

2023 年河南省家政服务业职业技能竞赛

养老护理员赛项

技
术
工
作
文
件

2023 年河南省家政服务业职业技能竞赛组织委员会

2023 年 08 月

目 录

一、技术描述	1
(一) 项目介绍	1
(二) 基本知识与能力要求	1
二、试题与评判标准	2
(一) 竞赛试题范围	2
(二) 样题及公布方式	4
(三) 评判标准	5
三、竞赛细则	6
(一) 竞赛时间安排	6
(二) 赛项实施细则	7
四、竞赛规则	8
(一) 参赛选手规则	8
(二) 裁判员规则	9
五、竞赛场地、设施设备等安排	10
(一) 赛场规格要求	10
(二) 基础设施清单	10
六、安全、健康要求	10
七、其他	11
附件 1 技能操作样题	12
附件 2 设施设备清单	26
附件 3 理论知识竞赛样题	29

一、技术描述

养老护理是一个新兴职业，伴随全球老龄化社会的到来而产生，主要对老年人的生活进行照料和护理。工作场所主要是居家养老、日间照护、养老院内等。

（一）项目介绍

养老护理赛项竞赛依据《养老护理员国家职业技能标准》（2019）为依据，进行赛题命制和赛务组织设计。遵循公平、公正、公开的竞赛原则，考核参赛选手的综合职业素养和技能水平，为国家、社会的发展选拔具有优秀品质的养老护理人才。

养老护理主要工作任务是在家庭、养老院、社区等机构，为照护对象提供生活照料及护理。主要包括对老年人清洁卫生、睡眠、饮食、排泄进行照料，为老年人进行用药、观察、消毒、冷热疗应用等技术护理，并做护理文件记录；负责老年人安全保护，为临终老年人给予安全护理等。

（二）基本知识与能力要求

1. 基本知识要求

模块	知识内容	权重比例 (%)
基本要求	职业道德	5
	基础知识	15
相关知识要求	基础照护	35
	康复服务	15

	心理支持	15
	技术培训与指导	15
合计		100

2. 能力要求

模块	具体要求	权重比例 (%)
模块一：基础照护	参赛选手应该掌握基础照护职业功能模块所给出的具体的实操技能的相关知识；语言与非语言方式等沟通交流基本知识，居家照护综合评估知识、人文关怀知识、急救知识等。	35
模块二：康复服务	主要考核养老护理人员在生活照护中为有一定疾患老年人提供的养老护理实操技能。同时要求选手将安全照护、沟通交流、心理支持、人文关怀、职业安全与保护等贯穿于照护全过程中。	35
模块三：心理支持	通过真实情境案例导入老人的照护需求，参赛选手在规定的时间内，完成具体的实操技能。同时要求选手将安全照护、沟通交流、心理支持、人文关怀等贯穿于照护全过程中。	30
合计		100

二、试题与评判标准

（一）竞赛试题范围

1. 理论知识竞赛试题

依据《养老护理员国家职业技能标准（2019年版）》，按照高级别涵盖低级别要求，以客观题的形式呈现，包括单项选择题、多项选择题和判断题三部分，满分100分，并要求在60分钟内完成。具体考核范围见基本知识要求。

2. 实际技能操作竞赛

依据国家职业标准，养老护理赛项内容涉及到生活照护、基础照护、康复服务、心理支持和培训指导等照护服务内容，归纳整理为三个竞赛模块。

（1）模块一基础照护：使用心肺复苏技术实施急救

（2）模块二康复服务：协助老年人床椅转移训练

（3）模块三心理支持：阿尔茨海默症——认知训练

3. 试题命制的办法、基本流程

（1）试题命制的办法

养老护理赛项命题参考《养老护理员国家职业技能标准》（2019版），结合养老护理员的实际工作内容，在对养老护理职业技能发展循证的基础上，科学划分出基于基础照护、康复服务、心理支持等所涉及的具体综合实操技能考核范围。

（2）基本流程

养老护理赛项技术文件中的命题方案分为情境案例描述、任务说明、任务要求、评分标准四个部分，其中情境案例描述重点呈现具有居家的真实场景，包括照护对象的一般情况，以及选手从情景案例中可获得的赛项信息；任务说明及任务要求呈现本次

竞赛在规定的时间内要完成的具体任务。

命题主要由裁判长负责，同时融合第三方行业专家的意见和建议。通过竞赛组委会指定的技术论坛形式进行项目内讨论与不断完善。30%修改的具体参数由组委会监督实施。裁判及第三方行业专家在竞赛组委会指定的论坛平台进行培训和专题讨论。修改部分主要考虑结合赛题的合理性、逻辑性、可行性和严密性，以最大限度助力选手发挥优秀的职业技能水平。考核过程中应最大限度实现公平公正。同时兼顾情景案例的引导作用，以科学的评价标准进行统一评分，并保持一致。达成一致意见后报省赛组委会技术组审批通过后公布实施。

（二）样题及公布方式

养老护理员赛项在本次竞赛中公布竞赛样题分为理论知识竞赛样题和实际技能操作竞赛样题。

1. 样题

理论知识竞赛样题包括：140道单项选择题；20道多项选择题；40道判断题。详见附件3。

实际技能操作竞赛样题包括：模块一基础照护；模块二康复服务；模块三心理支持。内容包括：情景案例描述，任务说明、任务要求、评分标准等。详见附件1。

2. 公布方式

按照2023年河南省家政服务业职业技能竞赛组织委员会的要求，于赛前一个月公布理论知识竞赛样题和实际技能操作样

题。

(三) 评判标准

1. 评分标准

序号	试题名称			得分	折合分数	总分
1	理论考试 (30%)			100	30	
2	实际 操作 (70%))	模块一基础照护	使用心肺复苏技术 实施急救	35	100	70
3		模块二康复服务	协助老年人床椅转 移训练	35		
4		模块三心理支持	阿尔茨海默症认知 训练	30		

2. 评判方法

(1) 3名裁判为一个评分组，统一评分标准进行独立评分；

(2) 各个裁判独立评分，扣分起点为0.5分；同时须标出扣分条目，或写出扣分关键点；

(3) 如有特殊情况，裁判长（或受裁判长委托的当值裁判）按照技术规则及相关文件进行协调处理。

在各个职业功能模块赛事实施过程中，在预留的时间内对前三位选手可以有一次评分商讨，确定起点分值；之后不再有商讨过程，全程独立打分，如有特殊情况，需通过本组当值裁判提出

申请。

特别提示:养老护理员赛项各模块实际操作竞赛以过程打分为主,故严格按照公平公正原则进行执裁工作。

3. 成绩并列

当选手成绩出现并列时,当选手总分成绩并列,以实际操作成绩高者为先,当实际操作成绩也并列,以实际操作用时短者为先。

三、竞赛细则

(一) 竞赛时间安排

养老护理员竞赛竞赛时长为 2 天,每天的赛事安排具体见表 1 (具体时间以最终通知为准)。

表 1 养老护理员竞赛时间安排

日期	时间	竞赛工作内容	地点	备注
第一天 上午	10:00- 11:30	裁判会	会议室	
第一天 下午	14:00- 15:00	理论知识竞赛	理论赛场	
	15:00- 16:00	选手看实操场地	实操区	
第二天 上午	8:00- 8:10	参赛选手抽签排号、第一次抽抽签顺序、第二次抽出场顺序	候场室	
	8:10- 12:10	1-27 号依次进行三个模块的任务操作(每个模块操作 7 分钟,恢复场地 1 分钟,共 8 分钟)	实操区	

午餐	12:10- 13:10	午餐、午休		
第二天 下午	13:10- 17:10	28-54号依次进行三个模块的任务操作 (每个模块操作7分钟,恢复场地1分钟, 共8分钟)	实操区	
	17:10- 17:30	总成绩汇总	会议室	
	17:30	成绩公示	会议室	

(二) 赛项实施细则

模块一：基础照护

养老护理基础照护常规赛项考核养老护理人员在居家场景中对有一定疾患的老年人的健康照护能力及急救能力。能对心脏骤停老年人采取必要的应对措施。具备心肺复苏基本知识和胸外心脏按压、人工呼吸的基本知识，掌握危重老年人观察方法。

基础照护模块考核时间为7分钟，(不含裁判评分1分钟)。

模块二：康复服务

康复服务赛项主要考核养老护理人员在居家环境中为有一定疾患老年人提供的养老护理的综合能力。重点考核内容涵盖身心评估、示范指导、应急照护、健康教育等综合照护能力；同时要求选手将安全照护、沟通交流、心理支持、人文关怀、职业安全与保护等贯穿于照护全过程中。

