。

#### 【基本信息】

身高：155cm；

体重：70kg；

文化程度：小学；

经济状况：退休金3300元/月；

兴趣爱好：爱打麻将、喜欢戏曲；

饮食喜好：喜食肉、甜食，每日吸烟2~3支；

性格特点：说话做事较急躁；

工作经历：造纸厂退休；

既往病史：高血压23年，冠心病15年，重度骨关节炎10年。

#### 【目前状况】

张奶奶因患有多种慢性病，长期服用药物。目前自理能力较差，需在拐杖协助下缓慢行走，偶有活动后呼吸急促；近来夜间睡眠质量不佳，白天精神不足。自老伴去世后，张奶奶情绪低落，不愿与人交流，常独自一人在房间，懒于修饰，记忆力越来越差，

常常忘记自己想要做的事，吸烟较前增多。

## 二、任务要求

你作为养老机构的护理员，请为张萍奶奶制定照护方案，具体要求为：

- 1.照护问题描述准确、言简意赅，理由充分；
- 2.照护措施简洁明了、切实可行，依据科学；
- 3.预期目标明确具体。

整体照护方案设计符合直观性、功能性/专业正确的答案、持久性、效率/经济性、工作过程导向、社会与环境责任感、家庭/社会文化背景和创造性要求。

## 三、解题空间（裁判员使用）

一、直观性		
1	答案表述对专业人员来说容易理解	通过阅读方案，能够直观了解答题思路 and 具体表述的内容，语言表达正确清晰，便于照护团队理解
2	答案结构合理，概括清晰	方案思路清晰，结构完整，逻辑清楚
3	答案容易阅读，表达格式合理	方案卷面整洁，表达形式适宜，如采用图表描述，层次分明
4	答案有效地运用了专业术语	方案能准确使用养老服务专业术语，表达符合职业能力要求（如国家职业标准中相关术语等）
5	从专业角度讲，答案涉及的广度是合适的	方案较全面地满足照护对象整体服务需求（如生理、心理、社会等），综合利用照护资源实施照护
二、功能性/专业正确的答案		
6	从专业的角度对答案做了说明	方案设计基于照护对象个性化照护需求，准确提出照护问题，制定针对性照护措施，并给予科学依据，方案整体专业性强、可行性高
7	考虑到了本专业发展的最新成果	方案根据照护对象及其照护资源实际情况，应用智慧健康领域新设施、新技术、新方法等（如使用智能药盒、智能安全保护设施等）行业发展新成果

8	答案关注到了在实践中的可行性	方案充分考虑照护对象的服务实施条件，照护措施全面有效地满足老年人照护需求，实践执行中可操作性强
9	恰当地表达了职业活动中的复杂关系	方案能充分展示照护团队、照护对象及其家庭、照护资源、社会环境等之间的协作关系
10	答案与所服务对象（如老年人及家属等）的特点相对应	方案充分考虑照护对象的个人特点（如兴趣爱好、身体状况等）及家庭状况（如经济等），制定个性化照护措施
<b>三、持久性/使用价值导向</b>		
11	对委托方（客户）来说，方案是否具有使用价值？	方案依据老年人及家庭情况制定的，为老年人及其家属认可，具有使用价值
12	答案的目标是获得一个长期的结果，而不是短期结果	方案以照护对象健康安全为中心，考虑到潜在风险照护问题，提前预防，预置应对措施；考虑到照护的连续性，如主动参与预防，并发症控制等
13	答案有助于客户（老年人及家属）独立做出决策和自主行动	照护对象及家属参与方案制定，针对照护问题进行了充分的说明，提供多种适宜照护措施，便于家属及老年人做出决策
14	答案想到了相关服务的便利性	方案充分考虑照护服务实施现有资源条件，便于整合资源
15	答案考虑到了如何避免干扰，并说明了理由	方案充分考虑到实施过程中可能出现的导致措施实施中断的因素（如健康、经济状况等变化），并给予相应解决措施
<b>四、效率/经济性</b>		
16	实现答案中的建议在经济上是合适的	方案基于照护对象家庭经济状况以及照护机构条件设计，使服务整体降本增效
17	实现答案中的建议在时间花费上是合适的	方案中服务时间安排适宜，如工作分工合理，工作流程表合理，时间花费适宜
18	实现答案中的建议在人员花费上是合适的	方案日常照护时间安排适宜，团队分工合作，如引入社会志愿者共同参与照护，节省人员花费
19	是否考虑到投入和质量的关系，并说明了理由	方案中最大限度利用机构内设施、团队服务，在投入和质量上对老年人和家庭合理
20	是否考虑到后续的多种花费	措施中注重对老年人并发症的预防以及对其他风险的防控，考虑到减少后期医疗方面的花费

五、工作过程和服务流程导向		
21	答案与所在部门结构和 工作流程相适应	工作流程表制定时是按照机构人员作息时间和工作量进行合理安排的，达到有效分工合作
22	答案考虑到了本任务之前和之后的任务及其完成过程，并陈述理由	方案根据照护对象照护需求变化及时调整照护措施，并考虑到潜在的照护问题制定对应的照护措施，如定期评估等
23	考虑到将所有必要的信息传达给所有的参与方	方案通过多种方式、手段传递于照护团队成员、照护对象及相关第三方，如建立爱心照护群、家庭聊天群等
24	答案中表现出了与工作过程相关的本职业特有的能力	通过阅读答案，表现出了养老护理员在照护过程中的责任心、细心和与其他人员密切协作完成照护的职业能力，如提供生活、基础、风险干预及心理支持等照护服务
25	答案考虑了本职业工作的界限，提供了超出本职业工作范围的内容	方案中明确护理员职业能力范围，不能独立完成的工作，需与医生、护士、营养师、社工等专业人员协作
六、环境与社会承受度		
26	在多大程度上考虑了人性化的工作与组织设计	方案服务内容、实施时间安排合理，征得同意，符合照护对象日常生活作息；工作流程，符合劳动保护要求
27	考虑到了健康保护、卫生保护、环境保护的相关规定，并陈述理由	方案中能对机构内吸烟容易引发火灾等进行干预，如减少吸烟或逐渐戒烟
28	考虑到了工效学或人体工程学设计，并陈述理由	机构照护环境、照护设施考虑到无障碍、适老化以及工效学或人体工程学设计
29	考虑到了劳动保护、事故防范及环境事故防范的相关规定	方案充分考虑火灾、走失等意外事件防范的相关规定
30	考虑到了环境保护和经济的可持续性，并说明理由	方案中先进设施设备应用多，消耗物品使用少，既保护环境又能降低成本
七、家庭、社会与文化环境		

31	在分析任务和得出答案时考虑到了家庭背景	方案考虑照护对象的照护资源、家庭经济条件等
32	注意到了所在机构的社会环境条件	答案考虑到社会环境条件的利用，如引入社工、志愿者参与老年人照护等
33	关注到了与任务相关的社会因素	方案充分考虑了照护对象的各种保险保障等
34	在陈述答案理由时，分析了相关文化因素	方案设计中充分考虑到照护对象的学历、工作生活环境等因素对照护实施如健康教育的影响
35	答案在多大程度上关注到了社会与文化后果	方案能结合照护对象社会文化背景，安排健康教育的内容和形式，给予最合适的照护
<b>八、创造性</b>		
36	答案包含超出问题解决空间的内容	方案从更高维度提出更优化、更成熟、更符合机构发展的服务方案
37	提供了一个不寻常，但是有价值的方案	方案在降本增效、风险防控、健康维护等（如新技术、新产品、新规范应用）方面有突破性进展
38	答案具有较高的创新或审美价值	方案中降本增效措施、设备应用、长期持续设计等充分考虑照护对象养老理念和社会价值导向
39	答案显示出了对问题的敏感性	方案能根据照护对象现状及行业发展，对未知任务、潜在风险设计较为先进的应对措施
40	充分利用了题目所提供的设计空间	充分利用了题目所提供的背景资料及未知的可能性，并提出前瞻性的应对设想

## 四、答题参考实例

### （一）张萍奶奶照护需求评估

机构内组成评估团队：养老护理员、全科医生、护士、康复师、营养师、心理咨询师等。

评估内容要素：老年人身体功能状况、自理能力、精神心理状态、经济状况、社区家庭支持情况、目前存在的危险因素。

### （二）主要照护问题

跌倒的风险：服药、重度骨关节炎、高龄、睡眠质量不佳。

慢性病并发症的风险（心衰的风险）：病史、饮食、吸烟、爱忘事等。

记忆障碍：常忘记自己想做的事。

睡眠障碍：睡眠质量不佳，日间精神不足。

情绪低落（焦虑、抑郁）：情绪低落，不愿与人交流。

社会支持缺乏（孤独）：儿子外地，女儿工作繁忙，儿女经济支持少，老年人退休金不高。

自理能力下降：重度骨关节炎步态不稳，懒于修饰。

### （三）照护计划安排

#### 1. 照护目标

短期目标：2周内未发生跌倒、走失，情绪及睡眠较前好转。

长期目标：最大限度改善老年人不良生活习惯，培养老年人的健康意识和情绪调节能力，配合医生延缓老年人记忆力下降速度，最大限度避免跌倒和走失发生，老年人得到安全、经济、合适的照护。

2. 征求老年人意见后，根据养老机构工作流程安排老年人日常生活。

时间	生活内容	负责人
06: 00--07: 00	通过监测设备记录老年人血压值，协助起床、洗漱、如厕	护理员
07: 00--08: 00	早餐（餐前、餐后服口服药）	护理员、护士
08: 00--10: 00	根据活动计划表协助老年人参加各类活动	护理员、志愿者
10: 00--11: 00	协助老年人饮水、进食水果	护理员

