

**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
三、持久性/使用价值导向		
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，预置对应措施；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
四、效率/经济性		
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
八、创造性		
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	1.日常监测 （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。 （2）关注老年人心功能下降的情况，发现问题，及时通知医生。 2.用药安全 （1）利用智能药盒，定时提醒老年人服药。 （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。 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。 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。	1.《内科护理学》 2.《心衰的预防和护理》

	5.控烟 (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。 (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。 6.健康宣教 (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。 (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。	
跌倒的风险	1.评估与制定措施 (1) 根据跌倒风险评估结果,制定并实施有效的防护措施。 (2) 将风险等级告知家属,并签订风险告知书。 (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。 2.治疗与用药 (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。 (2) 护士遵医嘱按时督促并协助老年人服药。 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。 4.巡视观察 (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。 (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。 5.安全宣教 (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。 (2) 告知老年人起床活动时及时呼叫护理员帮忙。 6.安全防护 (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。 (2) 协助老年人穿合身的衣裤,活动时穿防滑鞋。 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。 8.保险保障:为老年人购买与跌倒有关的相应保险。	1.《防跌倒干预指南》 2.《老年护理学》

睡眠障碍	1.评估与制定措施 (1) 根据评估结果,分析老年人睡眠障碍的原因。 (2) 制定并实施有效的照护措施。 2.巡视观察 (1) 夜班护理员加强巡视,发现心理问题及时疏导。 (2) 对老年人的睡眠情况进行详细记录并交接班。 3.改善睡眠措施 (1) 每日临睡前为老年人温水泡脚,以促进睡眠。 (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。 (3) 夜间减少饮水量,以避免频繁如厕影响睡眠。 (4) 入睡困难时,为老年人播放舒缓的助眠音乐。 (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。 (6) 请中医科会诊,给予穴位按摩助眠。 4.改善睡眠环境 (1) 与老年人沟通,每日按时协助其睡眠。 (2) 为老年人布置温馨的睡眠环境,合理调节房间温湿度。 (3) 根据老年人习惯选择合适的睡衣和床上用品。	《睡眠障碍照顾指南》
记忆障碍	1.评估与制定措施 (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。 (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。 2.康复活动 (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。 (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。 3.家属联动 (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。 (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。 4.社工支持 (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。	1.《失智老年人照护职业技能教材》 2.《老年护理学》

	(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。 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。 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。	
情绪低落	1.评估与制定措施 (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。 (2) 定期评估,必要时请心理医生介入。 2.适宜活动 (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。 (2) 结合老年人意愿和机构活动安排,增加活动量调节情绪。 (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。 3.情感支持 (1) 考虑到儿子外地探视不便,建立家庭聊天群。 (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。 (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。 4.情绪疏导 (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。 (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。 (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。	1.《老年人心理护理》 2.《老年护理学》
社会支持缺乏	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。 2.志愿联动 (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。	《老年人权益保障法》

	(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。 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。	
自理能力下降	1.评估与制定措施 (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。 (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。 2.生活协助 (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。 (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。 (3) 及时更换并清洗衣物和床品。 3.安全照护 (1) 通过红外线检测雷达,检测老年人的室内活动状态。 (2) 及时协助老年人下床活动和如厕。 (3) 加强巡视,及时发现老年人的各项需求并主动提供服务。 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。	《老年护理学》

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
三、持久性/使用价值导向		
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
四、效率/经济性		
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
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	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
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
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，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
八、创造性		
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,但是有价值的答案	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况及行业发展,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》

	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。 3.注意为老年人保暖，鼓励老年人多饮水（每日饮水量＞1500ml）。 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。 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。 6.定期与家属沟通告知老年人身体情况及病情变化。 7.协助老年人勤洗手，老年人的生活垃圾按规定处理。	
入睡困难	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）。 2.指导老年人取舒适体位。 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。 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。 晚间选择轻柔、舒缓的音乐。 5.对老年人的睡眠情况进行详细记录并交接班。 6.夜间减少饮水量，以避免频繁如厕影响睡眠。 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。 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。	《睡眠障碍照顾指南》
记忆力下降	1.在康复师的指导下，每日进行记忆力训练。 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。 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。 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。 5.口服药顿发顿服，确认老年人将药服下后再离开。 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。 7.与老年人沟通交流时，多让老年人回忆以前的事情。 8.征求老年人及家属意见，购买、佩戴适宜老年人经济状	1.《失智老年人照护职业技能教材》 2.《老年护理学》

	况的智能防走失手环，随身佩戴身份识别卡。	
情绪 不稳定	1.社工/心理咨询师定期为老年人进行心理疏导。 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。 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。 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。 5.征求老年人意见，将老年人常用物品做好标识。 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。 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。	《老年人心理护理》
血糖 控制 不稳定	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。 2.每周定时监测体重变化。 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。 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。 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。 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。 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。 8.定期告知家属老年人血糖控制情况。	《内科护理学》
糖尿病并 发症发生 风险	1.控制血糖平稳。 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。 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。	《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
三、持久性/使用价值导向		
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
四、效率/经济性		
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种花费	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
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	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
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
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
八、创造性		
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，但是有价值的答案	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况及行业发展，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	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。 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。 3.遵医嘱用药。利用智能药盒提醒服用药物。 4.血压监测。利用智能手表定时监测血压。 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。 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。	《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	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。 2.采用按摩腹部，适当的运动促进排便。 3.改善饮食习惯，增加膳食纤维，如麦麸、蔬菜、水果等，多饮水。	《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	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。 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。 3.跟家庭协商，将定期视频/语音通话聊天放在晚20点左右。 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。 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。	《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	1.尊重老年人，根据老年人的需求，提供各项照护服务。 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。 3.鼓励老年人做力所能及的事，保存老年人残存功能。 4.通过社区餐厅送餐，合理膳食，均衡营养，根	1.《老年人权益保护法》 2.《老年护理技术》

			据老年人的饮食爱好，进行个性化配餐。 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。 6.建议购买长照险等减少个人费用支出。 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。	
情绪低落	不良情绪得到缓解	保持良好的情绪状态	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。 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。 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。 4.鼓励老年人联系老同事，通过交谈疏导不良情绪。	《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	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。 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。 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。 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。 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。	1.《老年人能力评估规范》 2.《老年人康复服务指南》
有发生意外的可能	不发生意外	不发生意外	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。 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。 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。	《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
三、持久性/使用价值导向		
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
四、效率/经济性		
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
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	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
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
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
八、创造性		
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：基于视频监护、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》

饮食习惯不良（养成健康饮食习惯）	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。 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。 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。	《老年人饮食护理常规》
自理能力下降（能安全出行，活动能力等增强、家庭照护能力提高）	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。 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。 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。 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。 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。 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。	《老年护理学》

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 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，符合照护计划相关要求的要求
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
三、持久性/使用价值导向		
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的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
四、效率/经济性		
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	是否考虑到后续的多项花费	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
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	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
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

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

八、创造性

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	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。 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。 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。 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。 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。 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。 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。 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。	1. 《压疮预防指南》 2. 《护理学基础(人民卫生出版社第六版本科规划教材)》

躯体移动障碍	脑卒中所致	短期目标：掌握翻身、床椅转移、轮椅使用的正确方法。 长期目标：左侧肢体功能得到改善，无摔倒、坠床等意外情况的发生。	1.预防并发症：做好日常生活护理，预防并发症，定期按摩下肢等方法预防下肢静脉血栓的形成。 2.康复训练：与康复师一起，在评估基础上，制订康复训练计划，每天一次，循序渐进。加强左侧肢体康复训练，提高肌力，改善运动功能。 3.规律生活：保持良好的生活习惯，规律作息。 4.环境适应：改善生活环境和无障碍通道、扶手、坐便器的辅助设施，减轻在日常生活中的困难。 5.安全护理：让老年人更好的适应生活，提高生活质量。	《护理学基础（人民卫生出版社第六本科规划教材）》
有跌倒的风险	左侧偏瘫，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	短期目标：熟悉预防跌倒的知识，了解应对跌倒的方法。 长期目标：无跌倒、坠床等安全问题发生。	1.改善环境：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；安装离床报警器；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.加强看护，不要让老年人自行活动，减少再次跌倒的风险。 3.衣物的选择：离床活动时穿防滑鞋，穿长短宽松适中的裤子，征求老年人及家属意见，可配置防跌倒马甲。 4.协助并指导其老伴做好家庭居室物品整理，清除多余杂物，保持居室、客厅等通道无障碍，卫生间加防滑垫，保持地面干燥，物品摆放有序。 5.进行平衡功能的训练，增强平衡力和稳定性。 6.建议老年人购买意外保险。	1.《防跌倒干预指南》 2.《养老机构服务安全基本规范》等民政行业标准
睡眠障碍	睡眠不佳，与脑卒中后长期卧床活动少，对疾病担	短期目标：了解影响睡眠的因素，知晓正确的应对方法。 长期目标：	1.亲情陪伴：跟家属协商，将定期视频/语音聊天放在晚20点左右。 2.健康教育：利用知识讲座形式，告知老年人及家属睡眠不佳的危害。积极配合治疗，提高信心，保持良好的心态，避免情绪紧张和过度波动。 3.促进睡眠方法：①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、喜剧片、纪录片以及健康类节目为主。 ②指导老年人正确喝茶，时间调整至白天，	1.《知-信-行理念》 2.《睡眠障碍照顾指南》

	忧有关	睡眠情况得到改善。	控制浓度，晚间不喝茶。③增加日间活动量：教老年人做椅子瑜伽、八段锦、五禽戏、太极拳等保健操，每日30min。④控制午休：每日午休40min，午休后进行光照疗法，阳光下活动30min。⑤参与社交：邀请老年人，参加朋辈交流会，每周一次，每次30~60min。⑥鼓励老年人睡前喝温牛奶、温水泡脚。 4.改善睡眠环境：①与老年人沟通更换浅蓝色或绿色床上用品、睡衣。使用高度为6~9cm枕头。②与家属协商，购买智能音响，睡前播放轻缓白噪音。 5.采用中医入眠法：睡前按摩安眠穴、合谷穴，10min/次。 6.睡眠监测：利用睡眠监测带，监测老年人睡眠情况，每天早上询问晚间睡眠情况，及时告诉其老伴。	
情绪低落	疾病后遗症对生活产生的改变难以接受，缺乏社交	短期目标：情绪得到改善。 长期目标：能够自己调节情绪，保持乐观。	1.重塑信心：称呼其“王老师”，帮助建立信心，回归熟悉环境。 2.亲情链接：建议女儿常带外孙回家看望老年人；借助微信群、视频监护、手机等多种方式，与亲友及在国外的儿子定期沟通交流，进行情感支持。 3.丰富生活：安排老年人多做其喜爱的养花弄草、看书、听歌唱歌活动，转移其注意力，感受生活的乐趣，增强对生活的信心。 4.鼓励社交：鼓励老年人借助轮椅外出参加社区日间照料中心活动等，增加社交机会，保持正常邻里交往，增强归属感。帮助老年人树立信心，积极面对治疗和康复。 5.情感支持：护理员、社区志愿者定期上门服务陪聊等，进行情感支持。 6.智能应用：针对智能监护、监测产品运行数据和发现的变化，及时与老年人交流，让老年人了解并安心。	1.ABC理论 2.音乐疗法 3.园艺疗法 4.放松疗法
自理能力缺陷	左侧肢体偏瘫，高血压	短期目标：了解康复训练的相关知识，能够进行系统的康复训练。	1.全面评估：由医生、护士、康复师等多元化团队定期对老年人进行评估，并将结果及时反馈家属。 2.制定康复计划：康复师根据评估结果为其制定个性化康复计划，如辅助器具转移训练、松弛训练、关节活动度训练等。	

		长期目标： 自理能力得到提升，能借助轮椅自行活动。	指导老年人及家属摆放良肢体位，防止出现关节挛缩。 3.辅具应用：视康复训练后身体状况，征求老年人和家属意见，配置智能拐杖，支持出行；安装视频监护，及时查看老年人安全状态。 4.药品购置：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。 5.服务变更：根据生活自理能力评估，确定后期变化的照护需求，下单定制居家上门生活照护服务项目。 6.提供家庭照护床位申请相关指导。	《老年护理学（人民卫生出版社规划教材）》
相关知识缺乏	防压疮、防跌倒、防坠床、床椅转移知识缺乏	短期目标： 能够了解预防压疮、跌倒、坠床等相关知识。 长期目标： 无压疮、跌倒、坠床等意外情况发生。	1.疾病宣教：向老年人和家属讲解防压疮、防跌倒、防坠床、高血压防护和预防脑卒中复发的知识。 2.技能宣教：演示翻身、床椅转移和轮椅、使用方法，讲解操作要领。 3.科普宣教：将相关知识制作成图文并茂的小手册，送给老年人和家属自我学习。 4.安全宣教：给老年人和家属提供防压疮、防跌倒、防坠床、移动照护技术和适老化改造介绍的短视频，增强风险防范意识，提高自我防范能力。 5.智慧化设施宣教：提供相关智能智慧产品资料，供老年人和家属了解和选择；如智能床、智能床垫和智能穿戴设备，远程监控老年人的健康状况。	1.《健康教育学》 2.《知-信-行理念》

理论知识竞赛参考赛题六

一、案例情况

李芬奶奶，76岁，丧偶1年，儿子已婚育1子现居外地，女儿已婚育1子现居本地；半年前脑梗死住院治疗回家后休养，现因家人难以照护，现入住幸福颐养院（认知区）202室1床。

【基本信息】

身高：158cm；

体重：68kg；

文化程度：大专；

经济情况：退休金6000元/月，有积蓄，子女经济条件尚可；

兴趣爱好：书法、音乐；

饮食喜好：口味偏重，喜食咸菜；

性格特点：固执，喜欢说教；

工作经历：中学老师退休；

既往病史：高血压病20年、认知症1年，脑梗死半年。

【目前状况】

李奶奶目前神志清楚，右上肢肌力3+级，右下肢肌力3级，左侧肢体活动尚可，右侧面部肌肉活动不利，咀嚼困难；近年来记忆力越来越差，半年前突发脑梗出院后，出现定向力障碍，如找不到卫生间等，怀疑有人要害她，拒绝服用药等情况。子女工作家庭事务繁忙，难以分身，无暇照顾。

二、任务要求

你作为养老机构的护理员，请完成李芬奶奶的照护方案制定。

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	表述对专业人员来说容易理解	表述方式容易理解，阅读人员可以充分理解答案的解题思路及表述的内容
2	结构合理，概括清晰	方案具有逻辑性，条理清晰，如抗拒服药的措施，方案层次分明，逻辑性强
3	容易阅读，表达格式合理	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	有效地运用了专业术语	准确、有效运用了专业术语，表述符合养老护理员的专业性
5	涉及的广度合适	方案内容符合养老护理员的操作规范和技术标准，既有个性化照护方案，又有常规照护
二、功能性		
6	从专业的角度对答案做了说明	方案从专业角度做了要点说明，能解决养老服务对象存在的实际问题，也考虑到老年人潜在的风险问题并提出预防措施，还考虑到了康复后期为老年人提供的服务措施
7	考虑到了本专业发展的最新成果	方案中用到的概念、方法及设备，是本专业目前在行业内科学、有效的，如自立支援方法概念，智能床垫、智能穿戴设备等
8	答案关注到了在实践中的可行性	方案实际有效地解决了情境描述中存在的问题，并满足任务要求，具备可操作性
9	恰当地表达了职业活动中的复杂关系	方案充分考虑了团队合作，以及突发情况的应急预案，如责任护理员休假时工作情况及交给夜班需要

		关注的问题等
10	答案与所服务对象（老年人及家属）的特点相对应	考虑了老年人及家属的身份社会背景，结合案例情境，充分考虑到其教师身份，希望得到尊重的需求等
三、持久性/使用价值导向		
11	对委托方（客户）来说，方案是否具有使用价值？	家属参与照护计划的制定，方案设计符合国家法律法规，如评估结果告知家属知情，请家属参与配合责任护理员与老年人建立信任关系等
12	答案的目标是获得一个长期的结果，而不是短期结果	家属有参与照护计划的决策和实施，并提供了可行性措施，如提醒家属照护服务费用可用医疗保险或长期照护险支付
13	答案有助于客户（老年人和家属）独立作出决策和自主行动	照护计划考虑到服务开展的便利性，如方案中能运用网络设施设备，定期用手机跟家属视频、指导老年人与家属表达心理愿望等
14	答案想到了相关服务的便利性	照护计划内考虑到影响服务实施的各种因素，如为夜班护理员提供观察重点，以保证护理的安全性、持续性
15	答案考虑到了如何避免干扰，并说明了理由	家属有参与照护计划的决策和实施，并提供了可行性措施，如提醒家属照护服务费用可用医疗保险或长期照护险支付
四、效率/经济性		
16	实现答案中的建议在经济上是合适的	照护计划中的建议都经济适用
17	实现答案中的建议在时间花费上是合适的	照护计划时间安排合理，如建议家属探视老年人的时间，对家属是合适的
18	实现答案中的建议在人员花费上是合适的	在服务过程中人员安排是符合实际并规范的
19	是否考虑到投入和质量的关系，并说明了理由	照护计划中投入和质量的关系成正比，满足预期目标，家属满意且配合
20	是否考虑到后续的多种花费	计划考虑到后续花费，并给家属提出合理性建议
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	计划与护理员的日常工作流程相适应
22	答案考虑到了本任务之前和之后的其他任务及其完成过程，并陈述理由	计划内各种任务安排合理，考虑到实施前和实施后的反馈和评价内容如在第二天老年人相信责任护理员并同意服药近期目标达成等

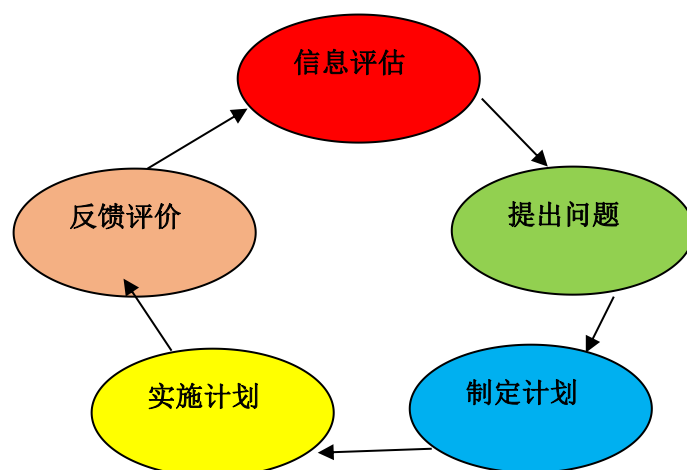
23	考虑到将所有必要的信息传达给所有的参与方	根据评估团队评估结果来采取的服务措施，明确交班责任和内容，护理员遇到特殊情况要向医护人员报告等
24	答案中表现出了与工作过程相关的本职业特有的能力	符合养老护理员的职业能力，体现为能满足老年人生理、心理以及社会的需求
25	答案考虑了本职业工作的界限，提供了超出本职业工作范围的内容	照护计划中考虑了养老护理员工作职权范围，与医生、康复师之间的合作关系，在医生和康复师指导下对老年人进行护理和训练，发生特殊情况及时上报医护人员
六、环境与社会承受度		
26	在多大程度上考虑了人性化的工作与组织设计	在计划实施中，充分体现人性化，能够做好护理员和老年人的卫生安全防护，根据实际情况调整护理方案等
27	考虑到了健康保护、卫生保护的相关规定，并陈述理由	制定的照护计划应符合国家相关法律法规规章制度，做好个人防护。如老年人床椅转移时，护理员的职业防护；热水壶、剪刀、清洁消毒用品等物品均应放置在老年人无法触及的区域等
28	考虑到了工效学或人体工程学设计，并陈述理由	照护计划实施中，考虑到人体工学设计或人体工程学设计，如根据人体工程学和老年人习惯调整盥洗台、桌面等台面设计
29	考虑到了劳动保护和事故防范的相关规定	制定的照护计划应符合国家劳动保护相关法律法规规章制度，注重做好个人防护，执行标准化的护理操作的执行，防止腰扭伤
30	考虑到了环境保护和经济的可持续性，并说明理由	照护计划实施中考虑到了垃圾以及废弃物的处理等对环境的影响
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	照护计划考虑了老年人退休教师身份及子女异地的家庭背景情况，如指导视频通话，快递礼物等
32	注意到了所在机构的社会环境条件	照护计划考虑了机构能够提供的社会服务，如建议老年人家属照护服务费用可用医疗保险或长期照护险支付
33	关注到了与任务相关的社会因素	照护计划考虑了社会能提供的支持服务。如机构社工联系老年人单位老干科对老年人进行退休人员关怀

34	在陈述答案理由时，分析了相关文化因素	照护计划考虑了老年人的文化背景，如鼓励其参与老年大学的各种文化活动
35	答案在多大程度上关注到了社会与文化后果	照护计划充分考虑了老年人教师身份，以及老年人对家庭支持、社会尊重的需求等
八、创造性		
36	答案包含超出问题解决空间的内容	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，但是有价值的回答	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	照护计划中显示出了对风险问题的敏感性
40	充分利用了题目所提供的设计空间	充分利用了情景案例所提供的设计空间，设计一个闭环并且持续改进的照护计划，照护计划是实际可行的

四、答题参考实例

李芬奶奶照护计划

院内评估团队（医生、护士、康复师、社工）对老年人进行能力评估及噎食、跌倒、压疮、烫伤、坠床、走失、他伤或自伤、食品药品误服、文娱活动意外风险的评估，评估结果得到家属认可，根据评估结果制定照护计划，有特殊情况随时评估调整照护计划，无特殊情况则每年评估一次并调整照护计划。



（一）评估基本信息如下

姓名	李芬	性别	女	年龄	76岁
身高（cm）	158	体重（kg）	68	文化程度	大专
既往病史	高血压病20年，认知症1年		家族谱	丧偶，1儿1女，儿子孙子在外地，女儿外孙在本地	
兴趣爱好	书法，音乐		饮食喜好	口味偏重，喜吃咸菜	
性格特点	性格固执，		工作经历	中学退休老师	
经济状况	退休金6000元/月，有积蓄，子女经济条件尚可				
目前状况	神志清楚，近半年记忆力变差，2月前突发脑梗死住院治疗，出院后身体状态为右上肢体肌力3+级，右下肢肌力3级，左侧肢体正常，右侧面部肌肉活动障碍；近年来记忆力越来越差，半年前突发脑梗出院后，出现找不到卫生间、怀疑有人要害她、拒绝服用药物等情况。				

（二）现存问题及潜在问题

照护问题	产生依据	近期目标	远期目标	措施	负责人	反馈及评价
抗拒服药	与认知症有关	3天内愿意服药	安全感获得	1.检查老年人房间有可能让老年人产生不安全感的物品和设施,将物品移去或遮挡起来, 2.责任护理员在家属的帮助下,与老年人建立信任关系,让老年人在家属的确认下相信护理员是自己的学生而产生信任感。 3.医生向老年人讲解服药的重要性;要求所有的工作人员见到老年人,首先要亲切的打招呼,称呼老年人“李老师”,征得老年人的同意才能进入老年人房间, 4.鼓励老年人参与机构的活动,介绍其他老年人让其认识,让老年人尽快熟悉机构,并对机构产生好感。	责任护理员、社工、医生	入住第二天老年人相信责任护理员，并同意服药，近期目标达成。老年人对机构产生信任

				5.安排替班护理员提前1~2天跟班,让老年人在责任护理员的确认下相信替班护理员是责任护理员的好朋友,对替班护理员产生信任感。		
有噎食的风险	与面部肌肉活动不利有关	预防噎食的发生	面肌活动障碍改善	1.向老年人解释清楚目的的前提下,初期使用增稠剂或者糊状食物; 2.在康复师的指导下进行面部肌肉训练,每天三次,每次15分钟; 3.日常引导老年人玩吹气球或吹蜡烛游戏。 4.在老年人进食时创造安静的环境,呈端坐位,头稍低,细嚼慢咽,控制一口量,不要大笑、说话,护理员全程监护并做好噎食的急救准备。	责任护理员、康复师	没有发生噎食
有跌倒风险	与右侧肢体偏瘫有关	2周内未发生跌倒	无跌倒发生	1.征求老年人家属意见,给予老年人穿着大小合适、软硬适中的布鞋(不使用拖鞋)。 2.教会老年人正确使用卫生间、走廊扶手等适老化设施。 3.根据康复师指导,每日为老年人进行使用行走辅具的康复训练。 4.保持老年人房间及卫浴间通道无障碍,地面干燥无水渍。 5.提醒并协助老年人按时服药,控制血压平稳及慢性病并发症的发生。	责任护理员、康复师	没有发生跌倒
如厕困难	与定向力	两周内不	熟悉房间	1.在厕所门口张贴明显标识,并保持24小时亮	责任护理员、康复	达到目标

	障碍有关	发生排泄障碍	如厕路线	灯,确保马桶处于备用状态。房间去往厕所的地面有明显指引标识。 2.仔细观察老年人有如厕需求时的表现,并在交班本上记录,提醒晚夜班同事注意观察。 3.康复师每周定时对老年人进行定向力训练。	师	
亲情关怀的需要	子女工作繁忙无暇照顾	感受亲情关怀	保持乐观积极心态	1.通过与家属沟通协商并约定每周定时与外地的儿孙用手机视频交流情感,女儿定期带外孙至机构探望老年人。 2.老年人生日及重大节日期间,儿女增加见面的频率及关怀礼物的给予。 3.老年人房间摆放与亲人合照,帮助回忆家庭成员及温馨场景。 4.机构社工定期上门探访,进行情感支持,社工联系老年人单位老干科发动其他退休干部探视老年人。	社工、家属、老年人同事	老年人心情开朗,积极参加各类活动

(三) 常规照护

1. 日常生活照护

(1) 帮助进食、进水,一日三餐,低糖低盐低脂饮食,营养均衡,粗细搭配,种类丰富,温度适宜;改善不良饮食习惯,少吃多餐。防噎食、呛咳;食物和水温度适宜。改善不良饮食习惯:少吃多餐,粗细搭配;种类丰富;清淡饮食:低糖低盐低脂饮食;水果饭前1小时或饭后2小时食用。

(2) 帮助如厕:必要时协助老年人进入卫生间如厕,预防

跌倒。

（3）为老年人布置睡眠环境，改善睡眠环境、保持床单元清洁，使老年人睡卧舒适，居室整洁美观，预防压疮等并发症。

（4）保持身体清洁，定期协助老年人洗澡，消除疲劳，促进血液循环，改善睡眠，增强抵抗力，维持老年人良好形象，使老年人感到心情愉悦，提高生活自信心。

（5）鼓励老年人自立支援，充分发挥患肢的残存功能进行活动，将老年人的扣子、鞋带改成魔术贴，裤带改成松紧带等，增强老年人能自理的信心，鼓励老年人在保证安全的前提下训练老年人自己翻身、穿脱衣裤等。

2.基础照护

（1）建立电子档案，定期监测生命体征，观察老年人身体状况，有异常情况及时上报医护人员。

（2）督促和协助老年人安全服药，观察服药后的反应，及时跟医生沟通老年人身体情况，避免病情复发及不良反应的发生。

3.康复服务

（1）使用轮椅可扩大老年人的生活范围，满足生活需求，提高生活质量，指导老年人安全使用轮椅，轮椅转移时应健侧转移，避免对肢体造成损伤，护理员需保持身体平衡，以免扭伤腰部，同时系好老年人安全腰带，做好保护及保暖措施。

（2）定时翻身，观察老年人皮肤情况；鼓励老年人在保证安全的前提下训练老年人自己翻身、穿脱衣裤等。

（3）认知功能训练：护理员对待老年人需尊重，有耐心、

有爱心。认知训练须有规律性和趣味性，能吸引老年人训练；训练时提供安全、封闭的环境，老年人有任何不适立即停止，协助休息。

4.心理支持

采用音乐疗法缓解情绪：训练前评估身体心理状况及意愿，训练项目难度适中，以免老年人焦虑，产生抵触；训练时随时观察老年人身体情况及情绪，如有异常随时停止；在老年人音乐律动时做好安全保护。训练后做好评价、总结。