考核过程将通过真实情境案例导入老年人在身心照护需求，参赛选手在规定的时间内，完成：生活照护，基础照护，康复照

护，心理支持等职业功能模块所给出的具体的实操技能赛题。

康复服务赛项考核时间为 7 分钟，（不含裁判评分 1 分钟）。

模块三：心理支持

心理支持赛项主要考核养老护理人员能和失智老人进行有效沟通，取得老年人的配合。

要求参赛选手将安全照护、沟通交流、心理支持、人文关怀、健康教育等贯穿于养老护理全过程中。

考核过程将通过真实情境案例导入老年人的身心照护需求，参赛选手在规定的时间内，完成与老年人沟通良好，评估充分，能安抚老年人的情绪。实操动作规范娴熟，各注意事项陈述完整，照护过程有眼神、表情、语言交流。

心理支持赛项考核时间为 7 分钟，（不含裁判评分 1 分钟）。

四、竞赛规则

（一）参赛选手规则

参赛选手在赛前通过抽签决定比赛场次和工位。

比赛前，参赛选手应查看并确认相关工具、设备，发现问题需及时提出。

比赛过程中，参赛选手应严格遵守比赛时间，在工作人员发出“开始”信号后方可开始操作。参赛选手在比赛过程中不得人为损坏赛场设备，如遇问题需立即向裁判长报告。在比赛过程中，由于非本人操作违规等原因造成的比赛中断，中断时间不计入参赛选手正式比赛时间。若因参赛选手个人原因造成的比赛中断或

时间延误，应计入参赛选手正式比赛时间并不予补偿。在比赛期间出现使用通信工具、在规定位置以外做标记、翻阅资料等行为者，一经发现，将依照本次选拔赛违规处理相关规定，成绩记为零分或取消其比赛资格。

所有工作完成后，参赛选手需示意裁判员工作完成。比赛结束时，参赛选手应立即停止一切操作，不得以任何理由拖延比赛时间。

参赛选手不得将赛场内的任何物品带离赛场。

参赛选手如对比赛结果有异议，应通过正常途径向仲裁委提出，并履行举证义务。

（二）裁判员规则

裁判员主要负责各比赛技术工作；负责比赛场地、设备、工具、材料等的检测；负责比赛全过程的执裁及比赛成绩的汇总、审核、报批等。

比赛期间，裁判员应尽量避免离开赛场，无执裁期间，不得进入执裁区，裁判不得与参赛选手进行技术交流；不可长时间、近距离观察参赛选手操作；不可对参赛选手有暗示性动作或语言提示；不可询问参赛选手所在单位；比赛过程中，若发现安全故障，裁判员可第一时间暂停比赛；若裁判员之间有技术争议，以裁判长决议为准。

裁判长对所有裁判员的打分过程的公平、公正性进行监督。

根据本项目特点和工作要求，具体说明本项目比赛的具体流

程、时间安排。

五、竞赛场地、设施设备等安排

（一）赛场规格要求

本项目场地有两个竞赛场地，一为理论竞赛场地；二为实际操作竞赛场地，场地布局包含 3 个操作区。

（二）基础设施清单

养老护理员赛项设施设备清单包括赛区基础场景物品清单；各职业功能模块基础照护、康复服务、心理支持所需的设施设备清单。具体见附件 2。

无需选手自带工具设备。禁止选手携带具有或者可能具有通讯功能的设备进入赛场。赛场配发的各类工具、材料，选手一律不得带出赛场。

六、安全、健康要求

1. 比赛场地应具有良好的照明和通风设备，要有安全疏散通道；配备完备的灭火等应急处理设施。张贴安全操作流程。

2. 健康需求及应急救护明确规定；以及明确的现场紧急疏散指示图。

3. 所有的操作物品符合安全要求，参赛者应保持赛区场地卫生，无任何遗留物品影响后续选手的比赛。

4. 在比赛过程中，参赛选手应严格遵守相关专业操作规程，符合安全文明要求。

七、其他

- (一) 本技术文件适用于本次竞赛整理收纳师赛项。
- (二) 本技术文件的最终解释权归竞赛赛组委会技术组。
- (三) 赛前公布的样题仅供参赛选手参考，实际竞赛以现场公布的竞赛题目为准。

2023 年河南省家政服务业职业技能竞赛 养老护理员赛项技能操作样题

模块一基础照护：使用心肺复苏技术实施急救

【情境案例】

王阿娇，女，67 岁，退休干部，现居住于阳光苑小区 1 号楼 1 单元 110 室。她患有高血压 30 年，心脏病 20 年，和家人发生口角后，跌倒在地，意识丧失，面色苍白，伴有全身的抽搐，瞳孔散大，大小便失禁。

【任务说明】

您作为王奶奶的养老护理员，需要为王奶奶实施紧急心肺复苏。

要求参赛选手能对心脏骤停人士采取必要的应对措施。具备心肺复苏术基本知识和胸外心脏按压、人工呼吸的基本知识，掌握危重病人观察方法。

【任务要求】

1. 评估判断意识
2. 立即呼救，寻求他人帮助
3. 评估病人呼吸，报告颈动脉搏动及自主呼吸消失的时间，报告立即抢救时间
4. 报告意识丧失及时间
5. 动作标准迅速，方法流程正确，掌握有效指征。2 分钟内完成 5 个 30:2 循环操作后，口述心肺复苏有效指征

6. 完成实操任务要考虑:

1) 工作准备

养老护理人员操作前应介绍情境及任务要求,并从自身仪容仪表、环境、物品及标准化照护对象(病患)四个方面做好操作前的准备工作。

2) 判断评估

判断意识:轻拍重唤,轻拍病人双肩并大声呼喊,两侧呼叫,没反应即报告意识丧失及时间;立即呼救,寻求他人帮助。

3) 实施过程

动作标准迅速,方法流程正确,掌握有效指征。2分钟内完成5个30:2循环操作后,口述心肺复苏有效指征准确记录等。

4) 综合评价

口述心肺复苏有效指征:

1. 可触及颈动脉搏动。
2. 面色由紫绀变为红润。
3. 瞳孔由大变小。
4. 睫毛和对光反射恢复、眼球四肢有活动表现。
5. 出现自主呼吸。

【评分标准】

1. 【使用心肺复苏技术实施急救】

序号	考核内容	配分	考核要点	评分标准	得分
1	准备工作	3	1. 简述工作情境及任务要求。(0.5) 2.1 环境准备: ①环境干净、整洁;(0.5) ②空气清新、无异味。(0.5)	未简述要求及任务 0.5分 未评估环境扣0.5分 护理员着装不规范	

			2.2 养老护理人员准备: ①着装整齐;(0.5) ②用七步洗手法洗净并温暖双手,无戒指、长指甲,未涂指甲油。(1)	扣0.5分 未洗手扣0.5分 未做个人准备扣0.5分	
		1	2.3 物品准备:记录单、笔、免洗洗手液。(1)	物品准备少一项扣0.5分,扣完为止	
2	判断评估	4	3. 判断评估 3.1 判断意识:轻拍重唤,轻拍病人双肩并大声呼喊,两侧呼叫。没反应即报告意识丧失及时间。(1) 3.2 判断病人颈动脉搏动:救助者食指和中指指尖触及病人气管正中部(相当于喉结的部位),沿此水平滑至(约旁开两指)与胸锁乳突肌前缘交界的凹陷处。(1.5) 3.3 判断呼吸:在判断颈动脉搏动同时观察胸廓,有无呼吸活动。判断时间6-10秒。报告颈动脉搏动及自主呼吸消失的时间,报告立即抢救时间。(1.5)	少一项判断扣除相应配分	
		1	3.4 求助:立即呼救,寻求他人帮助。(0.5) 3.5 摆体位:将病人放仰卧位,解开衣领、腰带,暴露胸部。(0.5)	未求助扣0.5分 未摆体位扣0.5分	
3	实施过程	22	4 胸外心脏按压 4.1 按压部位:两乳头连线中点即胸骨中下三分之一。(2) 4.2 按压手法:一手掌根放于按压部位,一手交叉按于其上,双臂位于胸骨的正上方,双肘关节伸直,利用上身重量垂直下压。胸外按压时,肩、肘、腕在一条直线上,并与老年人身体长轴垂直。按压时,手掌掌根不能离开胸壁。(3) 4.3 按压幅度:使胸骨下陷5-6厘米,而后迅速放松,	实施过程每少做或做错一个环节扣除相应配分	