11: 00--11: 30	午餐（餐前、餐后服口服药）	护理员、护士
11: 30--12: 00	根据老年人意愿安排适当活动，如听戏曲、家属电话视频聊天	护理员
12: 00--13: 00	午睡（避免时间过长）	护理员
13: 00-14: 00	看电视	护理员
14: 00--14: 30	集体室外活动	护理员
15: 00--16: 00	记忆力训练	康复师、护理员
16: 00--16: 30	心理疏导、健康宣教或和其他老年人聊天	社工、心理咨询师、护理员
17: 00--18: 00	晚餐（餐前、餐后口服药）	护理员、护士
18: 30--19: 00	散步	护理员
19: 00--20: 00	听戏曲、看电视、沟通交流或和家属视频聊天	护理员
20: 00--20: 30	晚间护理，睡前准备	护理员
20: 30--6: 00	夜间接时巡视，及时发现老年人问题并解决	护理员

### 3.照护实施

照护问题	照护措施	照护依据
高血压、冠心病并发症风险	<p>1.日常监测</p> <p>（1）利用智能床垫等设备，每日监测老年人的血压、心率等数据。</p> <p>（2）关注老年人心功能下降的情况，发现问题，及时通知医生。</p> <p>2.用药安全</p> <p>（1）利用智能药盒，定时提醒老年人服药。</p> <p>（2）老年人依从性差，每日由护士集中摆药，定时发放，服药到口，保证用药安全。</p> <p>3.合理膳食：营养师为老年人合理安排饮食，控制总热量和脂肪摄入，多食蔬菜、水果、谷类食物。</p> <p>4.康复活动：康复师的指导下适量运动。为老年人制定运动计划，可进行力量训练、柔韧性训练、物理疗法等，以减轻体重、提升老年人自理能力。</p>	<p>1.《内科护理学》</p> <p>2.《心衰的预防和护理》</p>

	<p>5.控烟</p> <p>(1) 减少老年人吸烟量,可为老年人下载爱好的戏曲,或带老年人参加娱乐活动,以转移老年人注意力,减少吸烟。</p> <p>(2) 与老年人及家属沟通,采取适宜方式协助老年人逐渐戒烟。</p> <p>6.健康宣教</p> <p>(1) 多形式开展健康宣教,如带老年人参加讲座、播放宣教小视频等。</p> <p>(2) 通过有效途径,切实提升老年人对并发症危害的认识,主动参与对并发症的预防。</p>	
<p>跌倒的 风险</p>	<p>1.评估与制定措施</p> <p>(1) 根据跌倒风险评估结果,制定并实施有效的防护措施。</p> <p>(2) 将风险等级告知家属,并签订风险告知书。</p> <p>(3) 在老年人床尾悬挂防跌倒标识,提示所有值班人员采取有效措施进行防范。</p> <p>2.治疗与用药</p> <p>(1) 医生定期查房,对老年人的双下肢关节炎病情及时诊断和治疗。</p> <p>(2) 护士遵医嘱按时督促并协助老年人服药。</p> <p>3.康复训练:在康复师指导下,协助老年人进行合理的康复训练,以便改善双下肢功能。</p> <p>4.巡视观察</p> <p>(1) 各班护理员严格按照巡视规定进行工作,及时发现老年人问题并给予相应的处理。</p> <p>(2) 老年人的情况进行详细交接班,避免人员更替影响工作连续性。</p> <p>5.安全宣教</p> <p>(1) 反复地向老年人讲解安全的重要性,讲解呼叫器和安全扶手的位置和使用方法。</p> <p>(2) 告知老年人起床活动时及时呼叫护理员帮忙。</p> <p>6.安全防护</p> <p>(1) 去除跌倒的风险因素。保持老年人房间整洁,保持地面干燥。</p> <p>(2) 协助老年人穿合身的衣裤,活动时穿防滑鞋。</p> <p>7.智能设备:根据老年人的意愿和需求,使用智能化安全保护设施,如离床报警器、防跌倒马甲、红外线监测雷达等。</p> <p>8.保险保障:为老年人购买与跌倒有关的相应保险。</p>	<p>1.《防跌倒干预指南》</p> <p>2.《老年护理学》</p>

睡眠障碍	<p>1.评估与制定措施</p> <p>(1) 根据评估结果,分析老年人睡眠障碍的原因。</p> <p>(2) 制定并实施有效的照护措施。</p> <p>2.巡视观察</p> <p>(1) 夜班护理人员加强巡视,发现心理问题及时疏导。</p> <p>(2) 对老年人的睡眠情况进行详细记录并交接班。</p> <p>3.改善睡眠措施</p> <p>(1) 每日临睡前为老年人温水泡脚,以促进睡眠。</p> <p>(2) 叮嘱老年人看电视的时间最晚至 20 点,且夜间避免观看引起情绪波动的电视节目。</p> <p>(3) 夜间减少饮水量,以避免频繁如厕影响睡眠。</p> <p>(4) 入睡困难时,为老年人播放舒缓的助眠音乐。</p> <p>(5) 日间鼓励并协助老年人参加适宜的康复娱乐活动,减少午睡的时间。</p> <p>(6) 请中医科会诊,给予穴位按摩助眠。</p> <p>4.改善睡眠环境</p> <p>(1) 与老年人沟通,每日按时协助其睡眠。</p> <p>(2) 为老年人布置温馨的睡眠环境,合理调节房间温湿度。</p> <p>(3) 根据老年人习惯选择合适的睡衣和床上用品。</p>	《睡眠障碍照顾指南》
记忆障碍	<p>1.评估与制定措施</p> <p>(1) 定期为老年人开展失智评估,制定并实施有效的照护措施,延缓记忆力下降。</p> <p>(2) 定期为老年人开展走失风险评估,制定并实施有效的防护措施,降低走失风险。</p> <p>2.康复活动</p> <p>(1) 根据老年人记忆力下降程度,为老年人开展记忆力训练等康复项目。</p> <p>(2) 结合爱好,利用老年人喜好的麻将,设计记忆力训练项目,在经济有效的前提下,达到延缓病情发展的目的。</p> <p>3.家属联动</p> <p>(1) 与家属沟通,尽可能利用家中物品还原老年人熟悉环境,同时减少经济支出。</p> <p>(2) 与老年人家属沟通,获得家庭支持,尽可能了解老年人既往生活习惯,满足老年人的生活需求。</p> <p>4.社工支持</p> <p>(1) 在社工的支持下,开展老年人心理支持照护,了解老年人的感受,鼓励参加社交活动,帮助老年人恢复并保持积极的心态。</p>	<p>1.《失智老年人照护职业技能教材》</p> <p>2.《老年护理学》</p>

	<p>(2) 在社工支持下,开展失智老年人的森林疗养、音乐疗法,增强老年人自我效能的认知。</p> <p>5.提醒服务。利用提醒工具(如手机、闹钟等),提醒老年人按时服药、参加活动等。</p> <p>6.建立记忆档案。帮助老年人记录重要信息,如家庭成员的联系方式、重要事项等,以便老年人随时查阅。</p>	
情绪低落	<p>1.评估与制定措施</p> <p>(1) 根据评估结果,有针对性地制定措施,将措施进行分工列表,达到任务明确、共同完成、时间花费合理。</p> <p>(2) 定期评估,必要时请心理医生介入。</p> <p>2.适宜活动</p> <p>(1) 医生和康复师指导下,为老年人选择合适的身体活动项目。</p> <p>(2) 结合老年人意愿和机构活动安排,增加活动量调节情绪。</p> <p>(3) 每周为老年人制定本周活动安排表,让老年人每日都能参与到各项活动中,生活丰富充实。</p> <p>3.情感支持</p> <p>(1) 考虑到儿子外地探视不便,建立家庭聊天群。</p> <p>(2) 教会老年人将每天生活视频发到群中,引导家属关心老年人情况,及时点赞回复,避免老年人缺乏亲情关怀而情绪低落。</p> <p>(3) 鼓励女儿增加探视频率,让老年人感受家庭的温暖和关爱。</p> <p>4.情绪疏导</p> <p>(1) 在机构内心理咨询师支持下,定期为老年人开展心理疏导。</p> <p>(2) 充分利用老年人兴趣爱好,让老年人发挥特长,增加成就感提升情绪。</p> <p>(3) 为老年人讲解良好情绪的重要性,通过制作动画、视频等方法,教会老年人出现不良情绪时如何调节,让老年人拥有主动调节能力。</p>	<p>1.《老年人心理护理》</p> <p>2.《老年护理学》</p>
社会支持缺乏	<p>1.多部门联动。利用微信建立老年人专属爱心群,包含医生、护理员、社工、老年人家属、朋友等。适时将老年人情况发到群中,让老年人得到更大范围的社会关注和支持。</p> <p>2.志愿联动</p> <p>(1) 引导老年人加入机构内的社团,让老年人结交更多朋友,参加更多集体活动,提升自身价值感。</p>	<p>《老年人权益保障法》</p>

	<p>(2) 定期引入社工和志愿者等,为老年人提供更多情感支持和服务。让老年人享受到高质量的服务,更好的实现投入和质量的合理性。</p> <p>3.社会支持。根据老年人的需求,协助老年人申办长护险、慢性病或利用医保为老年人购药。</p>	
<p>自理能力下降</p>	<p>1.评估与制定措施</p> <p>(1) 根据能力评估结果,及时发现老年人自理方面的问题,采取相应的护理措施。</p> <p>(2) 入住后按照规定进行定期和即时的能力评估,掌握老年人的动态信息。</p> <p>2.生活协助</p> <p>(1) 护理员按照日工作流程完成老年人房间清洁、物品整理和打开水等服务。</p> <p>(2) 根据晨晚护的工作要求协助老年人完成洗漱,制定老年人洗澡安排表,每周定期为老年人洗澡。</p> <p>(3) 及时更换并清洗衣物和床品。</p> <p>3.安全照护</p> <p>(1) 通过红外线检测雷达,检测老年人的室内活动状态。</p> <p>(2) 及时协助老年人下床活动和如厕。</p> <p>(3) 加强巡视,及时发现老年人的各项需求并主动提供服务。</p> <p>4.康复活动。康复师对老年人进行评估后,制定针对提高生活自理能力的康复计划,如穿脱衣、洗漱和行走训练等,训练中及时给予鼓励。</p>	<p>《老年护理学》</p>