5.安全照护

（1）热水壶、剪刀、清洁消毒用品等物品均应放置在老年人无法触及的区域。

（2）老年人参加活动期间确保场地安全，全程在护理员看护下进行。

6.健康管理

（1）向家属宣教，在经济条件允许情况下，应用养老服务专业新成果，如智能床、智能床垫、智能穿戴设备等设施设备远程监测老年人生命健康体征数据。

（2）提醒家属，照护服务费用可用医疗保险或长期照护险支付。

（3）机构适老改造：根据人体工程学和老年人习惯调整台面设计，如盥洗台、桌面等。

（4）做好机构清洁消毒，避免环境污染引起的感染，加重病情。

(5) 做好垃圾分类，保护环境。

7. 社会参与

鼓励老年人参加社交活动，定期带老年人参与老年大学参加诗词欣赏类课程，在康复训练恢复部分功能后，引导老年人重拾工作技能开展书法、音乐班授课，提高社会参与度。

理论知识竞赛参考赛题七

一、案例情况

黄德宝爷爷，男，75岁，特困老年人，独自居住在来福新居（公租房）6栋101室，现申请社区居家养老服务中心实施照护。

【基本信息】

身高：168cm；

体重：60kg；

文化程度：小学；

经济状况：低保费 779 元/月；

兴趣爱好：听红歌、吸烟（约 10 支/天）、偶喝酒；

饮食喜好：大众口味；

性格特点：急躁、思维固化；

家庭情况：未婚；

工作经历：年轻时兜售歌碟，后因身体原因打零工；

既往病史：慢性阻塞性肺疾病 10 年，骨关节炎 8 年。

【目前状况】

黄爷爷性格孤僻，个人卫生状况较差，不爱洗澡，随意吐痰，房间堆积大量废品及杂物，异味较大；饮食习惯差，长期吃剩饭剩菜；1周前因天气变化大，出现“咳嗽、咳痰、发热”的症状，每日饮水量为 1000ml，社区医护人员上门协助入院治疗诊断为“肺炎”，治疗出院后今晨出现气促、咳嗽、痰多不易咳出，同时骨关节炎复发，双下肢疼痛明显，影响正常生活；近来焦躁不安，

觉得无依无靠，人生无趣。

二、任务要求

你作为社区居家养老服务中心的养老护理员，请完成黄德宝爷爷的照护方案制定。

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	以实际服务和技术实施流程为主线进行设计。如从健康生活方式、疾病护理等分层次概括
3	答案容易阅读，表达格式合理	方案表述区域分配合理清晰，段落层次分明，容易阅读，表达格式合理。如利用图表，使用一二级标题
4	答案有效地运用了专业术语	方案中有效的运用了养老护理专业和医疗护理专业术语进行表述。如：使用各类评估表及医学简称
5	从专业角度讲，答案涉及的广度是合适的	方案结合情景描述和任务要求的内容，完全准确的分析出存在的照护问题；如慢性阻塞性肺疾病并发症、心理问题
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	方案能有效的解决情景描述中存在的问题，并满足任务要求；对于疾病进行的专业指导及护理，如慢性阻塞性肺疾病的护理措施等

7	考虑到了本专业发展的最新成果	方案中所用的设备、技术、药品和方式方法，目前在行业内是先进、科学、有效的借助自动排痰、呼吸训练等先进仪器
8	答案关注到了在实践中的可行性	按照方案内容提供服务和技术操作，充分结合案例的实际情况，在实践中是安全有效可行的；如借助居委会、义工以及国家专项资金等来解决老年人目前存在的照护问题
9	恰当地表达了职业活动中的复杂关系	方案中表达了养老护理员职业与其他相关职业之间的联系。心理干预、康复指导等
10	答案与所服务对象（如老年人及家属等）的特点相对应	方案实施后所呈现的目标与任务要求一致；考虑了经济条件及便捷的关注，如周边的应急措施
三、持久性/使用价值导向		
11	对委托方（客户）来说，方案是否具有使用价值？	对委托方（社区居委会）来说，方案是可以满足政策需求的。政策支持：向老年人讲解国家政策，对五保户、低保户、特困户的扶持，帮助老年人申请长期照护保险，慢性病医疗保险增加经济支持
12	答案的目标是获得一个长期的结果，而不是短期结果	既定目标加以完善可以重复使用，并注意到相关资料内容的保存；关注到老年人护理中长期的效果如减少并发症的发生及生活质量的提升
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	方案中提供适于老年人和社区居委会的需求，且可行性较高；采取合适的方式将护理的内容教会老年人，发挥残余功能，提高自主性，如教会老年人做饭、清理卫生等。
14	答案想到了相关服务的便利性	方案中涉及了其他相关服务项目的便捷性；如就近原则可在社区长者食堂订餐
15	答案考虑到了如何避免干扰，并说明了理由	方案中考虑到了来自其他方面对情景描述和任务要求的干扰；方案考虑到了护理中后期的干扰因素如长者食堂订餐费用有补贴，符合政策扶持要求，不会受经济影响
四、效率/经济性		
16	实现答案中的建议在经济上是合适的	在满足任务要求的前提下，方案实施预算是合适的，并与社区居委会和国家政策是相符的
17	实现答案中的建议在时间花费上是合适的	方案中的时间安排合理，是有效完成任务要求的；短期、长期解决的问题与目标的实现
18	实现答案中的建议在人员花费上是合适的	服务人员数量、技术等级和任务分工安排是合适的。如社区志愿者、社区工作人员、养老护理员等协同服务

19	是否考虑到投入和质的关系，并说明了理由	方案在满足社区居委会和老年人要求的前提下，各方面投入和实施效果成正比。多方联动，将目标实现
20	是否考虑到后续的多项花费	是否考虑到超出方案内容的时间、人员或预算的各种花费。后续在情况更为复杂的时，根据政策安排老年人入住福利院等养老机构
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	方案中体现出其他服务项目之间的工作流程相衔接。运用了评估团队，如康复师、心理咨询师、营养师等
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	是否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；根据老年人身体情况，建议提供敬老院试住服务，集中照护
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；照护方案共享及交接
24	答案中表现出了与工作过程相关的本职业特有的能力	方案中表现出了与工作过程相关的特有技术能力或职业能力
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	方案中是否考虑到超出养老护理员职业工作范围的内容，如社工、心理咨询师等
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	充分考虑人员分工合作，减少人员工作量和重复浪费
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	方案考虑了操作环境、设备设施的清洁消杀和操作人员的疾病预防与卫生防护；考虑到环境保护、院感防控、垃圾分类等
28	考虑到了工效学或人体工程学设计，并陈述理由	实施准备中是否考虑到适合操作者使用，并达到便捷性、舒适性、节力、自身保护的要求；辅具管理、床、椅等适合老年人的高度，节省体力
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	考虑到应急处置、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	考虑了垃圾的分类处理

	明理由	
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	方案中在分析任务时考虑到了照护对象和委托主体的背景和承受度，如特困人员的背景及经济收入的情况
32	注意到了所在机构的社会环境条件	方案中注意到了服务机构或本部门的服务能力或工作环境等因素如：该社区地域偏远，未有相对应的配套设施，以及环境常年处于背光环境等
33	关注到了与任务相关的社会因素	方案关注到了与情景描述内容相关的各类社会因素。各种政策措施
34	在陈述答案理由时，分析了相关文化因素	方案陈述相关理由时，综合分析了与事件、服务主体的文化因素。商讨制定戒烟计划，牛油果等代替
35	答案在多大程度上关注到了社会与文化后果	方案中关注到了事件、操作内容和服务主体之间的社会与文化后果。如利用国家政策、志愿者等帮助老年人，呼吁更多人员关注特困人员
八、创造性		
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如建议到福利机构居住，提高晚年生活质量，考虑到了老年人后期生活的方向
37	提供了一个不寻常，但是有价值的答案	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	方案中包含了超出职业标准和技术标准的具有较高的创新或审美价值的内容；通过护理措施提高了老年人的生活质量，如环境，饮食等
39	答案显示出了对问题的敏感性	答案显示出了对情景描述内容的敏感性发现老年人的潜在问题
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制定空间。结合案例最大程度的解决老年人问题

四、答题参考实例

（一）黄德宝爷爷照护需求评估

上门家访评估团队组成：全科医生、养老护理员、社工、居委会成员、义工组织等。

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、政府社区支持资源等。

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

慢性阻塞性肺疾病并发症：气促、咳嗽、痰多不易咳出。

骨关节炎并发症：下肢疼痛明显、影响正常生活。

心理问题：急躁、孤独、焦虑、悲观情绪、自伤风险。

环境卫生：居住环境差，杂物堆积，异味重、不爱洗澡。

不良饮食习惯：吸烟 10 年，吃剩菜剩饭，饮水少。

（三）照护计划安排

1. 照护目标

短期目标：2 周内气促、咳嗽、咳痰，痰不易咳出等得到缓解；清理房间杂物，清除房间异味。

长期目标：减少慢阻肺并发症的发生；保持干净整洁，养成良好卫生习惯。

2. 征求照护对象及家属意见后，制定智慧健康服务方案，安排日常生活正常作息。

时间	活动内容	负责人
7: 30--8: 00	起床洗漱、监测体温	老年人
8: 00--8: 30	早餐、服药	老年人、护理员
9: 00--10: 00	家务整理（上门服务）/饮水	老年人、护理员
10: 00--11: 00	听音乐、肺功能康复锻炼/饮水	老年人、康复师、护理员
11: 30--13: 00	午餐、服药	老年人
13: 30--14: 00	午休	老年人
14: 30--15: 30	社区活动	老年人、护理员、社工师

15: 30--16: 30	肺功能康复锻炼/饮水	老年人、康复师、护理员
17: 00--17: 30	晚餐	老年人
18: 30--19: 30	家务整理	老年人/护理员
19: 30--20: 00	泡脚、热敷	老年人
21: 00--7: 00	入睡	老年人

3.照护实施

照护问题	照护措施	照护依据
慢性阻塞性肺疾病并发症	1.健康生活方式 (1) 上、下午开窗通风保证室内适当的湿度，必要时放置加湿器； (2) 增加饮水量1500~2000ml/天，稀释痰液促进痰液咳出； (3) 与老年人家属共同商讨制定戒烟计划，引导老年人加入控烟小组，按计划内容逐渐减少吸烟量，如从每日10支先减少到5支，其他时间可用橄榄、牛油果代偿； (4) 保证食物多样化，制作周食谱。 2.康复训练 (1) 指导进行呼吸功能训练，缩唇呼吸、腹式呼吸及有效咳嗽； (2) 根据老年人经济情况，利用废旧矿泉水瓶制作吹泡机，每日2次，每次5~10分钟； (3) 必要时可遵医嘱使用雾化吸入或借助自动排痰仪、呼吸训练器等。 3.健康宣教：借助社区线上公众号指导老年人正确认知疾病、吸烟的危害，学会观察痰液颜色性状。 4.症状控制：每天监测体温，预防感冒，呼吸急促时可选择半卧位或坐位，缓解症状。 5.环境卫生：避免随地吐痰，痰液用纸巾包裹，按医疗垃圾分类处理，定点存放。	1.《慢性阻塞性肺疾病照护指南》 2.《养老机构服务安全基本规范》
骨关节炎并发症	1.评估：根据老年人疼痛表现进行疼痛评估及跌倒风险评估，明确疼痛程度及跌倒风险级别 2.症状控制： (1) 社区医生评估是否介入药物治疗； (2) 请社区康复师评估选择合适的护膝、弹性套，评估是否使用手杖、助行器辅助活动，减少关节负担；	1.《跌倒评估表》 2.《疼痛评估表》

	(3) 早晚温差大注意关节保暖; (4) 介入传统中医, 如穴位按摩, 三伏灸、三九贴、穴位敷贴等方式缓解老年人腿痛症状。 3.环境改造: 申请特殊困难老年人家庭适老化改造专项基金, 对其住所进行适老化环境改造, 如卫生间、客厅安装扶手、呼叫铃等。 4.健康宣教: 结合养老机构“九防服务指南”, 教会老年人转身四步法、起身三部曲等。 5.康复训练: 结合老年人经济情况通过社区公众号上视频教学, 每日进行下肢肌力、活动力训练并打卡, 预防腿部肌肉挛缩, 肌力下降。 6.老年人腿痛期, 根据老年人身体情况指导老年人在社区长者食堂订餐, 送餐上门。	3.《跌倒干预指南》 4.《适老化改造补贴政策》
心理问题	1.心理评估: 通过心理状态评估量表及焦虑自评表(SAS)对老年人心理情况进行评估, 有无自伤风险。 2.疾病健康教育: 使老年人正确认知疾病, 减少焦虑。 3.志愿服务: 组织社区社工定时陪伴老年人, 聊天, 做游戏, 做手工等。 4.增加社交: 鼓励老年人参加社区活动, 帮助老年人寻找“永伴”; 根据爱好, 引导参加“夕阳红”合唱团。 5.舒缓焦虑情绪: 节假日社区工作人员定期探望慰问, 保持沟通交流, 情感支持。 6.智能照护: 安装智能监控并连接至社区服务平台, 及时发现问题, 让老年人心理安心。 7.政策支持: 向老年人讲解国家政策, 对五保户、低保户、特困户的扶持, 帮助老年人申请长期照护保险, 慢性病医疗保险增加经济支持。	1.《老年人权益保护法》 2.《心理健康评估表》 3.《七项广泛性焦虑自评量表》
环境卫生差	1.社区志愿者上门清理杂物, 做好房间卫生。 2.上下午通风30分钟, 保持空气流通。 3.养老护理员协助老年人洗澡, 制定洗澡计划, 采用物质奖励机制, 促使养成洗澡习惯。 4.进行健康宣教, 让老年人知晓干净整洁的环境卫生对身体的益处。	《健康生活方式核心要点(2023版)》
不良饮食习惯	1.评估老年人当前的营养状况。宣教饮酒危害。 2.与老年人访谈, 让老年人知晓长期吃剩菜剩饭对老年人身体的影响, 如易引起腹泻, 食物中毒。 3.社区工作人员引导, 督促按时做饭, 并教会老年人简单方便的做饭方式, 提高老年人自主性。	《老年营养膳食指南》

理论知识竞赛参考赛题八

一、案例情况

张勇爷爷，80岁，育有一儿一女，女儿长期在国外工作，儿子在本市金融机构工作。现与儿子共同居住在晋江小区12栋1808室，儿子白天工作繁忙，特申请社区日间照料中心实施照护。

【基本信息】

身高：170cm；

体重：51kg；

文化程度：大学；

经济状况：有退休金，有子女支持；

兴趣爱好：看书，书法，看电视；

饮食喜好：喜食辛辣；

性格特点：不善于交际；

工作经历：省级事业单位退休；

既往病史：慢性阻塞性肺气肿10年，帕金森5年。

【目前状况】

张爷爷近期晨起和夜间阵发性咳嗽明显，活动后有呼吸困难症状；因近期病情变化，自理能力下降，手指不自主颤抖，无法完成解纽扣和扣纽扣的动作及基本家务，且家中未安装适老化设施，生活不便，焦虑明显；白天不愿出门活动；自理能力下降，无法完成基本家务；张勇爷爷小区内设有社区居家养老服务中心，可提供居家上门服务与日间照料服务。

二、任务要求

你作为社区居家养老服务中心的养老护理员,请为张勇爷爷制定照护方案。

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	案例中的表述,护理员和照护团队能够看懂、理解
2	答案结构合理,概括清晰	方案以老年人需求为主线进行设计,逻辑思维缜密,概括清晰
3	答案容易阅读,表达格式合理	方案表述合理清晰,恰当规范,容易阅读
4	答案有效地运用了专业术语	方案中有效的运用了养老护理专业术语进行表述
5	从专业角度讲,答案涉及的广度是合适的	结合案例情况和任务要求的内容,完全准确的分析出存在的问题
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	方案能有效的解决案例情况中存在的问题,并满足任务要求
7	考虑到了本专业发展的最新成果	方案中所用的智慧化设备、技术和方法,目前在行业内是先进、科学、有效的
8	答案关注到了在实践中的可行性	方案按照案例内容提供服务和技术操作,在实践中是安全有效可行的

9	恰当地表达了职业活动中的复杂关系	方案中表达了养老护理员职业与其他相关职业之间的联系
10	答案与所服务对象（如老年人及家属等）的特点相对应	方案实施后所呈现的目标与任务要求一致
三、持久性/使用价值导向		
11	对委托方（客户）来说，方案是否具有使用价值？	方案对老年人和家属来说，照护计划实施是可以满足多元化需求的
12	答案的目标是获得一个长期的结果，而不是短期结果	方案既定目标有短期、中期、长期的结果，并注意到相关资料内容的保存
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	方案中提供了不止一套核心内容供老年人和家属进行比较和决策
14	答案想到了相关服务的便利性	方案为老年人提供上门服务及就医绿色通道
15	答案考虑到了如何避免干扰，并说明了理由	方案考虑到老年人的病情和心理变化，动态调整照护方案
四、效率/经济性		
16	实现答案中的建议在经济上是合适的	照护计划实施预算是合适的，为老年人申请各项福利政策
17	实现答案中的建议在时间花费上是合适的	照护实施中的时间安排合理，是有效完成任务要求的
18	实现答案中的建议在人员花费上是合适的	方案中照护团队分工安排是合适的
19	是否考虑到投入和质量的关系，并说明了理由	方案在满足老年人及家属要求的前提下，各方面投入和实施效果成正比
20	是否考虑到后续的多种花费	方案考虑到超出方案内容的时间、人员或预算的各种花费
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	照护计划体现出其他服务项目之间的工作流程相衔接
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	方案中短期目标、中期目标、长期目标制定合理
23	考虑到将所有必要的信息传达给所有的参与方	方案中定期保持与家属沟通，并告知老年人的各项情况
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	方案中明确护理员职业能力范围，不

	了超出本职业工作范围的内容	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	方案中考虑了操作环境、设备设施的清洁消杀和操作人员的疾病预防与卫生防护
28	考虑到了工效学或人体工程学设计，并陈述理由	方案通过智慧化管理，并达到便捷性和舒适性的要求
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	方案考虑了购买照护团队的保险，制定相关应急预案
30	考虑到了环境保护和经济的可持续性，并说明理由	方案考虑了做好废弃物的无害化分类处理
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	方案中任务考虑到了老年人的家庭背景和承受度
32	注意到了所在机构的社会环境条件	方案为老年人申请各项福利政策，调动照护团队积极参与和服务
33	关注到了与任务相关的社会因素	方案关注老年人与家庭的社会关系
34	在陈述答案理由时，分析了相关文化因素	照护方案中，充分发挥了老年人的兴趣爱好
35	答案在多大程度上关注到了社会与文化后果	方案服务中充分尊重老年人的需求
八、创造性		
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
37	提供了一个不寻常，但是有价值的方案	方案提供了一个简单明了、考虑全面和满足要求的照护需求方案
38	答案具有创新或审美价值	方案中包含了超出职业标准和技术标准的具有较高的创新或审美价值的内容
39	答案显示出了对问题的敏感性	照护计划显示出了对情景描述内容的敏感性
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提供的资料及可能性，并提出前瞻性的应对设想

四、答题参考实例

（一）张勇爷爷的照护需求评估

上门评估服务团队：养老护理员、老年人能力评估师、社会工作者等。

评估内容要素：老年人自理能力、基础运动能力、精神状态、感知觉与社会参与、家庭环境评估等。

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，通过查询信息、面谈、观察等方法采集信息。

（二）主要照护问题

家庭照护无效：自理能力下降，无法完成基本家务；帕金森综合征手指不自主颤抖，无法完成解纽扣和扣纽扣的动作；家中未安装适老化设施；女儿长期在国外工作，儿子工作繁忙，子女少有陪伴。

跌倒风险：帕金森综合征，入睡困难，夜间多梦，家中未安装适老化设施。

睡眠障碍：自理能力下降，入睡困难，夜间多梦。

焦虑：疾病因素，陪伴时间不足。

自理能力下降：高龄、帕金森综合征、慢阻肺。

营养不良：体质指数 17.6，饮食结构不合理。

（三）照护计划安排

1. 照护目标

（1）短期目标

a. 家庭目标：居家养老上门服务解决日常家务问题、安全隐

患排查、健康宣教、居家陪伴等。

b.老年人目标：1周内未发生跌倒，2周内睡眠情况得到改善。

（2）中期目标

a.家庭目标：完成居家适老化改造，改善居家养老环境。

b.老年人目标：老年人营养状况得到改善，帕金森综合征得到控制，老年人焦虑情况得到改善。

（3）长期目标

a.家庭目标：家属满意度高、缓解家庭压力。

b.老年人目标：帕金森综合征得到缓解，慢阻肺症状得到缓解，老年人社会关系得到改善。

2.征求老年人意见后，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
8:00	上门服务提供早餐	养老护理员
8:00-10:00	提供居家上门生命体征监测及助洁服务	养老护理员
10:00-11:00	陪同老年人在小区内活动	养老护理员、照护对象
11:00-11:30	陪同老年人到日间照料中心	养老护理员、照护对象
11:30-12:00	社区食堂就餐	养老护理员
12:30	协助老年人服药	养老护理员
13:00-14:00	氧疗、午休	养老护理员、照护对象
14:30-15:30	心理疏导	心理咨询师、社工师
15:40-16:30	康复治疗	康复师、照护对象
16:40-17:30	文娱活动	社工师、照护对象
17:30-18:00	社区食堂就餐	养老护理员

18: 30-19: 00	服药、生命体征测量	养老护理员
19: 00-19: 30	送老年人回家	养老护理员
19: 30-8: 00	通过家庭智慧化产品, 连接数据平台, 监测老年人夜间情况	养老护理员、家属

3. 照护实施

照护问题		照护措施	质量控制
家庭照护无效	家庭养老床位需求	1. 对接政府政策、链接社区资源进行家庭适老化改造, 包括智能设备安装, 评估家庭网络情况。 2. 上门居家服务, 提供助餐、助洁、助行、助安、助急等多种服务包, 可根据老年人及家属需求调整, 做好垃圾分类。 3. 控制智慧化产品网络服务资费。 4. 争取政府扶持政策, 如长护险等。 5. 定期开展上门服务培训。 6. 对上门服务用品及时清洗消毒。	1. 回访服务质量 2. 满意度评价 3. 智慧化设备监测 4. 老年人数据保密 5. 上门服务团队与老年人购买保险
	日托需求	1. 接送至社区日间照料中心。 2. 日间照料中心个案团队介入, 包括康复、心理、社工、医疗、健康管理等。 3. 解决餐食问题。 4. 定期开展老年人个案服务督导, 及照护团队职业道德培训。 5. 定期在中心开展安全生产检查, 做好废弃物分类处理。 6. 引导家属参与日间照料中心活动, 消除顾虑。	1. 做好护理员及各团队人员之间的交接工作, 确保老年人照护无缝衔接, 可持续进行 2. 做好日照中心的宣传工作
	帕金森综合征、慢阻肺等疾病	1. 制作并粘贴家庭帕金森综合征、慢阻肺的健康海报, 提醒老年人相关注意事项。 2. 监测老年人生命体征。 3. 护理员协助老年人按时按量服药, 必要时使用智能语音提醒设备提醒老年人服药。 4. 康复治疗师针对老年人具体情况开展帕金森综合征及慢阻肺症状的康复治疗。 5. 每天遵医嘱协助老年人氧疗 30 分钟。 6. 社工师为老年人进行心理疏导, 减轻老年人对疾病的恐惧。	1. 定期评估和复查疾病情况 2. 注意用氧、用药安全 3. 定期对服务效果评价

		7.健康管理师建立老年人健康档案,为老年人提供健康管理,并做好老年人个案信息归档保存及保密工作。 8.日间照料中心社区食堂合理配餐。 9.护理员指导老年人根据气候变化调整衣物,谨防感冒。 10.如遇老年人病情加重或突发状况,通过绿色通道,立即就医。	
跌倒风险		1.家庭适老化改造,安装床边护栏,卫生间加装安全扶手,床旁和厕所加装紧急呼叫器、安装夜间感应灯、安装毫米波雷达。 2.协助并指导老年人家庭居室整理,保持卫生间等通道无障碍、保持地面干燥。 3.提醒老年人穿戴合适的衣裤,穿防滑鞋。 4.征求老年人及家属意见,建议为老年人购买意外险。	1.定期进行跌倒评估 2.定期检测智慧化设备 3.定期对服务效果评价
睡眠障碍		1.布置睡眠环境,保持房间安静,温湿度适宜。 2.睡前不进食、不饮茶、不看影响睡眠的电视电影,泡热水脚。 3.调整作息時間,适当午休,增加日間活动量。 4.必要时通过中医理疗改善睡眠质量。 5.安装毫米波,对老年人睡眠时的生命体征进行监测。	1.定期开展睡眠质量评估 2.结合情况制定阶段性的调整 3.定期对服务效果评价
焦虑		1.运动康复,户外慢走、慢跑,促进产生多巴胺,改善焦虑情绪。 2.心理疏导,社工师为老年人进行心理疏导,减轻老年人焦虑情绪。 3.与家属沟通,定时与国外的女儿以视频或语音方式联系。 4.参与日间照料中心的社区活动,与其他社区老年人互动。 5.节假日组织开展家庭日活动,增加家庭成员亲密度,减少老年人独处时的焦虑。 6.开展时光记忆活动,重回年轻心态。 7.教会老年人使用智能手机的各项应用。	1.定期开展心理测评 2.定期团队开展研讨 3.定期对服务效果评价
自理能力下降		1.开展居家上门服务,为老年人减轻家庭劳务压力。	1.定期开展老年人生活自理能力评

	2.开展居家适老化改造及增加智慧化设备使用，如智能语音控制系统。 3.定期体检，预防疾病发生发展。 4.在护理员的陪伴下，坚持做健康操。 5.鼓励老年人做力所能及的事情。 6.康复师针对老年人自理能力开展康复评估及制定康复计划。 7.社工师对老年人进行心理重塑，让老年人正视疾病情况，重拾生活信心。	估 2.定期对服务效果评价
营养不良	1.营养师制定饮食菜谱。 2.健康管理师为老年人提供健康作息计划。 3.为老年人提供推拿按摩，改善老年人消化吸收功能。 4.保持适宜体重，保证食量与体力活动平衡。 5.应保证食物种类多样化，摄入足够的蛋白质、碳水化合物及脂肪酸等营养素 6.若消化吸收能力改善，可逐步增加进食量，并逐渐增加高蛋白饮食。	1.定期开展阶段性营养状况评估 2.定期对服务效果评价

4.满意度评价

日期	服务人员	非常满意	满意	一般	不满意	很不满意	备注
意见和建议							

理论知识竞赛参考赛题九

一、案例情况

王建国爷爷，78 岁，现居爱心养老公寓护理区 302 室 2 床，半年前老伴去世，育有 1 个儿子，在外地银行工作；3 个月前因突发脑梗晕倒致右侧股骨颈骨折，行人工股骨头置换术后，因家中无人照顾入住养老机构。

【基本信息】

身高：175cm；

体重：75kg；

文化程度：大专；

经济状况：退休金每月 4000 元，儿子给予一定支持；

兴趣爱好：抽烟、看书、听戏曲；

饮食爱好：喜食红烧肉、卤制品；

性格特点：性子急，爱发脾气；

工作经历：中学教师退休；

既往病史：高血压 10 年；人工股骨头置换术 3 月余。

【目前状况】

王爷爷目前神志清，发音不清，能进行简单交流；卧床，左侧肢体活动尚可，右侧上肢活动受限，协助下能进行简单抓握，右侧下肢在协助下可进行屈伸，能站立；饮食正常，偶有呛食，洼田饮水试验 3 级；近日因受凉感冒后，咳嗽、咳痰症状较重，夜间无法正常入睡，今晨血压 180/100mmHg；自感康复训练效果欠佳，担心费用增加，训练配合度低；儿子因工作繁忙无法经

常探望，王爷爷经常一个人发呆，不愿与人交流。

二、任务要求

你作为养老机构的护理员，请为王建国爷爷制定照护方案。

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	通过阅读案例，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	以真实情景案例为主，遵循与情景相关，实践为导向的目标，具有逻辑性，可实施性强
3	答案容易阅读，表达格式合理	方案合理，容易阅读，表达格式合理
4	答案有效地运用了专业术语	有效的运用了养老护理员专业术语进行表述，如自理能力下降
5	从专业角度讲，答案涉及的广度是合适的	结合情景描述和任务要求的内容，完全准确的分析出存在的问题并给予措施。如根据案例，找出照护问题并给予照护措施
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	能有效的解决案例表述中存在的问题，并满足照护需求。如咳嗽咳痰处置
7	考虑到了本专业发展的最新成果	方案中所用的量表、技术，目前在行业内是先进、科学、有效的。如风险评估量表

8	答案关注到了在实践中的可行性	按照方案内容提供服务和技术操作，在实践中是安全有效可行的。如使用的量表及操作与实际工作相结合，可实施
9	恰当地表达了职业活动中的复杂关系	方案中表达了养老护理员职业与其他相关职业之间的联系。如链接康复师、护士、医生多元化团队
10	答案与所服务对象（如老年人及家属等）的特点相对应	方案实施后所呈现的目标与任务要求一致。如针对照护问题给予照护目标相应的照护措施
三、持久性/使用价值导向		
11	对委托方（客户）来说，方案是否具有使用价值？	对委托方（家属或老年人）来说，方案是可以满足多元化需求的。如照护团队和服务供给模式多元化
12	答案的目标是获得一个长期的结果，而不是短期结果	既定目标加以完善可重复使用，并注意到相关资料内容的保存。如针对康复训练制定长期计划
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	方案中提供了不止一套核心内容供家属或老年人进行比较和决策。如针对心理支持给予多个方案选择
14	答案想到了相关服务的便利性	方案中涉及了其他相关服务项目的便捷性。如无线呼叫器的使用
15	答案考虑到了如何避免干扰，并说明了理由	方案中考虑到了来自其他方面对情景描述和任务要求的干扰。如家属不能固定时间视频时，可通过观看既往微信群视频缓解
四、效率/经济性		
16	实现答案中的建议在经济上是合适的	在满足任务要求的前提下，方案实施预算是合适的，并与家属进行有效沟通。如选择适合老年人的智能化设备；视频聊天减少儿子交通费支出
17	实现答案中的建议在时间花费上是合适的	方案中的时间安排合理，是有效完成任务要求的。如24小时作息表合理
18	实现答案中的建议在人员花费上是合适的	服务人员数量、技术等级和任务分工安排是合适的。如合理运用社工，志愿者等
19	是否考虑到投入和质量的关系，并说明了理由	方案在满足家属和老年人要求的前提下，各方面投入和实施效果成正比。如血压得到控制，情绪得到缓解
20	是否考虑到后续的多种花费	方案考虑到超出方案内容的时间、人员或预算的各种花费。如康复后期的转介（老年人后期可转