		<p>反复进行 (2)。</p> <p>4.4 按压时间: 放松时间=1:1 (2)。</p> <p>4.5 按压频率: 100-120 次/分, 按压时读数从 01、02、至 10, 25 至 30 下要读出声音来, 11 至 24 可以默读 (3)</p> <p>4.6 胸外按压: 人工呼吸 =30:2 (2)。</p> <p>5 打开气道</p> <p>5.1 将老年人头偏向一侧, 以清理其呼吸道及口腔内异物, 恢复体位仰头抬颌法开放气道, 左手置于老年人前额向后加压使其仰头, 食、中指于下颌外的下颌骨上, 使颈部上举, 使耳垂、下颌角与床面垂直, 勿压迫颌下软组织, 以免压迫气道 (3)</p> <p>6 口对口人工呼吸</p> <p>6.1 口对口人工呼吸: 救助者以置于老年人前额的拇指与食指捏闭鼻孔, 深吸气, 用口包住老年人的口吹气, 确保看到胸廓抬起即可, 送气时间为 1 秒, 呼气时松开。连续吹 2 次 (3)</p>		
		<p>7. 整理用物</p> <p>7.1. 分类整理用物, 归位 (0.5)。</p> <p>7.2. 为老年人整理衣服, 将头部偏向一侧 (0.5)。</p> <p>7.3. 向裁判报告抢救时间、效果、老年人的反应、抢救结束时间等 (1)。</p>	<p>未整理用物扣0.5分</p> <p>未整理老年人衣物扣0.5分</p> <p>未报告扣1分</p>	
4	总体评价	<p>4</p> <p>动作标准迅速, 方法流程正确, 掌握有效指征。</p> <p>2 分钟内完成 5 个 30:2 循环操作后, 口述心肺复苏有效指征:</p> <p>1. 可触及颈动脉搏动 (0.5)。</p>	<p>心肺复苏有效指征少一项扣相应分值</p>	

			<p>2. 面色由紫绀变为红 (0.5)。</p> <p>3. 瞳孔由大变小 (0.5)。</p> <p>4. 睫毛和对光反射恢复、眼球四肢有活动表现 (1)。</p> <p>5. 出现自主呼吸 (0.5)。</p> <p>向裁判报告：“心肺复苏成功”。如未恢复，继续上述操作，直至医护人员的到来。</p> <p>(1)</p>		
5	总分	35			

模块二康复服务：协助老年人床椅转移训练

【情境案例】

张国军，男，78岁，三个月前因脑卒中致右侧偏瘫去医院治疗，目前已经从医院转到养老院，住在一楼102房间1床，他右侧不便，需要使用轮椅协助活动，能够完成一些基本的生活活动，张国军曾经是一位公交车司机，特别爱干净，妻子在一年前去世，有一对儿女，但是由于工作忙，只能一个月来探望他一次，平时有养老护理员来照顾他的日常生活最近一段时间子女没来看望，张爷爷情绪不稳，爱发脾气。

【任务说明】

您作为张爷爷的养老护理员，请协助张爷爷从床上转移到轮椅活动。

要求参赛选手用语言和非语言方式疏导不良情绪或鼓励、表扬老年人，增强老年人提高生活能力的信心，将沟通交流、安全照护、心理支持、人文关怀、职业安全与保护等贯穿于照护服务全过程中。

【任务要求】

1. 确定老年人目前存在的主要健康问题及照护技能
2. 依据场景完成实操任务
3. 阅读试题及物品准备1分钟
4. 完成综合实操任务要考虑：
 - 1) 工作准备

养老护理人员操作前应介绍情境及任务要求，并从自身仪容

仪表、环境、物品及标准化照护对象（老年人）四个方面做好操作前的准备工作。

2) 沟通评估

养老护理人员在操作前应向标准化照护对象（老年人）征求意见，进行操作目的、方法、注意事项等告知，并采用沟通、观察、量表或器械等方式进行健康评估。沟通与交流贯穿于整个操作过程。

3) 实施过程

养老护理人员操作中应“以老人为中心”，体现人文关怀，操作规范；操作后应做到为老年人取舒适体位，整理床单位及用物，洗手并准确记录等。注意事项在与标准化照护对象（老年人）沟通及实施过程中体现，不作单独口述；根据设定情境案例及任务要求下，最大限度进行实操。

4) 综合评价

养老护理人员应对标准化照护对象（老年人）做到安全防护、隐私保护、健康教育、沟通交流、人文关怀、感染防护、职业安全与保护等，并注意自身劳动防护。

【评分标准】

2. 【协助老年人床椅转移训练】

序号	考核内容	配分	考核要点	评分标准	得分
1	准备工作	1	1.1 简述工作情境及任务要求	未简述要求及任务1分	
		1	2.1 环境准备: ①室内干净整洁, 无异味; ②温湿度适宜;	未评估环境扣1分 未评估温湿度扣1分	
		3	2.2 养老护理人员准备: ①着装整齐; ②用七步洗手法洗净并温暖双手, 无戒指、长指甲, 未涂指甲油。 2.3 物品准备: 轮椅、治疗车、小毛毯、靠背垫、大软枕、记录单、笔、免洗洗手液、必要时备水杯和小毛巾。	护理员着装不规范扣1分 护理员未洗手扣1分 物品准备少一项扣0.5分, 扣完为止	
2	沟通评估	3	3 使用轮椅转运老年人 3.1 沟通: ①护理员轻声敲门 ②携用物至老年人床旁, 护理员站在老年人床前, 身体前倾, 面带微笑。 ③核对老年人信息 ④向老年人说明使用轮椅外出活动的目的, 取得老年人的配合, 询问老年人是否需要如厕。	未敲门扣1分 未向老年人解释扣1分 未核对老人姓名扣1分 未询问老年人如厕扣1分	
		2	3.2 评估: ①评估老年人身体情况。 ②评估老年人自理程度。 ③评估老年人肢体活动能力。	少评估一项扣1分, 扣完为止	
3	检查轮椅	4	3.3 检查轮椅: ①打开轮椅, 刹车固定, 检查手把、扶手是否完好。 ②检查坐垫、靠背是否完好。 ③检查车轮充气是否充足。 ④检查脚踏板是否完好。 ⑤检查安全带是否完好。	未固定刹车扣1分 少检查一项扣0.5分, 扣完为止	

4	实施过程	16	<p>3.4 从床上向轮椅转移:</p> <p>①根据健侧转移,将轮椅摆于合适位置;轮椅与床边呈 30-45 度夹角。</p> <p>②固定轮椅,脚踏板向上抬起。</p> <p>③养老护理人员协助老年人从床上坐起。</p> <p>④嘱老年人健手扶住护理员颈肩部。</p> <p>⑤养老护理人员两腿呈弓步,用单膝抵住老年人患肢,双手环抱老年人或提拉老年人裤腰带。</p> <p>⑥嘱老年人身体前倾靠近护理员,护理员以自己的身体为轴转动,将老年人移至轮椅上。</p> <p>⑦嘱老年人健手扶好轮椅扶手,护理员绕到轮椅后方,两臂从老年人腋下伸入,将老年人身体向椅背后移动,使身体坐满轮椅座位,背部放靠背垫。</p> <p>⑧为老年人系好安全带,协助老年人将双脚放于脚踏板上。</p> <p>⑨养老护理人员为老年人盖大小毛毯,双腿上放一大软枕支托患侧上肢,必要时携带水杯、小毛巾。</p> <p>3.5 轮椅上下坡(模拟):</p> <p>①上坡时,嘱老年人靠后坐稳,护理员两臂保持屈曲,身体前倾,两腿呈弓步,平稳向上推。</p> <p>②下坡时,要采用倒车下坡方法,护理员嘱老年人抓紧轮椅两侧扶手,缓慢倒退行走,保证老年人安全。</p> <p>3.6 轮椅上下台阶(模拟):</p> <p>①上台阶时,护理员脚踩轮椅后侧杠杆,抬起前轮,以两后轮为支点,使前轮翘起移上台阶,再以两前轮为支点,带起后轮,平稳移上台阶。</p> <p>②下台阶时,要采用倒退下台阶方法,护理员嘱老年人抓紧轮椅两侧扶手,提起车把,缓慢地将</p>	一项不符合扣1分,扣完为止	
---	------	----	--	---------------	--