## 理论知识竞赛参考赛题二

### 一、案例情况

郑锦书奶奶，76岁，丧偶，居住于幸福院301房2床；育有1儿1女，儿子定居国外，女儿本地工作，负责日常照顾，近期因工作繁忙难以兼顾，经沟通入住养老机构。

#### 【基本信息】

身高：160cm；

体重：75kg；

文化程度：高中；

经济状况：退休金4200元/月；

兴趣爱好：喜欢看电视、听戏曲；

饮食喜好：喜食甜食，饮食控制较难；

工作经历：企业干部退休；

既往病史：糖尿病20年。

#### 【目前状况】

郑奶奶平日口服降糖药控制血糖，两个月前开始出现记忆力下降，经常忘记服药，血糖控制不稳定。入住养老机构后，经常怀疑别人拿了她的东西，情绪波动大，时常急躁不安。近期天气转凉，老年人因上呼吸道感染，出现咳嗽咳痰症状，夜间入睡困难。

### 二、任务要求

你作为养老机构的护理员，请为郑锦书奶奶制定照护方案。

要求：

1. 照护问题描述准确、言简意赅，理由充分；
2. 照护措施简洁明了、切实可行，依据科学；
3. 预期目标明确具体。

整体照护方案设计符合直观性、功能性/专业正确的答案、持久性、效率/经济性、工作过程导向、社会与环境责任感、家庭/社会文化背景和创造性要求。

### 三、解题空间（裁判员使用）

一、直观性		
1	答案表述对专业人员来说容易理解	通过阅读方案，能够直观了解答题思路 and 具体表述的内容，使阅读人员能够充分理解
2	答案结构合理，概括清晰	方案思路清晰，结构完整，逻辑清楚
3	答案容易阅读，表达格式合理	方案卷面整洁，采用图表描述，层次分明，表达形式适宜
4	答案有效地运用了专业术语	方案能准确使用养老服务专业术语，表达符合职业能力要求（如国家职业标准中相关术语等），无使用错误
5	从专业角度讲，答案涉及的广度是合适的	方案较全面地满足照护对象整体服务需求（如生理、心理、社会等），综合利用照护资源（如政策支持等）实施照护
二、功能性/专业正确的答案		
6	从专业的角度对答案做了说明	方案设计基于照护对象个性化照护需求，准确提出照护问题，制定针对性照护措施，并给予科学依据，方案整体专业性强、可行性高
7	考虑到了本专业发展的最新成果	方案根据照护对象及其照护资源实际情况，应用智慧健康养老领域较为先进的理念、技术、产品等（如动态血糖监测系统等）行业发展新成果
8	答案关注到了在实践中的可行性	方案充分考虑照护对象的服务实施条件，照护措施全面有效地满足老年人照护需求，实践执行中可操作性强
9	恰当地表达了职业活动中的复杂关系	方案制定过程中注意征询老年人意见，注意到与其他老年人的社会关系
10	答案与所服务对象（如老	方案充分考虑照护对象的个人特点（如兴趣爱好、身

	年人及家属等)的特点相对应	体状况等)及家庭状况(如经济等),制定个性化照护措施
<b>三、持久性/使用价值导向</b>		
11	对委托方(客户)来说,方案是否具有使用价值?	方案得到照护对象及其家属认可,具有使用价值,如短期缓解老年人现有症状,长期控制疾病发展和预防并发症的发生
12	答案的目标是获得一个长期的结果,而不是短期结果	方案以照护对象健康安全、自理自立为中心,考虑到潜在风险照护问题,提前预防,预置对应措施,如糖尿病并发症的风险预防
13	答案有助于客户(老年人及家属)独立做出决策和自主行动	方案中照护对象及家属参与方案制定,充分征得知情同意,针对服务对象的照护问题进行充分的说明,提供多种适宜照护措施、照护资源,便于照护对象及家属做出决策并执行
14	答案想到了相关服务的便利性	方案充分考虑照护服务实施现有资源条件(涵盖家庭、社区、社会多方),整合资源实施照护,降本增效
15	答案考虑到了如何避免干扰,并说明了理由	方案充分考虑到实施过程中可能出现的导致措施实施中断的因素(如健康、经济状况等变化),并给予相应解决措施
<b>四、效率/经济性</b>		
16	实现答案中的建议在经济上是合适的	方案基于照护对象及其家庭经济状况设计,并征得同意;如选用纳入医保报销目录的扫描式动态血糖监测系统
17	实现答案中的建议在时间花费上是合适的	服务时间安排适宜,如工作分工合理,工作流程表合理,时间花费适宜
18	实现答案中的建议在人员花费上是合适的	照护团队人员配置合理,并恰当地运用技术和工具减少人力成本支出,如合理利用志愿者服务等
19	是否考虑到投入和质量的关系,并说明了理由	方案中最大限度利用机构内设施、团队服务,在投入和质量上对老年人和家庭合理
20	是否考虑到后续的多种花费	措施中注重对老年人并发症的预防以及对其他风险的防控,考虑到减少后期医疗方面的花费
<b>五、工作过程和服务流程导向</b>		
21	答案与所在部门结构和 workflows 相适应	方案中工作流程表制定时是按照机构人员作息时间和工作量进行合理安排的,达到有效分工合作
22	答案考虑到了本任务之前和之后的任务及其完成过程,并陈述理由	方案根据照护对象照护需求变化及时调整照护措施,并考虑到潜在的照护问题制定对应的照护措施,如定期评估等
23	考虑到将所有必要的信	方案通过多种方式、手段传递于照护团队成员、照护

	息传达给所有的参与方	对象及相关第三方，如建立爱心照护群、家庭聊天群等
24	答案中表现出了与工作过程相关的本职业特有的能力	方案基于照护者需求体现养老护理员职业能力特点，如提供生活、基础、风险干预及心理支持等照护服务
25	答案考虑了本职业工作的界限，提供了超出本职业工作范围的内容	方案中明确护理员职业能力范围，不能独立完成的工作，需与医生、护士、营养师、社工等专业人员协作
<b>六、环境与社会承受度</b>		
26	在多大程度上考虑了人性化的工作与组织设计	方案中服务内容、实施时间安排合理，征得同意，符合照护对象日常生活作息；工作流程，符合劳动保护要求
27	考虑到了健康保护、卫生保护、环境保护的相关规定，并陈述理由	方案中能考虑感染防控、机构水电气使用安全等的相关规定
28	考虑到了工效学或人体工程学设计，并陈述理由	机构照护环境、照护设施考虑到无障碍、适老化以及工效学或人体工程学设计
29	考虑到了劳动保护、事故防范及环境事故防范的相关规定	方案充分考虑走失、自伤与他伤等意外事件防范的相关规定，如妥善保管危险物品，如剪刀、水果刀等锐器
30	考虑到了环境保护和经济的可持续性，并说明理由	方案中考虑节能产品的使用、减少一次性消耗物品的使用等，既保护环境又能降低成本
<b>七、家庭、社会与文化环境</b>		
31	在分析任务和得出答案时考虑到了家庭背景	方案考虑照护对象的照护资源、家庭经济条件等
32	注意到了所在机构的社会环境条件	答案考虑到社会环境条件的利用，如引入社工、志愿者参与老年人照护，积极为老年人申请福利体检或义诊等
33	关注到了与任务相关的社会因素	方案充分考虑了照护对象的各种保险保障等
34	在陈述答案理由时，分析了相关文化因素	方案设计中充分考虑到照护对象的学历、工作生活环境等因素对照护实施如健康教育的影响
35	答案在多大程度上关注到了社会与文化后果	方案根据照护对象社会文化背景，安排健康教育的内容和形式，给予最合适的照护
<b>八、创造性</b>		
36	答案包含超出问题解决空间的内容	方案从更高维度提出更优化、更成熟、更符合机构发展的服务方案

37	提供了一个不寻常,但是有 有价值的答案	方案在降本增效、风险控制、健康维护等(如新技术、新产品、新规范应用)方面有突破性进展
38	答案具有较高的创新或 审美价值	方案中降本增效措施、设备应用、长期持续设计等充分考虑照护对象养老理念和社会价值导向
39	答案显示出了对问题的 敏感性	方案能根据照护对象现状及行业发展,对未知任务、潜在风险设计较为先进的对应措施
40	充分利用了题目所提供 的设计空间	方案充分利用了题目所提供的背景资料及未知的可能性,并提出前瞻性的应对设想

## 四、答题参考实例

### (一) 郑锦书奶奶照护需求评估

机构评估团队组成: 养老护理员、全科医生、护士、社工、康复师、营养师等。

评估内容要素: 老年人身体功能状况、自理能力、精神状态、感知觉与社会参与等。

### (二) 主要照护问题

咳嗽、咳痰: 天气转凉, 老年人上呼吸道感染。

入睡困难: 咳嗽咳痰, 刚入住环境不适应。

记忆力下降: 经常忘记服药。

情绪不稳定: 经常怀疑别人拿了她的东西, 情绪波动大, 时常急躁等。

血糖控制不稳定: 漏服药, 饮食控制较难。

糖尿病并发症发生风险: 血糖不稳定, 糖尿病病史 20 年。

### (三) 照护计划安排

#### 1. 照护目标

短期目标: 缓解咳嗽咳痰症状, 适应机构环境, 缓解入睡困难症状, 规律服药。

长期目标：血糖控制平稳；预防糖尿病并发症的发生；延缓记忆力下降；缓解老年人不良情绪及心理问题；与机构其他老年人建立良好社会关系。

## 2. 征求老年人及家属意见后，安排日常生活正常作息。

时间	照护内容	负责人
6: 30-7: 30	晨间护理、测血糖	护理员
7: 30-8: 30	早餐（餐前、餐后服口服药）	护理员、护士
9: 00-9: 30	心理辅导	社工、心理咨询师
9: 30-10: 30	文体活动、看电视	护理员、社工
11: 30-12: 30	午餐（餐前、餐后服口服药）	护理员、护士、营养师
13: 00-13: 45	午休	护理员
14: 00-15: 00	看电视、听戏、听音乐	护理员
15: 00-15: 30	集体户外活动	护理员、社工
15: 30-16: 30	记忆力训练	康复师、护理员
17: 00-17: 30	晚餐（餐前、餐后服口服药）	护理员
18: 00-18: 30	散步	护理员
19: 00-19: 30	听音乐、沟通交流	护理员
19: 30-20: 30	晚间护理	护理员
21: 00-6: 30	睡眠	护理员