		介至小区内的日间照料中心)
五、工作过程和服务流程导向		
21	答案与所在部门结构和 workflows 相适应	方案中体现出其他团队之间的工作流程相衔接。如制定各类计划表,便于部门之间工作衔接
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	考虑到了本任务之前、之后、任务之间的内在联系或交接安排。如表格清晰化,落实到人,便于交接
23	考虑到将所有必要的信息传达给所有的参与方	考虑到了将相关业务信息和注意事项传达给相关参与方。如所有信息及时反馈家属,康复师/医生等
24	答案中表现出了与工作过程相关的本职业特有的能力	方案中表现出了与工作过程相关的特有技术能力或职业能力。如为睡眠障碍的老年人布置睡眠环境等
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	方案中考虑到超出职业工作范围的内容。如信息保密、操作详情展示,教会老年人使用电子化信息产品等
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	考虑了养老护理员职业道德相关知识。如心理支持,服务前征询老年人意愿
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	考虑了操作环境、设备设施的清洁消杀和操作人员的疾病预防与卫生防护。如:老年人居室环境消毒,护理员个人防护,所有物品定期消杀等
28	考虑到了工效学或人体工程学设计,并陈述理由	实施准备中考虑到适合操作者使用,并达到便捷性和舒适性的要求。如:使用移动滑板,电动护理床,转移辅助器具
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	考虑到应急处置、防护或救护相关内容。如:噎食应急预案处理
30	考虑到了环境保护和经济的可持续性,并说明理由	方案中考虑了废弃物的无害化处理。如:痰液容器使用黄色垃圾袋收集
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	方案中在分析照护时考虑到了老年人和儿子的家庭背景和承受度。如考虑家庭收入
32	注意到了所在机构的社会环境条件	方案中注意到了服务机构或本部门的服务能力或工作环境等因素。如选择医养结合机构
33	关注到了与任务相关的社会因素	关注到了与情景描述内容相关的各类社会因素。如:考虑到志愿者,社工因素

34	在陈述答案理由时，分析了相关文化因素	陈述相关理由时，综合分析了与事件、服务主体的文化因素。如：教师，智能设备设施的学习及使用
35	答案在多大程度上关注到了社会与文化后果	方案中关注到了事件、操作内容和服务主体之间的社会与文化后果。如弘扬爱老敬老精神，提高老年人生活质量
八、创造性		
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况及行业发展，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	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）王建国爷爷照护需求评估

机构评估团队组成：康复师、社工、亲属、养老护理员、护士、全科医生、营养师等。

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

（二）主要照护问题

照护问题	问题依据
血压不稳定	因自感康复训练效果欠佳、咳嗽、咳痰症状较重无法正常入睡
焦虑、抑郁	康复效果欠佳、担心费用增加，儿子较少探望，发音不清，只能进行简单交流
咳嗽、咳痰	感冒受凉
自理能力下降	右侧上肢活动受限，协助下能进行简单抓握，右侧下肢在协助下可进行屈伸

有噎食的危險	偶有噎食、脑卒中后遗症，洼田饮水试验 3 级
有跌倒的危險	右侧肢体功能障碍
有压疮的风险	卧床、右侧肢体功能障碍

（三）照护计划安排

1.照护目标

短期目标：血压下降、配合康复训练、焦虑情绪缓解、咳嗽症状减轻、睡眠状况改善

长期目标：综合应用照护资源基础上、血压控制良好、康复训练自信心增强、提高自理能力、保障安全

2.征求老年人意见后，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
07:00-07: 30	监测血压、服药、晨间护理	护士、护理员
07: 30-08: 00	早餐	营养师、护理员
08: 00-09: 00	医生查房，汇报夜间睡眠监测情况，观看早间新闻	全科医生、社工
09: 00-09: 30	进行个性化康复训练	康复师
09: 30-10: 30	喝水、听戏曲	护理员
10: 30-11: 30	学习智能化产品	社工、护理员
11: 30-12: 30	午餐	营养师、护理员
12: 30-14: 00	午休、使用智能设备监测生命体征	护理员
14: 00-15: 00	午间护理、身体允许的情况下床活动	护士、护理员
15: 00-15: 30	进行个性化康复训练	康复师
15: 30-17: 00	参与活动、心理疏导、外出晒太阳缓解情绪	志愿者、社工
17: 00-18: 00	晚餐	营养师、护理员
18: 00-19: 30	晚间新闻	护理员
19: 30-21: 00	晚间护理、与家人定时视频	家属、护理员

21: 00-07: 00	定时翻身, 更换一次性失禁用品, 智能监测	护士、护理员
---------------	-----------------------	--------

3.照护实施

照护问题	照护措施	照护依据
血压不稳定	1.立即报告医生, 遵医嘱给予对症处理, 安抚老年人情绪, 避免紧张, 30分钟后复测血压, 并每日定时监测血压, 观察神志, 做好记录。 2.向老年人讲解血压控制重要性。 3.按时协助老年人服用降压药, 注意观察药物不良反应, 做好解释工作。 4.给予老年人清淡低盐饮食, 少吃高糖及高热量食物、少食多餐, 增加每日饮水量。 5.保持老年人心情舒畅, 避免老年人情绪激动。 6.老年人按照作息时间表, 养成规律作息习惯。 7.在康复师的指导下开展功能锻炼。	《老年高血压患者临床护理进展》
焦虑、抑郁	1.注意观察老年人情绪变化, 及时发现不良情绪反应, 及时疏导, 并做好个案记录。 2.指导老年人学会使用智能设备, 并通过设备向老年人讲解康复知识, 提高老年人康复训练参与度。 3.利用老年人康复视频或照片, 进行前后对比, 应用心理暗示引导老年人增加对康复效果认可度。 4.每周对接志愿服务团队、活力老年人、亲属, 对老年人开展访谈和陪养服务。 5.每晚为老年人布置睡眠环境, 睡前开展放松训练, 创新开展放松训练联合心理支持照护模式, 缓解焦虑。 6.联系社工和亲属就费用事宜进行商议, 并向老年人说明收费相关问题, 消除老年人顾虑。 7.与儿子沟通协商, 和工作人员约定时间, 定期视频/语音聊天。 8.定期开展老年班教学课程, 教会老年人使用电子化产品, 如智能手机微信、抖音拍摄、观看戏曲视频等。 9.建立家庭微信群、可随时翻看家庭视频, 缓解思念。	1.《汉密尔顿焦虑评估量表》 2.《放松训练联合心理护理对老年抑郁症患者焦虑程度及睡眠的影响》 3.《睡眠障碍照顾指南》

咳嗽 咳痰	1.遵医嘱协助老年人服药，观察病情变化。 2.协助老年人翻身叩背咳痰1日2次，观察痰液性质，做好记录痰液容器使用黄色垃圾袋收集，如痰液黏稠无法咳出，遵医嘱给予雾化吸入。 3.保持室内空气清新，使用空气消毒机进行消毒，及时为老年人增添衣物。 4.定时为老年人更换体位，床头抬高30-45度。 5.加强老年人营养，适当增加蛋白质摄入量，增加饮水量。 6.采取合适的体位和使用防呛咳饮水杯，避免发生呛咳等情况。 7.护理人员服务过程应戴口罩和严格执行手卫生，老年人物品应定期消毒。	《老年护理学》
自理能力下降	1.由医生、护士、康复师等多元化团队定期对老年人进行评估，并将结果及时反馈家属。 2.康复师根据评估结果为其制定个性化康复计划，如吞咽功能训练、辅助器具转移训练等。 3.指导老年人在安全的前提下进行日常生活自理能力的训练，如利用健侧肢体进行洗漱、吃饭、穿脱衣物等简单训练。 4.穴位按摩：上肢取外关、手三里、内关、天府，下肢取昆仑穴、三阴交、足三里、阳陵泉等。 5.坚持训练，树立信心，老年人康复后可转至社区内日间照料中心。	1.《康复护理技术》 2.《老年人能力评估规范》 3.《ADL日常生活能力评定量表》 4.《MMT衡量标准》
有噎食的 危险	1.入院时对老年人进行吞咽功能评估，进行洼田饮水、反复空吞唾液等。（洼田饮水试验3级） 2.向老年人做好解释工作做好饮食宣教。 3.协助老年人进食，食物以软糯、流质食物为主，尽量避免食用馒头。 4.老年人采取坐位、半坐位，抬高床头30~45°，头部略前倾，避免食物流入气管引起呛咳。 5.食物温度适宜，选择适合老年人的餐具（如偏瘫老年人辅助餐具等），逐步掌握老年人进食一口量，鼓励老年人自主进餐，增加自信心，进餐过程中不催促老年人，告知老年人充分咀嚼后咽下。 6.进行吞咽功能训练鼓励引导老年人加强舌和口面部肌群的运动如张大嘴、伸舌、吹气、鼓腮等动作的训练以提高咽下反射，提高口腔咀嚼能力。 7.进餐环境安静、整洁，鼓励老年人保持愉悦心情。在进餐时避免让老年人看电视或与其逗笑确保其集中精力	《脑卒中吞咽困难患者噎食窒息的急救及护理干预》

	进食以减少误吸。 8.熟悉掌握噎食应急处置措施，（海姆立克急救法），发生噎食时沉着冷静做出正确的判断迅速采取正确有效的急救措施。	
有跌倒的危险	1.告知老年人康复训练为循序渐进的过程，切勿操之过急。 2.环境：合理安排入住多人间，保持居室环境安静整洁、光线充足、地面清洁干燥无障碍物、个性化适老化设施如：无线呼叫器等。 3.协助老年人离床时穿长短合适的裤子及大小合适防滑鞋。 4.避免长者自行活动，根据经济情况选择防跌倒马甲，购买意外险。 5.长者如有烦躁，使用轮椅时可使用保护性约束带，避免意外。 6.做好慢病管理，预防并发症。使用信息化移动终端监测血压，便于监测。 7.向老年人及家属进行高血压健康教育，如：养成良好的饮食习惯、避免情绪激动、直立性低血压晕厥等。	《防跌倒指南》
有压疮的风险	1.定期使用压疮评估量表对老年人进行风险评估。 2.护理员每2小时协助老年人更换体位，必要时1小时，使用防压疮贴或气垫床，也可使用电动按摩护理床。 3.保持床单被褥的清洁、平整、无褶皱及碎屑。 4.改善机体的营养状况，给予高蛋白、高维生素饮食。 5.对受压部位皮肤进行按摩促进血液循环，清洁皮肤时应用温水及中性清洁剂皮肤干燥可使用润肤露。 6.每日查看老年人受压部位皮肤，做好记录。	《压疮预防和治理临床实践指南》

理论知识竞赛参考赛题十

一、案例情况

李德福爷爷，78岁，丧偶3年，独居于阳光家园新村10幢1302室，育有1子1女，均在外地工作，现自我照顾出现困难，申请社区居家养老服务中心实施居家照护。

【基本信息】

身高：170cm；

体重：54 kg；

文化程度：初中；

经济状况：退休金6000元/月，有积蓄，有儿女支持；

兴趣爱好：喜欢看电视、听音乐；

饮食喜好：喜食腌制食品，饮酒；

性格特点：喜欢与人交流；

工作经历：退休火车司机；

既往病史：高血压10年，Ⅱ型糖尿病10年，脑梗死3个月。

【目前状况】

李爷爷神志清楚，交流正常，体态消瘦。脑梗死经治疗出院后右侧肢体功能尚可，左侧肢体活动受限，大部分生活能够自理，但出行不便；近期自觉视力模糊，有疲劳感，血压、血糖均控制不佳。李爷爷担忧身体状况，怕出现新问题，情绪低落；儿女打电话关心时，常向儿女发脾气，儿女为此非常苦恼。

二、任务要求

你作为社区居家养老服务中心的护理员，请为李德福爷爷制定照护方案。

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	方案中的表述，专业和非专业人员能够看懂、理解
2	答案结构合理，概括清晰	方案有目标、问题、措施、依据、计划，概括清晰
3	答案容易阅读，表达格式合理	方案表达形式、格式合理清晰，容易阅读
4	答案有效地运用了专业术语	方案中有效的运用了养老护理专业术语进行表述
5	从专业角度讲，答案涉及的广度是合适的	结合情景描述和任务要求的内容，完全准确的分析出现存的、潜在的照护问题
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	方案能有效的解决情景描述中存在的高血压、糖尿病等问题，对日常护理措施进行细化，并满足任务要求
7	考虑到了本专业发展的最新成果	方案中用到最新行业成果如智能手表、防摔马甲、声控灯等智能化设施设备
8	答案关注到了在实践中的可行性	答案中的措施应是可执行、可具体实施的，对情景案例中存在的风险和问题都进行了分析、识别，并采取预防措施

9	恰当地表达了职业活动中的复杂关系	方案中表达了养老护理职业与其他相关职业之间的联系，如家庭照护者（居家社区需要纳入家庭照护者）、营养师、社工、心理咨询师等
10	答案与所服务对象的特点相对应	方案中呈现的问题与制定目标和任务要求一致
三、持久性/使用价值导向		
11	对委托方（客户）来说，方案是否具有使用价值？	照护对象及其家属认可并参与实施、政策使用，方案能提高时间、人力利用效率
12	答案的目标是获得一个长期的结果，而不是短期结果	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；考虑到照护的连续性，整合照护资源（方案应分阶段考虑家庭照护者和照护对象的完成度，并定期开展照护评价）
13	答案有助于客户独立做出决策和自主行动	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	方案中涉及配餐、上门服务、社区食堂、社会组织等
15	答案考虑到了如何避免干扰	方案由社区服务团队共同完成，人员的流动对方案的实施没有干扰
四、效率/经济性		
16	答案中的建议在经济上是合适的	老年人有退休金（老年人对财务的支配程度），有积蓄，子女支持，方案性价比符合现实
17	答案中的建议在时间花费上是合适的	方案中的时间安排合理，能有效完成任务要求
18	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	在满足家属要求的前提下，各方面投入和实施效果成正比，如使用空气净化器等
20	是否考虑到后续的多种花费	方案中提到的智能化设备费用、服务维护等均在老年人的承受范围
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	方案中体现出其他服务项目之间的工作流程相衔接

22	答案考虑到了本任务之前和之后任务及其完成过程	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	考虑到了将相关业务信息和注意事项传达给家属、医生等相关参与方
24	答案中表现出了与工作过程相关的本职业特有的能力	方案中表现出了与工作过程相关的人文关怀或职业能力
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	方案中是否考虑到超出职业工作范围的内容如与老年人一起制定戒酒方案、智能娱乐设备的使用、老年人网上购药、购物的需求等。
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	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、卫生保护的相关规定	考虑了居室通风、地面干燥、适老化改造、垃圾分类等
28	考虑到了工效学或人体工程学设计	关注到老年人参与社区活动时的肢体保护和安全因素等
29	考虑到了劳动保护和事故防范的相关规定	考虑到应急处置、防护或救护相关内容,方案中体现老年人购买意外险等建议
30	考虑到了环境保护的可持续性	方案中考虑了垃圾分类、空气净化器
七、家庭、社会与文化环境		
31	在分析任务时考虑到了家庭背景	方案中考虑到了老年人的家庭背景和承受度
32	注意到了所在机构的社会环境条件	方案中注意到了老年人家庭适老化改造
33	关注到了与任务相关的社会因素	关注到了与情景描述内容相关的各类社会因素,如建议老年人多参与社区活动等
34	在陈述答案理由时,分析了相关文化因素	陈述相关理由时,充分应用老年人权益保障法等文件
35	答案在多大程度上关注到了社会与文化后果	方案中关注到了事件、操作内容和服务主体之间的社会与文化后果。如弘扬爱老敬老精神,提高老年人生活质量
八、创造性		
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	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、答案参考实例

(一) 李爷爷照护需求评估

评估团队组成:养老护理员、全科医生、护士、社工、营养师等。

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

(二) 主要照护问题

高血压、糖尿病并发症风险:视力模糊,消瘦,血压血糖控制均不佳。

跌倒的风险:视力模糊,经常有疲劳感双腿无力。

孤独:独居,外出能力下降,社交减少,情绪低落,思念儿女。

自理能力下降:身体衰弱,多种慢性病,走路无力,不愿外出购物。

生活习惯不良:日常饮酒,喜食腌制食物。

(三) 照护计划安排

1.照护目标

短期目标：2周内血糖、血压控制稳定，饮食结构合理，保持情绪稳定。

长期目标：在应用智能智慧设备基础上，能保持独立生活能力，保障安全。

2.征求老年人意见后，安排日常生活正常作息

时间	生活内容	负责人
7:00-8:00	起床洗漱、测血糖、血压	老年人、医护人员
8:00-8:30	早餐（社区食堂就餐）	老年人、营养师
9:00-10:00	家务整理（上门服务）	老年人、护理员
10:00-11:30	喝茶、看电视	老年人
11:30-13:00	午餐（社区食堂就餐）	老年人、营养师
13:30-14:30	午休	老年人
15:00-16:30	参与社区活动	老年人、社工/志愿者
17:00-18:00	晚餐（社区食堂就餐）	老年人、营养师
18:30-19:30	晚间洗漱	老年人
19:30-20:00	视频电话	老年人、家属
20:00-21:00	看电视	老年人
21:00-7:00	睡眠	老年人（跌倒报警装置）

3.照护实施

照护问题	照护措施	照护依据
糖尿病、高血压并发症风险	1.定时测量血糖，做好垃圾分类。 2.利用智能手表做好血压监测，并发送家属及家庭医生。 3.协助老年人认识饮食控制的重要性，征求老年人意见，可协助社区食堂配餐、就餐。 4.定期到社区医院进行视力评估，指导日常运动方式、场地及自我防护。 5.协助老年人养成良好的生活习惯。 6.督促老年人保持按时服药的良好习惯，积极控制慢性病并发症的发生。	1.《糖尿病、高血压营养膳食指南》 2.糖尿病、高血压相关护理原则
跌倒风险	1.环境：协助并指导老年人家庭居室整理，保持卫生间等通道无障碍、保持地面干燥。房间通风，通风不良时可以使用空气净化器或在居室中放绿植。 2.衣物的选择：指导老年人穿好合身衣裤、合脚防滑鞋袜，	1.《防跌倒安全指南》 2.《养老机构服务安全基

	征求老年人及家属意见，可配置防跌倒马甲穿戴。 3.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；安装跌倒报警装置，便于及时发现跌倒等意外。 4.建议老年人或家属购买意外险。	本规范》 3.《医疗保险》
自理能力下降	1.每一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，安排老年人室内活动、户外活动，保持肢体功能训练。 4.利用适老化改造项目，安装水电气警报装置，以防意外。 5.征求老年人和家属意见，配置智能拐杖，支持出行；安装视频监护，及时查看老年人安全状态。 6.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；或者护理员代购。 7.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。	1.《老年人能力评估规范》 2.《老年护理学》
孤独	1.基于视频监护、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，进行情感支持。 2.针对智能监护、监测产品运行数据和发现变化，每天及时与老年人交流，让老年人了解并安心。 3.通过社区老年食堂就餐，参加社区日间照料中心活动等增加社交机会，保持正常邻里交往，增强归属感。 4.照护人员、社区志愿者定期上门服务陪聊等，进行情感支持。 5.建议家属节假日定期回家探望老年人。 6.建议入住专业的养老机构或请居家保姆，让老年人得到24小时专业化服务。	《老年人心理护理》
生活习惯不良	1.向老年人宣教饮酒的危害，介绍戒酒的方法并与老年人共同制定戒酒的计划。 2.链接社工邀请老年人参与社区戒酒小组活动。 3.征询老年人对社区食堂的合理化建议，以满足老年人对食物的要求和营养的需求。	《社会工作者小组工作方法》

第二部分 实操技能竞赛参考赛题

C1 实操技能竞赛参考赛题

C1 实操技能竞赛参考赛题一

一、生活照护

试题名称：协助老年人进食、进水。

（一）案例描述

【场景】居家

李平爷爷，81岁，与老伴及女儿一家居住在清缘里社区5号楼1单元406室。李爷爷半年前突发脑梗，经住院治疗病情平稳后在家休养，平日由保姆照顾，近期保姆请假，遂请福祉照料中心的护理员上门照护。

【基本信息】

身高：176cm；

体重：80kg；

文化程度：本科；

经济状况：退休金12000元/月；

兴趣爱好：唱歌、书法；

饮食喜好：喜食甜食及高脂饮食；

工作经历：大学教授；

既往病史：高血压20年，高脂血症23年，慢性阻塞性肺疾病6年，脑梗后半年。

【目前状况】

李爷爷目前神志清楚，言语不利，仅能简单交流，右侧肢体活动尚可，左侧肢体活动受限，左上肢向胸前屈曲，左下肢略强直。爷爷因担忧病情而情绪低落、不思饮食，就餐过程中偶有呛咳。

（二）任务要求

请护理员协助老年人轮椅坐位进食、进水。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8

沟通 解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如口腔情况、吞咽功能、餐前药服用情况等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2
关键 操作 技能 (50分)	M8	1.检查轮椅，合理放置（4分） 2.指导并协助老年人床边坐起，安全、节力、有效（6分） 3.指导并协助老年人取轮椅坐位（10分） （1）遵循健侧转移的原则； （2）转移过程安全、节力、有效； （3）发挥老年人残存功能； （4）体位安全、稳定、舒适，便于进餐。 4.协助进食、进水（24分） （1）流程合理； （2）食物摆放合理，温度合适； （3）指导老年人及家属如何预防呛咳和噎食，如进餐体位、姿势、速度及吞咽方式等； （4）协助老年人进食的顺序、一口量、速度等适宜； （5）保持老年人口面部及衣服的清洁； （6）发挥老年人残存功能； （7）密切观察老年人吞咽情况及其他反应并及时应对。 5.餐后整理（6分） （1）协助老年人漱口，协助擦拭口面部； （2）协助老年人擦净双手，整理餐具，擦净餐桌； （3）叮嘱老年人保持坐位30分钟。	50
健康 教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3

	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意（反馈），整理各项物品。	1
	M12	记录（不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等）。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

二、康复服务

试题名称：指导老年人进行健肺操活动。

（一）案例描述

【场景】社区日间照料中心

李平爷爷，81岁，与老伴及女儿一家居住在清缘里社区5号楼1单元406室。李爷爷2周前出现咳嗽痰多、胸闷气短等症状，经住院治疗后症状缓解，现接受社区日间照料中心服务。

【基本信息】

身高：176cm；

体重：80kg；

文化程度：本科；

经济状况：退休金12000元/月；

兴趣爱好：唱歌、书法；

饮食喜好：喜食甜食及高脂饮食；

工作经历：大学教授；

既往病史：高血压20年，高脂血症23年、慢性阻塞性肺疾病6年，脑梗后半年。

【目前状况】

李爷爷目前神志清楚，言语不利，仅能简单交流，右侧肢体活动尚可，左侧肢体活动受限，左上肢向胸前屈曲，左下肢略强直，能够坐稳，协助下能勉强床边站立；经2周呼吸道抗感染治疗后，咳嗽痰多、胸闷气短等症状已缓解。

（二）任务要求

请护理员指导老年人进行健肺操活动。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完） 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行） 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行） 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）。 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）。 3.特殊情况（如血压、呼吸情况等）。	6

	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤。 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容。 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可开始操作。	2
关键 操作 技能 (50分)	M8	1.协助老年人采取合适的训练体位（安全、稳定、舒适、便于操作）（2分） 2.讲解与示范（6分） （1）进行重要环节的讲解、示范； （2）步骤清晰，方法正确； （3）确认老年人理解并愿意配合。 3.热身活动（8分） （1）根据老年人情况，选择适宜的热身活动； （2）引导老年人进行10~15分钟热身训练。 4.指导练习（20分） （1）动作不少于3个，如转体压胸、伸展胸廓、双手挤压胸、抱双膝压胸、交叉抱胸、抱单膝压胸等； （2）过程中注意配合正确的呼吸方法； （3）分步指导老年人练习； （4）过程中做好安全防护，注意观察老年人反应并积极应对； （5）充分调动老年人积极性，及时鼓励表扬； （6）训练频次与时间正确，30~60分钟为宜，以老年人能耐受为准。 5.带领老年人进行放松活动，方法适宜，时间5~10分钟（6分） 6.总结本次训练，听取老年人感受，预约下次训练时间，根据老年人需求，协助老年人采取适宜体位（8分）	50
健康 教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务,在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育,如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力；	5

		3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈)，整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言暴力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施,解决老年人问题,促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

三、基础照护

试题名称：协助老年人服药。

(一) 案例描述

【场景】机构

李平爷爷，81岁，1月前发生第二次脑梗，经住院治疗后病情平稳；为了让李爷爷得到专业的照护，家属将其送至东方医养结合养老院，入住3栋203室1床。

【基本信息】

身高：176cm；

体重：65kg；

文化程度：本科；

经济状况：退休金12000元/月；

兴趣爱好：唱歌、书法；

饮食喜好：喜食甜食及高脂饮食；

工作经历：大学教授；

既往病史：高血压20年，高脂血症23年、慢性阻塞性肺疾病6年，脑梗后8月余。

【目前状况】

李爷爷目前神志清楚，言语表达不清，右侧肢体活动尚可，左侧上肢、下肢均不能抬离床面，只能左右平移。近期李爷爷因受凉咳痰增多，护理员遵医嘱协助爷爷口服厄贝沙坦150mg（每日一次）、川贝枇杷露10ml（每日三次）。

（二）任务要求

请护理员协助老年人服药。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如口腔情况、吞咽功能、药物过敏史等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可开始操作。	2

关键 操作 技能 (50分)	M8	1.核对：核对老年人姓名、服药单与药物是否相符（5分） 2.摆放体位（6分） （1）协助老年人摆放服药体位，方法正确； （2）体位安全、稳定、舒适，便于服药。 3.准备温水（3分） （1）按每2~4片药准备100毫升温水的比例准备适量温水； （2）测试水温适宜，约38~40℃。 4.协助服药（28分） （1）协助老年人少量饮水，润滑口腔及食管，观察有无呛咳、吞咽困难等情况； （2）再次核对药物信息，遵医嘱协助老年人服药； （3）服用多种药物时，按要求的顺序服用； （4）检查药物是否咽下； （5）服药过程中充分发挥老年人的残存功能，结合老年人的自理能力恰当地进行服药协助； （6）注意服药安全：避免烫伤、呛咳、药物吞咽困难等情况的发生； （7）过程中密切观察老年人反应并积极应对； （8）服药后核对药物信息，确保服药正确。 5.保持服药体位10分钟以上，再恢复舒适体位（4分） 6.观察老年人服药后反应，异常情况立即报告医生（4分）	50
健康 教育 (8分)	M9	针对本次照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等；要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达方式突出重点，逻辑清晰； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.语言简单易懂，适合老年人的理解能力； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意（反馈），整理各项物品。	1
	M12	记录（不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况 etc.）。	2

	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

C1 实操技能竞赛参考赛题二

一、生活照护

试题名称：为老年人更换床单。

（一）案例描述

【场景】居家

李玫奶奶，75岁，与老伴居住在花园小区3栋102室；育有一女，已成家在本地。李奶奶2月前因脑出血住院治疗，病情稳定后回家，现由家乐颐养院实施居家照护。

【基本信息】

身高：160cm；

体重：55kg；

文化程度：大学；

经济状况：退休教师，每月退休金约8000元；

兴趣爱好：喜欢种植花草；

饮食喜好：口味重，喜食甜食、腌制食物；

工作经历：大学教师；

既往病史：高血压10年。

【目前状况】

李奶奶目前神志清楚，发音不清，右侧肢体活动受限，左侧肢体活动尚可，不能自主翻身，卧床为主，因生活不能自理而闷闷不乐，不愿与人交流。今日李奶奶不慎将床头的水杯碰倒，打湿床单，请护理人员上门服务。

（二）任务要求

请护理员为老年人更换床单。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如皮肤情况、有无导管等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合	3

	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.更换前(5分) (1)根据实际情况，选择适合的更换方式； (2)老年人体位安置恰当。 2.更换中(40分) (1)更换床单的流程科学、流畅、安全、节力； (2)更换床单的方法科学、规范、安全、有效、节力； (3)床单平整、紧实、清洁、干燥； (4)发挥老年人残存功能； (5)过程中密切观察老年人反应并积极应对。 3.更换后(5分) (1)协助老年人取舒适安全体位； (2)保持床单及周围环境的整洁舒适。	50
健康教育 (8分)	M9	针对本次照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等；要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达方式突出重点，逻辑清晰； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.语言简单易懂，适合老年人的理解能力； 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价照护效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈)，整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手综合评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供	1