			<p>轮椅后轮移到台阶下，再以两后轮为支点，稍稍翘起前轮，轻拖轮椅前轮移到台阶下。</p> <p>3.7 轮椅上下电梯（模拟）： ①上下电梯时，平稳安全进出，注意拉紧轮椅车闸。 ②转移过程中应随时询问老年人身体有无不适，如有不适应就近休息，立即通知医护人员。</p> <p>3.8 活动结束： ①轮椅转移完毕，固定轮椅手刹，了解老年人感受，询问有无其他需求。 ②协助老年人取轮椅舒适体位。</p>		
5	整理记录	2	<p>3.9 整理用物： ①处理用物。 ②对用物进行感染防护处置</p> <p>3.10 洗手记录： ①养老护理人员用七步洗手法洗净双手。 ②记录：轮椅转运过程中老年人身体有无不适。</p>	一项不符合扣0.5分，扣完为止	
6	总体评价	3	<p>4.1 沟通交流：态度和蔼；言语通俗易懂、礼貌、亲切；语速适中。</p> <p>4.2 安全照护：操作动作轻柔、准确、熟练、安全。</p> <p>4.3 心理支持：用语言和肢体语言疏导不良情绪及时给予鼓励和表扬。</p> <p>4.4 人文关怀：体现对老年人的尊重。</p> <p>4.5 职业安全与保护：体现节力与劳动保护。</p>	一项不符合扣0.5分，扣完为止	
7	总分	35			

模块三心理支持：阿尔茨海默症——认知训练

【情境案例】

张奶奶，73岁，和女儿生活在一起，一年前女儿发现张奶奶总是丢三落四，找不到东西，偶尔还会迷路，被诊断为阿尔茨海默症。女儿平时工作比较忙，请了一位养老护理员对母亲进行心理支持、康复支持，作为养老护理员将为张奶奶进行认知能力训练照护。

【任务说明】

您作为张奶奶的养老护理员，请指导张奶奶进行认知训练。

要求参赛选手用语言和非语言方式疏导不良情绪或鼓励、表扬老年人，增强老年人提高生活能力的信心，将沟通交流、安全照护、心理支持、人文关怀、职业安全与保护等贯穿于照护服务全过程中。

【任务要求】

1. 确定老年人目前存在的主要健康问题及照护技能
2. 依据场景完成实操任务
3. 阅读试题及物品准备 1 分钟
4. 完成综合实操任务要考虑：
 - 1) 工作准备

养老护理人员操作前应介绍情境及任务要求，并从自身仪容仪表、环境、物品及标准化照护对象（老年人）四个方面做好操作前的准备工作。

2) 沟通评估

养老护理人员在操作前应向标准化照护对象(老年人)征求意见,进行操作目的、方法、注意事项等告知,并采用沟通、观察、量表或器械等方式进行健康评估。沟通与交流贯穿于整个操作过程。

3) 实施过程

养老护理人员操作中应“以老人为中心”,体现人文关怀,操作规范;操作后应做到为老年人取舒适体位,整理床单位及用物,洗手并准确记录等。注意事项在与标准化照护对象(老年人)沟通及实施过程中体现,不作单独口述;根据设定情境案例及任务要求下,最大限度进行实操。

4) 综合评价

养老护理人员应对标准化照护对象(老年人)做到安全防护、隐私保护、健康教育、沟通交流、人文关怀、感染防护、职业安全与保护等,并注意自身劳动防护。

【评分标准】

3. 【阿尔茨海默症——认知训练】

序号	考核内容	配分	考核要点	评分标准
1	自身准备	2	着装整洁,指甲已修剪,洗手(七步洗手法),戴口罩。	着装不合格扣 0.5 分 指甲未修剪扣 0.5 分 洗手不规范扣 0.5 分 未戴口罩扣 0.5 分
2	环境准备	2	环境明亮且宽敞,移开障碍物,消除安全隐患。	未移除障碍物扣 1 分 室内光线昏暗扣 1 分

3	用物准备	2	记录单、笔、免洗洗手液、积木、彩色贴纸、手表、手机等认知训练物品。	未备齐物品扣1分 未检查手消毒液有效期扣1分
4	核对信息	2	1. 护理员轻声敲门，携用物至老年人房间，核对老年人信息，如家庭住址、姓名； 2. 护理员站在老年人身边，适宜的姿态，面带微笑与老年人交流； 3. 向老年人解释前来的目的，取得老年人的配合。	未反问式核对扣0.5分 未使用礼貌用语扣0.5分 未介绍操作目的扣0.5分 未介绍配合要点扣0.5分
5	一般评估	2	评估老年人的感受、身体情况、认知功能、肢体活动能力，至少两项。	未评估扣2分
6	记忆训练	5	1. 护理员讲解训练方法和操作步骤，确保老年人能听懂； 2. 给老年人看几件物品，如苹果、手机、钢笔、积木等，然后马上收起来，让他回忆刚才看到了什么，物品的数量可由少到多，逐渐增加，观看的时间可由长到短； 3. 给予老年人鼓励，如果老年人说不出来，可采用分类提示或多选提示，帮助老年人记忆； 4. 观察老年人非语言的反应，如表情和手势，确定老年人的反馈后再进行下一步。	未讲解训练方法和步骤，扣1分 未正确进行回忆训练，扣3分 未鼓励老年人扣0.5分 未观察老年人反应扣0.5分
7	计算训练	5	1. 护理员讲解训练方法和操作步骤，确保老年人能听懂； 2. 将积木分成两堆，让老年人比较哪堆多、哪堆少；或让老年人进行简单的数字计算，从十以内开始，至少训练两次。二选一进行训练； 3. 观察老年人非语言的反应，如表情和手势，确定老年人的反馈后再进行下一步。	未讲解训练方法和步骤，扣1分 未正确进行计算训练，扣3分 未观察老年人反应扣1分
8	思维训练	5	1. 护理员讲解训练方法和操作步骤，确保老年人能听懂； 2. 设计有趣的智力游戏，如按图纸粘贴图画；或按图纸搭积木可以训练老年人的逻辑联想能力；或用生活中常用的图画卡片，让老年人将动物、植物、生活用品等分开归类能训练老年人的分析和综合能力。三选一进行训练； 3. 观察老年人非语言的反应，如表情和手势，确定老年人的反馈后再进行下一步。	未讲解训练方法和步骤，扣1分 未正确进行思维训练，扣3分 未观察老年人反应扣1分

9	整理记录	3	1. 询问老年人有无别的需求; 2. 协助老年人取舒适体位; 3. 处理用物; 4. 规范洗手; 5. 记录老年人身体状态、认知功能训练的完成情况、过程中老年人有无不适(口述)。	未询问需求扣 0.5 分 未协助取舒适体位扣 0.5 分 未处理用物扣 0.5 分 未洗手扣 0.5 分 未规范记录扣 1 分
10	总体评价	2	1. 操作熟练, 动作轻巧, 符合操作流程及要点说明。 2. 关心体贴老年人, 沟通良好, 体位舒适。	不符合操作流程扣 1 分 未体现人文关怀扣 1 分
	合计	30		

设施设备清单

一、场景设施清单					
序号	名称	规格	单位	数量	备注
1	护理床	120*200CM	张	3	基础、康复、心理 均可用
2	床头柜	家用	个	3	基础、康复、心理 均可用
3	床旁椅	普通	把	3	基础、康复、心理 均可用
4	床垫、床单、被子、 被套、枕头	与床配套	套	3	基础、康复、心理 均可用
5	靠枕	45cm*45cm	个	6	基础、康复、心理 均可用
6	轮椅	加厚铝合金	辆	3	基础、康复、心理 均可用
7	居家拖鞋（男）	42-45 码	双	4	基础、康复、心理 均可用
8	居家拖鞋（女）	38-40 码	双	4	基础、康复、心理 均可用
9	操作备物台	150*60*85cm	个	4	基础、康复、心理 均可用
10	医疗垃圾桶	生活用	个	6	基础、康复、心理 均可用
11	护理车	90*45*86cm	辆	6	基础、康复、心理 均可用
12	记录笔	黑色 0.5m	支	60	根据考生数量适 当准备
13	记录单	20X30CM	个	180	根据考生数量适 当准备
14	免洗手消毒液	500 毫升	瓶	6	根据考生数量适 当准备
15	护理表		个	6	
二、基础照护设备清单					
序号	名称	规格	单位	数量	备注

1	护理床	医用可摇起床头	1 张		
2	塑料地垫	180 cm x 180 cm	1 张		
3	床单	单人	1 条		
4	枕头		1 个		
5	枕巾		1 条		
6	棉被		1 床		
7	复苏板		1 个		
8	脚凳		1 个		
9	弯盘		1 个		
10	纱布		10 包		每人次 2 块
11	秒表	计时用（带秒针）	1 个		
12	碳素笔	记录用	1 支		
13	记录单		1 份		
14	记录夹		1 个		
15	高级心肺复苏模拟人		1 套		
16	消毒液		1 瓶		
17	消毒纸巾		1 包		