## 3. 照护实施

照护问题	照护措施	照护依据
咳嗽、咳痰	1. 遵医嘱协助老年人服药。 协助老年人整理房间，保证房间干净整洁，无异味，不摆放易产生呼吸道反应的花草及物品，询问老年人感受，调节适宜温湿度。 2. 保持老年人呼吸道通畅，必要时遵医嘱进行雾化吸入，指	《内科护理学》

	<p>导老年人有效咳嗽，咳嗽训练的常用方法包括有效咳嗽和用力呼气。</p> <p>3.注意为老年人保暖，鼓励老年人多饮水（每日饮水量 &gt; 1500ml）。</p> <p>4.在营养师指导下，合理搭配饮食，进食低盐低脂、高蛋白、高维生素、糖尿病饮食。</p> <p>5.避免剧烈运动，减少呼吸道刺激，外出时佩戴口罩，避免交叉感染。</p> <p>6.定期与家属沟通告知老年人身体情况及病情变化。</p> <p>7.协助老年人勤洗手，老年人的生活垃圾按规定处理。</p>	
<p>入睡困难</p>	<p>1.每晚睡眠前，协助老年人根据喜好布置温馨、舒适的睡眠环境（调节适宜温湿度、睡衣裤选择、光线调节、床头高度调节等）。</p> <p>2.指导老年人取舒适体位。</p> <p>3.征求老年人意见，将看电视时间调整为上午、下午，选择纪录片、家庭片等健康类节目。</p> <p>4.睡前避免剧烈活动，护理员与老年人沟通交流，安抚老年人情绪。</p> <p>晚间选择轻柔、舒缓的音乐。</p> <p>5.对老年人的睡眠情况进行详细记录并交接班。</p> <p>6.夜间减少饮水量，以避免频繁如厕影响睡眠。</p> <p>7.日间鼓励并协助老年人参加适宜的康复娱乐活动，减少午睡的时间。</p> <p>8.根据老年人睡眠情况、经济状况，征求老年人意见，可请中医科会诊，给予穴位按摩助眠。</p>	<p>《睡眠障碍照顾指南》</p>
<p>记忆力下降</p>	<p>1.在康复师的指导下，每日进行记忆力训练。</p> <p>2.结合爱好，利用老年人喜爱的麻将，设计记忆力训练项目，在经济有效的前提下，达到延缓病情发展的目的。</p> <p>3.与家属沟通，尽可能利用家中物品还原老年人熟悉环境，同时减少经济支出，征求老年人意见，与老年人共同布置房间环境，固定日常生活物品摆放。</p> <p>4.与老年人家属沟通，获得家庭支持，尽可能了解老年人既往生活习惯，满足老年人的生活需求。</p> <p>5.口服药顿发顿服，确认老年人将药服下后再离开。</p> <p>6.妥善保管危险物品，如剪刀、水果刀等锐器，确保老年人安全。</p> <p>7.与老年人沟通交流时，多让老年人回忆以前的事情。</p> <p>8.征求老年人及家属意见，购买、佩戴适宜老年人经济状</p>	<p>1.《失智老年人照护职业技能教材》</p> <p>2.《老年护理学》</p>

	况的智能防走失手环，随身佩戴身份识别卡。	
情绪 不稳定	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.社工/心理咨询师定期为老年人进行心理疏导。</li> <li>2.护理员与家属沟通，根据家属时间，适当增加探望老年人或视频、电话沟通次数。</li> <li>3.护理员每日多与老年人沟通交流，常陪伴老年人，增进相互信任，老年人有急躁情绪时，耐心倾听，多征求老年人意见，避免发生冲突。</li> <li>4.鼓励老年人参加集体活动、增进与其他老年人之间的了解与信任。</li> <li>5.征求老年人意见，将老年人常用物品做好标识。</li> <li>6.充分利用老年人兴趣爱好，让老年人发挥特长，增加成就感提升情绪。</li> <li>7.为老年人讲解良好情绪的重要性，教会老年人出现不良情绪时如何调节，让老年人拥有主动调节能力。</li> </ol>	《老年人心理护理》
血糖 控制 不稳定	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.在营养师的指导下，定时、定量进食，多食含纤维素多的食物，预防便秘。</li> <li>2.每周定时监测体重变化。</li> <li>3.征求老年人意见，选择适宜的运动方式，如散步、太极拳、健身操等，运动时间宜为20~30分钟，活动量不宜过大，以免出现低血糖，在老年人外出活动时，护理员应陪同，并为老年人携带糖果，防止发生低血糖。</li> <li>4.遵医嘱协助老年人准确用药，每日按时监测血糖，征求老年人及家属意见，选用符合老年人经济状况的设备及药品，如纳入医保报销目录的扫描式动态血糖监测系统，减轻疼痛。</li> <li>5.向老年人讲解糖尿病相关知识及健康教育，提高老年人对疾病的认知，绘制健康教育海报，贴至明显位置，便于老年人记忆。</li> <li>6.征询老年人及家属意见，积极为老年人申请社会补贴、政府或其他组织提供的福利体检或义诊、健康咨询服务。</li> <li>7.关注老年人血糖控制情况，医生及时会诊，调整治疗与照护方案。</li> <li>8.定期告知家属老年人血糖控制情况。</li> </ol>	《内科护理学》
糖尿病并 发症发生 风险	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.控制血糖平稳。</li> <li>2.每日协助老年人观察双下肢肢体感觉、皮肤颜色、是否有伤口。</li> <li>3.教会洗脚方法，注意水温，指导鞋袜选择，指导日常运动方式、场地及自我防护。</li> </ol>	《内科护理学》

## 理论知识竞赛参考赛题三

### 一、案例情况

刘光力奶奶，70岁，与女儿共同居住在锦绣小区5栋602室，丧偶1月余，育有1儿1女，均在本地工作中，子女因工作无法全力照顾，特申请社区居家养老服务中心上门服务。

#### 【基本信息】

身高：158cm；

体重：65kg；

文化程度：专科；

经济状况：退休金6000元/月，有积蓄，有儿女支持；

兴趣爱好：唱歌、看书、看电视；

饮食喜好：喜食腌制食品、肉食；

性格特点：喜欢与人交流；

工作经历：退休教师；

既往病史：高血压15年，脑梗死1年。

#### 【目前状况】

刘奶奶神志清楚，能正常与人交流，左侧肢体活动障碍，左上肢屈曲于腹部，右侧肢体活动尚可，可床上自行坐起，在协助下进行轮椅出行；自行穿衣困难，需要家人协助。1个月前老伴去世后，出现情绪低落，少言寡语，入睡困难，血压波动较大；近日出现排便困难，排便3天1次。

## 二、任务要求

你作为社区居家养老服务中心的护理员，请为刘光力奶奶制定照护方案。

要求：

- 1.照护问题描述准确、言简意赅，理由充分；
- 2.照护措施简洁明了、切实可行，依据科学；
- 3.预期目标明确具体。

整体照护方案设计符合直观性、功能性/专业正确的答案、持久性、效率/经济性、工作过程导向、社会与环境责任感、家庭/社会文化背景和创造性要求。

## 三、解题空间（裁判员使用）

一、直观性		
1	答案表述对专业人员来说容易理解	通过阅读方案，能够直观了解答题思路 and 具体表述的内容，使阅读人员能够充分理解
2	答案结构合理，概括清晰	条理清晰，重点突出，如使用标题、段落，照护措施内容详细等
3	答案容易阅读，表达格式合理	方案语句通顺，用词简洁明了，字迹清晰、工整，标题、段落及图表使用合理，如使用表格等
4	答案有效地运用了专业术语	方案正确使用专业术语，如压疮等
5	从专业角度讲，答案涉及的广度是合适的	方案较全面地满足照护对象整体服务需求（如生理、心理、社会等），适合养老护理员在工作中运用，如方案整体适合养老护理员实际应用
二、功能性/专业正确的答案		
6	从专业的角度对答案做了说明	方案准确提出照护问题并提供对应照护措施，方案整体具有专业性、可行性
7	考虑到了本专业发展的最新成果	方案应用了本行业中较为先进的技术、产品，如使用智能药盒、离床报警等
8	答案关注到了在实践中的可行性	方案中各项措施在养老护理工作中可以实际运用，如各项措施都可以具体实施