		所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

二、康复服务

试题名称：指导老年人进行桥式运动训练

（一）案例描述

【场景】社区日间照料中心

李玫奶奶，75岁，与老伴居住在花园小区3栋102室；育有一女，已成家在本地；因居家康复效果不佳，女儿每天送李奶奶至社区日间照料中心接受服务。

【基本信息】

身高：160cm；

体重：55kg；

文化程度：大学；

经济状况：退休教师，每月退休金约8000元；

兴趣爱好：喜欢种植花草；

饮食喜好：口味重，喜食甜食、腌制食物；

工作经历：大学教师；

既往病史：高血压 10 年，脑出血后 5 月余。

【目前状况】

李奶奶目前神志清楚，能简单交流，左侧肢体活动尚可，右侧肢体活动受限，在协助下能坐立、可借助轮椅出行。奶奶希望尽快能下地行走，对目前的康复效果不满意，缺乏康复信心。现根据康复师制定的训练计划，每日由日间照料中心的护理员为其进行桥式运动训练。

（二）任务要求

请护理员指导老年人进行桥式运动训练。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）；	8

		3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	
沟通 解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语， 选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如血压、抬臀能力等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人 是否可以开始操作。	2
关键 操作 技能 (50分)	M8	1.训练前（10分） （1）老年人体位适宜，注意保暖及隐私保护； （2）讲解示范训练内容，表达清晰，老年人能够理解。 2.训练中（30分） （1）按康复计划进行训练； （2）训练指导方法正确； （3）遵循循序渐进的原则； （4）发挥老年人残存功能； （5）观察老年人反应、安抚情绪及时有效； （6）过程中保护老年人安全； （7）鼓励老年人主动训练。 3.训练后（10分） （1）协助老年人取舒适安全体位； （2）总结本次训练情况，了解老年人感受，预约下次训练。	50
健康 教育 (8分)	M9	针对本次照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3

	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育,如疾病预防和康复、健康生活方式等;要求如下: 1.主题和数量合适; 2.表达方式突出重点,逻辑清晰; 3.结合主题提出的措施或建议,不少于3条; 4.语言简单易懂,适合老年人的理解能力; 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈),整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求,包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性:操作流畅、安全、规范,避免老年人出现害怕、疼痛等伤害,过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力:顺畅自然、有效沟通,表达信息方式符合老年人社会文化背景,能正确理解老年人反馈的信息,避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性:能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施,解决老年人问题,促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护:做好自身职业防护,能运用节力原则,妥善利用力的杠杆作用,调整重心,减少摩擦力,利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀:能及时关注到老年人各方面变化,能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应,给予支持,例如不可急躁等;言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励:利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护,加强自我管理,发挥残存功能,提升自理能力。	2
	J7	灵活性:对临场突发状况能快速应变,根据老年人及现场条件灵活机动实施照护,具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

三、基础照护

试题名称:为老年人使用滴耳剂。

(一) 案例描述

【场景】机构

李玫奶奶，75岁，因老伴生病住院，女儿工作繁忙，不能提供照顾，2周前入住幸福养老机构3栋101室2床。

【基本信息】

身高：160cm；

体重：55kg；

文化程度：大学；

经济状况：退休教师，每月退休金约8000元；

兴趣爱好：喜欢种植花草；

饮食喜好：口味重，喜食甜食、腌制食物；

工作经历：大学教师；

既往病史：高血压10年，脑出血后8月余。

【目前状况】

李奶奶目前神志清楚，能简单交流，右侧肢体活动受限，右上肢屈曲于胸前，左侧肢体活动尚可。近日李奶奶因感冒引发左耳急性中耳炎，有耳痛、耳鸣、听力下降等症状，奶奶担心病情加重，很是着急。

（二）任务要求

请护理员为老年人使用滴耳剂。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如耳痛、耳鸣、听力等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3

	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.摆放体位：安全、稳定、舒适，便于用药（5分） 2.核对：核对时间、内容与方法正确（10分） 3.清洁耳道，方法正确（4分） 4.滴药（25分） （1）将滴耳剂在手中握紧升温，避免过凉； （2）取滴耳剂，避免污染； （3）将耳廓向后上方轻轻牵拉，使耳道变直； （4）持药液瓶，掌跟置于耳旁固定，将药液沿耳道后壁滴入耳道内，剂量准确； （5）轻压老年人耳屏，使药液充分进入中耳，保持体位5分钟。 5.询问并观察老年人有无不适，异常情况立即报告医生，恢复老年人舒适体位（6分）	50
健康教育 (8分)	M9	针对本次照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等；要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达方式突出重点，逻辑清晰； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.语言简单易懂，适合老年人的理解能力； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价照护效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意（反馈），整理各项物品。	1
	M12	记录（不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等）。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2

对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

C1 实操技能竞赛参考赛题三

一、生活照护

试题名称：为老年人穿脱开襟衣服。

（一）案例描述

【场景】居家

王克伟爷爷，76岁，与老伴居住在锦绣小区5栋602室，育有一儿一女，均在本地。王爷爷1月前因脑梗死住院治疗，病情稳定后回家休养，现由爱心源养老服务中心实施居家照护。

【基本信息】

身高：168cm；

体重：62kg；

文化程度：专科；

经济状况：退休金4800元/月，有少量积蓄，有儿女支持；

兴趣爱好：唱歌、下象棋、看电视；

饮食喜好：喜食腌制食品、肉类，不喜蔬菜；

工作经历：退休教师；

既往病史：高血压15年。

【目前状况】

王爷爷目前神志清楚，发音不清，可简单沟通交流，左侧肢体活动受限，右侧肢体活动尚可，可自行坐起，能够借助轮椅出行。目前独立穿脱衣服有困难，王爷爷对自己的疾病康复缺乏信心，总是唉声叹气。

（二）任务要求

请护理员为老年人穿脱开襟衣服。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如头颈部活动能力、平衡能力等）。	6

	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可开始操作。	2
关键 操作 技能 (50分)	M8	1.协助老年人取合适体位（安全、稳定、舒适、便于操作）（5分） 2.脱开衫（15分） （1）遵循先脱健侧再脱患侧的原则； （2）方法正确（安全、舒适、规范）； （3）发挥老年人残存功能； （4）密切观察老年人反应并积极应对。 3.穿开衫（20分） （1）遵循先穿患侧再穿健侧的原则； （2）方法正确（安全、舒适、规范）； （3）发挥老年人残存功能； （4）密切观察老年人反应并积极应对； （5）衣服平整无皱褶。 4.根据老年人需求，协助老年人取适宜体位（安全、舒适、稳定）（6分） 5.物品放置合理，床单位整洁，环境布置适宜（4分）	50
健康 教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意（反馈），整理各项物品。	1
	M12	记录（不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等）。	2

	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言暴力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

二、康复服务

试题名称：指导老年人使用助行器进行行走训练。

（一）案例描述

【场景】社区日间照料中心

王克伟爷爷，76岁，与老伴居住在锦绣小区5栋602室，育有一儿一女，均在本地；因居家康复效果不佳，前往社区日间照料中心接受照护服务。

【基本信息】

身高：168cm；

体重：62kg；

文化程度：专科；

经济状况：退休金 4800 元/月，有少量积蓄，有儿女支持；

兴趣爱好：唱歌、下象棋、看电视；

饮食喜好：喜食腌制食品、肉类，不喜蔬菜；

工作经历：退休教师；

既往病史：高血压 15 年，脑梗后 3 月余。

【目前状况】

王爷爷目前神志清楚，发音不清，可简单沟通交流，右侧肢体活动尚可，左侧肢体活动受限，左上肢肌力为 4 级，下肢肌力为 3 级。现根据康复师制定的训练计划，每日由日间照料中心的护理员为其进行助行器行走训练。

（二）任务要求

请护理员指导老年人使用助行器进行行走训练。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

(四) 评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估,不需要口头汇报: 1.物品准备:齐全,性能完好(每遗漏一项关键物品扣0.5,直至扣完); 2.环境准备:包括温湿度适宜,光线明亮,空气清新(以检查动作指向行为或沟通交流方式进行); 3.老年人准备:可以配合操作(以沟通交流方式进行); 4.个人准备:手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语,选择合适话题,自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估: 1.全身情况(如精神状态、饮食、二便、睡眠等); 2.局部情况(如肌力、肢体活动度等); 3.特殊情况(如视力、血压、站立平衡等)。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤; 2.介绍需要老年人注意和(或)配合的内容; 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问,并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求,环境和体位等是否舒适,询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.协助老年人采取适宜的训练前体位(2分) 2.选择适合老年人的助行辅具(2分) 3.检查本次训练所用的助行器,调节适宜的高度(2分) 4.讲解与示范(15分) (1)进行重要环节的讲解、示范; (2)步骤清晰,方法正确; (3)确认老年人理解并愿意配合。 5.行走训练(25分) (1)指导老年人使用助行器,方法正确; (2)过程中做好安全保护; (3)训练时长以老年人能耐受为宜;	50

		(4)过程中密切关注老年人不良情绪或异常反应,并及时应对。 6.总结本次训练情况,听取老年人感受,预约下次训练时间,协助老年人采取安全舒适的体位(4分)	
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务,在照护过程中进行注意事项的教育: 1.教育方式恰当,如讲解与示范相结合; 2.语言简单易懂,尽量使用生活化语言; 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育,如疾病预防和康复、健康生活方式等,要求如下: 1.主题和数量合适; 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3.结合主题提出的措施或建议,不少于3条; 4.措施或建议准确有效,符合科学和规范的要求; 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈),整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况)。	2
	M13	遵守感染防护要求,包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性:操作流畅、安全、规范,避免老年人出现害怕、疼痛等伤害,过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力:顺畅自然、有效沟通,表达信息方式符合老年人社会文化背景,能正确理解老年人反馈的信息,避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性:能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施,解决老年人问题,促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护:做好自身职业防护,能运用节力原则,妥善利用力的杠杆作用,调整重心,减少摩擦力,利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀:能及时关注到老年人各方面变化,能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应,给予支持,例如不可急躁等;言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励:利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护,加强	2

		自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

三、基础照护

试题名称：为I度烫伤的老年人进行急救处理。

（一）案例描述

【场景】机构

王克伟爷爷，76岁，2个月前老伴去世，儿女因工作繁忙，不能提供照顾，现入住离家2公里的医养结合型养老机构3栋210室3床。

【基本信息】

身高：168cm；

体重：62kg；

文化程度：专科；

经济状况：退休金4800元/月，有少量积蓄，有儿女支持；

兴趣爱好：唱歌、下象棋、看电视；

饮食喜好：喜食腌制食品、肉类，不喜蔬菜；

工作经历：退休教师；

既往病史：高血压15年，脑梗后10月余。

【目前状况】

王爷爷目前神志清楚，发音不清，可简单沟通交流，左侧肢体活动受限，右侧肢体活动尚可，在协助下可使用助行器行走。自入住养老机构以来，王爷爷总是目光呆滞，表情淡漠。今日女

儿看望父亲，带来了在家煲的鸡汤，盛汤时不慎洒泼到爷爷脚背部，呼叫护理员急救处理。

（二）任务要求

请护理员为 I 度烫伤的老年人进行急救处理。

（三）任务说明

1.请于备物室准备物品，进入竞赛场景后不得再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如视力、感知觉等）。	6

	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可开始操作。	2
关键 操作 技能 (50分)	M8	1.现场处置（10分） （1）妥善处置热源，迅速帮助老年人脱离危险环境； （2）协助老年人体位转移，方法正确（安全、舒适、有效、节力）； （3）安置老年人舒适体位； （4）安抚老年人紧张情绪。 2.评估伤情（8分） （1）烫伤的部位、面积、程度等； （2）评估方法正确，避免二次损伤。 3.冷却治疗（15分） （1）快速准备适宜的冷却治疗用物并妥善放置； （2）对烫伤部位进行冷却治疗，方法正确：完全覆盖烫伤部位，用冷时长不少于30分钟，保持冷却物在适宜温度，避免对局部造成二次伤害； （3）过程中观察老年人反应，缓解紧张情绪，做好保暖措施。 4.冷却治疗后安置（14分） （1）观察烫伤部位，评估冷却治疗效果； （2）协助老年人涂抹烫伤膏，方法正确； （3）根据老年人需求，协助采取舒适体位。 5.报告医护人员，反馈处理情况（3分）	50
健康 教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5

评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈),整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求,包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性:操作流畅、安全、规范,避免老年人出现害怕、疼痛等伤害,过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力:顺畅自然、有效沟通,表达信息方式符合老年人社会文化背景,能正确理解老年人反馈的信息,避免盲目否定或其他语言暴力。	2
	J3	创新性:能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施,解决老年人问题,促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护:做好自身职业防护,能运用节力原则,妥善利用力的杠杆作用,调整重心,减少摩擦力,利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀:能及时关注到老年人各方面变化,能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应,给予支持,例如不可急躁等;言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励:利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护,加强自我管理,发挥残存功能,提升自理能力。	2
	J7	灵活性:对临场突发状况能快速应变,根据老年人及现场条件灵活机动实施照护,具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

C1 实操技能竞赛参考赛题四

一、生活照护

试题名称：为老年人穿脱弹力足踝矫形器。

（一）案例描述

【场景】居家

林江华爷爷，72岁，与老伴居住在宁和区10栋301室；育有一儿一女，均在本地工作。林爷爷3个月前因脑出血住院治疗后回家休养，现由老伴配合颐乐社区居家照料中心实施居家照护。

【基本信息】

身高：176cm；

体重：80kg；

文化程度：大学；

经济状况：退休干部，每月退休金约5000元；儿女能支持；

兴趣爱好：看电视、下围棋；

饮食喜好：喜食腌制食品，不喜蔬菜；

工作经历：事业单位工作至退休；

既往病史：高血压12年，慢性支气管炎10年，脑出血后3个月。

【目前状况】

林爷爷目前神志清楚，左侧肢体活动正常，右侧肢体活动障碍，右上肢能抬于胸前，右下肢轻度足下垂，协助下右踝关节能做轻微屈伸活动，能借助手杖行走，步态呈“画圈点点儿状”。康复师为爷爷配备了弹力足踝矫形器并请护理员指导使用。

（二）任务要求

请为老年人穿脱弹力足踝矫形器。

（三）任务说明

1.请于备物室准备物品，进入竞赛场景后不得再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如下肢皮肤情况、行走情况等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3

	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.体位安全稳定(2分) 2.穿矫形器(20分) (1)检查矫形器完好及匹配度； (2)穿矫形器方法正确、安全，松紧适宜； (3)穿矫形器流程正确，鞋子适宜； (4)关注老年人反应，关心老年人。 3.协助适应矫形器(20分) (1)根据需要调整矫形器，方法规范、安全、舒适； (2)协助老年人站立，指导老年人行走，方法规范、安全、舒适； (3)密切观察老年人反应，及时有效满足老年人需求，必要时休息； (4)语言与非语言方式鼓励老年人。 4.脱下矫形器(8分) (1)脱矫形器方法、顺序规范、安全、舒适； (2)检查老年人局部皮肤及矫形器，方法正确、规范； (3)协助老年人取安全舒适体位，肯定老年人的配合与参与； (4)物品放置合理，环境布置适宜。	50
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价照护效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈)，整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况)。	2
	M13	遵守感染防护要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境	3

对选手 综合 评判 (12分)		的操作动作或行为。	
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力 的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

二、康复服务

试题名称：指导老年人使用简易辅具进行手功能训练。

（一）案例描述

【场景】社区日间照料中心

林江华爷爷，72岁，与老伴居住在宁和区10栋301室；育有一儿一女，均在本地工作；5个月前因脑出血住院治疗回家后一直接受居家照护，因康复效果不佳现由社区日间照料中心提供服务。

【基本信息】

身高：176cm；

体重：75kg；

文化程度：大学；

经济状况：退休干部，每月退休金约5000元；儿女能支持；

兴趣爱好：看电视、下围棋；

饮食喜好：喜食腌制食品，不喜蔬菜；

工作经历：事业单位工作至退休；

既往病史：高血压12年，慢性支气管炎10年，脑出血后5月余。

【目前状况】

林爷爷目前神志清楚，左侧肢体功能正常，右侧肢体活动障碍，右上肢屈曲于胸前，手指活动不灵，仅能抓握体积比较大的物品，日常借助轮椅出行。老伴每天送林爷爷到社区日间照料中

心进行康复训练，林爷爷对康复缺乏信心，在言语中多次表达训练无用、不愿训练的想法。

（二）任务要求

指导老年人使用简易辅具进行手功能训练。

（三）任务说明

1.请于备物室准备物品，进入竞赛场景后不得再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）；	6

		2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如手功能、情绪状态等）。	
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2
关键 操作 技能 (50分)	M8	1.协助老年人取合适体位（安全、舒适、尊重、便于操作）（2分） 2.训练前准备（10分） （1）协助老年人进行训练前的准备活动，方法正确（安全、科学、规范、有效、节力、尊重）； （2）根据老年人的情况选择合适的辅具； （3）活动设计新颖，简单易学。 3.训练中（25分） （1）进行重要环节的讲解、示范，步骤清晰，方法正确； （2）充分利用老年人的自身力量，注意患侧肢体的保护； （3）指导训练方法安全、科学、循序渐进； （4）注意观察老年人的反应，及时沟通与鼓励； （5）训练频次与时间适宜，以老年人能耐受为准。 4.训练结束后（8分） （1）协助老年人放松调整； （2）总结本次训练，听取老年人感受，预约下次训练时间； （3）协助老年人取适宜体位（安全、舒适、尊重）； （4）物品放置合理，环境布置适宜。 5.操作中关注老年人的不良情绪或异常反应，及时有效满足老年人的需求（5分）	50
健康 教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求；	5

		5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈),整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等)。	2
	M13	遵守感染防护要求,包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性:操作流畅、安全、规范,避免老年人出现害怕、疼痛等伤害,过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力:顺畅自然、有效沟通,表达信息方式符合老年人社会文化背景,能正确理解老年人反馈的信息,避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性:能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施,解决老年人问题,促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护:做好自身职业防护,能运用节力原则,妥善利用力的杠杆作用,调整重心,减少摩擦力,利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀:能及时关注到老年人各方面变化,能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应,给予支持,例如不可急躁等;言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励:利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护,加强自我管理,发挥残存功能,提升自理能力。	2
	J7	灵活性:对临场突发状况能快速应变,根据老年人及现场条件灵活机动实施照护,具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

三、基础照护

试题名称：配置和使用消毒液进行环境及物品消毒。

（一）案例描述

【场景】机构

林江华爷爷，72岁，10个月前脑出血出院后，虽经居家上门、社区日间照料等服务，但病情时有反复，康复效果不佳，1月前与老伴共同入住松柏养老院1栋201室。

【基本信息】

身高：176cm；

体重：70kg；

文化程度：大学；

经济状况：退休干部，每月退休金约5000元；儿女能支持；

兴趣爱好：看电视、下围棋；

饮食喜好：喜食腌制食品，不喜蔬菜；

工作经历：事业单位工作至退休；

既往病史：高血压12年，慢性支气管炎10年，脑出血后10月余。

【目前状况】

林爷爷目前神志清楚，身体较虚弱，卧床为主，左侧肢体活动正常，右侧肢体活动障碍，右上肢屈曲于胸前，手指活动不灵；最近因受凉导致慢性支气管炎急性发作，治疗后好转，为保持环境清洁，护理人员需配置有效氯浓度为 500mg/L 的含氯消毒液，对老年人的房间和用具进行消毒。

（二）任务要求

配置和使用消毒液进行环境及物品消毒。

（三）任务说明

1.请于备物室准备物品，进入竞赛场景后不得再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（针对本情境可能存在的情况）。	6

	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.评估消毒物品的类别、数量等（2分） 2.防护：戴好帽子、口罩、手套及老年人保护（转移或戴口罩）（4分） 3.配制消毒液（16分） （1）核对所配制消毒剂的浓度、有效期、用途及注意事项； （2）选择合适的配置容器，准备配制所需用水量； （3）核对消毒片剂，充分溶解于水，检测有效浓度，妥善放置备用； （4）浓度配制正确，标记正确。 4.消毒（20分） （1）餐具浸泡方法及流程正确、安全、规范； （2）家具擦拭方法及流程正确、安全、规范； （3）地面消毒方法及流程正确、安全、规范； （4）餐具清洗方法及流程正确、安全、规范。 5.消毒后（8分） （1）用物处置、摆放合理，环境布置适宜； （2）协助老年人舒适体位。	50
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价照护效果	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意（反馈），整理各项物品。	1
	M12	记录（不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等）。	2

(5分)	M13	遵守感染防护要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

C1 实操技能竞赛参考赛题五

一、生活照护

试题名称：使用棉棒法为老年人清洁口腔。

（一）案例描述

【场景】居家

王星爷爷，78岁，与老伴居住在幸福小区1栋206室，育有2个女儿，1个外孙和1个外孙女，均在本地。王爷爷3个月前因脑出血住院治疗，病情稳定后回家，现由夕阳美日间照料中心实施居家照护。

【基本信息】

身高：173cm；

体重：61kg；

文化程度：初中；

经济状况：退休金约3000元/月；有少量积蓄，2个女儿经济情况一般；

兴趣爱好：喝茶、看电视、打麻将；

饮食喜好：喜食肉食，嗜辣，不喜蔬菜；

工作经历：企业工作至退休；

既往病史：高血压15年，骨质疏松症3年。

【目前状况】

王爷爷目前神志清楚，左侧偏瘫，右侧肢体能活动但是活动无力，卧床为主，生活不能自理，不能自行刷牙漱口，需要协助

进食、进水，吞咽功能良好；既往性格开朗健谈，生病以来总是闷闷不乐，沉默不语。

（二）任务要求

请用棉棒法为老年人清洁口腔。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，不需要归还到备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）；	6

		3.特殊情况（如口腔情况、有无义齿等）。	
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可开始操作。	2
关键 操作 技能 (50分)	M8	1.取合适体位（6分） （1）垫高或摇高床头，背部垫软枕，协助老年人将头转向右侧； （2）将干净毛巾围于老年人前胸及右侧颌下，必要时取弯盘摆放于老年人右侧下颌角处。 2.检查口腔（6分） （1）检查口腔黏膜有无出血，有无溃破； （2）检查方法正确、全面； （3）注意沟通，观察老年人反应。 3.清洁口腔（32分） （1）流程正确； （2）方法正确； （3）擦洗全面、仔细； （4）动作轻柔； （5）密切观察老年人反应并积极应对。 4.清洁后检查、整理（6分） （1）嘱老年人再次张口，观察口腔是否擦拭干净，牙龈有无出血； （2）擦干老年人口周及面部水渍，涂润唇膏； （3）整理用物。	50
健康 教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务,在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5

评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈),整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求,包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性:操作流畅、安全、规范,避免老年人出现害怕、疼痛等伤害,过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力:顺畅自然、有效沟通,表达信息方式符合老年人社会文化背景,能正确理解老年人反馈的信息,避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性:能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施,解决老年人问题,促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护:做好自身职业防护,能运用节力原则,妥善利用力的杠杆作用,调整重心,减少摩擦力,利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀:能及时关注到老年人各方面变化,能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应,给予支持,例如不可急躁等;言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励:利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护,加强自我管理,发挥残存功能,提升自理能力。	2
	J7	灵活性:对临场突发状况能快速应变,根据老年人及现场条件灵活机动实施照护,具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

二、康复服务

试题名称：指导老年人进行床上翻身运动训练。

（一）案例描述

【场景】社区日间照料中心

王星爷爷，78岁，与老伴居住在幸福小区1栋206室，育有2个女儿，1个外孙和1个外孙女，均在本地；因左侧偏瘫，翻身困难，现由女儿每天用轮椅送至夕阳美日间照料中心进行康复训练。

【基本信息】

身高：173cm；

体重：63kg；

文化程度：初中；

经济状况：退休金约3000元/月；积蓄少，2个女儿经济情况一般；

兴趣爱好：喝茶、看电视、打麻将；

饮食喜好：喜食肉食，不喜蔬菜；

工作经历：企业工作至退休；

既往病史：高血压15年，骨质疏松症3年，脑出血后半年。

【目前状况】

王爷爷目前神志清楚，语言表达较清晰，左侧肢体偏瘫，右侧肢体活动较好，平日借助轮椅活动，日常生活、翻身等需要老伴的协助，情绪低落，常发脾气。现根据康复师制定的训练计划，每日由日间照料中心的护理员为其进行床上翻身运动训练。

（二）任务要求

请指导老年人进行床上翻身运动训练。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，不需要归还到备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如血压、皮肤情况等）。	6

	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.自主向患侧翻身训练（20分） （1）护理员站在患侧保护，老年人仰卧在床； （2）指导老年人头部转向患侧； （3）指导老年人健侧手握住患侧手放在腹部，双手叉握，患手拇指压在健侧拇指上； （4）指导老年人健侧腿屈膝，脚平放于床面； （5）指导老年人双上肢前伸，与躯干成90度，指向天花板； （6）指导老年人用健侧上肢的力量带动患侧上肢做左右侧方摆动2~3次，当摆向患侧时，借助惯性使双上肢和躯干一起翻向患侧。 2.自主向健侧翻身训练（20分） （1）护理员站在健侧保护，老年人仰卧在床。 （2）指导老年人头部转向健侧； （3）指导老年人健侧手握住患侧手放在腹部，双手叉握，患侧手拇指压在健侧手拇指上； （4）指导老年人健侧腿屈膝，插入患腿下方，钩住患侧踝部； （5）指导老年人双上肢前伸与躯干成90度，指向天花板； （6）指导老年人用健侧上肢的力量带动患侧上肢做左右侧方摆动2~3次，借助惯性使双上肢和躯干一起翻向健侧。 3.询问老年人自主翻身训练掌握情况，基本掌握后再开始下次训练（2分） 4.老年人无不适后，再重复以上动作，持续训练30分钟（2分） 5.协助老年人取舒适体位（6分）	50
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言；	3

		3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育,如疾病预防和康复、健康生活方式等,要求如下: 1.主题和数量合适; 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3.结合主题提出的措施或建议,不少于3条; 4.措施或建议准确有效,符合科学和规范的要求; 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈),整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求,包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性:操作流畅、安全、规范,避免老年人出现害怕、疼痛等伤害,过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力:顺畅自然、有效沟通,表达信息方式符合老年人社会文化背景,能正确理解老年人反馈的信息,避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性:能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施,解决老年人问题,促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护:做好自身职业防护,能运用节力原则,妥善利用力的杠杆作用,调整重心,减少摩擦力,利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀:能及时关注到老年人各方面变化,能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应,给予支持,例如不可急躁等;言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励:利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护,加强自我管理,发挥残存功能,提升自理能力。	2
	J7	灵活性:对临场突发状况能快速应变,根据老年人及现场条件灵活机动实施照护,具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

三、基础照护

试题名称：为老年人进行跌倒风险评估及应对。

（一）案例描述

【场景】机构

王星爷爷，79岁，老伴2个月前去世，因女儿工作繁忙，不能提供照护，现入住幸福家园养护院202房间5床。

【基本信息】

身高：173cm；

体重：63kg；

文化程度：初中；

经济状况：退休金约3000元/月；积蓄少，2个女儿经济情况一般；

兴趣爱好：喝茶、看电视、打麻将；

饮食喜好：喜食肉食，不喜蔬菜；

工作经历：企业工作至退休；

既往病史：高血压16年，骨质疏松症4年，脑出血后1年。

【目前状况】

王爷爷目前神志清楚，语言表达较清晰，左侧肢体偏瘫，右侧肢体活动尚可，能使用手杖行走，1个月前在家跌倒一次，皮肤擦伤。自入住养老机构以来，王爷爷情绪低落，总是坐在椅子上发呆，自述思念老伴。

（二）任务要求

请为老年人进行跌倒风险评估及应对。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，不需要归还到备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如血压、头晕、头痛等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问	2

		老年人是否可以开始操作。	
关键操作技能 (50分)	M8	1.跌倒风险评估(12分) (1)及时发现跌倒风险,确保老年人处于安全状态; (2)依据Morse跌倒风险评估量表进行跌倒风险评估; (3)评估结果准确。 2.告知老年人跌倒的风险及预防跌倒的意义(4分) 3.与老年人共同分析导致跌倒的风险因素,如环境因素、生理因素、疾病因素、药物因素、心理因素、其他等(10分) 4.根据跌倒风险因素采取科学有效、针对性强、老年人易接受的跌倒风险应对措施,措施不少于3条(以下内容仅作参考)(20分) (1)创造安全的环境:如家具、地面、扶手、灯光等; (2)合理用药:如规律用药,用药后避免剧烈活动等; (3)合理使用辅助器具:如选择恰当的辅具,使用方法正确等; (4)调整生活方式:如睡眠充足、心情愉快、运动适当、穿着合适等; (5)智慧产品的使用:如穿戴跌倒预警手环、防跌倒背心等。 5.反馈老年人掌握情况,持续关注预防跌倒措施的落实情况(4分)	50
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务,在照护过程中进行注意事项的教育: 1.教育方式恰当,如讲解与示范相结合; 2.语言简单易懂,尽量使用生活化语言; 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育,如疾病预防和康复、健康生活方式等,要求如下: 1.主题和数量合适; 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3.结合主题提出的措施或建议,不少于3条; 4.措施或建议准确有效,符合科学和规范的要求; 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价照护效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈),整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况)。	2