三、康复服务设备物品清单

序号	名称	规格	单位	数量	备注
1	治疗车（含黑色、黄色垃圾袋）		辆	2	
2	小毛毯		个	2	
3	靠背垫		个	1	

4	大软枕		个	2	
5	水杯		个	1	
6	小毛巾		条	6	

四、心理支持设备物品清单

序号	名称	规格	单位	数量	备注 1
1	积木			4	
2	彩色贴纸			4	
3	手表		块	1	
4	手机		部	1	
5	软枕		个	3	场景内使用
6	免洗手消毒液	300ml	瓶	6	
7	一次性抽纸巾	3 层*150 抽	包	6	
8	认知训练卡片	数字、水果、蔬菜、 动物	套	6	
		书本等			

附件 3

2023 年河南省家政服务业职业技能竞赛

养老护理员赛项理论知识竞赛样题

第一部分 单选题（共 140 道）

一、职业道德 5%（7 道）

1. 道德帮助人们培养良好的道德意识、道德品质，打造良好的（ C ），引导人们树立正确的观念，营造良好和谐的社会氛围。

- A. 学习行为
- B. 道德行为
- C. 职业行为
- D. 技能行为

2. 养老护理员的工作是社会分工的一部分。面对社会的需要，养老护理员应该在肯定（ C ）的基础上为社会服务。

- A. 社会利益与老年人利益
- B. 个人利益与集体利益
- C. 社会利益与个人利益
- D. 老人利益与机构利益

3. 敬业是一种美德，乐业是一种境界。”只有爱岗才能敬业，同时爱岗敬业也是（ C ）的具体体现。

- A. 服务第一
- B. 以人为本
- C. 建章立制
- D. 遵纪守法

4. 职业道德是衡量个人行为 and （ C ）的基本标准。

- A. 气质
- B. 品德
- C. 品质
- D. 素质

5. 社会主义道德是以社会公德、职业道德、家庭美德、个人品德等具体

形式体现的，家政服务员不是（ D ）的人员。

- A. 料理家务
- B. 照护家庭成员
- C. 管理家庭事务
- D. 管理家庭成员

6. 评价道德的唯一标准是（ C ）。

- A. 伦理
- B. 美德
- C. 实践
- D. 信仰

7. 职业道德就是人们在从事职业活动范围内所遵守的（ A ）的总和。

- A. 行为规范
- B. 实践经验
- C. 工作准则
- D. 社会关系

二、基础知识 15%（21 道）

8. 养老护理员择业基本方法中不包括（ D ）。

- A. 通过劳务市场择业
- B. 通过亲朋同乡择
- C. 通过劳务信息择业
- D. 非法的劳务输出渠道

9. 选择雇主首先是对（ A ）的选择，选择工作一定要扬长避短。

- A. 工作内容
- B. 工资待遇
- C. 工作条件
- D. 雇主的社会地位

10. 当雇主在室内时，养老护理员如需进入房间应（ C ）。

- A. 主动轻声进入
- B. 敲门后直接进入
- C. 先敲门得到同意后进入
- D. 直接进入

11. 养老护理员不应该负担的家庭管理项目是（ D ）。

- A. 经济管理
- B. 家务管理
- C. 生活管理
- D. 安全管理

12. 受雇于某一个家庭，完成某种工作是（ D ）双方事先的约定。

- A. 见面
- B. 交谈
- C. 买卖
- D. 雇佣

13. 清洁可以达到的目的是（ D ）。

- A. 杀灭所有细菌
- B. 灭所有病原微生物
- C. 杀灭所有病毒
- D. 清除体表微生物及其污垢

14. 引起压疮最常见的原因是（ D ）。

- A. 高血压病
- B. 心脏病
- C. 骨质疏松症
- D. 全身营养不良

15. 脉率正常范围，为每分钟（ B ）次。

- A. 60-80
- B. 60-100
- C. 70-100
- D. 80-100

16. 发生霉菌感染时，可用（ D ）进行行漱口。

- A. 生理盐水
- B. 0.1%醋酸溶液
- C. 1%-3%双氧水
- D. 1%~4%碳酸氢钠溶液

17. 老年人消化系统功能降低，饮食护理应注意（ C ）。

- A. 想吃就吃、随时供应
- B. 少吃主食、以鱼肉为主
- C. 食品多样、控制食量
- D. 进食速度快、避免冷饭

18. 养老护理员的着装要求不包括必须（ C ）。

- A. 干净整齐
- B. 色彩淡雅
- C. 佩戴饰物
- D. 鞋袜轻便

19. 居家护理中，老年人居住的房间应该（ C ）。

- A. 选择高楼利于爬楼梯锻炼身体
- B. 冬天房间不要开窗避免受凉
- C. 选择向阳、通风、安静的房间
- D. 老年人的房间里可以多养花

20. 患痛风的老年人应控制的食物是 (C)。

- A. 青菜
- B. 马铃薯
- C. 鱼虾
- D. 牛奶

21. 预防糖尿病老年人足部并发症的照料方法有 (A)。

- A. 穿着大小合适柔软的鞋
- B. 每天晚上用冷水洗脚
- C. 每 4h 足底按摩一次
- D. 每日用护肤品擦拭足部

22. 脑梗塞多发生在老年人 (B) 时。

- A. 情绪激动
- B. 休息或睡眠
- C. 中午进餐
- D. 与人交流

23. 压疮的易发人群是 (A)。

- A. 肥胖老年人，过高的体重造成骨隆突处承受较大的压力
- B. 患有高血压病的老年人
- C. 患有糖尿病的老年人
- D. 患有脑血管病的老年人

24. 养老护理员在自己的工作和生活中增强法制观念，遵守法律规定，履行法律义务，杜绝 (B)。

- A. 违犯纪律行为
- B. 违法犯罪行为
- C. 消极怠工行为
- D. 浪费能源行为

25. 对老年人进行皮肤护理的要点主要包括 (B)。

- A. 经常用碱性皂液洗浴
- B. 保持良好的清洁状态
- C. 多饮咖啡
- D. 每天饮水 2 大杯

26. 为老年人实施胸外按压时，其抢救者的双肘要伸直，肩、手臂垂直于老年人胸部并用力向下压，使胸部下陷 (C)。

- A. 1-2cm
- B. 2-4cm
- C. 4-5cm
- D. 5-6cm

27. 为老年人实施胸外按压时，其按压的正确部位 (A)。

- A. 胸骨体中 1/3 与下 1/3 交界处
- B. 胸骨体上 1/3 与上 1/3 交界处
- C. 胸骨体下 1/3 与下 1/3 交界处
- D. 胸骨体上 1/3 与中 1/3 交界处

28. 为老年人进行坐位洗头时 (B)。

- A. 水温为 20℃ -30℃
- B. 操作中要随时观察老人反应
- C. 整理用物后，再擦干老人头发
- D. 室温为 18℃ -20℃

三、基础照护 35% (49 道)

29. 失智老年人原本会做但现在不会做的事情，可以先提醒他，带着他做，必要时才替他做，当老年人拒绝时，勿勉强，先顺着他，稍后再尝试另一种方式，这体现了失智老年人照护原则中的 (B)。

- A. 因人施护原则
- B. 功能维护及促进原则
- C. 尊重原则
- D. 安全原则

30. (D) 的老年人禁用冷疗。

- A. 扁桃体手术后
- B. 牙痛
- C. 急性踝关节扭伤
- D. 诊断不明的急腹症

31. 下列不是老年人生理睡眠特点的是 (A)。

- A. 浅睡眠期减少, 而深睡眠期增多
- B. 夜间睡眠容易变得断断续续
- C. 睡眠时间缩短
- D. 早睡早起

32. 对老年人食用治疗饮食的依从性, 说法错误的是 (D)。

- A. 完全执行即完全依从
- B. 自行增加即部分依从
- C. 不执行医嘱者即完全不依从
- D. 自行减量即半依从

33. 为偏瘫老人测脉搏时应选择 (A)。

- A. 健侧肢体
- B. 患侧肢体
- C. 左侧肢体
- D. 右侧肢体

34. 呼吸衰竭病人的病房温度在 (C) 为宜。

- A. 10-15℃
- B. 15-18℃
- C. 18-22℃
- D. 22-25℃

35. 导致老年人药物吞咽困难的常见病是 (B)。

- A. 冠心病
- B. 脑卒中
- C. 糖尿病
- D. 骨质疏松

36. 老年人生活能力观察包括 (A)。

- A. 户外活动
- B. 计算能力
- C. 表达能力
- D. 交流能力

37. 老年人心绞痛发作时,首先要做的事情是 (C)。
- A. 报告医生和护士 B. 护送老年人去医务室
C. 停止所有的活动 D. 通知家属前来看望
38. (C) 的老年人不宜使用热水坐浴。
- A. 外阴部充血 B. 痔疮手术后
C. 急性盆腔炎 D. 肛裂感染
39. 糖尿病老年人伴酸中毒时的尿液呈 (B)。
- A. 硫化氢味 B. 烂苹果味
C. 粪臭味 D. 氨臭味
40. 为昏迷老年人使用热水袋时,水温不可超过 50℃ 的原因是 (C)。
- A. 老年人的血管反应敏感
B. 老年人的皮肤软弱,抵抗力低
C. 老年人局部感觉迟钝,容易发生烫伤
D. 老年人对热特别敏感
41. 对尿杯和便器进行浸泡消毒时,必须将其盖子打开、完全浸没在消毒液中,一般浸泡消毒时间为 (B)。
- A. 50min B. 30min
C. 20min D. 40min
42. 日常生活依赖扶手、拐杖、轮椅和升降等设施的老年人称为 (B)。
- A. 介护老年人 B. 介助老年人
C. 残疾人 D. 生活不能自理老年人
43. 对老年人居室进行紫外线消毒的步骤包括: a. 携用物至床旁 b. 工作准