9	恰当地表达了职业活动中的复杂关系	方案涉及养老护理职业活动中可能面对的人际关系，价值取向正确，处理恰当，如团队间合作关系、护理员与老年人及家属间建立融洽关系等
10	答案与所服务对象（如老年人及家属等）的特点相对应	方案各项措施能满足服务对象个性化需求，如根据老年人的饮食喜爱提供合理化建议等
<b>三、持久性/使用价值导向</b>		
11	对委托方（客户）来说，方案是否具有使用价值？	方案各项措施可满足老年人及（或）相关第三方的照护需求，其愿意配合并在过程中参与，如老年人及家属认可照护方案等
12	答案的目标是获得一个长期的结果，而不是短期结果	方案有针对照护问题建立的长期目标，如照护问题有对应的长期目标等
13	答案有助于客户（老年人及家属）独立做出决策或自主行动	方案获得老年人及（或）相关第三方认可，内容便于老年人及（或）相关第三方采取自主促进健康的行为，如老年人愿意配合并采取生活化的康复训练、家属节假日定期回家探望老年人等
14	答案想到了相关服务的便利性	方案各项措施符合现实情景，便于实施，如根据老年人的家庭环境进行合理布局、合理利用老年人现有的衣服进行筛选使用等
15	答案考虑到了如何避免干扰，并说明了理由	方案考虑到照护过程中各类影响因素，并有对应措施，理由合理，如发现类潜在性照护问题，提前预防
<b>四、效率/经济性</b>		
16	实现答案中的建议在经济上是合适的	方案设计整体应考虑各项费用支出合理，符合老年人的收入水平或预期支出，如生活化的康复活动减少费用支出
17	实现答案中的建议在时间花费上是合适的	方案各项照护措施时间设置合理，顺序安排恰当，符合老年人的照护需求，如根据老年人的生活习惯安排一天的照护措施等
18	实现答案中的建议在人员花费上是合适的	方案照护团队人员配置合理，并恰当地运用技术和工具减少人力成本支出，如由医生、护士等构成的评估团队，合理利用志愿者服务等
19	是否考虑到投入和质量的关系，并说明了理由	方案基于提高照护质量的成本支出有对应的理由，如家庭环境改造与防止意外等风险发生等
20	是否考虑到后续的多项花费	方案考虑到持续照护存在的各项支出，如智能化设备更新、数据分析等
<b>五、工作过程和服务流程导向</b>		

21	答案与所在部门结构和工作流程相适应	方案照护流程安排符合对应情景下养老护理实际工作过程，如各项措施流程符合居家环境，便于实施等
22	答案考虑到了本任务之前和之后的任务及其完成过程，并陈述理由	方案考虑到潜在的照护问题并有对应的照护措施，如定期评估老年人的能力并调整照护方案等
23	考虑到将所有必要的信息传达给所有的参与方	方案通过各种方式将方案内容传达给照护团队中各成员、老年人及相关第三方，如通过召开照护团队会议将方案进行讨论，与老年人及（或）家属进行讨论
24	答案中表现出了与工作过程相关的本职业特有的能力	方案体现养老护理员职业能力特点，如提供生活、基础、康复及心理支持等照护服务
25	答案考虑了本职业工作的界限，提供了超出本职业工作范围的内容	方案考虑到涉及超出本职业工作范围的内容，如在康复师的指导下进行协助等
<b>六、环境与社会承受度</b>		
26	在多大程度上考虑了人性化的工作与组织设计	方案工作内容与流程安排合理，符合劳动保护要求，如一日工作安排劳逸结合
27	考虑到了健康保护、卫生保护、环境保护的相关规定，并陈述理由	方案内容涉及健康保护、卫生保护、环境保护的相关规定，如规范洗手、佩戴口罩等
28	考虑到了工效学或人体工程学设计，并陈述理由	方案中照护过程中运用节力原则或使用辅具，如调节合适的助行器使用高度等
29	考虑到了劳动保护、事故防范及环境事故防范的相关规定	方案内容符合劳动保护、事故防范及环境事故防范的相关法律及规定，有具体的保护及防范措施，如安装监控等
30	考虑到了环境保护和经济的可持续性，并说明理由	方案涉及环境保护和回收再利用等内容，如利用可循环使用的物品
<b>七、家庭、社会与文化环境</b>		
31	在分析任务和得出答案时考虑到了家庭背景	方案设计考虑照护对象的家庭背景，如家庭氛围、居家照护环境、家庭收入等

32	注意到了所在机构的社会环境条件	方案利用周围社会环境，如在社区送餐、前往社区中心花园晒太阳等
33	关注到了与任务相关的社会因素	方案关注可利用的社会关系，如邻里间的互帮互助、老同事的看望鼓励等
34	在陈述答案理由时，分析了相关文化因素	方案内容考虑到照护对象的文化背景及相关因素，如根据老年人的受教育水平和职业采取健康教育的内容和形式等
35	答案在多大程度上关注到了社会与文化后果	方案内容考虑到可能会引起的社会及文化影响，如安排老年人一定的角色参与社区活动组织
<b>八、创造性</b>		
36	答案包含超出问题解决空间的内容	方案从更高维度提出更优化、更成熟、更符合行业发展的服务模式（如智慧养老服务综合体等）
37	提供了一个不寻常，但是有价值的方案	方案在降本增效、风险防控、健康维护等（如新技术、新产品、新规范应用）方面有突破性进展
38	答案具有创新或审美价值	方案中降本增效措施、设备应用、长期持续设计等充分考虑到照护对象养老规划、养老理念和社会价值导向
39	答案显示出了对问题的敏感性	方案能根据照护对象现状及行业发展，对未知任务、潜在风险设计较为先进应对措施
40	充分利用了题目所提供的设计空间	方案充分利用了题目所提供的背景资料及未知的可能性，并提出前瞻性的应对设想

## 四、答题参考实例

### （一）照护需求评估与措施

医生、护士、康复师、营养师、心理咨询师、社工师、照护人员及家属组成团队，对老年人的家庭环境及现状进行综合评估，经过团队讨论，征得老年人和家属同意，实施照护措施如下：

主要照护问题	短期目标	长期目标	照护措施	措施依据
血压波动	血压保持平稳	血压稳定,减少并发症发生	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.合理膳食。注意低钠饮食、低脂、低糖饮食,每天摄盐量不超过5克,逐步减少腌制食品的摄入,多摄入蔬菜水果。</li> <li>2.适当运动。指导老年人练习中风康复操,适当参与家务活动,控制体重在合理范围。</li> <li>3.遵医嘱用药。利用智能药盒提醒服用药物。</li> <li>4.血压监测。利用智能手表定时监测血压。</li> <li>5.保证睡眠。根据老年人的兴趣爱好,避免睡前看刺激性的书籍及电视剧,可以听舒缓性的音乐助眠。</li> <li>6.心理疏导。链接社区志愿者服务上门与老年人聊天,进行专业疏导。</li> </ol>	《老年常见疾病预防与照护》
排便困难	缓解排便困难	排便节律正常	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.养成定时排便的行为习惯,在医生指导下为老年人合理使用药物,不可滥用。</li> <li>2.采用按摩腹部,适当的运动促进排便。</li> <li>3.改善饮食习惯,增加膳食纤维,如麦麸、蔬菜、水果等,多饮水。</li> </ol>	《老年常见疾病预防与照护》
睡眠障碍	睡眠质量有所改善	睡眠质量较好	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.在心理咨询师的指导下,定期进行相关评估,了解老年人心理状态,并进行心理疏导。</li> <li>2.征求老年人意见,将看电视时间调整至上午、下午,并且选择家庭片、纪录片以及健康类节目为主。</li> <li>3.跟家庭协商,将定期视频/语音通话聊天放在晚20点左右。</li> <li>4.同家属沟通并给予指导为老年人布置温馨睡眠环境,床边感应地灯,智能化卧室温湿度调节系统。地面进行防滑处理,室内安装扶手。</li> <li>5.向家属建议,使用睡眠监测带,监测老年人睡眠情况,每天早上询问晚间睡眠情况。</li> </ol>	《老年常见疾病预防与照护》
自理能力下降	维持现有自理能力	自理能力提高	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.尊重老年人,根据老年人的需求,提供各项照护服务。</li> <li>2.使用智能恒温水杯、手功能障碍专用餐具等设备,提高老年人自我照护能力,降低照护人员压力。</li> <li>3.鼓励老年人做力所能及的事,保存老年人残存功能。</li> <li>4.通过社区餐厅送餐,合理膳食,均衡营养,根</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.《老年人权益保护法》</li> <li>2.《老年护理技术》</li> </ol>

			<p>据老年人的饮食爱好，进行个性化配餐。</p> <p>5.夜间使用离床报警、智能床垫等智能化设备，防止跌倒及压疮风险发生，减少人员投入，降低家属晚间照护压力。</p> <p>6.建议购买长照险等减少个人费用支出。</p> <p>7.定期对家属进行照护相关知识的培训，各项照护措施规范实施，规范洗手。使用节力原则，做好自我防护。</p>	
情绪低落	不良情绪得到缓解	保持良好的情绪状态	<p>1.请心理咨询师进行评估，根据老年人的心理状态制定对应的心理照护方案。</p> <p>2.在心理咨询师的指导下，鼓励老年人进行情绪表达，利用语言、非语言的方式进行情绪疏导。</p> <p>3.利用老年人居家环境，发挥邻里关系互帮互助，帮助老年人排解心理不适。</p> <p>4.鼓励老年人联系老同事，通过交谈疏导不良情绪。</p>	《老年心理护理》
肢体功能障碍	缓解肢体功能障碍	提高肢体活动度	<p>1.在康复师的指导下，利用 ADL 等量表定期进行相关功能评估，了解老年人状态。</p> <p>2.在康复师的指导下，结合老年人的兴趣爱好，组织参加社区的合唱团活动，并安排老年人一定的角色参与活动组织，实现自我价值，减少老年人孤独感。</p> <p>3.将空药盒、卷纸筒等环保再利用制作成辅助康复器具，让老年人在闲暇时刻也可以进行康复训练。</p> <p>4.根据康复师提供专业康复训练计划，协助老年人进行康复训练，包括穿脱衣训练、自主翻身训练、借助手杖进行行走训练等。</p> <p>5.建议家属给老年人准备便于穿脱的开襟衣服，便于老年人自行穿脱衣。</p>	<p>1.《老年人能力评估规范》</p> <p>2.《老年人康复服务指南》</p>
有发生意外的可能	不发生意外	不发生意外	<p>1.疾病监测。及时发现异常情况并汇报。根据家庭情况，申请适老化改造。建议家属安装视频监控及异常报警设施，便于老年人发生意外及时发现。</p> <p>2.健康宣教。根据老年人的职业特点，利用海报、视频、公众号等多种途径对老年人进行疾病相关知识的健康宣教。</p> <p>3.定期评估。根据老年人情况建议家属申请长护险，正确使用保险，减少家庭支出。</p>	《老年护理技术》