	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

C1 实操技能竞赛参考赛题六

一、生活照护

试题名称：照护有睡眠障碍的老年人入睡。

（一）案例描述

【场景】居家

范长青爷爷，82岁，与老伴居住在花园里小区3栋301室，育有2个儿子，均已成家在外地；现由乐龄颐养院实施居家照护。

【基本信息】

身高：170cm；

体重：75kg；

文化程度；大专；

经济状况：每月退休金7000元，儿子可给予支持；

兴趣爱好：喝茶、听戏曲、书法、吸烟；

饮食喜好：喜辣、重油；

工作经历：中学数学老师至退休；

既往病史：慢性阻塞性肺疾病15年，糖尿病10年。

【目前状况】

范爷爷2周前因肺部感染住院治疗，病情稳定后回家休养；目前尚有咳嗽咳痰、活动后气喘等症状。范爷爷有每天洗澡的习惯，最近秋冬换季，皮肤瘙痒严重，影响睡眠。

（二）任务要求

请护理员照护有睡眠障碍的老年人入睡。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如睡眠习惯、皮肤情况等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可开始操作。	2

关键 操作 技能 (50分)	M8	1.了解老年人睡眠障碍情况及原因(12分) (1)了解老年人睡眠状况; (2)通过观察、询问等方式了解睡眠障碍的原因,如环境、疾病、心理等方面; (3)语言恰当合理,耐心细致,关注老年人感受。 2.改进措施(20分) (1)向老年人解释影响睡眠的因素; (2)向老年人解释改进睡眠的措施; (3)协助老年人改进睡眠环境; (4)实施其他有效措施如皮肤护理、心理安抚、放松训练等; (5)征求老年人对措施改进的意见。 3.协助老年人入睡(18分) (1)协助老年人转移至床上,方法安全、正确、节力,避免拖拉拽; (2)根据老年人意愿及身体情况摆放安全舒适体位; (3)体位摆放的方法正确、安全,体位固定得当; (4)过程中注意发挥老年人残存功能,随时观察老年人反应; (5)轻声关门,观察老年人睡眠情况。	50
健康 教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务,在照护过程中进行注意事项的教育: 1.教育方式恰当,如讲解与示范相结合; 2.语言简单易懂,尽量使用生活化语言; 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育,如疾病预防和康复、健康生活方式等,要求如下: 1.主题和数量合适; 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3.结合主题提出的措施或建议,不少于3条; 4.措施或建议准确有效,符合科学和规范的要求; 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈),整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求,包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2

对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

二、康复服务

试题名称：指导老年人进行记忆力训练。

（一）案例描述

【场景】社区日间照料中心

范长青爷爷，83岁，与老伴居住在花园里小区3栋301室，育有2个儿子，均已成家在外地；现接受社区日间照料中心服务。

【基本信息】

身高：170cm；

体重：75kg；

文化程度：大专；

经济状况：每月退休金7000元，儿子可给予支持；

兴趣爱好：喝茶、听戏曲、书法、吸烟；

饮食喜好：喜辣、重油；

工作经历：中学数学老师至退休；

既往病史：慢性阻塞性肺疾病16年，糖尿病11年，阿尔兹海默病1年。

【目前状况】

范爷爷近期记忆力下降明显，主要表现为：常常忘记刚刚说过的话，反复询问相同的问题，重复做同样的事情，MMSE评估为18分；现每日由老伴陪同至社区日间照护中心进行记忆力训练。

（二）任务要求

请护理员指导老年人进行记忆力训练。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如视力、认知功能等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合；	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2
	M8	1.准备工作（6分）	50

关键 操作 技能 (50分)		准备恰当的训练物品，如各种水果图片，摆放在合适的位置，便于沟通并向老年人展示，引导老年人做好训练的心理准备。 2.瞬间记忆训练（24分） （1）将各种卡片反面向上，取出一张如西瓜图片让老年人识别是什么水果； （2）当老年人能正确识别以后，可立刻将彩图正面向下，要求老年人回忆刚才看到的是什么，以训练感觉记忆也称为瞬间记忆； （3）重复以上步骤2~3次； （4）如能顺利完成，给予鼓励和表扬； （5）如老年人注意力转移或者不耐烦，采取有效措施吸引注意力，如饶有兴趣的图片等； （6）当老年人识别不清时，可适当提醒，让老年人复述，直至记住。 3.短时记忆训练（20分） （1）当老年人能够对多张彩图进行识别和瞬间回忆正确时，可将刚刚识别的彩图正面向下，让老年人回忆并回答刚才看到了什么，以训练短时记忆； （2）再将刚刚识别的水果彩图正面向上，让老年人找出正确的图片，以加强短时记忆； （3）密切观察老年人情绪，如有烦躁，立即停止或转移注意力； （4）对老年人的良好表现及时提出表扬和鼓励，维持老年人进行训练的兴趣。	
健康 教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务,在照护过程中进行注意事项的教育: 1.教育方式恰当,如讲解与示范相结合; 2.语言简单易懂,尽量使用生活化语言; 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育,如疾病预防和康复、健康生活方式等,要求如下: 1.主题和数量合适; 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3.结合主题提出的措施或建议,不少于3条; 4.措施或建议准确有效,符合科学和规范的要求; 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5

评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈),整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等)。	2
	M13	遵守感染防护要求,包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性:操作流畅、安全、规范,避免老年人出现害怕、疼痛等伤害,过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力:顺畅自然、有效沟通,表达信息方式符合老年人社会文化背景,能正确理解老年人反馈的信息,避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性:能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施,解决老年人问题,促进老年人的健康和幸福感	1
	J4	职业防护:做好自身职业防护,能运用节力原则,妥善利用力的杠杆作用,调整重心,减少摩擦力,利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀:能及时关注到老年人各方面变化,能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应,给予支持,例如不可急躁等;言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励:利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护,加强自我管理,发挥残存功能,提升自理能力。	2
	J7	灵活性:对临场突发状况能快速应变,根据老年人及现场条件灵活机动实施照护,具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

三、基础照护

试题名称：护理协助下为老年人进行口腔吸痰。

（一）案例描述

【场景】机构

范长青爷爷，84岁，因家庭照护困难，2个月前入住夕阳红养老机构6栋205室2床。

【基本信息】

身高：170cm；

体重：75kg；

文化程度：大专；

经济状况：每月退休金7000元，儿子可给予支持；

兴趣爱好：喝茶、听戏曲、书法、吸烟；

饮食喜好：喜辣、重油；

工作经历：中学数学老师至退休；

既往病史：慢性阻塞性肺疾病17年，糖尿病12年，阿尔兹海默病2年。

【目前状况】

范爷爷近半年来因肺部反复感染，肺功能下降明显，目前神志清楚，咳嗽痰多，痰液黏稠，不易咳出；早上七点，护理员查房时发现痰鸣音明显。

（二）任务要求

请护理员在护理协助下为老年人进行口腔吸痰。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如咳嗽、咳痰、呼吸情况）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3

	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.检查吸痰器性能(10分) (1)检查吸痰器、调节负压(根据老年人情况及痰液黏稠度调节负压至40~53.3千帕); (2)检查吸痰管是否通畅(吸取少量生理盐水)。 2.吸痰方法正确(24分) (1)吸痰管不带负压进入口腔(如反折吸痰管末端); (2)(使用止血钳或手套)插入部位、深度正确; (3)左右旋转吸出痰液,吸痰时间每次不超过15秒; (4)吸取少量生理盐水,冲洗吸痰管,分离吸痰管。 3.观察应对,沟通解释(10分) (1)观察老年人面色及呼吸改善情况,发现不适立即停止;观察黏膜有无损伤;观察吸出物的性质,异常情况立即报告医生; (2)安抚老年人紧张情绪。 4.保持老年人面部清洁、床单位整洁,取舒适体位(3分) 5.按要求处理痰液,注意个人防护及手卫生(3分)	50
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务,在照护过程中进行注意事项的教育: 1.教育方式恰当,如讲解与示范相结合; 2.语言简单易懂,尽量使用生活化语言; 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育,如疾病预防和康复、健康生活方式等,要求如下: 1.主题和数量合适; 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3.结合主题提出的措施或建议,不少于3条; 4.措施或建议准确有效,符合科学和规范的要求; 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价照护效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈),整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等)。	2

	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

C1 实操技能竞赛参考赛题七

一、生活照护

试题名称：为老年人布置睡眠环境。

（一）案例描述

【场景】居家

李红奶奶，78岁，与老伴居住在宏福苑6栋101室；老伴身体健康，育有两子一女，均在外地。李奶奶1个月前因脑梗住院治疗，病情稳定后回家休养，现由常青树颐养院实施居家照护。

【基本信息】

身高：160cm；

体重：50kg；

文化程度：中专；

经济状况：退休金4000元/月，有子女支持；

兴趣爱好：手工、饮茶；

饮食喜好：喜食红烧肉、腌制食品；

工作经历：纺织厂厂长；

既往病史：慢性阻塞性肺疾病15年、高血压12年。

【目前状况】

李奶奶目前神志清楚，言语不清，偶有流涎现象，右侧肢体活动尚可，左侧肢体活动受限，仅能抬离床面；近期因病情变化，心理落差大，入睡困难；请护理员布置睡眠环境，协助李奶奶入睡。

（二）任务要求

请护理员为老年人布置睡眠环境。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如情绪状态、睡前药物等）。	6

	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2
关键 操作 技能 (50分)	M8	1.布置睡眠环境（18分） （1）关闭门窗，拉好窗帘； （2）调整居室环境帮助老年人入睡，如：房间温湿度、空气、声音、气味等； （3）根据老年人生活习惯整理床单位，如：评估床垫软硬、盖被厚薄、枕头高矮等。 2.协助老年人上床入睡（25分） （1）协助老年人转移至床上，方法安全、正确、节力，避免拖拉拽； （2）根据老年人意愿及身体情况摆放安全舒适体位； （3）体位摆放的方法正确、安全，体位固定得当； （4）操作过程中注意保暖，避免着凉； （5）充分发挥老年人的残存功能。 3.物品合理放置，确认无其他影响睡眠的因素，如：灯光等（4分） 4.轻声关门，观察老年人睡眠情况（3分）	50
健康 教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意（反馈），整理各项物品。	1

评价 照护 效果 (5分)	M12	记录(不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求,包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性:操作流畅、安全、规范,避免老年人出现害怕、疼痛等伤害,过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力:顺畅自然、有效沟通,表达信息方式符合老年人社会文化背景,能正确理解老年人反馈的信息,避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性:能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施,解决老年人问题,促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护:做好自身职业防护,能运用节力原则,妥善利用力的杠杆作用,调整重心,减少摩擦力,利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀:能及时关注到老年人各方面变化,能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应,给予支持,例如不可急躁等;言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励:利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护,加强自我管理,发挥残存功能,提升自理能力。	2
	J7	灵活性:对临场突发状况能快速应变,根据老年人及现场条件灵活机动实施照护,具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

二、康复服务

试题名称：指导老年人制作记忆相册。

（一）案例描述

【场景】社区日间照料中心

李红奶奶，78岁，与老伴居住在宏福苑6栋101室；育有两子一女，均在外地，老伴身体欠佳，现由常青树日间照料中心提供服务。

【基本信息】

身高：160cm；

体重：50kg；

文化程度：中专；

经济状况：退休金4000元，有子女支持；

兴趣爱好：手工、饮茶；

饮食喜好：喜食红烧肉、腌制食品；

工作经历：纺织厂厂长；

既往病史：慢性阻塞性肺疾病15年、高血压12年、脑梗后半年。

【目前状况】

李奶奶半年前因脑梗住院治疗，病情稳定后回家休养，言语不清，能简单交流，右侧肢体活动尚可，左上肢屈曲于胸前，肌张力较高，左下肢能抬离床面，可借助轮椅出行。近期李奶奶出现记忆力下降及定向障碍，主要表现为经常忘记刚发生的事情及找不到自己的房间，现由社区日间照料中心护理员提供照护。

（二）任务要求

请护理员指导并协助老年人制作记忆相册。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如认知功能、视力、手功能等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤；	3

		2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.布置活动环境，营造氛围，桌椅及活动物品合理摆放（4分） 2.讲解示范制作记忆相册的意义及方法（6分） 3.制作相册（30分） （1）指导老年人根据时间线或主题对照片进行分类整理（如职业发展、家人聚会、旅行经历等各个方面）； （2）引导老年人回忆并分享照片中的人、发生的事及当时的感受等； （3）鼓励老年人对照片进行设计布局，协助老年人按照时间顺序、人物关系等将照片有序存放于相册中； （4）指导老年人利用标签在图片的相应位置写下文字介绍，可帮助老年人后期查看； （5）询问老年人相册是否满意，根据老年人反馈再次完善，引导老年人对相册命名，提升成就感； （6）制作过程需循序渐进，指令清晰，动作从简到繁，如发现老年人操作有困难时，给予适当帮助。 4.在制作过程中观察、询问老年人的感受，并积极回应（3分） 5.制作过程中，对老年人的良好表现及时提出表扬及鼓励（3分） 6.相册制作结束后，鼓励老年人定期更新相册内容并指导老年人整理用物（4分）	50
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5

评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈),整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求,包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性:操作流畅、安全、规范,避免老年人出现害怕、疼痛等伤害,过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力:顺畅自然、有效沟通,表达信息方式符合老年人社会文化背景,能正确理解老年人反馈的信息,避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性:能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施,解决老年人问题,促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护:做好自身职业防护,能运用节力原则,妥善利用力的杠杆作用,调整重心,减少摩擦力,利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀:能及时关注到老年人各方面变化,能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应,给予支持,例如不可急躁等;言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励:利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护,加强自我管理,发挥残存功能,提升自理能力。	2
	J7	灵活性:对临场突发状况能快速应变,根据老年人及现场条件灵活机动实施照护,具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

三、基础照护

试题名称:为老年人翻身叩背促进排痰。

(一) 案例描述

【场景】机构

李红奶奶,79岁,育有两子一女,均在外地;老伴3个月前因跌倒致右侧髌部骨折。李奶奶现入住常青树医养结合养老机构301房1床。

【基本信息】

身高：160cm；

体重：50kg；

文化程度：中专；

经济状况：退休金 4000 元，有子女支持；

兴趣爱好：手工、饮茶；

饮食喜好：红烧肉、腌制食品；

工作经历：纺织厂厂长；

既往病史：慢性阻塞性肺病 16 年、高血压 13 年、脑梗后 1 年。

【目前状况】

李奶奶 1 年前因脑梗住院治疗，病情稳定后回家休养。因子女在外地且工作繁忙，老伴 3 个月前因跌倒致右侧髌部骨折，无法照顾。近期李奶奶和老伴一起入住常青树医养结合养老机构。目前患有轻度认知功能障碍，言语不清，能简单交流，右侧肢体活动尚可，左侧肢体活动受限，左下肢能抬离床面，可借助轮椅出行。近日天气变化，李奶奶受凉上呼吸道感染，有较多痰液不易咳出。

（二）任务要求

请护理员为老年人翻身叩背促进排痰。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如咳嗽咳痰、皮肤情况等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3

	M7	询问老年人有无其他需求,环境和体位等是否舒适,询问老年人是否可开始操作。	2
关键 操作 技能 (50分)	M8	1.协助老年人翻身(6分) (1)翻身方法安全、正确,避免拖拉拽; (2)操作中注意保暖,避免受凉; (3)合理放置软枕,正确进行体位固定。 2.叩击部位准确(12分) (1)评估叩击部位及皮肤情况; (2)叩击从背部第十肋向上至肩部进行,两侧交替; (3)避开双肾、骨隆突处、脊柱、肩胛骨、心脏等区域; (4)叩击的相邻部位应重叠1/3。 3.叩击方法正确(18分) (1)手法:五指并拢呈弓形,掌心与手指成120°角; (2)叩击方向:由下至上,由两侧到中央; (3)力度:力量中等,以老年人耐受为准; (4)频率:有节律的叩击老年人背部,每分钟叩击120~180次,持续3~6分钟,每天叩击3~5次。 4.指导老年人有效咳嗽排痰(4分) 5.清洁整理(6分) (1)按要求处理痰液; (2)保持老年人口颜面清洁; (3)协助老年人取舒适体位。 6.过程中观察老年人反应并积极应对(4分)	50
健康 教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务,在照护过程中进行注意事项的教育: 1.教育方式恰当,如讲解与示范相结合; 2.语言简单易懂,尽量使用生活化语言; 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育,如疾病预防和康复、健康生活方式等,要求如下: 1.主题和数量合适; 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3.结合主题提出的措施或建议,不少于3条; 4.措施或建议准确有效,符合科学和规范的要求; 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5

评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈),整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求,包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性:操作流畅、安全、规范,避免老年人出现害怕、疼痛等伤害,过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力:顺畅自然、有效沟通,表达信息方式符合老年人社会文化背景,能正确理解老年人反馈的信息,避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性:能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施,解决老年人问题,促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护:做好自身职业防护,能运用节力原则,妥善利用力的杠杆作用,调整重心,减少摩擦力,利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀:能及时关注到老年人各方面变化,能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应,给予支持,例如不可急躁等;言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励:利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护,加强自我管理,发挥残存功能,提升自理能力。	2
	J7	灵活性:对临场突发状况能快速应变,根据老年人及现场条件灵活机动实施照护,具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

C1 实操技能竞赛参考赛题八

一、生活照护

试题名称：为佩戴鼻饲管的老年人进食、进水。

（一）案例描述

【场景】居家

李明杰爷爷，76岁，与老伴居住在幸福小区6栋402室；育有一女，在外地工作。李爷爷3周前因脑梗住院治疗，病情稳定后回家休养，现由银发社区居家养老服务中心实施照护。

【基本信息】

身高：175cm；

体重：75kg；

文化程度：大专；

经济状况：有退休金，有积蓄；

兴趣爱好：看书、书法、看电视；

饮食喜好：喜食咸菜、吸烟；

工作经历：中学教师退休；

既往病史：高血压10年，糖尿病8年。

【目前状况】

李爷爷目前神志清楚，言语不利，吞咽困难，需鼻饲进食，左侧肢体活动尚可，右侧肢体偏瘫，卧床且不能自主翻身；既往性格开朗健谈，脑梗后情绪低落、愁眉不展；因家属不会使用鼻饲管协助李爷爷进食，特申请居家上门服务。

（二）任务要求

请护理员为佩戴鼻饲管的老年人进食、进水。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如有无随餐药、营养状态等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3

	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.进食准备（10分） （1）协助老年人摆放安全进食体位； （2）护理员洗手，物品置于合适位置； （3）核对饮食。 2.协助老年人进食（30分） （1）检查胃管固定是否良好，评估胃管是否在胃内，方法正确； （2）测试水温及鼻饲液温度，方法正确； （3）协助老年人进食，流程及方法正确、速度适宜； （4）密切观察老年人反应并积极应对； （5）指导家属方法正确，讲解清晰。 3.整理（10分） （1）正确清洗推注器并冲净胃管内食物残渣； （2）冲洗胃管末端； （3）胃管末端正确处置并妥善固定； （4）撤下毛巾或弯盘； （5）保持进餐体位，避免食物反流，30分钟后协助老年人恢复舒适体位。	50
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价照护效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意（反馈），整理各项物品。	1
	M12	记录（不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况）。	2

	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

二、康复服务

试题名称：协助老年人使用移位机进行体位转移。

(一) 案例描述

【场景】社区日间照料中心

李明杰爷爷，77岁，与老伴居住在幸福小区6栋402室；育有一女，在外地工作。李爷爷1年前因脑梗致右侧肢体偏瘫，经积极治疗病情稳定，但生活不能完全自理，为进一步提高康复效果，现每天至社区日间照料中心接受服务。

【基本信息】

身高：175cm；

体重：70kg；

文化程度：大专；

经济状况：有退休金，有积蓄；

兴趣爱好：看书、书法、看电视；

饮食喜好：喜食咸菜、吸烟；

工作经历：中学教师退休；

既往病史：高血压 11 年，糖尿病 9 年，脑梗后 1 年。

【目前状况】

李爷爷目前神志清楚，能简单交流，左侧肢体活动尚可，右侧肢体偏瘫，肌张力增强，右上肢向胸前屈曲，右下肢膝关节略有强直，大部分时间卧床，协助下能坐立，日常生活中体位转移较为困难。

（二）任务要求

请护理员协助老年人使用移位机进行体位转移。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2. 竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

(四) 评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估,不需要口头汇报: 1.物品准备:齐全,性能完好(每遗漏一项关键物品扣0.5,直至扣完); 2.环境准备:包括温湿度适宜,光线明亮,空气清新(以检查动作指向行为或沟通交流方式进行); 3.老年人准备:可以配合操作(以沟通交流方式进行); 4.个人准备:手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语,选择合适话题,自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估: 1.全身情况(如精神状态、饮食、二便、睡眠等); 2.局部情况(如肌力、肢体活动度等); 3.特殊情况(如血压、坐位平衡等)。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤; 2.介绍需要老年人注意和(或)配合的内容; 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问,并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求,环境和体位等是否舒适,询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.检查移位机安全及性能(3分) 2.协助老年人坐起,整理衣服,穿好防滑鞋(4分) 3.向老年人讲解并示范移位机的结构及使用方法(10分) 4.协助老年人使用移位机(25分) (1)打开移位机靠背锁扣和安全卡扣,将移位机摆放于合适位置,固定刹车; (2)调节移位机座板高度,贴近床面; (3)指导老年人转移至移位机座板上; (4)闭合靠背后面的双重锁扣,系好安全带,调节座椅高度; (5)松开刹车,安全转移。 5.注意与老年人沟通、交流,观察老年人反应,如有不适立	50

		即停止（2分） 6.注意发挥老年人残存功能，对于老年人的良好表现及时给予鼓励（6分）	
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意（反馈），整理各项物品。	1
	M12	记录（不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况）。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2

	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

三、基础照护

试题名称：为跌倒的老年人进行急救处理。

（一）案例描述

【场景】机构

李明杰爷爷，78岁，育有一女，在外地工作，因老伴近期到女儿家短暂居住，将爷爷送至颐安居养老院，入住205房间1床。

【基本信息】

身高：175cm；

体重：70kg；

文化程度：大专；

经济状况：有退休金，有积蓄；

兴趣爱好：看书、书法、看电视；

饮食喜好：喜食咸菜、吸烟；

工作经历：中学教师退休；

既往病史：高血压12年，糖尿病10年，脑梗后2年。

【目前状况】

李爷爷目前神志清楚，能简单交流，左侧肢体活动尚可，右侧肢体偏瘫，肌张力增强，右上肢屈曲于胸前，右下肢膝关节略有强直，足尖略有下垂，协助下能使用手杖行走。在午间休息时，

李爷爷自行下床时不慎跌倒。

（二）任务要求

请护理员为跌倒的老年人进行急救处理。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2

	M5	对老年人进行综合评估 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如外伤部位、情绪状态等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2
关键 操作 技能 (50分)	M8	1.立即到达现场，判断老年人神志，询问有无不适，安抚情绪（6分） 2.让老年人保持跌倒后的姿势、减少活动（2分） 3.初步评估老年人伤情（15分） （1）有无头晕头痛、恶心、呕吐等； （2）摔伤部位，疼痛情况，有无出血、畸形、肿胀及功能障碍等； （3）必要时测量脉搏、呼吸、血压。 4.根据老年人身体情况，采用科学、节力、安全的方法协助老年人起身，安置老年人至舒适安全体位（10分） 5.报告医生，遵医嘱给予处理（以下内容仅作参考）（15分） （1）老年人未受伤：密切观察老年人身体情况，如意识、生命体征、皮肤等； （2）皮下出血、肿胀：嘱老年人减少活动并予以冰袋冷敷处理，冷敷方法及时间正确，避免发生冻伤； （3）外伤出血：初步评估伤口情况，协助老年人进行外伤出血包扎，包扎方法科学、正确，避免感染； （4）骨折：嘱老年人减少活动，并进行肢体固定，请医生予以指导及处理。 6.处理过程中密切观察老年人情况，及时给予心理安抚（2分）	50
健康 教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3

	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈)，整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

C1 实操技能竞赛参考赛题九

一、生活照护

试题名称：照护有睡眠障碍的老年人入睡。

（一）案例描述

【场景】居家

张英奶奶，78岁，与老伴居住于科技大学家属院1号楼2单元1203室；2个女儿均为老师，住在本地。张奶奶3个月前因脑梗住院治疗回家休养，因老伴缺乏专业照护知识，特申请社区居家养老服务中心上门服务。

【基本信息】

身高：163cm；

体重：55kg；

文化程度：大学；

经济状况：退休金约6000元/月，有积蓄，女儿可支持；

兴趣爱好：看报纸、唱歌、跳舞；

饮食喜好：挑食、口味清淡；

工作经历：中学教师；

既往病史：高血压20年，脑梗后3个月。

【目前状况】

张奶奶目前神志清楚，右侧肢体活动尚可，左侧肢体活动障碍；一周前如厕时不小心摔倒在地，医院检查未发现异常。因担心再次发生跌倒，张奶奶睡眠差，夜间多梦，易惊醒，今早自测血压170/95mmHg。

（二）任务要求

请护理员照护有睡眠障碍的老年人入睡。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，赛后物品在竞赛场景中进行处置，不需要归还到备物区。

2.入场后向裁判汇报准备情况后，即进入模拟场景；竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当，选择合适话题，自然开启话题。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2

	M5	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对照护过程是否存在疑问，征询老年人对所处的环境是否满意、体位是否舒适。	6
	M6	对老年人进行综合评估； 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如是否有头痛、头晕症状等）。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，询问老年人是否可以操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.了解老年人睡眠障碍情况及原因（12分） （1）了解老年人睡眠状况； （2）通过观察、询问等方式了解睡眠障碍的原因，如环境、疾病、心理等方面； （3）语言恰当合理，耐心细致，关注老年人感受。 2.改进措施（20分） （1）向老年人解释影响睡眠的因素； （2）向老年人解释改进睡眠的措施； （3）协助老年人改进睡眠环境； （4）实施其他有效措施如皮肤护理、心理安抚、放松训练等； （5）征求老年人对措施改进的意见。 3.协助老年人入睡（18分） （1）协助老年人转移至床上，方法安全、正确、节力，避免拖拉拽； （2）根据老年人意愿及身体情况摆放安全舒适体位； （3）体位摆放的方法正确、安全，体位固定得当； （4）过程中注意发挥老年人残存功能，随时观察老年人反应； （5）轻声关门，观察老年人睡眠情况。	50
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3

	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育,如疾病预防和康复、健康生活方式等,要求如下: 1.主题和数量合适; 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3.结合主题提出的措施或建议,不少于3条; 4.措施或建议准确有效,符合科学和规范的要求; 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈)整理各项物品。	1
	M12	记录不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求,包括废弃物处理、个人防护及手卫生。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性:操作流畅、安全、规范,避免老年人出现害怕、疼痛等伤害,过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力:顺畅自然、有效沟通,表达信息方式符合老年人社会文化背景,能正确理解老年人反馈的信息。	2
	J3	创新性:能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施,解决老年人问题,促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护:做好自身职业防护,能运用节力原则。	1
	J5	人文关怀:能及时关注到老年人各方面变化,能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应,给予支持;言行举止有尊老、敬老、爱老护老的意识。	2
	J6	鼓励:利用语言和非语言方式激励老年人自我参与,加强自我管理,发挥残存功能。	2
	J7	灵活性:对临场突发状况能快速应变,根据老年人及现场条件灵活机动实施照护,具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

二、康复服务

试题名称：协助康复师对老年人进行语言康复训练。

（一）案例描述

【场景】社区日间照料中心

张英奶奶，78岁，与老伴居住在科技大学家属区1号楼2单元1203室；2个女儿均为老师，住在本地；因脑梗病情加重，讲话困难而焦虑，特申请社区日间照料中心开展康复训练服务。

【基本信息】

身高：163cm；

体重：55kg；

文化程度：大学；

经济状况：退休金约6000元/月，有积蓄，女儿可支持；

兴趣爱好：看报纸、唱歌、跳舞；

饮食喜好：挑食、口味清淡；

工作经历：中学教师；

既往病史：高血压20年，脑梗后半年。

【目前状况】

张奶奶目前神志清楚，左侧肢体活动障碍，能借助轮椅出行，构音欠佳，词汇量明显减少，只能讲出2~3个简单字，无法连贯表达，近日因为讲话困难而焦虑，请护理员协助康复师为老年人进行语言康复训练。

（二）任务要求

请护理员协助康复师为老年人进行语言康复训练。

（三）任务说明

1.在备物区准备物品，赛后物品在竞赛场景中进行处置，不需要归还到备物区。

2.入场后向裁判汇报准备情况后，即进入模拟场景；竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

（4）竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当，选择合适话题，自然开启话题。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估； 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如听力、视力、言语功能等）。	6