备 c. 连接电源 d. 记录登记 e. 整理用物 f. 打开开关消毒, 正确排序是 (B)。

A. b-a-c-f-d-e

B. b-a-c-f-e-d

C. a-b-c-d-e-f

D. a-b-c-f-e-d

44. 加压包扎止血可引起 (A) 的不良后果。

A. 加重组织坏死, 肢体残废

B. 肝硬化

C. 胃癌

D. 骨折

45. 为老年人床上擦浴, 擦洗背部时的方法为 (D)。

A. 由老年人肩颈部向下沿脊柱擦至腰部, 再环形向下擦洗背部一侧

B. 由老年人肩颈部向下沿脊柱擦至腰部, 再螺旋向下擦洗背部一侧

C. 由老年人腰部沿脊柱向上擦至肩颈部, 再环形向下擦洗背部一侧

D. 由老年人腰部沿脊柱向上擦至肩颈部, 再螺旋向下擦洗背部一侧

46. 老年人多尿是指一天内尿量超过 (A)。

A. 2500ml

B. 1500ml

C. 1000ml

D. 3500ml

47. 改变老年人不良饮食习惯, 是保证老年人身体健康, 延长寿命, 提高生活质量的 (C)。

A. 全部条件

B. 根本条件

C. 前提条件

D. 有效条件

48. 老年人采取仰卧位时, 最容易出现压疮的部位是 (C)。

A. 耳廓

B. 髓部

C. 骶尾部

D. 内脏

49. 为老年人实施心肺复苏时，人工呼吸和胸外按压必须同时进行，可由1人单独完成，也可由两人同时操作完成按压与吹气的正确比例是(D)。

- A. 4: 1
- B. 15: 3
- C. 15: 1
- D. 30: 2

50. 口腔护理时，发现老年人口腔干裂可涂擦(D)。

- A. 龙胆紫
- B. 碘酒
- C. 酒精
- D. 石蜡油

51. 假牙进行清洁时，其正确的方法是(D)。

- A. 饭前应取下假牙进行清洗
- B. 假牙取下后用自来水冲洗即可
- C. 假牙可放在酒精中消毒保存
- D. 睡前取下假牙并放于清洁冷水中保存

52. 对失眠老年人进行照料时，养老护理员应叮嘱老年人要注意晚饭食用的饮食(C)。

- A. 油炸易消化
- B. 热量高
- C. 清淡易消化
- D. 脂肪高

53. 下列不符合慢性病表现的是(D)。

- A. 面色苍白，精神萎靡
- B. 消瘦无力
- C. 双目无神
- D. 呼吸粗大，皮肤发热

54. 维持老年人身体健康所需要的睡眠时间因人而异，70岁以上的老年人其睡眠时间有所回升，平均每日睡眠时间(B)。

- A. 6. 6h
- B. 7. 6h

C. 8. 6h

D. 9. 6h

55. 急性病容的表现为 (A)。

A. 两颊潮红

B. 面色苍白, 精神萎靡

C. 口唇干燥

D. 呼吸粗大, 皮肤发热

56. 心脏正常的起搏点是 (A)。

A. 窦房结

B. 房室结

C. 房室束

D. 室间隔

57. 为老年人梳头时, 养老护理员应做到 (B)。

A. 动作迅速、敏捷

B. 长发梳理时可由发梢逐渐梳至发根

C. 不易梳通时, 涂油脂

D. 头发纠集成团时要用力梳通

58. 为老年人选择衣裤时, 应选择 (C)。

A. 防水衣裤

B. 绸缎衣裤

C. 合体的棉质衣裤

D. 厚重保暖的皮质衣裤

59. 供给心脏营养的血管是 (D) 动脉。

A. 桡动脉

B. 股动脉

C. 颈动脉

D. 冠状动脉

60. 为老年人实施绷带包扎四肢操作时, 包扎应从 (B) 端开始, 指(趾)要外露, 以便观察血液循环情况。

A. 近心

B. 远心

C. 无特殊要求

D. 伤残

指数评估，行走项评分为多少分（ D ）。

- A. 5 分
- B. 20 分
- C. 10 分
- D. 15 分

74. 长期卧床病人消化系统不会出现以下哪项变化（ C ）。

- A. 产生一定程度的高蛋白血症
- B. 胃肠蠕动减弱，胃食物排空的速率减慢
- C. 食物残渣在肠道停留时间过长
- D. 食量减少

75. 患者，男，20 岁，右手腕部被刀割伤 2 小时。查体：右手垂腕，垂指畸形，腕关节不能背伸，掌指关节不能伸直，手背桡侧感觉减退。临床考虑右手桡神经损伤，其康复治疗错误的是（ D ）。

- A. 配合超短波治疗消除局部炎症、水肿
- B. 右手腕关节固定于功能位
- C. 轻运动量开始的被动运动为主，患者出现主动运动时，应积极进行主动活动
- D. 开始即应进行主动活动的训练，以便早日康复

76. 脑卒中按 Brunnstrom 运动恢复阶段，其中 IV 期时脱离共同运动（痉挛减轻）包括（ A ）。

- A. 手触摸腰骶部
- B. 上肢外展 90 度前臂旋前旋后
- C. 联带运动达到高峰
- D. 软瘫无随意运动

77. 脑卒中患者典型的肌痉挛模式表现为（ A ）。

- A. 上肢屈肌痉挛下肢屈肌痉挛

- B. 上肢伸肌痉挛下肢屈肌痉挛
- C. 上肢屈肌痉挛下肢伸肌痉挛
- D. 上肢伸肌痉挛下肢伸肌痉挛

四、康复护理 15% (21 道)

78. 护理员带领老年人做健身康复操, 要先做好准备活动, 热身(C)左右。

- A. 0 分钟
- B. 0 分钟
- C. 1-5 分钟
- D. 5-10 分钟

79. 认知障碍老年人康复训练操最后步骤是 (C)。

- A. 评估老年人状况
- B. 制定训练方案
- C. 做好观察记录
- D. 征询老年人意见

80. 良肢位中患侧卧位摆放正确的是 (D)。

- A. 患侧下肢髋部屈曲, 微屈膝
- B. 将老年人患侧上肢向前平伸放在软枕上与身体呈 130°
- C. 肘关节尽量伸直, 手指张开, 手心向下
- D. 将老年人健侧下肢摆放成踏步姿势, 下垫软枕

81. 在指导压力性尿失禁老年人进行排空膀胱练习时口令正确的是(C)。

- A. 收缩 → 放松 - → 咳嗽 - → 终止
- B. 放松 → 收缩 → 咳嗽 → 终止
- C. 收缩 → 咳嗽 - → 放松 → 终止
- D. 放松 → 咳嗽 → 放松 → 终止

82. 带领认知障碍老年人康复训练过程中发现异常应 (A)。

- A. 立即停止
- B. 给予鼓励

- A. 增强脑卒中老年人的躯干控制能力
- B. 可提高上下肢肌力和平衡协调能力
- C. 不能为坐立及下床活动训练做准备
- D. 避免长期卧床导致骨质疏松加重等