			4.资源链接。向家属介绍社区链接的医联体机构，建立快速转运通道，便于老年人病情变化时，及时就医。	
--	--	--	--------------------------------------------------	--

## (二) 日常生活作息表

征求老年人及家属意见后，制定智慧健康服务方案，安排日常生活正常作息。

时间	日照护安排	周照护安排	负责人
7: 00-7: 50	晨间护理（洗漱、口腔护理）		家属/老年人
7: 50-8: 00	护理员与家属老年人就身体情况、睡眠情况等交接		家属/护理员
8: 00-8: 30	营养配餐、遵医嘱服药		老年人/家属
8: 30-9: 30	床上擦浴（陪老年人聊天）	老年人沐浴 更换床品	护理员
9: 30-10: 30	老年人观看电视/按需补水、水果	修剪指（趾）甲	护理员/老年人
10: 30-11: 00	康复训练（穿脱衣训练）		护理员/老年人
11: 00-12: 00	营养午餐、按需服药		社区餐厅送餐
12: 00-14: 00	护理员清理餐具/老年人午休/整理家庭内务		护理员/老年人
14: 00-15: 30	康娱活动（合唱团、轮椅外出社区中心花园晒太阳）	参与社区活动 组织	护理员/老年人
15: 30-16: 00	康复训练（中风康复操、助行器行走训练、按需补水）		护理员/老年人
16: 00-16: 30	心理疏导		志愿者/老年人
16: 30-17: 00	餐前准备、老年人休息		护理员

17: 00-17: 30	协助老年人晚餐（遵医嘱服药）		护理员/家属
17: 30-20: 30	观看电视节目、泡脚、亲情沟通、 视频电话		老年人/家属
20: 30-21: 00	睡前准备		老年人/家属
21:00-7:00	睡眠		老年人

## 理论知识竞赛参考赛题四

### 一、案例情况

李根仁爷爷，72岁，与68岁老伴居住在平阳小区8栋102室，育有1子1女，均在本地工作，周末定期回家探望，目前家庭照护困难，申请社区居家养老服务中心实施照护。

#### 【基本信息】

身高：176cm；

体重：60kg；

文化程度：大专；

经济状况：退休金8000元/月，有积蓄，有子女支持；

兴趣爱好：下象棋、看书、国画；

饮食喜好：平素喜饮咖啡，喜油炸饮食，不喜蔬菜；

性格特点：平素温和，喜欢与人交往；

工作经历：事业单位退休；

既往病史：冠心病10年；帕金森2年。

#### 【目前状况】

李爷爷因冠心病、帕金森等慢性病，长期服用药物，目前身体状况较为衰弱，反应迟钝，有静止性震颤，走路抬腿困难，日常生活需部分协助。三天前左侧腰背部有刺痛感，出现簇状分布的水疱，就医后确诊为“带状疱疹”，予以阿昔洛韦乳膏外涂。李爷爷面临外出困难、下棋困难等生活改变，情绪低落，不愿与人沟通。

## 二、任务要求

你作为社区居家养老服务中心的养老护理员，请为李根仁爷爷制定照护方案。

要求：

- 1.照护问题描述准确、言简意赅，理由充分；
- 2.照护措施简洁明了、切实可行，依据科学；
- 3.预期目标明确具体。

整体照护方案设计符合直观性、功能性/专业正确的答案、持久性、效率/经济性、工作过程导向、社会与环境责任感、家庭/社会文化背景和创造性要求。

## 三、解题空间（裁判员使用）

一、直观性		
1	答案表述对专业人员来说容易理解	通过阅读方案，能够直观了解答题思路 and 具体表述的内容，使阅读人员能够充分理解
2	答案结构合理，概括清晰	方案结构有逻辑性，符合职业要求
3	答案容易阅读，表达格式合理	方案通过图、表等，描述层次分明，条理清晰
4	答案有效地运用了专业术语	方案中书写照护问题或措施等内容时，恰当运用专业术语
5	从专业角度讲，答案涉及的广度是合适的	方案内容考虑到老年人的生理、心理、社会等方面
二、功能性/专业正确的答案		
6	从专业的角度对答案做了说明	方案根据老年人实际需求列出照护问题，制定照护措施
7	考虑到了本专业发展的最新成果	方案制定中应用了行业发展前沿的智能智慧产品成果，如智能药盒、睡眠监测带、智能监控系统等
8	答案关注到了在实践中的可行性	方案中提出的照护措施能解决老年人的照护问题，具有可行性
9	恰当地表达了职业活动中的复杂关系	方案考虑到与其他工作人员及家属的协作，考虑到老年人疾病及日常生活影响下的照护逻辑性

10	答案与所服务对象（如老年人及家属等）的特点相对应	方案中照护问题或措施考虑到老年人及家庭背景，得到老年人及家属的支持
<b>三、持久性/使用价值导向</b>		
11	对委托方（客户）来说，方案是否具有使用价值？	根据老年人身体功能情况，提出对应措施，解决老年人相应问题，可行有效
12	答案的目标是获得一个长期的结果，而不是短期结果	考虑到潜在性照护问题，提前预防，考虑到照护的连续性
13	答案有助于客户（老年人及家属）独立做出决策和自主行动	答案包含对老年人及家属的宣教：如健康教育、法规政策等
14	答案想到了相关服务的便利性	提出老年人方便获取家庭签约医生、护理员、社区志愿者等照护资源的措施
15	答案考虑到了如何避免干扰，并说明了理由	考虑到照护者、老年人病情、环境等发生变化时的应对方法
<b>四、效率/经济性</b>		
16	实现答案中的建议在经济上是合适的	基于老年人及家庭经济情况，建议使用智能智慧照护设施设备、照护技术，并提供大数据支持，且智能产品可长期使用
17	实现答案中的建议在时间花费上是合适的	方案根据老年人照护问题及家庭情况，合理安排照护时间
18	实现答案中的建议在人员花费上是合适的	方案根据老年人照护问题及家庭情况，合理安排照护人员
19	是否考虑到投入和质量的关系，并说明了理由	方案同时考虑社区居家养老服务中心成本效益、成本效果
20	是否考虑到后续的多种花费	考虑到老年人身体状况的变化，对后续的花费有相应的规划和预算
<b>五、工作过程和服务流程导向</b>		
21	答案与所在部门结构和工作流程相适应	方案考虑到解决照护问题的照护措施应符合服务流程和照护规范
22	答案考虑到了本任务之前和之后的任务及其完成过程，并陈述理由	答案考虑到了本任务之前和之后任务之间的内在联系或交接安排：如个案记录等
23	考虑到将所有必要的信息传达给所有的参与方	方案考虑到了将相关业务信息和注意事项传达给相关参与方：如口头、书面交接班等

24	答案中表现出了与工作过程相关的本职业特有的能力	护理员知晓自己在照护团队中的位置及职权范围,并实施
25	答案考虑了本职业工作的界限,提供了超出本职业工作范围的内容	答案考虑到本职业工作的界限,某些工作可独立完成、某些工作需与医生、护士、康复师、营养师、社工等专业人员合作完成
<b>六、环境与社会承受度</b>		
26	在多大程度上考虑了人性化的工作与组织设计	方案考虑到养老护理员职业道德,工作安排的合理性
27	考虑到了健康保护、卫生保护、环境保护的相关规定,并陈述理由	垃圾分类,如医疗垃圾、废用药品等;清理障碍物预防跌倒;布置舒适环境促进睡眠;考虑老年人兴趣爱好布置居室环境等
28	考虑到了工效学或人体工程学设计,并陈述理由	方案有考虑如适老化改造、移动辅具等提高生活自理能力;有效利用智慧化设备减轻照护者压力,考虑到照护者的职业安全
29	考虑到了劳动保护、事故防范及环境事故防范的相关规定	方案考虑到如跌倒、噎食等应急处置、防护或救护相关内容
30	考虑到了环境保护和经济的可持续性,并说明理由	方案考虑了废弃物的无害化处理,垃圾分类,如医疗垃圾、废用药品等
<b>七、家庭、社会与文化环境</b>		
31	在分析任务和得出答案时考虑到了家庭背景	方案中照护措施被老年人及家属所接受
32	注意到了所在机构的社会环境条件	方案中照护措施考虑到社会政治环境、经济环境、法治环境、科技环境、文化环境等:如建议购买意外险;申请居家照护补贴等
33	关注到了与任务相关的社会因素	方案中考虑到老年人经济条件、文化教育、生活习惯等
34	在陈述答案理由时,分析了相关文化因素	方案中根据老年人既往职业、兴趣爱好等情况制定照护方案
35	答案在多大程度上关注到了社会与文化后果	方案中建构与老龄化社会相适应的照护文化,考虑到老年人的文化背景,建立与恢复老年人的社会交往
<b>八、创造性</b>		
36	答案包含超出问题解决空间的内容	方案中包含超出解决表面问题的更深层次的内容,具备职业敏锐性
37	提供了一个不寻常,但是	方案中提供了能解决老年人问题的创新方法或措施

	有价值的答案	等
38	答案具有较高的创新或审美价值	方案提出了创新的设计思路与高质量的措施
39	答案显示出了对问题的敏感性	方案中敏锐发现老年人的照护问题或风险，并提出适宜的解决措施
40	充分利用了题目所提供的设计空间	方案充分利用案例中相关信息，在 8 个维度均有所考虑和呈现