	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对照护过程是否存在疑问，征询老年人对所处的环境是否满意、体位是否舒适。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以操作。	2
关键 操作 技能 (50分)	M8	1.协助老年人采取合适的训练体位（安全、稳定、舒适、便于操作）。(2分) 2.讲解与示范(8分) （1）进行重要环节的讲解、示范； （2）步骤清晰，方法正确； （3）确认老年人理解并愿意配合。 3.指导训练(32分) （1）根据康复计划并结合老年人身体状况和接受能力，选择训练项目（不少于3个），如呼吸、唇、舌、面肌、发声、听理解、口语表达以及书写训练等； （2）分步指导老年人练习，方法正确； （3）每个项目训练不少于3次； （4）过程中注意观察老年人反应并积极应对； （5）充分调动老年人积极性，及时鼓励表扬； （6）训练频次与时间正确，合理安排训练时间，每日2~4次，每次20~30分钟为宜，以老年人能耐受为准。 4.总结本次训练，听取老年人感受，预约下次训练时间，根据老年人需求，协助老年人采取适宜体位(8分)	50
健康 教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3

	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育,如疾病预防和康复、健康生活方式等, 要求如下: 1.主题和数量合适; 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3.结合主题提出的措施或建议, 不少于3条; 4.措施或建议准确有效, 符合科学和规范的要求; 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈)整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求,包括废弃物处理、个人防护及手卫生。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性:操作流畅、安全、规范,避免老年人出现害怕、疼痛等伤害,过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力:顺畅自然、有效沟通,表达信息方式符合老年人社会文化背景,能正确理解老年人反馈的信息。	2
	J3	创新性:能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施,解决老年人问题,促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护:做好自身职业防护,能运用节力原则。	1
	J5	人文关怀:能及时关注到老年人各方面变化,能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应,给予支持;言行举止有尊老、敬老爱老护老的意识。	2
	J6	鼓励:利用语言和非语言方式激励老年人自我参与,加强自我管理,发挥残存功能。	2
	J7	灵活性:对临场突发状况能快速应变,根据老年人及现场条件灵活机动实施照护,具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

三、基础照护

试题名称：为老年人进行噎食风险评估及应对。

（一）案例描述

【场景】机构

张英奶奶，79岁，1月前老伴去世，因女儿工作繁忙无法照顾，现入住离家3公里的榆霞苑养老机构2栋205室2床。

【基本信息】

身高：163cm；

体重：50kg；

文化程度：大学；

经济状况：退休金约6000元/月，有积蓄，女儿可支持；

兴趣爱好：看报、唱歌、跳舞；

饮食喜好：挑食、口味清淡；

工作经历：中学教师；

既往病史：高血压21年，脑梗后1年。

【目前状况】

张奶奶目前神志清楚，左侧肢体活动障碍，左上肢屈曲于腹部，右侧肢体活动正常；入住养老机构后沉默寡言，经常会发呆，进食少，喝水后偶有呛咳，现请护理员为老年人进行噎食风险评估并应对。

（二）任务要求

请护理员为老年人进行噎食风险评估并应对。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，赛后物品在竞赛场景中进行处置，不需要归还到备物区。

2.入场后向裁判汇报准备情况后，即进入模拟场景；竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如口腔情况、吞咽情况等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可开始操作。	2

关键操作技能 (50分)	M8	1.协助老年人取舒适安全体位(4分) 2.进行噎食风险评估,评估方法正确、安全(20分) (1)了解老年人最近一年的噎食史、生理因素、精神状态、药物反应、其他疾病因素等; (2)洼田饮水试验评估流程正确,结果正确。 3.噎食风险应对(26分) (1)根据功能状况选择合适的食物和进食方式; (2)对于经口进食的老年人食料切配时应切小、切细、切碎,长短适宜,食物酥软易吞咽,并注意干湿搭配; (3)避免进食过黏食物,如:年糕等,过滑食物,如:桂圆等,过大食物,如:鸡蛋、馒头等; (4)注意观察老年人进食的速度、质量、温度等情况,咽完第一口再进食第二口; (5)叮嘱老年人进食时注意力集中,细嚼慢咽,口含食物时避免大笑讲话; (6)注意饮食体位,避免平卧位进食进水; (7)建立噎食风险标识,并让工作人员熟知; (8)在老年人进食结束后,要保持进食体位30分钟以上,避免翻身叩背、吸痰等。	50
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务,在照护过程中进行注意事项的教育: 1.教育方式恰当,如讲解与示范相结合; 2.语言简单易懂,尽量使用生活化语言; 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育,如疾病预防和康复、健康生活方式等,要求如下: 1.主题和数量合适; 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3.结合主题提出的措施或建议,不少于3条; 4.措施或建议准确有效,符合科学和规范的要求; 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价照护效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈),整理各项物品。	1
	M12	记录,不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况。	2

	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

C1 实操技能竞赛参考赛题十

一、生活照护

试题名称：为老年人穿脱弹力足踝矫形器。

（一）案例描述

【场景】居家

唐志国爷爷，80岁，与老伴居住在同德里小区12栋302室，育有一儿一女，均在本地。唐爷爷5个月前因脑梗住院治疗，康复出院后入住儿子家中；因家庭照护困难，由康乐中心护理员上门实施居家照护。

【基本信息】

身高：175cm；

体重：70kg；

文化程度：大学；

经济状况：退休金8000元/月；

兴趣爱好：下象棋、绘画；

饮食喜好：喜食粥类；

工作经历：机关单位退休；

既往史：高血压20年，糖尿病15年，脑梗后5个月。

【目前状况】

唐爷爷目前神志清楚，能进行简单交流，右侧肢体活动尚可，左侧肢体活动受限，左下肢膝关节略有强直，足尖轻度下垂；在帮助下，左踝关节能做轻微屈伸活动，能借助手杖行走，步态呈画圈状。

（二）任务要求

请护理员为老年人穿脱弹力足踝矫形器。

（三）任务说明

1.请于备物室准备物品，进入竞赛场景后不得再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如下肢皮肤情况、行走情况等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3

	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.体位安全稳定(2分) 2.穿矫形器(20分) (1)检查矫形器完好及匹配度； (2)穿矫形器方法正确、安全，松紧适宜； (3)穿矫形器流程正确，鞋子适宜； (4)关注老年人反应，关心老年人。 3.协助适应矫形器(20分) (1)根据需要调整矫形器，方法规范、安全、舒适； (2)协助老年人站立，指导老年人行走，方法规范、安全、舒适； (3)密切观察老年人反应，及时有效满足老年人需求，必要时休息； (4)语言与非语言方式鼓励老年人。 4.脱下矫形器(8分) (1)脱矫形器方法、顺序规范、安全、舒适； (2)检查老年人局部皮肤及矫形器，方法正确、规范； (3)协助老年人取安全舒适体位，肯定老年人的配合与参与； (4)物品放置合理，环境布置适宜。	50
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价照护	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈)，整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫	2

效果 (5分)		生等。	
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等，言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

二、康复服务

试题名称：指导老年人进行手工涂鸦活动。

（一）案例描述

【场景】社区日间照料中心

唐志国爷爷，80岁，与老伴居住在同德里小区12栋302室，育有一儿一女，均在本地。唐爷爷8个月前因脑梗住院治疗，康复出院后入住儿子家中；因儿子工作繁忙，白天由社区日间照料中心提供照料服务。

【基本信息】

身高：175cm；

体重：70kg；

文化程度：大学；

经济状况：退休金8000元/月；

兴趣爱好：下象棋、绘画；

饮食喜好：喜食粥类；

工作经历：机关单位退休；

既往史：高血压20年，糖尿病15年，脑梗后8个月。

【目前状况】

唐爷爷目前神志清楚，能进行简单交流，右侧肢体活动尚可，左侧肢体活动受限，左上肢屈曲于腹部，能进行简单抓握。因唐爷爷自感康复效果欠佳，很是着急苦闷，拒绝参加集体活动。

（二）任务要求

请护理员指导老年人进行手工涂鸦活动。

（三）任务说明

1.请于备物室准备物品，进入竞赛场景后不得再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍（友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题）。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如手功能、视力等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2

关键操作技能 (50分)	M8	1.活动前准备(6分) (1)布置活动桌椅、用物放置合理; (2)体位安全,便于作画。 2.讲解示范(8分) (1)向老年人介绍绘画工具; (2)分步讲解示范绘画步骤; (3)语言简洁、清晰、易懂。 3.指导作画(30分) (1)鼓励老年人按自己意愿画画; (2)分步指导老年人绘画; (3)充分调动老年人绘画积极性; (4)发挥老年人残存功能; (5)密切观察老年人反应并积极应对; (6)为绘画过程与作品赋予意义,达到活动目的。 4.协助老年人展示作品,让老年人有成就感(3分) 5.活动完毕,询问老年人感受,协助老年人取舒适体位(3分)	50
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务,在照护过程中进行注意事项的教育: 1.教育方式恰当,如讲解与示范相结合; 2.语言简单易懂,尽量使用生活化语言; 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育,如疾病预防和康复、健康生活方式等,要求如下: 1.主题和数量合适; 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3.结合主题提出的措施或建议,不少于3条; 4.措施或建议准确有效,符合科学和规范的要求; 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价照护效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈),整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求,包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手综合评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性:操作流畅、安全、规范,避免老年人出现害怕、疼痛等伤害,过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力:顺畅自然、有效沟通,表达信息方式符合老年人社会文化背景,能正确理解老年人反馈信息,避免盲目否定或	2

		其他语言能力。	
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

三、基础照护

试题名称：为老年人测量血糖。

（一）案例描述

【场景】机构

唐志国爷爷，81岁，1年前因脑梗住院治疗，康复出院后入住儿子家中；因家庭照护困难，现与老伴一同入住铭福养老机构208室（2床）。

【基本信息】

身高：175cm；

体重：70kg；

文化程度：大学；

经济状况：退休金8000元/月；

兴趣爱好：下象棋、绘画；

饮食喜好：喜食粥类；

工作经历：机关单位退休；

既往史：高血压21年，糖尿病16年，脑梗后1年。

【目前状况】

唐爷爷目前神志清楚，能简单交流，右侧肢体活动尚可，左侧肢体活动受限，左上肢屈曲于腹部，手指活动不灵活；因尚未完全适应养老机构生活，夜间睡眠差，食欲不佳，血糖不稳定，不愿配合日常康复锻炼。

（二）任务要求

请护理员为老年人测量血糖。

（三）任务说明

1.请于备物室准备物品，进入竞赛场景后不得再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.竞赛时间：10 分钟。

（四）评分标准

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10 分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣 0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15 分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肢体活动度、皮肤情况等）； 3.特殊情况（如血糖水平、用药情况等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可开始操作。	2

关键 操作 技能 (50分)	M8	1.测量前(18分) (1)检查血糖仪器及试纸; (2)体位舒适、便于操作; (3)暴露测量部位,注意保暖; (4)选择测量部位,评估测量处皮肤情况; (5)指导老年人增加测量部位血液循环。 2.测量中(24分) (1)消毒测量部位,方法正确; (2)安装血糖试纸于血糖仪上,避免污染; (3)取采血针,照护者一手扶住老年人采血手指端下部,避免用力挤压手指,用采血针在指尖一侧刺破皮肤,深度合适; (4)待血液渗出,取无菌干棉签轻轻拭去第一滴血; (5)采集第二滴血样于试纸的测试区上; (6)等待测试结果,避免移动血糖仪及试纸; (7)取干棉签按压采血处至不出血为止; (8)读取血糖数值,告知老年人,并记录,如有异常立即报告医护人员。 3.测量后(8分) (1)再次观察采血部位,协助老年人取舒适体位; (2)整理用物,将使用后的血糖仪、血糖试纸、采血针、棉签等按院感要求处理。	50
健康 教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务,在照护过程中进行注意事项的教育: 1.教育方式恰当,如讲解与示范相结合; 2.语言简单易懂,尽量使用生活化语言; 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育,如疾病预防和康复、健康生活方式等,要求如下: 1.主题和数量合适; 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3.结合主题提出的措施或建议,不少于3条; 4.措施或建议准确有效,符合科学和规范的要求; 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈),整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况)。	2

评价 照护 效果 (5 分)	M13	遵守感染控制和管理要求,包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12 分)	J1	操作过程中的安全性:操作流畅、安全、规范,避免老年人出现害怕、疼痛等伤害,过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力:顺畅自然、有效沟通,表达信息方式符合老年人社会文化背景,能正确理解老年人反馈的信息,避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性:能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施,解决老年人问题,促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护:做好自身职业防护,能运用节力原则,妥善利用力的杠杆作用,调整重心,减少摩擦力,利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀:能及时关注到老年人各方面变化,能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应,给予支持,例如不可急躁等;言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励:利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护,加强自我管理,发挥残存功能,提升自理能力。	2
	J7	灵活性:对临场突发状况能快速应变,根据老年人及现场条件灵活机动实施照护,具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

C2 实操技能竞赛参考赛题

C2 实操技能竞赛参考赛题一

(一) 案例描述

【场景】机构

李华奶奶，82 岁，育有一子。因老伴 1 月前在家中去世，李奶奶情绪激动而突发腔隙性脑梗死，经住院治疗后病情稳定回家。因儿子工作繁忙，不能提供照护，将李奶奶送至东方医养结合养老院，入住 1 栋 203 室 5 床。

【基本信息】

身高：155cm；

体重：60kg；

文化程度：初中；

经济状况：退休金 5000 元/月，有积蓄，儿子经济条件好，能给予支持；

兴趣爱好：唱歌、书法；

饮食喜好：清淡饮食；

工作经历：企业财务人员退休；

既往病史：高血压 20 年，慢性胃炎 5 年，贫血 1 年。

【目前状况】

李奶奶目前神志清楚，能与人正常交流，右耳听力下降明显，双下肢活动无力，搀扶下可行走。入住养老院后，李奶奶沉默寡言，常面对老伴遗物独处叹息。上午护理员巡视时，发现奶奶情

绪哀伤，自述思念老伴。经护理员情绪疏导后，奶奶愿意进行康复训练，并希望能独立行走。午睡后，李奶奶自行尝试行走，不慎跌倒。

（二）任务要求

- 1.为丧偶老年人提供心理慰藉和哀伤应对。
- 2.指导老年人使用助行器进行行走训练。
- 3.为跌倒的老年人进行急救处理。

（三）任务说明

- 1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。
- 2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。
- 3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。
- 4.任务顺序符合工作顺序、节力节时原则。
- 5.竞赛时间：读题及备物时间为 12 分钟，技能操作竞赛时间为 18 分钟。

（四）评分标准

评分标准——为丧偶老年人提供心理慰藉和哀伤应对

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10 分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以	8

		检查动作指向行为或沟通交流方式进行); 3.老年人准备:可以配合操作(以沟通交流方式进行); 4.个人准备:手卫生、着装、装饰等符合规范。	
沟通 解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语,选择合适话题,自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估: 1.全身情况(如精神状态、饮食、二便、睡眠等); 2.局部情况(如肌力、肢体活动度等); 3.特殊情况(如听力、情绪状态等)。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤; 2.介绍需要老年人注意和(或)配合的内容; 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问,并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求,环境和体位等是否舒适,询问老年人是否可以开始操作。	2
关键 操作 技能 (50分)	M8	1.及时识别老年人哀伤心理的阶段及表现(6分) 2.沟通交流方法运用恰当(10分) (1)沟通的体位、距离、角度、视线等适宜; (2)同理共情; (3)恰当应用倾听技巧,如:适时的点头、有效的重复、积极的反应、保持耐心等; (4)恰当运用肢体语言。 3.分析哀伤心理的影响因素(5分) 4.应对哀伤心理:根据老年人的哀伤心理状态及影响因素与老年人讨论解决方案,协助老年人正确应对(以下内容仅做参考)(20分) (1)鼓励老年人通过适宜方式宣泄情感,如向他人倾诉、书面表达等; (2)运用ABC合理情绪疗法对情绪进行调节; (3)选择放松疗法、音乐疗法、冥想等疏解不良情绪; (4)生活方式调整:如转移注意力、培养兴趣爱好、调整生活习惯、参与活动等; (5)与老年人家属协商,采取合适形式增加家人的陪伴和支持。 5.疏导过程中随时观察老年人情绪变化和身体情况,老年人情绪过于激动或身体不适时,尊重老年人意见,及时停	50

		止（2分） 6.与老年人总结本次聊天过程，并建立后期反馈方式，及时评价改善情况，适时调整应对措施（4分） 7.及时汇报老年人情绪状况并交接班，必要时联系家属（3分）	
健康教育 （8分）	M9	针对本次照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等；要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达方式突出重点，逻辑清晰； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.语言简单易懂，适合老年人的理解能力； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价 照护 效果 （5分）	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意（反馈），整理各项物品。	1
	M12	记录（不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况）。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 （12分）	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强	2

		自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

评分标准——指导老年人使用助行器进行行走训练

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。 注：分值将结合具体竞赛试题进行拆分和细化。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如视力、血压、站立平衡等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.协助老年人采取适宜的训练前体位（2分） 2.选择适合老年人的助行辅具（2分） 3.检查本次训练所用的助行器，调节适宜的高度（2分） 4.讲解与示范（15分） （1）进行重要环节的讲解、示范； （2）步骤清晰，方法正确； （3）确认老年人理解并愿意配合。 5.行走训练（25分） （1）指导老年人使用助行器，方法正确； （2）过程中做好安全保护； （3）训练时长以老年人能耐受为宜； （4）过程中密切关注老年人不良情绪或异常反应，并及时应	50

		对。 6.总结本次训练情况，听取老年人感受，预约下次训练时间，协助老年人采取安全舒适的体位（4分）	
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等；要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达方式突出重点，逻辑清晰； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.语言简单易懂，适合老年人的理解能力； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意（反馈），整理各项物品。	1
	M12	记录（不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等）。	2
	M13	遵守感染防护要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

评分标准——为跌倒的老年人进行急救处理

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如受伤部位、情绪状态等）。	6
	M6	1.为老年人介绍急救处理、急救目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.立即到达现场，判断老年人神志，询问有无不适，安抚情绪（6分） 2.让老年人保持跌倒后的姿势、减少活动（2分） 3.初步评估老年人伤情（15分） （1）有无头晕头痛、恶心、呕吐等； （2）摔伤部位，疼痛情况，有无出血、畸形、肿胀及功能障碍等； （3）必要时测量脉搏、呼吸、血压。 4.根据老年人身体情况，采用科学、节力、安全的方法协助老年人起身，安置老年人至舒适安全体位（10分） 5.报告医生，遵医嘱给予处理（以下内容仅作参考）（15分） （1）老年人未受伤：密切观察老年人身体情况，如意识、生命体征、皮肤等； （2）皮下出血、肿胀：嘱老年人减少活动并予以冰袋冷敷处理，冷敷方法及时间正确，避免发生冻伤； （3）外伤出血：初步评估伤口情况，协助老年人进行外伤出	50

		血包扎，包扎方法科学、正确，避免感染； (4)骨折：嘱老年人减少活动，并进行肢体固定，请医生予以指导及处理。 6.处理过程中密切观察老年人情况，及时给予心理安抚(2分)	
健康教育 (8分)	M9	针对本次照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达方式突出重点，逻辑清晰； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.语言简单易懂，适合老年人的理解能力； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈)，整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条	1

		件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	
合计			100

C2 实操技能竞赛参考赛题二

（一）案例描述

【场景】机构

杨玉琴奶奶，75 岁，老伴 2 年前去世，育有一女成家在外地。1 年前，杨奶奶在医院诊断为阿尔茨海默病，因生活自理能力明显下降，2 周前入住泰福养老机构 102 室 1 床。

【基本信息】

身高：160cm；

体重：55kg；

文化程度：高中；

经济状况：每月退休金约 4000 元，女儿能支持；

兴趣爱好：种植花草；

饮食喜好：喜食腌制食物、红烧鱼；

工作经历：小学教师；

既往病史：糖尿病 10 年，骨质疏松症 5 年，阿尔茨海默病 1 年。

【目前状况】

杨奶奶能简单交流，活动能力尚好，日常生活需要陪伴和协助，有时找不到自己的房间，常会把物品放错地方，经常反复询问同一个问题，情绪不稳定，易怒，常扔东西，每天下午都会收拾自己的衣物准备回家。

（二）任务要求

1.指导老年人进行定向力训练。

- 2.应对失智老年人异常行为。
- 3.指导老年人通过园艺疗法缓解情绪。

（三）任务说明

1.请于备物室准备物品，进入竞赛场景后不得再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.任务顺序符合工作程序、遵从节力节时原则。

5.竞赛时间：读题及备物时间为 12 分钟，技能操作竞赛时间为 18 分钟。

（四）评分标准

评分标准——指导老年人进行定向力训练

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2

沟通 解释 评估 (15分)	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如视力、空间定位能力等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2
关键 操作 技能 (50分)	M8	1.训练前（4分） （1）体位安全舒适； （2）训练物品选择恰当，摆放合理。 2.训练中（38分） （1）训练内容适宜，如时间、地点、空间、人物定向力训练等； （2）训练方法得当； （3）遵循循序渐进的原则； （4）密切观察老年人反应并积极应对； （5）充分调动老年人的积极性，及时给予鼓励； （6）发挥老年人残存功能。 （7）与失智老年人沟通交流的方法运用恰当。 3.训练后（8分） （1）将训练延伸到日常生活中，如张贴标识等； （2）指导老年人整理用物； （3）总结本次训练，询问老年人感受，预约下次训练时间，根据老年人反馈及需求，调整训练计划； （4）协助老年人取舒适体位。	50
健康 教育 (8分)	M9	针对本次照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3

	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达方式突出重点，逻辑清晰； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.语言简单易懂，适合老年人的理解能力； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意（反馈），整理各项物品。	1
	M12	记录（不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况）。	2
	M13	遵守感染防护要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言暴力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用省力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

评分标准——应对失智老年人异常行为

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如认知功能、情绪状态等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.识别异常行为（10分） （1）仔细观察老年人的异常行为； （2）基于失智老年人身心状况，评估照护问题及其原因。 2.应对异常行为（25分） （1）根据失智老年人状况，针对性地沟通，顺应安抚老年人，获得信任与认同； （2）采用符合失智老年人身心状况的方式，帮助失智老年人解决实际问题； （3）关注老年人表现，正确应对负面情绪； （4）保护老年人在行为过程中不受伤害，不强行制止，不否定、不指责老年人； （5）及时汇报、记录老年人异常行为情况。 3.与失智老年人沟通交流的方法运用恰当：如同理共情、语言	50

		简短、避免疑问句、肢体语言适宜等（8分） 4.应对方法有效，如转移注意力、正向引导等（5分） 5.根据老年人需求，妥善安置老年人（安全、舒适）（2分）	
健康教育 (8分)	M9	针对本次照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达方式突出重点，逻辑清晰； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.语言简单易懂，适合老年人的理解能力； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意（反馈），整理各项物品。	1
	M12	记录（不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况）。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言暴力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2

	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

评分标准——指导老年人通过园艺疗法缓解情绪

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估,不需要口头汇报: 1.物品准备:齐全,性能完好(每遗漏一项关键物品扣0.5,直至扣完); 2.环境准备:包括温湿度适宜,光线明亮,空气清新(以检查动作指向行为或沟通交流方式进行); 3.老年人准备:可以配合操作(以沟通交流方式进行); 4.个人准备:手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语,选择合适话题,自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息,询问照护对象姓名、年龄、房间号、手腕带等任何两种有效方式。	2
	M5	对老年人进行综合评估: 1.全身情况(如精神状态、睡眠、二便、饮食等); 2.局部情况(如肌力、肢体活动度等); 3.特殊情况(如情绪状态、手功能、认知功能等)。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤; 2.介绍需要老年人注意和(或)配合的内容; 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问,并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求,环境和体位等是否舒适,询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.活动前准备(6分) (1)护理员带领老年人进入合适的活动区域; (2)确保环境安全; (3)活动物品摆放合理。 2.讲解示范(7分) (1)向老年人介绍活动物品、用途及使用方法; (2)分步讲解示范活动步骤; (3)语言简洁、清晰、易懂。 3.指导老年人进行活动(32分) (1)分步指导老年人参与活动; (2)通过调动老年人的视觉、听觉、触觉和嗅觉,让老年人充分融入活动过程; (3)为活动过程或园艺作品赋予意义,达到活动目的;	50

		(4) 与老年人共同制定观察计划, 填写观察日记; (5) 过程中密切观察老年人反应并积极应对; (6) 过程中充分调动老年人的积极性, 及时给予鼓励; (7) 过程中充分发挥老年人残存功能; (8) 确保老年人活动中的安全。 4.总结本次活动, 询问老年人感受, 预约下次活动时间(3分) 5.协助老年人取舒适体位(2分)	
健康教育 (8分)	M9	针对本次照护任务, 在照护过程中进行注意事项的教育: 1.教育方式恰当, 如讲解与示范相结合; 2.语言简单易懂, 尽量使用生活化语言; 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育, 如疾病预防和康复、健康生活方式等, 要求如下: 1.主题和数量合适; 2.表达方式突出重点, 逻辑清晰; 3.结合主题提出的措施或建议, 不少于3条; 4.语言简单易懂, 适合老年人的理解能力; 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈), 整理各项物品。	1
	M12	记录(包括评估阳性结果、主要措施、异常情况、下一步的措施等)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求, 包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性: 操作流畅、安全、规范, 避免老年人出现害怕、疼痛等伤害, 过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力: 顺畅自然、有效沟通, 表达信息方式符合老年人社会文化背景, 能正确理解老年人反馈的信息, 避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性: 能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施, 解决老年人问题, 促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护: 做好自身职业防护, 能运用节力原则, 妥善利用力的杠杆作用, 调整重心, 减少摩擦力, 利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀: 能及时关注到老年人各方面变化, 能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应, 给予支持, 例如不可急躁等;	2

		言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

C2 实操技能竞赛参考赛题三

（一）案例描述

【场景】机构

李民爷爷，72岁，患有多种慢性疾病；3个月前老伴去世，有一个女儿在本地，但无法亲自照料，现入住亲亲园养老机构202室1床。

【基本信息】

身高：170cm；

体重：75kg；

文化程度：专科；

经济状况：退休金4000元/月，有积蓄，女儿可以补贴；

工作经历：服装厂退休干部；

兴趣爱好：听音乐、跳舞、抽烟（10根/天）；

饮食爱好：喜食咸食、肉类；

既往病史：高血压5年，慢性支气管炎1年，阿尔兹海默症2年。

【目前状况】

李爷爷目前能交流，可以自由活动；近期性格变化明显，多疑、淡漠、拒绝集体活动；经常出现哭闹、大笑或勃然大怒等情绪失控状态，有时直接躺在房间地板上。昨日天气转凉，李爷爷晨起出现咳嗽症状。

（二）任务要求

1.指导老年人进行健肺操活动。

- 2.应对失智老年人异常行为。
- 3.指导老年人通过音乐疗法缓解情绪。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.任务顺序符合工作顺序、节力节时原则。

5.竞赛时间：读题及备物时间为 12 分钟，技能操作竞赛时间为 18 分钟。

（四）评分标准

评分标准——指导老年人进行健肺操活动

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2

	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如血压、呼吸情况等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可开始操作。	2
关键 操作 技能 (50分)	M8	1.协助老年人采取合适的训练体位（安全、稳定、舒适、便于操作）(2分) 2.讲解与示范（6分） （1）进行重要环节的讲解、示范； （2）步骤清晰，方法正确； （3）确认老年人理解并愿意配合。 3.热身活动（8分） （1）根据老年人情况，选择适宜的热身活动； （2）引导老年人进行10~15分钟热身训练。 4.指导练习（20分） （1）动作不少于3个，如转体压胸、伸展胸廓、双手挤压胸、抱双膝压胸、交叉抱胸、抱单膝压胸等； （2）过程中注意配合正确的呼吸方法； （3）分步指导老年人练习； （4）过程中做好安全防护，注意观察老年人反应并积极应对； （5）充分调动老年人积极性，及时鼓励表扬； （6）训练频次与时间正确，30~60分钟为宜，以老年人能耐受为准。 5.带领老年人进行放松活动，方法适宜，时间5~10分钟（6分） 6.总结本次训练，听取老年人感受，预约下次训练时间，根据老年人需求，协助老年人采取适宜体位（8分）	50
健康 教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3

	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈)，整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言暴力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

评分标准——应对失智老年人异常行为

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如认知功能、情绪状态等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.识别异常行为（10分） （1）仔细观察老年人的异常行为； （2）基于失智老年人身心状况，评估照护问题及其原因。 2.应对异常行为（25分） （1）根据失智老年人状况，针对性地沟通，顺应安抚老年人，获得信任与认同； （2）采用符合失智老年人身心状况的方式，帮助失智老年人解决实际问题； （3）关注老年人表现，正确应对负面情绪； （4）保护老年人在行为过程中不受伤害，不强行制止，不否定、不指责老年人； （5）及时汇报、记录老年人异常行为情况。 3.与失智老年人沟通交流的方法运用恰当：如同理共情、语言简短、避免疑问句、肢体语言适宜等（8分） 4.应对方法有效，如转移注意力、正向引导等（5分）	50