89. 做智力测验前的准备工作不包括 (C)。

- A. 选择适当的地点
- B. 选择恰当的时间
- C. 选择老人休息前
- D. 选择老人心情愉快时

90. 健肺操对老年人的作用是 (A)。

- A. 加肺活量
- B. 加肌肉的力量
- C. 高骨骼的柔韧性
- D. 进四肢功能的康复

91. 对于智力障碍的老年人, 以下属于思维训练的是 (A)。

- A. 图纸搭积木
- B. 一串数字, 然后复述
- C. 筷子分成两堆, 比较哪堆多
- D. 录音带中的指示执行某个动作

92. 老年人做健身康复操时, 适宜的热身时间是 (C)。

- A. 1~2 分钟
- B. 3~5 分钟
- C. 10~15 分钟
- D. 20~30 分钟

93. 指导老年人做健肺操时, 对于每个动作, 宜重复进行的次数是 (C)。

- A. 1 次
- B. 2~3 次
- C. 5~8 次
- D. 10~15 次

94. 系扣辅具常用于 (A) 和手部精细动作失调者。

- A. 偏瘫
- B. 脑出血
- C. 小脑萎缩
- D. 脑梗塞

95. 老年人走路时的表现为起步慢，抬腿低，后渐快，越走越快，难以止步。称为（ B ）。

- A. 醉酒步态
- B. 慌张步态
- C. 划圈步态
- D. 剪刀步态

96. 将老年人从轮椅转移上床，首先应（ B ）。

- A. 护理员双膝抵住老年人的双膝
- B. 轮椅
- C. 护理员、老年人相互搂抱
- D. 上抬脚踏板

97. 看护老年人使用拐杖行走应（ B ）。

- A. 站在老年人身后
- B. 保持适当的距离
- C. 站在老年人右侧
- D. 老年人左侧

98. 护理员设计老年人手工活动需要考虑（ D ）。

- A. 难度比较大
- B. 活动要高雅
- C. 全体老年人都能参加
- D. 让老年人力所能及

五、心理支持 15%（21 道）

99. 临终老人最常见的心理问题是（ B ）。

- A. 自卑感
- B. 恐惧感
- C. 隔离感
- D. 落感

100. 属于老年人情绪变化的社会因素是（ B ）。

- A. 力不支
- B. 退休
- C. 记忆力下降
- D. 慢性病

101. 造成老年人的自卑心理的主要原因是 (A)。

- A. 社会工作和交流的减少
- B. 社会工作和交流的增多
- C. 知识量的增加
- D. 子女成家或外出工作

102. 以下不属于老年抑郁常见症状的是 (C)。

- A. 情绪低落
- B. 迟缓
- C. 意识混乱
- D. 记忆力减退

103. 以下不属于老年抑郁常见原因的是 (D)。

- A. 丧偶
- B. 离退休
- C. 身体患病
- D. 工作

104. 以下属于闭合式问题的是 (B)。

- A. “您今天的心情怎么样？”
- B. “您今天是不是心情不好？”
- C. “您今天心情为什么不好呀？”
- D. “您以前心情不好时是怎么处理的？”

105. 在对老年人进行心理疏导时，以下恰当的目光或面部表情是 (C)。

- A. 表情惊讶
- B. 东张西望
- C. 坦诚的微笑
- D. 瞟向手表

106. 在对老年人进行心理疏导时，不宜触摸的部位是 (B)。

- A. 手
- B. 头部
- C. 肩膀
- D. 后背

107. 关于老年人的心理保健，描述正确的是（ C ）。
- A. 少用脑的机会 B. 减少社会交往的机会
C. 寻找机会做力所能及的事 D. 回避衰老，采用补偿策略
108. 对老年人进行心理健康宣教时，环境温度宜调节（ C ）。
- A. 18~20 摄氏度 B. 20~22 摄氏度
C. 22~24 摄氏度 D. 24~26 摄氏度
109. 对于临终关怀来说（ C ）是实施临终关怀的首要条件。
- A. 沟通 B. 倾听
C. 死亡教育 D. 鼻饲饮食
110. 临终关怀的护理核心是（ C ）。
- A. 治疗 B. 照料
C. 关心 D. 慰藉
111. 对老年人进行心理疏导时，以下称呼不恰当的是（ D ）。
- A. 王老 B. 王阿姨
C. 奶 D. 16 床
112. 在对老年人进行心理疏导时，以下恰当的身体姿势是（ D ）。
- A. 搓手或拽衣领 B. 双臂交叉在胸前
C. 双手外摊并耸肩 D. 上半身微微前倾
113. 以下不属于老年人容易出现的情绪状态是（ D ）。
- A. 抑郁 B. 焦虑
C. 孤独 D. 欣快感
114. 肠造瘘术后的老年人常有（ A ）心理问题。

- A. 自卑
- B. 焦虑
- C. 烦躁
- D. 失眠

115. (D) 是一种无声的语言，是一种很有效的沟通方式。

- A. 眼神
- B. 手势
- C. 肢体语言
- D. 触摸

116. “为什么是我，这太不公平了”这句话提示临终老年人处在 (D) 期。

- A. 否认期
- B. 忧郁期
- C. 协议期
- D. 愤怒期

117. 老年人的矛盾心理主要表现在 (B)。

- A. 自信又自负
- B. 想独立又想依赖
- C. 感叹衰老并接受
- D. 自私且自我为中心

118. 老年人与心理问题有关的疾病不包括 (A)。

- A. 关节炎
- B. 癌症
- C. 冠心病
- D. 老年痴呆

119. 关于对老年人进行心理健康宣教，下列描述错误的是 (D)。

- A. 年人心理健康标准
- B. 老年人进行自身心理保健要点
- C. 老年人情绪方法
- D. 不对老年人家属进行宣教

六、培训指导 15% (21 道)

120. 培训效果分析的目的不包含是： (C)。

- A. 总结经验与教训
- B. 发现新的培训需求
- C. 杜绝员工流失现象
- D. 调整培训方法理论知识

121. 职业培训讲义，一般是根据某职业等级的（ C ）和已选定的教材、参考书籍及其他资料，针对培训需求，就某专业或某课题的主要讲授内容而编写的教学材料。

- A. 工种划分
- B. 等级划分
- C. 职业技能标准
- D. 标准划分

122. 讲义内容要依据培训大纲、针对主题和不同等级（ C ）编写。

- A. 要求
- B. 需要
- C. 职业标准
- D. 期望

123. 讲课及讲义要有（ D ），语言要简练、流畅、易懂，表达清楚明了。

- A. 先讲什么
- B. 后讲什么
- C. 自由发挥
- D. 条理性

124. 培训讲义内容主要根据（ A ）确定，可以针对某次培训的具体情况而特写。

- A. 拟讲授内容
- B. 试题
- C. 教师意图
- D. 学员要求

125. 讲义内容应满足（ C ）和培训指导要求，适应学员基础知识水平和接受能力。

- A. 字数
- B. 页码
- C. 职业等级标准
- D. 字体

126. 要充分考虑讲义内容的实用性、理论知识对实践的指导性、技能的

(A)。

- A. 可操作性
- B. 独创性
- C. 研究性
- D. 尖端性

127. 培训实施的关键环节设计不包括 (D)。

- A. 开场白和课堂结尾的设计
- B. 课堂提问方式的设计
- C. 语言的设计
- D. 学生实习方案的设计

128. 培训教案的编写应根据标准及培训教程, 根据评估, 研读有关培训教材的相关资料, 分析如何实现教学 (A)。

- A. 目标和设计教学的环节
- B. 标准和设计教学的环节
- C. 方法和设计教学的环节
- D. 授课和设计教学的环节

129. 对初级护理员进行基础知识培训时, 工作准备中任务评估内容不包括 (B)。

- A. 确定培训内容和培训对象
- B. 教师准备适宜的教材
- C. 目标定位和培训时间
- D. 培训地点与培训形式

130. 对初级养老护理员进行实践指导教师准备不包括 (C)。

- A. 课堂语言准备充分
- B. 服装整洁, 礼仪规范
- C. 提出教室建设意见
- D. 示范的关键动作规范

131. 培训教案编写不包括 (D)。

- A. 内容设计及讲义的编写
- B. 测试题的设计及编写
- C. PPT 演示的设计
- D. 标准教室的设计

132. 培训教案的设计前应评估 (D)。

- A. 教学方法
- B. 教学概述

C. 教材教义

D. 教学计划

140. 实践指导讲评时，教师对小组讨论情况进行点评，总结经验，(B)。

A. 分析存在的优点

B. 分析存在的不足

C. 分析存在的成绩

D. 分析存在的标准

第二部分 多项选择题 (共 20 道)

一、职业道德 5% (1 道)

141. 职业责任感的建立需要通过哪些途径实现 (ABCD)。

A. 强化职业观念

B. 强化岗位规章制度

C. 强调从业人员的岗位职责

D. 对从业人员的职业活动进行监管、评价

二、基础知识 15% (3 道)

142. 老年人基本饮食种类包括 (ABCD)。

A. 普通饮食

B. 软质饮食

C. 流质饮食

D. 半流质饮食

143. 为老年人更换纸尿裤时，正确的是 (BCD)。

A. 打开门窗，保持空气清新

B. 观察会阴部皮肤情况，避免发生尿布疹

C. 尿裤大腿内外侧边缘展平，防止侧漏

D. 注意观察排泄物的性质、量、颜色和气味

144. 造成压疮的力学机制中，主要包括 (ACD)。

A. 压力

B. 重力

C. 剪切力

D. 摩擦力

三、基础照护 35% (7 道)