## 四、答题参考实例

### （一）李根仁爷爷照护需求评估

上门家访评估团队组成：养老护理员、全科医生、护士、社工、营养师、康复师、心理咨询师等。

评估内容要素：老年人身体功能状况、疼痛评估、跌倒风险评估、自理能力、精神心理状态、社区家庭支持资源等。

评估工具与方法：利用老年人能力评估规范、老年综合评估等量表或评估软件，通过面谈、观察等方法采集信息。

### （二）主要照护问题

1.疼痛：左侧腰背部有刺痛感，出现簇状分布的水疱，就医后确诊为“带状疱疹”。

2.跌倒的风险：多种慢性病，目前身体状况较为衰弱，反应迟钝，有静止性震颤，走路抬腿不利索。

3.情绪不良：想到自身生活的改变，情绪低落，不愿与人沟通。

4.饮食习惯不良：平素喜饮咖啡，喜油炸饮食，不喜蔬菜。

5.自理能力下降：身体衰弱，高龄，多种慢性病，反应迟钝，有静止性震颤，走路抬腿不利索。

### (三) 照护计划安排

#### 1. 照护目标

短期目标：2周内未发生跌倒，带状疱疹痊愈，情绪稳定。

长期目标：老年人日常生活得到满足，家庭照护能力提高，安全保障。

2. 征求老年人和家属意见后，制定智慧健康服务方案，安排日常生活正常作息。

时间	生活内容	负责人
7: 30-8: 00	起床洗漱	老年人、老伴
8: 00-9: 00	早餐（配制食谱）	老年人、老伴
9: 00-10: 00	用药（智能药盒、外用涂抹）	老年人、老伴、护理员
10: 00-11: 00	行走训练	老年人、老伴、护理员
11: 30-13: 00	中餐（配制食谱）	老年人、老伴
13: 30-14: 15	午休	老年人
14: 30-15: 00	用药、看书	老年人、护理员
15: 30-16: 30	小区散步（轮椅）、社区活动、肢体训练等	老年人、老伴、护理员
17: 00-17: 30	晚餐（配制食谱）	老年人、老伴
18: 30-19: 30	洗漱、泡脚	老年人、老伴
19: 30-20: 30	视频电话、用药	老年人、家属
21: 00-7: 00	睡眠	老年人（监测带）

### 3. 照护实施

照护问题	照护措施	措施依据
疼痛（2周左右疱疹痊愈，疼痛缓解）	1.健康教育：运用3D动画形式科普带状疱疹相关知识。 2.用药与观察： （1）遵医嘱按时外涂药物，一天三次。所产生的医疗垃圾分类处理； （2）观察药物疗效及副作用，若疼痛加剧，及时与社区医生联系。 3.衣物选择：宽松舒适的衣物，避免衣物过小，摩擦患处，增加疼痛感。 4.分散注意力：看书、欣赏国画等。 5.体位安置：采用保护性体位，在照护过程中，动作轻柔。	《基础护理学》
跌倒的风险（未发生跌倒情况）	1.家庭适老化改造： （1）建议家属申请社区家庭适老化改造项目，卫生洗浴间等安装扶手、声控灯，改善光照，并定期维护，以便长期使用； （2）根据老年人经济情况，建议家属安装毫米波雷达，监测室内活动状态，便于及时发现跌倒等意外。 2.衣物选择：指导老年人穿着合身衣裤、合脚防滑鞋袜，征求老年人及家属意见，配置防跌倒马甲穿戴。 3.环境：协助并指导家属保持居室无障碍、地面干燥。 4.辅具运用：根据老年人经济情况，配置防跌倒手杖、电动轮椅等，方便老年人外出。 5.健康教育：为老年人利用网络视频形式科普防跌倒健康知识；室内适宜运动，根据康复师计划，循序渐进进行平衡训练、步态训练、肢体活动功能训练等。 6.征求老年人及家属意见，建议为老年人购买意外险。	《防跌倒干预指南》
情绪不良（情绪稳定，每周有效社交）	1.情绪疏导：通过运用放松疗法、认知疗法等方法缓解情绪低落；合理安排老年人看书、下棋等，鼓励并协助老年人外出活动。 2.情感支持：基于视频监控、手机等多种方式，保障家属、照护人员每天定时与老年人保持沟通交流；家属节假日定期回家探望老年人；照护人员、社区志愿者定期上门服务陪聊等。 3.增加社交：通过参加社区活动等增加社交机会，保持正常邻里交往，增强归属感。 4.监测与观察：日常观察结合运用智能化设备观察老年人睡眠、生命体征等，定期运用情绪评估量表，及时识别老年人情绪变化，必要时请心理咨询师、社工干预。	1.《老年人心理护理》 2.《社会支持理论》 3.《老年人权益保障法》

<p>饮食习惯不良（养成健康饮食习惯）</p>	<p>1.健康教育：通过海报、书籍等形式，进行不良饮食习惯导致健康严重问题的科普知识宣教，提高老年人对健康饮食重要性的认识。</p> <p>2.营养食谱：在营养师指导下与老年人及家属沟通，制定营养合理食谱，给予适量蛋白，低盐、低糖、低胆固醇饮食，并增加蔬菜、水果的摄入量。</p> <p>3.打卡计划：做好家庭-社区联动，为老年人制定21天健康饮食打卡计划，拍照上传家庭群，观察并监督老年人健康饮食执行情况，对正向行为予以鼓励，对不能执行的情况进行分析，查找原因予以解决。</p>	<p>《老年人饮食护理常规》</p>
<p>自理能力下降（能安全出行，活动能力增强、家庭照护能力提高）</p>	<p>1.定期检测： （1）每半年安排老年人体检一次，通过签约家庭医生，定期上门访视； （2）每月评估一次老年人生活自理能力，有意外发生时随时评估； （3）根据定期身体功能评估，安排老年人居室内活动、户外活动，保持肢体功能训练。</p> <p>2.安全与出行： （1）利用适老化改造项目，安装水电气警报装置，以防意外； （2）征求老年人和家属意见，配置移动设备，支持出行；安装视频监护，及时查看老年人安全状态。</p> <p>3.药物：老年人为事业单位退休，享有医疗保险，征求老年人及家属意见，指导老年人和家属利用互联网医院购置慢性病药品，送货上门；或者照护者代购。</p> <p>4.政策扶持：老年人多种慢性疾病，日常持续性照护困难，建议家属申请长期照护险、居家照护补贴等。</p> <p>5.健康宣教：通过书籍或公众号科普相关照护知识，以及照护技能示范，提升家属照护知识和技能，提升家属风险防范技能。</p> <p>6.定期随访：根据生活自理能力评估，确定后期随时变化的照护需求，下单定制居家上门生活照护服务项目和时间。</p>	<p>《老年护理学》</p>

## 理论知识竞赛参考赛题五

### 一、案例情况

王玲奶奶，78岁，与老伴居住于曙光小区6栋201室，育有1儿1女，儿子在国外，女儿住同一小区。因王奶奶3个月前发生脑卒中导致左侧偏瘫，日常生活不能自理，老伴照护困难，现申请社区居家上门服务和家庭照护床位服务。

#### 【基本信息】

身高：158cm；

体重：63kg；

文化程度：中专；

经济状况：退休金6000元/月，有积蓄，儿女能支持；

兴趣爱好：喜欢唱歌、看书、养花弄草；

饮食喜好：喜食甜食、油炸食物、肉食，不喜欢吃蔬菜；

性格特点：开朗、乐观，喜欢社交；

工作经历：某中学语文老师退休；

既往病史：高脂血症和高血压15年，脑卒中后3个月。

#### 【目前状况】

王奶奶现左侧肢体活动受限，右侧肢体活动尚可，无法独立行走，轮椅出行；3天前床椅转移过程不慎摔倒后不敢下床活动，以卧床为主，现骶尾部皮肤出现潮红。王奶奶对因病所致生活改变难以接受，睡眠不佳，情绪低落，寡言少语，常对老伴发脾气。老伴有10年高血压病史，近期因照顾王奶奶身心疲惫。王奶奶家空间较小，家具、物品较多，一些杂物舍不得扔掉，家里灯光

较暗，卫生间无扶手和防滑设备。

## 二、任务要求

你作为社区日间照料中心养老护理员，请为王玲奶奶制定照护方案。

要求：

- 1.照护问题描述准确、言简意赅，理由充分；
- 2.照护措施简洁明了、切实可行，依据科学；
- 3.预期目标明确具体。

整体照护方案设计符合直观性、功能性/专业正确的答案、持久性、效率/经济性、工作过程导向、社会与环境责任感、家庭/社会文化背景和创造性要求。

## 三、解题空间（裁判员使用）

一、直观性		
1	答案表述对专业人员来说容易理解	通过阅读方案，能够直观了解答题思路和具体表述的内容，使阅读人员能够充分理解
2	答案结构合理，概括清晰	方案思路清晰，结构合理，条目清楚，能够充分展示照护方案的逻辑性
3	答案容易阅读，表达格式合理	方案书写卷面整洁、无错别字，修改格式正确，语句通顺，语言表达正确清晰，能够合理利用图标等
4	答案有效地运用了专业术语	方案能够有效运用专业术语体现行业的专业性，术语表达清晰准确，无使用错误
5	从专业角度讲，答案涉及的广度是合适的	方案内容围绕照护对象展开，与实际照护服务关联性强，符合照护计划相关内容的要求
二、功能性/专业正确的答案		
6	从专业的角度对答案做了说明	方案进行了全面的说明，涉及的照护问题、照护措施给出充分的依据，且依据科学、合理、可追溯