		5.根据老年人需求,妥善安置老年人(安全、舒适)(2分)	
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务,在照护过程中进行注意事项的教育: 1.教育方式恰当,如讲解与示范相结合; 2.语言简单易懂,尽量使用生活化语言; 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育,如疾病预防和康复、健康生活方式等,要求如下: 1.主题和数量合适; 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3.结合主题提出的措施或建议,不少于3条; 4.措施或建议准确有效,符合科学和规范的要求; 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈),整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求,包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性:操作流畅、安全、规范,避免老年人出现害怕、疼痛等伤害,过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力:顺畅自然、有效沟通,表达信息方式符合老年人社会文化背景,能正确理解老年人反馈的信息,避免盲目否定或其他语言暴力。	2
	J3	创新性:能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施,解决老年人问题,促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护:做好自身职业防护,能运用节力原则,妥善利用力的杠杆作用,调整重心,减少摩擦力,利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀:能及时关注到老年人各方面变化,能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应,给予支持,例如不可急躁等;言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励:利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护,加强自我管理,发挥残存功能,提升自理能力。	2
	J7	灵活性:对临场突发状况能快速应变,根据老年人及现场条件灵活机动实施照护,具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

评分标准——指导老年人通过音乐疗法缓解情绪

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估,不需要口头汇报: 1.物品准备:齐全,性能完好(每遗漏一项关键物品扣0.5,直至扣完); 2.环境准备:包括温湿度适宜,光线明亮,空气清新(以检查动作指向行为或沟通交流方式进行); 3.老年人准备:可以配合操作(以沟通交流方式进行); 4.个人准备:手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通 解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语,选择合适话题,自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估: 1.全身情况(如精神状态、饮食、二便、睡眠等); 2.局部情况(如肌力、肢体活动度等); 3.特殊情况(如听力、情绪状态等)。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤; 2.介绍需要老年人注意和(或)配合的内容; 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问,并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求,环境和体位等是否舒适,询问老年人是否可开始操作。	2
关键 操作 技能 (50分)	M8	1.及时发现老年人不良情绪状态,安置老年人舒适体位(8分) 2.利用但不限于倾听、转移注意力、积极心理暗示等方法稳定老年人情绪(8分) 3.带领老年人参与音乐活动(30分) (1)营造轻松的活动氛围; (2)讲解活动流程,确认老年人理解并愿意配合; (3)根据老年人的意愿,带领老年人进行不少于2种音乐活动,如音乐聆听、冥想放松类、歌曲学习演唱类、歌曲讨论类、音乐朗诵类、舞蹈体操练习类; (4)根据项目选择适合的音乐、辅具,调动老年人积极性;	50

		(5) 通过示范, 引导老年人融入音乐; (6) 通过语言与非语言鼓励老年人, 过程中享受音乐, 根据需要调整音量; (7) 过程中注意观察老年人反应并及时应对; (8) 时长适宜, 符合老年人身心状况。 4. 活动结束后, 根据老年人需求, 协助老年人取适宜体位 (安全、舒适、稳定) (4分)	
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务, 在照护过程中进行注意事项的教育: 1. 教育方式恰当, 如讲解与示范相结合; 2. 语言简单易懂, 尽量使用生活化语言; 3. 表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育, 如疾病预防和康复、健康生活方式等, 要求如下: 1. 主题和数量合适; 2. 表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3. 结合主题提出的措施或建议, 不少于3条; 4. 措施或建议准确有效, 符合科学和规范的要求; 5. 结合老年人的具体情况 (如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意 (反馈), 整理各项物品。	1
	M12	记录 (不漏项, 包括评估阳性结果、主要措施及异常情况)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求, 包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性: 操作流畅、安全、规范, 避免老年人出现害怕、疼痛等伤害, 过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力: 顺畅自然、有效沟通, 表达信息方式符合老年人社会文化背景, 能正确理解老年人反馈的信息, 避免盲目否定或其他语言暴力。	2
	J3	创新性: 能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施, 解决老年人问题, 促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护: 做好自身职业防护, 能运用省力原则, 妥善利用力的杠杆作用, 调整重心, 减少摩擦力, 利用惯性等方法。	1

	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

C2 实操技能竞赛参考赛题四

（一）案例描述

【场景】机构

张华奶奶，70 岁，患糖尿病、脑梗等慢性疾病；因老伴生病，一个女儿经常出差，家庭无法照料，1 个月前入住松柏养老院 301 室 2 床。

【基本信息】

身高：158cm；

体重：65 kg；

文化程度：大专；

经济状况：退休金 5000 元/月；

工作经历：某厂退休工程师；

兴趣爱好：种花、看书；

饮食喜好：喜腌制食品；

既往病史：糖尿病 12 年，脑梗后 2 年，认知功能障碍半年。

【目前状况】

张奶奶可正常交流，左侧肢体活动障碍，左上肢轻度屈曲畸形，右侧肢体活动正常，使用手杖能短距离行走；半年前出现记忆力减退，经常找不到东西，出自己房间后会迷路，有时分不清白天还是晚上。张奶奶 2 周前如厕不慎跌倒，因害怕再次跌倒，活动减少，情绪不佳，常独自在房间流泪，并出现夜间入睡困难，遵医嘱予睡前服用舒乐安定 1 片。张奶奶既往性格孤僻，不喜与人交流；女儿近期工作忙，两周未来探望母亲。

（二）任务要求

- 1.指导老年人进行定向力训练。
- 2.识别老年人跌倒风险并应对。
- 3.识别老年人异常心理活动并应对。

（三）任务说明

1.请于备物室准备物品，进入竞赛场景后不得再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.任务顺序符合工作程序，遵从节力节时原则。

5.竞赛时间：读题及备物时间为 12 分钟，技能操作竞赛时间为 18 分钟。

（四）评分标准

评分标准——指导老年人进行定向力训练

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8

沟通 解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语， 选择合适话题， 自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如视力、空间定位能力等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问， 并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2
关键 操作 技能 (50分)	M8	1.训练前（4分） （1）体位安全舒适； （2）训练物品选择恰当，摆放合理。 2.训练中（38分） （1）训练内容适宜，如时间、地点、空间、人物定向力训练等； （2）训练方法得当； （3）遵循循序渐进的原则； （4）密切观察老年人反应并积极应对； （5）充分调动老年人的积极性，及时给予鼓励； （6）发挥老年人残存功能。 （7）与失智老年人沟通交流的方法运用恰当。 3.训练后（8分） （1）将训练延伸到日常生活中，如张贴标识等； （2）指导老年人整理用物； （3）总结本次训练，询问老年人感受，预约下次训练时间，根据老年人反馈及需求，调整训练计划； （4）协助老年人取舒适体位。	50
健康 教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3

	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意（反馈），整理各项物品。	1
	M12	记录（不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况）。	2
	M13	遵守感染防护要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言暴力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

评分标准——识别老年人跌倒风险并应对

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如视力、用药情况等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.识别老年人跌倒风险（6分） （1）及时发现跌倒风险，明确原因； （2）确保老年人处于安全状态。 2.告知老年人跌倒的风险及预防跌倒的意义（4分） 3.与老年人共同分析导致跌倒的风险因素，如环境因素、生理因素、疾病因素、药物因素、心理因素、其他等（10分） 4.根据跌倒风险因素采取科学有效、针对性强、老年人易接受的跌倒风险应对措施，不少于3条（以下内容仅作参考）（26分） （1）创造安全的环境：如家具、地面、扶手、灯光等； （2）合理用药：如规律用药，用药后避免剧烈活动等； （3）合理使用辅助器具：如选择恰当的辅具，使用方法正确等；	50

		(4)调整生活方式:如睡眠充足、心情愉快、运动适当、穿着合适等; (5)智慧产品的使用:如穿戴跌倒预警手环、防跌倒背心等。 5.反馈老年人掌握情况,持续关注预防跌倒措施的落实情况(4分)	
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务,在照护过程中进行注意事项的教育: 1.教育方式恰当,如讲解与示范相结合; 2.语言简单易懂,尽量使用生活化语言; 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育,如疾病预防和康复、健康生活方式等,要求如下: 1.主题和数量合适; 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3.结合主题提出的措施或建议,不少于3条; 4.措施或建议准确有效,符合科学和规范的要求; 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈),整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等)。	2
	M13	遵守感染防护要求,包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性:操作流畅、安全、规范,避免老年人出现害怕、疼痛等伤害,过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力:顺畅自然、有效沟通,表达信息方式符合老年人社会文化背景,能正确理解老年人反馈的信息,避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性:能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施,解决老年人问题,促进老年人的健康和幸福感	1
	J4	职业防护:做好自身职业防护,能运用节力原则,妥善利用力的杠杆作用,调整重心,减少摩擦力,利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀:能及时关注到老年人各方面变化,能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应,给予支持,例如不可急躁等;言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2

	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

评分标准——识别老年人异常心理活动及应对

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估,不需要口头汇报: 1.物品准备:齐全,性能完好(每遗漏一项关键物品扣0.5,直至扣完); 2.环境准备:包括温湿度适宜,光线明亮,空气清新(以检查动作指向行为或沟通交流方式进行); 3.老年人准备:可以配合操作(以沟通交流方式进行); 4.个人准备:手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语,选择合适话题,自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估: 1.全身情况(如精神状态、饮食、二便、睡眠等); 2.局部情况(如肌力、肢体活动度等); 3.特殊情况(如听力、情绪状态等等)。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤; 2.介绍需要老年人注意和(或)配合的内容; 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问,并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求,环境和体位等是否舒适,询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.识别老年人异常心理活动(6分) (1)及时有效识别:通过行为方面、语言方面、心理状态方面识别,如有无生活习惯改变、脾气改变、情绪变化、行为变化、语言表达变化、记忆力下降、多疑等; (2)识别方法正确:观察、沟通、询问他人等,必要时采用神经精神评估量表。 2.沟通交流方法运用恰当(8分) (1)沟通的体位、距离、角度、视线等适宜; (2)同理共情,及时表达理解与支持; (3)恰当应用倾听技巧,如:适时的点头、有效的重复、积极的反应、保持耐心等; (4)恰当运用肢体语言。 3.分析异常心理活动的影响因素,如:生理因素、心理因素、社会因素、受害经历、遗传因素、其他等(8分) 4.应对异常心理活动:根据老年人异常心理状态及影响因素,	50

		与老年人讨论解决方案，协助老年人正确应对（以下内容仅供参考）（20分） （1）生活方式调整：如转移注意力、培养兴趣爱好、调整生活习惯、写日记、参与活动等； （2）自我心理调试：如树立正确观念、积极自我暗示、深呼吸、精神胜利法、随遇而安法、幽默人生法、宣泄积郁法等； （3）心理疏导：如有效陪伴、认知行为治疗、精神分析法、必要时根据医嘱正确用药； （4）指导向外界寻求帮助的方法：亲友倾诉、专业帮助、支持群体等。 5.疏导过程中随时观察老年人情绪变化和身体情况，老年人情绪过于激动或身体不适时，尊重老年人意见，及时停止（2分） 6.与老年人总结本次聊天过程，并建立后期反馈方式，及时评价改善情况，适时调整应对措施（4分） 7.及时汇报老年人情绪状况并交接班，必要时联系家属（2分）	
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意（反馈），整理各项物品。	1
	M12	记录（不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况）。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供	1

		所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	
J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1	
J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2	
J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2	
J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1	
合计			100

C2 实操技能竞赛参考赛题五

（一）案例描述

【场景】机构

张英奶奶，72 岁，老伴去世多年，育有一女在国外。近半年来，张奶奶因阿尔茨海默病生活自理能力明显下降，现入住星光长者家园 302 房 1 床。

【基本信息】

身高：156cm；

体重：56kg；

文化程度：初中学历；

经济状况：退休金 5000 元/月，有积蓄，女儿能补贴；

工作经历：国企单位会计退休；

兴趣爱好：喜欢看电视、做家务、养花；

饮食喜好：口味偏重；

既往病史：高血压 12 年，阿尔茨海默病 2 年。

【目前状况】

张奶奶目前精神尚可，能交流；近期记忆力下降明显，会对电视机里的人物说话，偶尔会找不到自己的房间，有时穿错衣服，不愿与人交流，情绪低落，常在房间里徘徊，或站在门口想出门；为控制血压，需遵医嘱服用硝苯地平，早晚各一次，每次 2 片（10mg 一片）。

（二）任务要求

1. 协助老年人服药。

- 2.指导老年人进行记忆力训练。
- 3.指导老年人通过园艺疗法缓解情绪。

（三）任务说明

1.请于备物室准备物品，进入竞赛场景后不得再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.任务顺序符合工作程序、遵从节力节时原则。

5.竞赛时间：读题及备物时间为 12 分钟，技能操作竞赛时间为 18 分钟。

（四）评分标准

评分标准——协助老年人服药

项目	类型	实操技能操作要求	得分
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2

	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息，如姓名（包括性别）、出生日期、居住地址等任何核对方式大于2项。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如口腔情况、吞咽功能、药物过敏史等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.核对：核对老年人姓名、服药单与药物是否相符（5分） 2.摆放体位（6分） （1）协助老年人摆放服药体位，方法正确； （2）体位安全、稳定、舒适，便于服药。 3.准备温水（3分） （1）按每2~4片药准备100毫升温水的比例准备适量温水； （2）测试水温适宜，约38~40℃。 4.协助服药（28分） （1）协助老年人少量饮水，润滑口腔及食管，观察有无呛咳、吞咽困难等情况； （2）再次核对药物信息，遵医嘱协助老年人服药； （3）服用多种药物时，按要求的顺序服用； （4）检查药物是否咽下； （5）服药过程中充分发挥老年人的残存功能，结合老年人的自理能力恰当地进行服药协助； （6）注意服药安全：避免烫伤、呛咳、药物吞咽困难等情况的发生； （7）过程中密切观察老年人反应并积极应对； （8）服药后核对药物信息，确保服药正确。 5.保持服药体位10分钟以上，再恢复舒适体位（4分） 6.观察老年人服药后反应，异常情况立即报告医生（4分）	50

健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务,在照护过程中进行注意事项的教育: 1.教育方式恰当,如讲解与示范相结合; 2.语言简单易懂,尽量使用生活化语言;	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育,如疾病预防和康复、健康生活方式等,要求如下: 1.主题和数量合适; 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3.结合主题提出的措施或建议,不少于3条; 4.措施或建议准确有效,符合科学和规范的要求; 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈),整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求,包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性:操作流畅、安全、规范,避免老年人出现害怕、疼痛等伤害,过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力:顺畅自然、有效沟通,表达信息方式符合老年人社会文化背景,能正确理解老年人反馈的信息,避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性:能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施,解决老年人问题,促进老年人的健康和幸福感)。	1
	J4	职业防护:做好自身职业防护,能运用节力原则,妥善利用力的杠杆作用,调整重心,减少摩擦力,利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀:能及时关注到老年人各方面变化,能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应,给予支持,例如不可急躁等;言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励:利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护,加强自我管理,发挥残存功能,提升自理能力。	2

	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

评分标准——指导老年人进行记忆力训练

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5分，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、睡眠、二便、饮食等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如视力、认知功能等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.准备工作（6分） 准备恰当的训练物品，如各种水果图片，摆放在合适的位置，便于沟通并向老年人展示，引导老年人做好训练的心理准备。 2.瞬间记忆训练（24分） （1）将各种卡片反面向上，取出一张如西瓜图片让老年人识别是什么水果； （2）当老年人能正确识别以后，可立刻将彩图正面向下，要求老年人回忆刚才看到的是什么，以训练感觉记忆也称为瞬间记忆； （3）重复以上步骤2~3次； （4）如能顺利完成，给予鼓励和表扬； （5）如老年人注意力转移或者不耐烦，采取有效措施吸引注意力，如饶有兴趣的图片等；	50

		(6) 当老年人识别不清时, 可适当提醒, 让老年人复述, 直至记住。 3. 短时记忆训练 (20分) (1) 当老年人能够对多张彩图进行识别和瞬间回忆正确时, 可将刚刚识别的彩图正面向下, 让老年人回忆并回答刚才看到了什么, 以训练短时记忆; (2) 再将刚刚识别的水果彩图正面向上, 让老年人找出正确的图片, 以加强短时记忆; (3) 密切观察老年人情绪, 如有烦躁, 立即停止或转移注意力; (4) 对老年人的良好表现及时提出表扬和鼓励, 维持老年人进行训练的兴趣。	
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务, 在照护过程中进行注意事项的教育: 1. 教育方式恰当, 如讲解与示范相结合; 2. 语言简单易懂, 尽量使用生活化语言; 3. 表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育, 如疾病预防和康复、健康生活方式等, 要求如下: 1. 主题和数量合适; 2. 表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3. 结合主题提出的措施或建议, 不少于3条; 4. 措施或建议准确有效, 符合科学和规范的要求; 5. 结合老年人的具体情况 (如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意 (反馈), 整理各项物品。	1
	M12	记录 (不漏项, 包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等)。	2
	M13	遵守感染防护要求, 包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性: 操作流畅、安全、规范, 避免老年人出现害怕、疼痛等伤害, 过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力: 顺畅自然、有效沟通, 表达信息方式符合老年人社会文化背景, 能正确理解老年人反馈的信息, 避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性: 能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施, 解决老年人问题, 促进老年人的健康和幸福感。	1

	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

评分标准——指导老年人通过园艺疗法缓解情绪

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、睡眠、二便、饮食等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如情绪状态、手功能、认知功能等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.活动前准备（6分） （1）护理员带领老年人进入合适的活动区域； （2）确保环境安全； （3）活动物品摆放合理。 2.讲解示范（7分） （1）向老年人介绍活动物品、用途及使用方法； （2）分步讲解示范活动步骤； （3）语言简洁、清晰、易懂。 3.指导老年人进行活动（32分） （1）分步指导老年人参与活动； （2）通过调动老年人的视觉、听觉、触觉和嗅觉，让老年人充分融入活动过程； （3）为活动过程或园艺作品赋予意义，达到活动目的； （4）与老年人共同制定观察计划，填写观察日记； （5）过程中密切观察老年人反应并积极应对；	50

		(6) 过程中充分调动老年人的积极性, 及时给予鼓励; (7) 过程中充分发挥老年人残存功能; (8) 确保老年人活动中的安全。 4.总结本次活动, 询问老年人感受, 预约下次活动时间(3分) 5.协助老年人取舒适体位(2分)	
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务, 在照护过程中进行注意事项的教育: 1.教育方式恰当, 如讲解与示范相结合; 2.语言简单易懂, 尽量使用生活化语言; 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育, 如疾病预防和康复、健康生活方式等, 要求如下: 1.主题和数量合适; 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3.结合主题提出的措施或建议, 不少于3条; 4.措施或建议准确有效, 符合科学和规范的要求; 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈), 整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项, 包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求, 包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性: 操作流畅、安全、规范, 避免老年人出现害怕、疼痛等伤害, 过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力: 顺畅自然、有效沟通, 表达信息方式符合老年人社会文化背景, 能正确理解老年人反馈的信息, 避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性: 能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施, 解决老年人问题, 促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护: 做好自身职业防护, 能运用省力原则, 妥善利用力的杠杆作用, 调整重心, 减少摩擦力, 利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀: 能及时关注到老年人各方面变化, 能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应, 给予支持, 例如不可急躁等; 言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励: 利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护, 加强自我管理, 发挥残存功能, 提升自理能力。	2
	J7	灵活性: 对临场突发状况能快速应变, 根据老年人及现场条	1

		件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	
合计			100

C2 实操技能竞赛参考赛题六

（一）案例描述

【场景】机构

林妹奶奶，75 岁，老伴去世多年，育有 2 个儿子在外地，1 个女儿在本地。林奶奶半年前因脑肿瘤住院行手术治疗，病情稳定后入住某养老机构 2 栋 201 室。

【基本信息】

身高：154cm；

体重：51kg；

文化程度：中学；

经济状况：每月退休金 5000 元；

工作经历：银行工作至退休；

兴趣爱好：听戏曲、养花；

饮食喜好：喜甜食；

既往病史：高血压 15 年，骨质疏松症 8 年，脑肿瘤术后半年。

【目前状况】

林奶奶目前神志清楚，构音不清，常常不能讲出熟悉用物的名称，也难以理解别人说的话，需配合肢体动作进行交流。林奶奶双下肢活动乏力，步态不稳，既往个性开朗，爱交流，入住机构以来总是闷闷不乐，常常独自到机构内花园活动。

（二）任务要求

1. 识别老年人跌倒风险并应对。

2.协助康复师对老年人进行语言康复训练。

3.与失语老年人沟通。

（三）任务说明

1.请于备物室准备物品，进入竞赛场景后不得再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.任务顺序符合工作程序、遵从节力节时原则。

5.竞赛时间：读题及备物时间为 12 分钟，技能操作竞赛时间为 18 分钟。

（四）评分标准

评分标准——识别老年人跌倒风险并应对

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2

	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如血压、步态等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可开始操作。	2
关键 操作 技能 (50分)	M8	1.识别老年人跌倒风险（6分） （1）及时发现跌倒风险，明确原因； （2）确保老年人处于安全状态。 2.告知老年人跌倒的风险及预防跌倒的意义（4分） 3.与老年人共同分析导致跌倒的风险因素，如环境因素、生理因素、疾病因素、药物因素、心理因素、其他等（10分） 4.根据跌倒风险因素采取科学有效、针对性强、老年人易接受的跌倒风险应对措施，不少于3条（以下内容仅作参考）（26分） （1）创造安全的环境：如家具、地面、扶手、灯光等； （2）合理用药：如规律用药，用药后避免剧烈活动等； （3）合理使用辅助器具：如选择恰当的辅具，使用方法正确等； （4）调整生活方式：如睡眠充足、心情愉快、运动适当、穿着合适等； （5）智慧产品的使用：如穿戴跌倒预警手环、防跌倒背心等。 5.反馈老年人掌握情况，持续关注预防跌倒措施的落实情况（4分）	50
健康 教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3

	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈),整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求,包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性:操作流畅、安全、规范,避免老年人出现害怕、疼痛等伤害,过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力:顺畅自然、有效沟通,表达信息方式符合老年人社会文化背景,能正确理解老年人反馈的信息,避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性:能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施,解决老年人问题,促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护:做好自身职业防护,能运用节力原则,妥善利用力的杠杆作用,调整重心,减少摩擦力,利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀:能及时关注到老年人各方面变化,能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应,给予支持,例如不可急躁等;言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励:利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护,加强自我管理,发挥残存功能,提升自理能力。	2
	J7	灵活性:对临场突发状况能快速应变,根据老年人及现场条件灵活机动实施照护,具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

评分标准——协助康复师对老年人进行语言康复训练

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估,不需要口头汇报: 1.物品准备:齐全,性能完好(每遗漏一项关键物品扣0.5,直至扣完); 2.环境准备:包括温湿度适宜,光线明亮,空气清新(以检查动作指向行为或沟通交流方式进行); 3.老年人准备:可以配合操作(以沟通交流方式进行); 4.个人准备:手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语,选择合适话题,自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估; 1.全身情况(如精神状态、饮食、二便、睡眠等); 2.局部情况(如肌力、肢体活动度等); 3.特殊情况(如听力、视力、言语功能等)。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤; 2.介绍需要老年人注意和(或)配合的内容; 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问,并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求,环境和体位等是否舒适,询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.协助老年人采取合适的训练体位(安全、稳定、舒适、便于操作)(2分) 2.讲解与示范(8分) (1)进行重要环节的讲解、示范; (2)步骤清晰,方法正确; (3)确认老年人理解并愿意配合。 3.指导训练(32分) (1)根据康复计划并结合老年人身体状况和接受能力,选择训练项目(不少于3个),如呼吸、唇、舌、面肌、发声、听理解、口语表达以及书写训练等; (2)分步指导老年人练习,方法正确; (3)每个项目训练不少于3次; (4)过程中注意观察老年人反应并积极应对;	50

		(5) 充分调动老年人积极性, 及时鼓励表扬; (6) 训练频次与时间正确, 合理安排训练时间, 每日2~4次, 每次20~30分钟为宜, 以老年人能耐受为准。 4.总结本次训练, 听取老年人感受, 预约下次训练时间, 根据老年人需求, 协助老年人采取适宜体位(8分)	
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务, 在照护过程中进行注意事项的教育: 1.教育方式恰当, 如讲解与示范相结合; 2.语言简单易懂, 尽量使用生活化语言; 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育, 如疾病预防和康复、健康生活方式等, 要求如下: 1.主题和数量合适; 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3.结合主题提出的措施或建议, 不少于3条; 4.措施或建议准确有效, 符合科学和规范的要求; 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈), 整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项, 包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求, 包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性: 操作流畅、安全、规范, 避免老年人出现害怕、疼痛等伤害, 过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力: 顺畅自然、有效沟通, 表达信息方式符合老年人社会文化背景, 能正确理解老年人反馈的信息, 避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性: 能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施, 解决老年人问题, 促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护: 做好自身职业防护, 能运用节力原则, 妥善利用力的杠杆作用, 调整重心, 减少摩擦力, 利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀: 能及时关注到老年人各方面变化, 能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应, 给予支持, 例如不可急躁等; 言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励: 利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护, 加强自	2

		我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

评分标准——与失语老年人沟通

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估； 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如听力、视力、言语功能等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.根据老年人的言语功能情况（理解能力、表达能力等），采取适宜的沟通方式，沟通应积极主动、充分尊重老年人（6分） 2.与语言理解障碍老年人的沟通技巧（15分） （1）语言应简短、语速应缓慢、重复关键词； （2）灵活运用手势、姿势、表情等； （3）借助实物展示、文字、图片等进行表达； 3.与语言表达障碍老年人的沟通技巧（15分） （1）要有耐心，不要催促其回答，尽量询问可通过是或否来回答的问题； （2）指导老年人通过多种方式表达自己的感受，如肢体语言、写字、画画、实物等表达自己的情绪或要求； （3）对于发音障碍的老年人，要为其营造一种不害怕发	50

		声的轻松的交流环境。 4.过程中通过观察老年人的表情及动作来了解老年人对交流内容是否理解（3分） 5.密切观察老年人反应，了解其心理状态，并进行心理疏导（8分） 6.与老年人总结本次沟通过程，询问老年人有无其他需求，帮助取舒适安全的体位（3分）	
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意（反馈），整理各项物品。	1
	M12	记录（不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况）。	2
	M13	遵守感染防护要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性	1

		等方法。	
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

C2 实操技能竞赛参考赛题七

（一）案例描述

【场景】机构

曾孔玲爷爷，85 岁，老伴已去世，育有一子，有 1 个孙子。因儿子工作繁忙无力照护，现入住康养园医养结合养老机构 301 房间 1 床。

【基本信息】

身高：175cm；

体重：65kg；

文化程度：中专；

经济状况：退休金 4000 元，儿子少许支持；

兴趣爱好：打拳、看电视；

饮食喜好：喜食红烧肉、保健品，不喜蔬菜；

工作经历：退伍军人；

既往病史：高血压 10 年、关节炎 5 年、心力衰竭 1 年、脑梗后 5 年。

【目前状况】

曾爷爷目前神志清楚，能正常交流，左侧肢体活动不灵，左上肢屈曲于胸前，左下肢无力，在协助下可使用助行器进行行走；近几天情绪低落，不愿交流，易怒，经了解是因为儿子未及时帮忙购买保健品，认为儿子不关心自己，觉得自己成为家人的负担，生活没有意义。今晨测得血压偏高，遵医嘱协助老年人口服硝苯地平缓释片。

（二）任务要求

- 1.协助老年人服药。
- 2.指导老年人使用手杖进行行走训练。
- 3.识别老年人异常心理活动并应对。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.任务顺序符合工作顺序、节力节时原则。

5.竞赛时间：读题及备物时间为 12 分钟，技能操作竞赛时间为 18 分钟。

（四）评分标准

评分标准——协助老年人服药

项目	类型	实操技能操作要求	得分
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2

沟通 解释 评估 (15分)	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如口腔情况、吞咽功能、药物过敏史等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可开始操作。	2
关键操作 技能 (50分)	M8	1.核对：核对老年人姓名、服药单与药物是否相符（5分） 2.摆放体位（6分） （1）协助老年人摆放服药体位，方法正确； （2）体位安全、稳定、舒适，便于服药。 3.准备温水（3分） （1）按每2~4片药准备100毫升温水的比例准备适量温水； （2）测试水温适宜，约38~40℃。 4.协助服药（28分） （1）协助老年人少量饮水，润滑口腔及食管，观察有无呛咳、吞咽困难等情况； （2）再次核对药物信息，遵医嘱协助老年人服药； （3）服用多种药物时，按要求的顺序服用； （4）检查药物是否咽下； （5）服药过程中充分发挥老年人的残存功能，结合老年人的自理能力恰当地进行服药协助； （6）注意服药安全：避免烫伤、呛咳、药物吞咽困难等情况的发生； （7）过程中密切观察老年人反应并积极应对； （8）服药后核对药物信息，确保服药正确。 5.保持服药体位10分钟以上，再恢复舒适体位（4分） 6.观察老年人服药后反应，异常情况立即报告医生（4分）	50
健康 教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和	5

		康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意（反馈），整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