145. 有义齿的老年人，义齿正确的处理方法是 (ABD)。

A. 进食后将义齿清洁干净

B. 晚上睡觉前将义齿清洁干净

C. 浸于热水中保存

D. 定期用专用清洁剂进行清洗

146. 老年人鼻饲适应症包括 (AB)。

A. 昏迷者

B. 吞咽困难者

C. 鼻息肉者

D. 食管静脉曲张者

147. 下列哪些关于尿失禁的健康指导措施是正确的 (ACD)。

A. 加强皮肤护理

B. 白天少饮水，以减少尿量

C. 酌情采取留置导尿

D. 训练膀胱功能

148. 以下哪些属于老年人睡眠障碍的表现形式 (ABC)。

A. 入睡困难

B. 睡眠浅

C. 多梦

D. 嗜睡

149. 下列关于老年人中暑的预防措施中，正确的是 (ACD)。

A. 保持室内通风良好，室温舒适

B. 增加活动强度，每日少饮水

C. 少食高油、高脂食物

D. 避免上午 10 时至下午 2 时外出

150. 照护人员小李为一位携带乙肝病毒的老年人进行口腔清洁时，应采取的预防措施是 (ABCD)。

A. 着装整洁

B. 操作前后洗手

C. 佩戴口罩

D. 戴手套进行操作

151. 关于清扫整理床单位的要求，正确的是（ ABCD ）。

A. 老年人每日晨起、午睡后，照护人员要进行床单位的清扫整理

B. 床铺表面要求做到平整、干燥、无渣屑

C. 扫床时，床刷要套上刷套进行清扫

D. 一床一套，不可混用

四、康复服务 15%(3 道)

152. 属于老年人口腔清洁观察要点的是（ ABC ）。

A. 口腔粘膜有无溃疡、疱疹 B. 口腔内有无口臭及特殊气味

C. 口唇有无干裂

D. 饮食习惯

153. 协助老年人漱口，正确的方法是（ BCD ）。

A. 水杯内盛 1/2 满漱口液

B. 协助老年人侧卧位或半坐卧位

C. 毛巾铺在老年人颌下及胸前部位

D. 反复多次直至口腔清洁

154. 老年人头发清洁的观察要点包含以下（ ABC ）。

A. 老年人头发的分布、浓密程度

B. 光泽度、颜色，有无虱子

C. 周围皮肤情况

D. 老年人心理状态

五、心理支持 15%（3 道）

155. 张大爷年轻时是大学教授，与他相处时不应选择哪种方式（ ABC ）。

- A. 用敬而远之的方式对待
- B. 尝试教他一些新的知识
- C. 从网上找些难题考考他
- D. 向他请教曾经讲过的知识

156. 王大娘听说原来的老朋友一个一个的离世，心理产生了很大的压力，作为护理员处理方法恰当的是（ ABD ）。

- A. 多说老年人身体很健康的恭维话
- B. 多讲老同事患有病，但是很长寿的例子
- C. 教育老年人生老病死天注定，多想也没用
- D. 多与老年人做一些娱乐活动，分散老年人注意

157. 老年人之间有冲突时，护理员不应该（ ABD ）。

- A. 帮助弱势一方
- B. 让老人自行解决
- C. 一视同仁
- D. 批评一方

六、培训指导 15%（3 道）

158. 用人单位为劳动者提供专项培训费用，对其进行专业技术培训并约定了服务期后，员工违反服务期约定后，按照约定以下描述错误的是（ BCD ）。

- A. 向用人单位支付违约金
- B. 不向用人单位支付违约金
- C. 向培训单位支付违约金
- D. 向员工支付违约金

159. 组织课堂讨论以下哪种方式是常用的（ ABC ）。

- A. 提问式讨论
- B. 案例式讨论
- C. 强化式讨论
- D. 公开式讨论

160. 实践指导的主要目的是加强学员动手的培养，引导学员进行自主性学

习和评价，常常通过（ ABC ）完成。

- A. 见习实践指导
- B. 实习实践指导
- C. 毕业实习指导
- D. 医院实习指导

第三部分 判断题（共 40 道）

一、职业道德 5%（2 道）

- 161.（ × ）养老护理员的技术好坏与老年人的安全关系不大。
- 162.（ √ ）在发生护患纠纷时，护理记录具有一定的法律证明效果。

二、基础知识 15%（6 道）

- 163.（ × ）为老年人扫床时，床刷外面要罩上干燥的布套，以避免损坏床刷。
- 164.（ × ）碘酊要密闭于瓶中存放，碘酊消毒后要用 95% 的乙醇脱碘。
- 165.（ √ ）一个正常的睡眠周期由正相睡眠和异相睡眠组成。
- 166.（ × ）乙醇具有挥发性及易燃性，应加盖保存在干燥通风处。
- 167.（ √ ）床铺的清扫要做到一人一布套。
- 168.（ × ）发现房间地面有血迹、粪便、体液等污物时，应先用洗衣粉处理后再进行清洁。

三、基础照护 35%（14 道）

- 169.（ √ ）碘伏可作皮肤消毒、餐具和玻璃类物品的消毒，当用于皮肤消毒时，不必用酒精脱碘。
- 170.（ √ ）冷敷可减轻局部组织充血或出血。
- 171.（ √ ）老年人进食时，突然出现面色苍白或紫绀，目光恐惧发直，不能说话，咳嗽、呼吸困难甚至窒息昏迷，说明老年人噎食，应立即采取

噎食的急救措施。

172. (✓) 老年人发生摔伤时,其处理的原则是:不要急于移动老年人,要迅速检查受伤部位并对受伤的局部进行简单的处理。

173. (×) 95%的乙醇可用于皮肤消毒,70%?75%乙醇可作燃烧灭菌用。

174. (×) 软组织挫伤或扭伤初期可使用热敷。

175. (×) 气温的变化对冠心病老年人没有太大影响。

176. (✓) 濒死是生命活动的最后阶段,即临终。

177. (✓) 气候寒冷可导致心肌缺血、缺氧。

178. (×) 排使用力常可导致血压下降。

179. (×) 高血压病老年患者要在服药后再进行体育运动。

180. (✓) 帮助老人穿开襟衣服时室温应该控制在 22-26℃。

181. (✓) 老人夜间躺卧后应经常巡视卧室,观察老人睡眠。

182. (×) 患糖尿病的老年人外出时需带含糖量低的水果。

四、康复服务 15% (6 道)

183. (✓) 舌下片是通过舌下黏膜或舌下腺直接吸收,起全身作用或在口腔中溶解覆盖在口腔黏膜上起作用的片剂。

184. (×) 对老年人摔伤表浅的伤口进行局部简单处理时,最好应用自来水冲净表面的污物,然后用碘酒消毒伤口皮肤,并予以包扎。

185. (✓) 更换体位时要考虑老年人身体状况,意识状态、肢体功能、有无疼痛等因素。

186. (✓) 养老护理员遇老年人消化道出血,在观察的同时应及时报告医生和护士。

187. (✓) 为卧床老年人更换被罩时,应注意避免遮住老年人口鼻。

188. (✓) 老年人睡眠特点睡眠时间缩短,夜间容易觉醒,深睡眠期减少。

三、心理支持 15% (6 道)

189. (✓) 老年人的袜子应以宽口的棉制品为宜。

190. (✓) 绝大多数肺心病是慢性支气管炎、支气管哮喘并发肺气肿的后果,因此积极防治这些疾病是避免肺心病发生的根本措施。

191. (✓) 传染的概念是人体同侵入的病原体相互作用、相互斗争的过程。

192. (✓) 肾功能衰竭是糖尿病常见的并发症。

193. (×) 对患高血压老年人,应适当控制钠盐及动物脂肪的摄入,避免高胆固醇食物;少食含维生素、蛋白质的食物。

194. (×) 使用药物剂量的大小只与其药物的疗效有关。

六、培训指导 15% (6 道)

195. (×) 课堂上教师要按平时自己技术操作的习惯方法演示其技术。

196. (✓) 教师在演示技术前必须先要在课下进行反复练习。

197. (✓) 学员的心理反应影响操作技能的掌握。

198. (✓) 交班本的记录应及时准确,内容具体、真实客观。

199. (×) 交班本的楣栏部分,没有的数字可以不填写。

200. (✓) 生物学死亡是指全脑死亡、细胞死亡或分子死亡,是死亡过程的最后阶段。