7	考虑到了本专业发展的最新成果	方案能够充分融合行业发展的最新成果，行业发展前沿照护理念、照护技术、照护设备的使用，如毫米波雷达、床旁移位机的使用
8	答案关注到了在实践中的可行性	方案充分考虑照护对象的照护问题及照护服务实施条件，具有可行性，如时间线的安排是否合理，操作内容是否可行
9	恰当地表达了职业活动中的复杂关系	方案能充分展示照护人员与照护对象、照护对象家庭、社会资源、周边环境之间的合作关系，如与老年人、家属、社工及其他社会资源的合作
10	答案与所服务对象（如老年人及家属等）的特点相对应	方案能够充分考虑照护对象的开朗乐观、喜欢养花弄草的性格与兴趣爱好来制定护理方案
<b>三、持久性/使用价值导向</b>		
11	对委托方（客户）来说，方案是否具有使用价值？	方案能够整合现有资源，制定措施切实可行、可操作性强，能够解决照护对象实际问题，得到老年人家属的认可
12	答案的目标是获得一个长期的结果，而不是短期结果	方案能够充分考虑照护对象的健康目标、预期效果，目标长效可达。方案中能够体现照护计划的近期目标和远期目标
13	答案有助于客户（老年人及家属）独立做出决策和自主行动	方案能够针对服务对象照护问题进行充分的说，明展现照护对象的服务要求、服务内容、服务措施及预期目标，方便照护对象及家属做出决策并执行，如能够指导老年人和家属在没有护理员的情况下如何进行照护
14	答案想到了相关服务的便利性	方案能够充分考虑照护服务实施现有条件（涵盖家庭、机构、社区能提供的相应服务），制定的照护措施具有便利性，实施无难度
15	答案考虑到了如何避免干扰，并说明了理由	方案能充分考虑照护措施实施过程中可能出现的导致措施实施中断的因素（包含内部因素、外来因素），说明理由并给予解决措施，如如何预防潜在的风险
<b>四、效率/经济性</b>		
16	实现答案中的建议在经济上是合适的	方案的制定充分考虑了照护对象家庭的经济能力，并能为其提供有效的经济性建议，如如何实现护理经费的节约等，费用支出合理
17	实现答案中的建议在时间花费上是合适的	方案时间计划设计合理，日常照护时长分配比例适宜，符合老年人的照护需求

18	实现答案中的建议在人员花费上是合适的	方案能够体现人员的配合与协作，任务分工合理，恰当使用工具和方法来控制成本
19	是否考虑到投入和质量的关系，并说明了理由	在满足照护需求的前提下，方案能够充分考虑照护人员、照护设施设备、照护资源的投入和整合，并与解决对象的问题相关联，投入实施呈正相关
20	是否考虑到后续的各种花费	方案充分考虑照护对象健康问题的预期发展，以及可能产生的设计方案之外的人力、资源、费用等
<b>五、工作过程和服务流程导向</b>		
21	答案与所在部门结构和工作流程相适应	方案符合所在机构部门工作职责及工作流程规范，且符合照护情景
22	答案考虑到了本任务之前和之后的任务及其完成过程，并陈述理由	方案中照护计划的设计充分延续前期照护方案的优点，并能够根据照护对象的具体情况进行及时的调整，近期、远期照护目标制定合理，理由充分
23	考虑到将所有必要的信息传达给所有的参与方	方案能明确体现医生、护士、护理员、社工、康复师、心理咨询师等参与方的任务内容、活动方式、照护时间时长等内容
24	答案中表现出了与工作过程相关的本职业特有的能力	方案在满足基础照护需求的基础上，方案能充分体现风险评估与预防、床椅转移技能的教授等养老照护技能
25	答案考虑了本职业工作的界限，提供了超出本职业工作范围的内容	方案能够为照护对象提供寻求超出本职业工作范围资源的途径，如如何寻求法律援助、如何参与社工小组活动等
<b>六、环境与社会承受度</b>		
26	在多大程度上考虑了人性化的工作与组织设计	方案能充分体现以照护对象为中心，以充分发掘照护对象潜能、全面提升照护对象能力为原则，制定、组织、实施照护计划，注重尊重与倾听
27	考虑到了健康保护、卫生保护、环境保护的相关规定，并陈述理由	方案符合卫生保护、环境保护等相关要求，并能按规定进行卫生防护，生活、医疗垃圾处理等，注重健康与环境保护
28	考虑到了工效学或人体工程学设计，并陈述理由	方案中所使用照护设施设备、照护技术能充分体现人体工程学及工效学，适合操作者使用，达到便捷性和舒适性要求。如家用护理床、床旁移位机、可调节步行器及

		拐杖的使用等
29	考虑到了劳动保护、事故防范及环境事故防范的相关规定	方案能充分考虑坠床、火灾等突发事件的应急处置及救护
30	考虑到了环境保护和经济的可持续性，并说明理由	方案能体现照护产生废弃物的无害化处理，能为照护对象减少一次性物品的使用，保护环境的同时达到降低成本的目的
<b>七、家庭、社会与文化环境</b>		
31	在分析任务和得出答案时考虑到了家庭背景	方案中在分析任务时充分考虑照护对象的经济状况、社会关系、家庭背景等因素，与之相适应
32	注意到了所在机构的社会环境条件	方案的制定符合所在机构的职能及照护能力，充分考虑其能协调统筹的各类社会资源。如医疗卫生、心理咨询、适老化改造等服务的提供能力
33	关注到了与任务相关的社会因素	方案关注了与情景内容相关的各类社会因素。如长护险、社会保险的支持，居家照护床位的支持、团体社会工作的支持等
34	在陈述答案理由时，分析了相关文化因素	照护方案的制定符合照护对象中学语文老师的身分背景，可安排与教学活动相关的文娱、康复活动
35	答案在多大程度上关注到了社会与文化后果	照护方案的制定关注了老年人权益保护、老年人优待、银发经济发展等相关政策法规
<b>八、创造性</b>		
36	答案包含超出问题解决空间的内容	方案从更高维度提出智慧健康型服务设计
37	提供了一个不寻常，但是有价值的方案	方案在降本增效方面有突破性进展
38	答案具有较高的创新或审美价值	方案中降本增效措施、设备应用等充分考虑到照护对象和社会价值导向
39	答案显示出了对问题的敏感性	方案能根据照护对象现状及行业发展，对未知任务、潜在风险能提出较为先进应对措施
40	充分利用了题目所提供的设计空间	方案充分利用了题目所提供的背景资料及未知的可能性，并做出了应对

## 四、答题参考实例

### (一) 王玲奶奶照护需求评估

上门家访评估团队组成：养老护理员、全科医生、康复师、心理咨询师、护士、社工、营养师等。

评估内容要素：老年人身体功能状况、风险因素、自理能力、精神心理状态、社区家庭支持资源等。

评估结果运用：评估结果得到家属认可，并根据评估结果，结合老年人及家属意见制定照护方案。

### (二) 主要照护问题及依据

皮肤完整性受损：长时间卧床，骶尾部皮肤有潮红。

躯体移动障碍：左侧肢体偏瘫，活动受限。

跌倒风险：左侧肢体偏瘫，有跌倒史，家中灯光较暗，物品拥挤，卫生间无扶手和防滑设备。

睡眠障碍：脑卒中后长期卧床，活动少，对疾病担忧导致睡眠不佳。

情绪低落：后遗症对生活产生的改变难以接受，缺乏社交。

自理能力缺陷：左侧肢体偏瘫，患多种慢性疾病。

相关知识缺乏：预防压疮知识、防跌倒知识、床椅转移知识。

### (三) 照护计划安排

1. 征求老年人和家属意见后，制定智慧健康服务方案，安排日常生活作息如下表：

时间	生活内容	负责人
7: 30-8: 00	协助翻身、起床洗漱、测血压	照护对象、护理员
8: 00-9: 00	早餐，协助服药	照护对象、护理员

9: 00-11: 30	协助翻身、下床活动, 浇花, 听歌、看书 或电视	照护对象、护理员、心理治疗师
11: 30-13: 00	午餐及餐后整理 (根据能力自做/送餐等)	照护对象、护理员
13: 00-14: 00	午休	照护对象
14: 00-15: 00	康复训练	照护对象、康复师
15: 00-15: 30	下午茶	照护对象
15: 30-17: 00	休闲、娱乐活动(听歌、插花、看电视等)	照护对象、护理员
17: 00-18: 30	晚餐及餐后整理 (根据能力自做/送餐等)	照护对象、护理员
18: 30-19: 30	看电视、晚间活动	照护对象
19: 30-20: 30	与儿子远程视频	照护对象、护理员
20: 30-21: 00	协助洗漱	照护对象、护理员
21: 00-7: 00	休息	照护对象

## 2. 照护实施

照护问题	产生依据	预期目标	照护实施	照护依据
皮肤完整性受损	长时间卧床, 骶尾部皮肤潮红	短期目标: 2周内骶尾处皮肤恢复正常  长期目标: 掌握预防压疮的方法, 能较好的保持皮肤完整状态	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 定期翻身: 每两小时为老年人翻身一次, 减轻局部组织的压力, 防止长时间受压; 坐轮椅时每30分钟到1小时移动减压一次。</li> <li>2. 保持皮肤清洁干燥: 定期为老年人擦洗皮肤, 保持皮肤清洁干燥, 防止潮湿和汗液刺激皮肤。</li> <li>3. 增加营养摄入: 为老年人提供高蛋白、高维生素的饮食, 以增强身体抵抗力和组织修复能力。</li> <li>4. 按摩受压部位: 适当按摩受压部位, 促进血液循环, 缓解局部麻木和疼痛感。</li> <li>5. 使用气垫床: 使用气垫床可以分散身体压力, 减少皮肤受压时间, 预防压疮的发生, 皮肤潮红处使用湿性敷料泡沫贴进行保护。</li> <li>6. 观察皮肤状况: 每天检查老年人的皮肤状况, 特别是骨突出部位, 及时发现并处理压疮的早期症状。</li> <li>7. 保持床铺平整: 床铺应该平整无皱褶, 减少对皮肤的摩擦刺激。</li> <li>8. 心理支持: 给予老年人心理支持, 帮助他们树立信心, 积极配合治疗和护理。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 《压疮预防指南》</li> <li>2. 《护理学基础(人民卫生出版社第六版本科规划教材)》</li> </ol>

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/358026101065006055>