评分标准——指导老年人使用手杖进行行走训练

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如视力、血压、站立平衡等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.训练前准备（12分） （1）协助老年人采取适宜的训练前体位； （2）检查手杖； （3）调整手杖高度； （4）为老年人系上保护腰带。 2.讲解与示范（12分） （1）进行重要环节的讲解、示范； （2）步骤清晰，方法正确； （3）确认老年人理解并愿意配合。 3.行走训练（20分） （1）根据康复训练计划指导老年人使用手杖，方法正确； （2）过程中做好安全保护； （3）训练时长以老年人能耐受为宜；	50

		(4) 过程中密切关注老年人不良情绪或异常反应,并及时应对。 4.总结本次训练情况,听取老年人感受,预约下次训练时间,协助老年人取安全舒适的体位(6分)	
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务,在照护过程中进行注意事项的教育: 1.教育方式恰当,如讲解与示范相结合; 2.语言简单易懂,尽量使用生活化语言; 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育,如疾病预防和康复、健康生活方式等,要求如下: 1.主题和数量合适; 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3.结合主题提出的措施或建议,不少于3条; 4.措施或建议准确有效,符合科学和规范的要求; 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈),整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求,包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性:操作流畅、安全、规范,避免老年人出现害怕、疼痛等伤害,过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力:顺畅自然、有效沟通,表达信息方式符合老年人社会文化背景,能正确理解老年人反馈的信息,避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性:能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施,解决老年人问题,促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护:做好自身职业防护,能运用节力原则,妥善利用力的杠杆作用,调整重心,减少摩擦力,利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀:能及时关注到老年人各方面变化,能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应,给予支持,例如不可急躁等;言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励:利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护,加强自我管理,发挥残存功能,提升自理能力。	2

	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

评分标准——识别老年人异常心理活动及应对

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如血压、情绪状态等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.识别老年人异常心理活动（6分） （1）及时有效识别：通过行为方面、语言方面、心理状态方面识别，如有无生活习惯改变、脾气改变、情绪变化、行为变化、语言表达变化、记忆力下降、多疑等； （2）识别方法正确：观察、沟通、询问他人等，必要时采用神经精神评估量表。 2.沟通交流方法运用恰当（8分） （1）沟通的体位、距离、角度、视线等适宜； （2）同理共情，及时表达理解与支持； （3）恰当应用倾听技巧，如：适时的点头、有效的重复、积极的反应、保持耐心等； （4）恰当运用肢体语言。 3.分析异常心理活动的影响因素，如：生理因素、心理因素、社会因素、受害经历、遗传因素、其他等（8分） 4.应对异常心理活动：根据老年人异常心理状态及影响因素，	50

		与老年人讨论解决方案，协助老年人正确应对（以下内容仅供参考）（20分） （1）生活方式调整：如转移注意力、培养兴趣爱好、调整生活习惯、写日记、参与活动等； （2）自我心理调试：如树立正确观念、积极自我暗示、深呼吸、精神胜利法、随遇而安法、幽默人生法、宣泄积郁法等； （3）心理疏导：如有效陪伴、认知行为治疗、精神分析法、必要时根据医嘱正确用药； （4）指导向外界寻求帮助的方法：亲友倾诉、专业帮助、支持群体等。 5.疏导过程中随时观察老年人情绪变化和身体情况，老年人情绪过于激动或身体不适时，尊重老年人意见，及时停止（2分） 6.与老年人总结本次聊天过程，并建立后期反馈方式，及时评价改善情况，适时调整应对措施（4分） 7.及时汇报老年人情绪状况并交接班，必要时联系家属（2分）	
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意（反馈），整理各项物品。	1
	M12	记录（不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况）。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供	1

		所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

C2 实操技能竞赛参考赛题八

（一）案例描述

【场景】机构

张勇爷爷，80 岁，育有一女，因工作繁忙无法照顾老年人生活起居。为了让张爷爷得到专业照护，家属将其送至悦华医养结合机构，入住 105 室 1 床。

【基本信息】

身高：170cm；

体重：55kg；

文化程度：大学；

经济状况：有退休金，有女儿支持；

兴趣爱好：看书、书法、看电视；

饮食喜好：喜食辛辣；

工作经历：省级事业单位退休；

既往病史：慢性阻塞性肺疾病 3 年、高血压 10 年。

【目前状况】

张爷爷目前神志清楚，能正常交流；近期上呼吸道感染，双下肢乏力，晨起和夜间阵发性咳嗽加重，痰液黏稠，不易咳出，经抗感染治疗后，症状有所缓解，但张爷爷特别担心自己的病情加重，焦虑不安。

（二）任务要求

1.为老年人翻身叩背促进排痰。

2.指导老年人进行健肺操活动。

3.指导老年人通过放松疗法缓解情绪。

（三）任务说明

1.请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.任务顺序符合工作顺序、节力节时原则。

5.竞赛时间：读题及备物时间为 12 分钟，技能操作竞赛时间为 18 分钟。

（四）评分标准

评分标准——为老年人翻身叩背促进排痰

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2

	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如咳嗽咳痰、皮肤情况等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可开始操作。	2
关键 操作 技能 (50分)	M8	1.协助老年人翻身（6分） （1）翻身方法安全、正确，避免拖拉拽； （2）操作中注意保暖，避免受凉； （3）合理放置软枕，正确进行体位固定。 2.叩击部位准确（12分） （1）评估叩击部位及皮肤情况； （2）叩击从背部第十肋向上至肩部进行，两侧交替； （3）避开双肾、骨隆突处、脊柱、肩胛骨、心脏等区域； （4）叩击的相邻部位应重叠1/3。 3.叩击方法正确（18分） （1）手法：五指并拢呈弓形，掌心与手指成120°角； （2）叩击方向：由下至上，由两侧到中央； （3）力度：力量中等，以老年人耐受为准； （4）频率：有节律的叩击老年人背部，每分钟叩击120~180次，持续3~6分钟，每天叩击3~5次。 4.指导老年人有效咳嗽排痰（4分） 5.清洁整理（6分） （1）按要求处理痰液； （2）保持老年人口颜面清洁； （3）协助老年人取舒适体位。 6.过程中观察老年人反应并积极应对（4分）	50
健康 教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言；	3

	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈),整理各项物品。	1
	M12	记录叩背时间及老年人反应，如有异常情况报告医护人员。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

评分标准——指导老年人进行健肺操活动

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估,不需要口头汇报: 1.物品准备:齐全,性能完好(每遗漏一项关键物品扣0.5,直至扣完); 2.环境准备:包括温湿度适宜,光线明亮,空气清新(以检查动作指向行为或沟通交流方式进行); 3.老年人准备:可以配合操作(以沟通交流方式进行); 4.个人准备:手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语,选择合适话题,自然开启话题。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估: 1.全身情况(如精神状态、饮食、二便、睡眠等); 2.局部情况(如肌力、肢体活动度等); 3.特殊情况(如血压、呼吸情况等)。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤; 2.介绍需要老年人注意和(或)配合的内容; 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问,并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求,环境和体位等是否舒适,询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.协助老年人采取合适的训练体位(安全、稳定、舒适、便于操作)(2分) 2.讲解与示范(6分) (1)进行重要环节的讲解、示范; (2)步骤清晰,方法正确; (3)确认老年人理解并愿意配合。 3.热身活动(8分) (1)根据老年人情况,选择适宜的热身活动; (2)引导老年人进行10~15分钟热身训练。 4.指导练习(20分) (1)动作不少于3个,如转体压胸、伸展胸廓、双手挤压胸、抱双膝压胸、交叉抱胸、抱单膝压胸等; (2)过程中注意配合正确的呼吸方法; (3)分步指导老年人练习; (4)过程中做好安全防护,注意观察老年人反应并积极应对;	50

		(5) 充分调动老年人积极性, 及时鼓励表扬; (6) 训练频次与时间正确, 30~60分钟为宜, 以老年人能耐受为准。 5.带领老年人进行放松活动, 方法适宜, 时间5~10分钟(6分) 6.总结本次训练, 听取老年人感受, 预约下次训练时间, 根据老年人需求, 协助老年人采取适宜体位(8分)	
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务, 在照护过程中进行注意事项的教育: 1.教育方式恰当, 如讲解与示范相结合; 2.语言简单易懂, 尽量使用生活化语言; 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育, 如疾病预防和康复、健康生活方式等, 要求如下: 1.主题和数量合适; 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3.结合主题提出的措施或建议, 不少于3条; 4.措施或建议准确有效, 符合科学和规范的要求; 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈), 整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项, 包括评估阳性结果、主要措施及异常情况)	2
	M13	遵守感染控制和管理要求, 包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性: 操作流畅、安全、规范, 避免老年人出现害怕、疼痛等伤害, 过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力: 顺畅自然、有效沟通, 表达信息方式符合老年人社会文化背景, 能正确理解老年人反馈的信息, 避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性: 能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施, 解决老年人问题, 促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护: 做好自身职业防护, 能运用节力原则, 妥善利用力的杠杆作用, 调整重心, 减少摩擦力, 利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀: 能及时关注到老年人各方面变化, 能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应, 给予支持, 例如不可急躁等; 言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励: 利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护, 加强自	2

		我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

评分标准——指导老年人通过放松疗法缓解情绪

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估,不需要口头汇报: 1.物品准备:齐全,性能完好(每遗漏一项关键物品扣0.5,直至扣完); 2.环境准备:包括温湿度适宜,光线明亮,空气清新(以检查动作指向行为或沟通交流方式进行); 3.老年人准备:可以配合操作(以沟通交流方式进行); 4.个人准备:手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语,选择合适话题,自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估: 1.全身情况(如精神状态、饮食、二便、睡眠等); 2.局部情况(如肌力、肢体活动度等); 3.特殊情况(如情绪状态、理解力等)。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤; 2.介绍需要老年人注意和(或)配合的内容; 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问,并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求,环境和体位等是否舒适,询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.活动前准备(6分) (1)布置活动环境,确保环境安全、安静、避免干扰; (2)护理员带领老年人进入活动区域; (3)选择适宜的音乐。 2.讲解示范(16分) (1)根据老年人情况,选择适宜的放松疗法,如:呼吸松弛训练法、肌肉放松训练法、想象松弛训练法等; (2)分步骤讲解并示范; (3)语言简洁、清晰、易懂。 3.指导老年人运用放松疗法缓解情绪(20分) (1)指导老年人调整舒适、放松的体位; (2)配合音乐及活动用品,通过语言引导或肢体抚触等方式帮助老年人进行放松; (3)过程中不可强求,不可急躁,适当调整语音、语调及音量帮助老年人融入;	50

		(4) 密切关注老年人的反应及意愿, 如有不适立即停止; (5) 针对老年人的良好表现及时鼓励及表扬。 4.整理活动用物(2分) 5.总结本次活动, 询问老年人感受, 预约下次放松训练时间(4分) 6.协助老年人取舒适体位(2分)	
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务, 在照护过程中进行注意事项的教育: 1.教育方式恰当, 如讲解与示范相结合; 2.语言简单易懂, 尽量使用生活化语言; 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育, 如疾病预防和康复、健康生活方式等, 要求如下: 1.主题和数量合适; 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3.结合主题提出的措施或建议, 不少于3条; 4.措施或建议准确有效, 符合科学和规范的要求; 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈), 整理各项物品	1
	M12	记录(不漏项, 包括评估阳性结果、主要措施及异常情况)。	2
	M13	遵守感染防控要求, 包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性: 操作流畅、安全、规范, 避免老年人出现害怕、疼痛等伤害, 过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力: 顺畅自然、有效沟通, 表达信息方式符合老年人社会文化背景, 能正确理解老年人反馈的信息, 避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性: 能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施, 解决老年人问题, 促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护: 做好自身职业防护, 能运用节力原则, 妥善利用力的杠杆作用, 调整重心, 减少摩擦力, 利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀: 能及时关注到老年人各方面变化, 能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应, 给予支持, 例如不可急躁等; 言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励: 利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护, 加强自我管理, 发挥残存功能, 提升自理能力。	2

	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

C2 实操技能竞赛参考赛题九

（一）案例描述

【场景】居家

孙兰珍奶奶，80 岁，居住在永庆花园 2 栋 306 室，老伴去世多年，育有一儿一女。孙奶奶因病长期卧床，平日由女儿照顾，因女儿近日腰椎间盘突出发作，特申请社区居家养老服务中心上门服务。

【基本信息】

身高：160cm；

体重：52kg；

文化程度：小学；

经济状况：退休金每月 3500 元/月，有积蓄；

兴趣爱好：看报纸、喜欢植物；

饮食喜好：挑食、喜素食、喝茶

工作经历：国企职工工作至退休；

既往病史：高血压 20 年、冠心病 10 年。

【目前状况】

孙奶奶目前神志清醒，生活不能自理，心功能 III 级，长期卧床，偶尔由家人推轮椅外出晒太阳；近一个月来听力下降明显，不愿与人交流。因近日女儿腰痛，无法协助张奶奶活动，特向社区租赁移位机，需请护理员协助使用移位机并讲解其使用方法及注意事项；在使用移位机时，发现张奶奶衣物潮湿，请护理员进行压疮风险评估并提出有效应对措施。

（二）任务要求

- 1.为老年人进行压疮风险评估并提出有效应对措施。
- 2.协助老年人使用移位机进行体位转移。
- 3.与失聪老年人进行有效沟通交流。

（三）任务说明

1.请于备物室准备物品，进入竞赛场景后不得再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.任务顺序符合工作程序、遵从节力节时原则。

5.竞赛时间：读题及备物时间为 12 分钟，技能操作竞赛时间为 18 分钟。

（四）评分标准

评分标准——为老年人进行压疮风险评估及应对

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）。 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）。 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）。 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当，选择合适话题，自然开启话题。	2

沟通 解释 评估 (15分)	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如有无发热、皮肤情况等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对照护过程是否存在疑问，征询老年人对所处的环境是否满意、体位是否舒适。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以操作。	2
关键 操作 技能 (50分)	M8	1.协助老年人取舒适安全体位（4分） 2.根据Braden压疮风险评估量表进行评估（20分） （1）评估内容全面，方法正确； （2）评估结果正确； （3）语言恰当合理，尊重老年人，关注老年人感受，注意保暖，保护隐私。 3.根据压疮风险因素，给予应对措施如：（20分） （1）避免局部组织长期受压； （2）避免局部受潮湿和摩擦的刺激； （3）促进皮肤血液循环； （4）加强营养。 4.整理床铺，平整、舒适、安全（6分）	50
健康 教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务,在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育,如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价 照护 效果	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈)整理各项物品。	1
	M12	记录(不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手	2

(5分)		卫生。	
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式激励老年人自我参与，加强自我管理，发挥残存功能。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

评分标准——协助老年人使用移位机进行体位转移

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估,不需要口头汇报: 1.物品准备:齐全,性能完好(每遗漏一项关键物品扣0.5,直至扣完); 2.环境准备:包括温湿度适宜,光线明亮,空气清新(以检查动作指向行为或沟通交流方式进行); 3.老年人准备:可以配合操作(以沟通交流方式进行); 4.个人准备:手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语,选择合适话题,自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估: 1.全身情况(如精神状态、饮食、二便、睡眠等); 2.局部情况(如肌力、肢体活动度等); 3.特殊情况(如血压、坐位平衡等)。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤; 2.介绍需要老年人注意和(或)配合的内容; 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问,并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求,环境和体位等是否舒适,询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.检查移位机安全及性能(3分) 2.协助老年人坐起,整理衣服,穿好防滑鞋(4分) 3.向老年人讲解并示范移位机的结构及使用方法(10分) 4.协助老年人使用移位机(25分) (1)打开移位机靠背锁扣和安全卡扣,将移位机摆放于合适位置,固定刹车; (2)调节移位机座板高度,贴近床面; (3)指导老年人转移至移位机座板上; (4)闭合靠背后面的双重锁扣,系好安全带,调节座椅高度; (5)松开刹车,安全转移。 5.注意与老年人沟通、交流,观察老年人反应,如有不适立即停止(2分) 6.注意发挥老年人残存功能,对于老年人的良好表现及时给	50

		予鼓励（6分）	
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意（反馈），整理各项物品。	1
	M12	记录（不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况）。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场	1

		条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	
合计			100

评分标准——与失聪老年人沟通

项目	类型	实操技能要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当，选择合适话题，自然开启话题。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对照护过程是否存在疑问，征询老年人对所处的环境是否满意、体位是否舒适。	3
	M6	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如听力、视力等）。	6
	M7	询问老年人有无其他需求，询问老年人是否可以操作。	2

关键 操作 技能 (50分)	M8	1.沟通环境适宜(6分) (1) 光线明亮、方便老年人看清他人手势或动作; (2) 安静、无干扰杂音(如电视机音量等)。 2.沟通技巧恰当(30分) (1)根据老年人的听力情况(大小、高低、能听到的方向),采取适宜的沟通方式; (2)对于听觉完全缺失的老年人,主要采用视觉材料与老年人沟通(如智能电视、智能手机、白板等); (3)对于听力部分缺失的老年人,可通过增加音调与老年人沟通,注意语速不宜过快,利用面部表情,肢体动作强化所说内容,适当借助辅助工具如白板、卡片等; (4)靠近老年人时,要让其知道,离开时也要用手势或触摸的方式告知。 (5)沟通时要正面面对老年人,方便其看清护理员的口型、表情; (6)护理员应清楚的展现口型并慢慢的说话,重要的词汇要重复的说,肢体动作不宜过于夸张。 3.密切观察老年人反应,了解其心理状态,并进行心理疏导(8分) 4.鼓励老年人通过语言的形式进行沟通(3分) 5.与老年人总结本次沟通过程,询问老年人有无其他需求,帮助取舒适安全的体位(3分)	50
健康 教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务,在照护过程中进行注意事项的教育: 1.教育方式恰当,如讲解与示范相结合; 2.语言简单易懂,尽量使用生活化语言; 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3

	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意（反馈）整理各项物品。	1
	M12	记录不漏项，包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息。	2
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式激励老年人自我参与，加强自我管理，发挥残存功能。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

C2实操技能竞赛参考赛题十

（一）案例描述

【场景】机构

蒋芳奶奶，70岁，老伴去世多年，育有一子；1年前因青光眼导致双眼失明，半年前突发脑梗，生活自理能力明显下降，现入住某福利院305室1床。

【基本信息】

身高：160cm；

体重：60kg；

文化程度：初中；

经济状况：退休金4500元/月；

兴趣爱好：跳广场舞，听音乐；

饮食喜好：喜食蔬菜，饮茶；

工作经历：医院后勤工作；

既往史：糖尿病15年，高血压10年，青光眼6年，脑梗后半年。

【目前状况】

蒋奶奶目前神志清楚，精神尚可，左侧肢体功能尚可，右侧肢体功能受限，能使用手杖行走，部分日常生活需在他人帮助下完成。蒋奶奶既往性格开朗健谈，最近情绪不佳，注意力时常不集中，进餐时有呛咳，语言理解与表达能力尚可，能正常交流。

（二）任务要求

1.为老年人进行噎食风险评估及应对。

2.协助康复师对老年人进行吞咽康复训练。

3.与失明老年人沟通。

（三）任务说明

1.请于备物室准备物品，进入竞赛场景后不得再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

2.竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

3.请模拟真实情况，与标准化老年人合作，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

4.任务顺序符合工作程序、遵从节力节时原则。

5.竞赛时间：读题及备物时间为 12 分钟，技能操作竞赛时间为 18 分钟。

（四）评分标准

评分标准——噎食风险评估及应对

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2

沟通 解释 评估 (15分)	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如口腔情况、吞咽情况等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可开始操作。	2
关键 操作 技能 (50分)	M8	1.协助老年人取舒适安全体位（4分） 2.进行噎食风险评估，评估方法正确、安全（20分） （1）了解老年人最近一年的噎食史、生理因素、精神状态、药物反应、其他疾病因素等； （2）洼田饮水试验评估流程正确，结果正确。 3.噎食风险应对（26分） （1）根据功能状况选择合适的食物和进食方式； （2）对于经口进食的老年人食料切配时应切小、切细、切碎，长短适宜，食物酥软易吞咽，并注意干湿搭配； （3）避免进食过黏食物，如：年糕等，过滑食物，如：桂圆等，过大食物，如：鸡蛋、馒头等； （4）注意观察老年人进食的速度、质量、温度等情况，咽完第一口再进食第二口； （5）叮嘱老年人进食时注意力集中，细嚼慢咽，口含食物时避免大笑讲话； （6）注意饮食体位，避免平卧位进食进水； （7）建立噎食风险标识，并让工作人员熟知； （8）在老年人进食结束后，要保持进食体位30分钟以上，避免翻身叩背、吸痰等。	50
健康 教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3

	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育,如疾病预防和康复、健康生活方式等,要求如下: 1.主题和数量合适; 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3.结合主题提出的措施或建议,不少于3条; 4.措施或建议准确有效,符合科学和规范的要求; 5.结合老年人的具体情况(如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意(反馈),整理各项物品。	1
	M12	记录,不漏项,包括评估阳性结果、主要措施及异常情况。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求,包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性:操作流畅、安全、规范,避免老年人出现害怕、疼痛等伤害,过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力:顺畅自然、有效沟通,表达信息方式符合老年人社会文化背景,能正确理解老年人反馈的信息,避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性:能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施,解决老年人问题,促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护:做好自身职业防护,能运用节力原则,妥善利用力的杠杆作用,调整重心,减少摩擦力,利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀:能及时关注到老年人各方面变化,能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应,给予支持,例如不可急躁等;言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励:利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护,加强自我管理,发挥残存功能,提升自理能力。	2
	J7	灵活性:对临场突发状况能快速应变,根据老年人及现场条件灵活机动实施照护,具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

评分标准——为老年人进行吞咽康复训练

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如口腔情况、吞咽功能等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.体位安全、稳定、舒适（5分） 2.间接训练方法（20分） （1）口腔操：呼吸运动、唇部运动、舌部运动、面颊运动等； （2）吸吮训练：应用正确方法，训练老年人吸吮能力； （3）其他训练：应用正确方法，对老年人进行体位调节训练；反复吞咽训练；轮换吞咽训练；健侧吞咽训练；转头吞咽训练等。 3.直接摄食训练（15分） （1）卧位训练：进食时抬高床头 30°~45°，护理员把糊状食物推至健侧舌后方，以利于食物向咽部运送；	50

		(2) 坐位训练: 老年人取坐位, 头稍前屈位, 如果头部能转向瘫痪侧 80 度, 可以使健侧咽部扩大, 便于食物进入; (3) 食物及“一口量”选择: 食物选择: 教会老年人合理选择食物; 一口量选择: 正常人一口量约为 20 毫升; 4. 训练过程中询问老年人无不适后, 再重复以上动作, 持续训练30分钟 (5分) 5. 老年人有进步表现, 及时给予鼓励, 保持坚持训练的兴趣与信心 (5分)	
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务, 在照护过程中进行注意事项的教育: 1. 教育方式恰当, 如讲解与示范相结合; 2. 语言简单易懂, 尽量使用生活化语言; 3. 表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育, 如疾病预防和康复、健康生活方式等, 要求如下: 1. 主题和数量合适; 2. 表达符合老年人的心理特征和理解能力; 3. 结合主题提出的措施或建议, 不少于3条; 4. 措施或建议准确有效, 符合科学和规范的要求; 5. 结合老年人的具体情况 (如职业、性格、爱好、家庭等)。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意 (反馈), 整理各项物品。	1
	M12	记录 (不漏项, 包括评估阳性结果、主要措施及异常情况等)。	2
	M13	遵守感染控制和管理要求, 包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性: 操作流畅、安全、规范, 避免老年人出现害怕、疼痛等伤害, 过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力: 顺畅自然、有效沟通, 表达信息方式符合老年人社会文化背景, 能正确理解老年人反馈的信息, 避免盲目否定或其他语言能力。	2
	J3	创新性: 能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施, 解决老年人问题, 促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护: 做好自身职业防护, 能运用节力原则, 妥善利用力的杠杆作用, 调整重心, 减少摩擦力, 利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀: 能及时关注到老年人各方面变化, 能针对老年人	2

		的心理和情绪做出恰当的反应,给予支持,例如不可急躁等; 言行举止有 尊老、敬老、爱老、护老的意识。	
	J6	鼓励:利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护,加强自我管理,发挥残存功能,提升自理能力。	2
	J7	灵活性:对临场突发状况能快速应变,根据老年人及现场条件灵活机动实施照护,具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100

评分标准——与失明老年人沟通

项目	类型	实操技能操作要求	分值
工作准备 (10分)	M1	简述情境、老年人照护问题和任务等。	2
	M2	以下项目在整个操作过程中予以评估，不需要口头汇报： 1.物品准备：齐全，性能完好（每遗漏一项关键物品扣0.5，直至扣完）； 2.环境准备：包括温湿度适宜，光线明亮，空气清新（以检查动作指向行为或沟通交流方式进行）； 3.老年人准备：可以配合操作（以沟通交流方式进行）； 4.个人准备：手卫生、着装、装饰等符合规范。	8
沟通解释 评估 (15分)	M3	问好、自我介绍、友好微笑、称呼恰当、举止得体、礼貌用语，选择合适话题，自然开启话题等。	2
	M4	采用有效方法核对照护对象基本信息。	2
	M5	对老年人进行综合评估： 1.全身情况（如精神状态、饮食、二便、睡眠等）； 2.局部情况（如肌力、肢体活动度等）； 3.特殊情况（如视力、听力等）。	6
	M6	1.为老年人介绍照护任务、任务目的、操作时间、关键步骤； 2.介绍需要老年人注意和（或）配合的内容； 3.询问老年人对沟通解释过程是否存在疑问，并且愿意配合。	3
	M7	询问老年人有无其他需求，环境和体位等是否舒适，询问老年人是否可以开始操作。	2
关键操作技能 (50分)	M8	1.沟通环境适宜（6分） （1）选择老年人熟悉的环境； （2）环境安全，指导并告知老年人所处的环境； （3）安静、无干扰杂音（如电视机音量等）。 2.沟通技巧恰当（18分） （1）语言清晰，内容具体，语速适宜，用老年人能够理解的词语； （2）灵活应用视觉以外的感觉（如触觉、听觉、嗅觉）帮助老年人获取信息； （3）开始交流前要称呼老年人并自我介绍，在肢体触碰之前应先有声音，谈话结束时要清楚的表达，离开老年人时要明确的告知； （4）沟通过程中通过观察老年人的语言、表情及动作来	50

		了解老年人对交流内容是否理解。 3.关注老年人心理状态，并进行有效疏导（8分） 4.给予失明老年人日常生活指导（10分） （1）日常行为指导时注意口令要具体、详细、清晰，如：“向东走5步”等。 （2）常用物品放置在固定位置，利用时钟方向、步数等帮助老年人明确物品的位置，如“您的拐杖在您的3点钟方向，走3步就能取到”。 （3）根据老年人残存视力情况，调整日常生活环境与用品；如增强日用品的颜色饱和度、对比度等。 5.过程中注意观察老年人反应及其感受，发现疲劳等不适立即停止；老年人有进步表现，及时给予鼓励，树立信心（4分） 6.与老年人总结本次沟通过程，询问老年人有无其他需求，帮助取舒适安全的体位，告知老年人所处方位及物品摆放的位置（4分）	
健康教育 (8分)	M9	针对本次具体实施的照护任务，在照护过程中进行注意事项的教育： 1.教育方式恰当，如讲解与示范相结合； 2.语言简单易懂，尽量使用生活化语言； 3.表达准确、逻辑清晰、重点突出。	3
	M10	在照护过程中结合老年人情况开展健康教育，如疾病预防和康复、健康生活方式等，要求如下： 1.主题和数量合适； 2.表达符合老年人的心理特征和理解能力； 3.结合主题提出的措施或建议，不少于3条； 4.措施或建议准确有效，符合科学和规范的要求； 5.结合老年人的具体情况（如职业、性格、爱好、家庭等）。	5
评价 照护 效果 (5分)	M11	询问老年人有无其他需求、是否满意（反馈），整理各项物品。	1
	M12	记录（不漏项，包括训练的情况和效果，预约下一次训练的安排等）。	2
	M13	遵守感染防控要求，包括废弃物处理、个人防护及手卫生等。	2
对选手 综合 评判 (12分)	J1	操作过程中的安全性：操作流畅、安全、规范，避免老年人出现害怕、疼痛等伤害，过程中未出现置老年人于危险环境的操作动作或行为。	3
	J2	沟通力：顺畅自然、有效沟通，表达信息方式符合老年人	2

		社会文化背景，能正确理解老年人反馈的信息，避免盲目否定或其他语言能力。	
	J3	创新性：能综合应用传统技艺、先进新技术等为老年人提供所需的照护措施，解决老年人问题，促进老年人的健康和幸福感。	1
	J4	职业防护：做好自身职业防护，能运用节力原则，妥善利用力的杠杆作用，调整重心，减少摩擦力，利用惯性等方法。	1
	J5	人文关怀：能及时关注到老年人各方面变化，能针对老年人的心理和情绪做出恰当的反应，给予支持，例如不可急躁等；言行举止有尊老、敬老、爱老、护老的意识。	2
	J6	鼓励：利用语言和非语言方式鼓励老年人参与照护，加强自我管理，发挥残存功能，提升自理能力。	2
	J7	灵活性：对临场突发状况能快速应变，根据老年人及现场条件灵活机动实施照护，具有很强的解决问题的能力。	1
合计			100