

职业技能等级评价指导手册

家政服务员 (家庭照护员) (四级)

上海市职业技能鉴定中心 指导编写

目 录

第 1 部分	家政服务员职业简介·····	(1)
第 2 部分	家政服务员申报条件·····	(2)
第 3 部分	家庭照护员（四级）评价方案·····	(5)
第 3 部分	家庭照护员（四级）要素细目表·····	(8)
第 4 部分	家庭照护员（四级）理论知识复习题·····	(24)
第 5 部分	家庭照护员（四级）操作技能复习题·····	(74)
第 6 部分	家庭照护员（四级）理论知识考试模拟试卷及答案·····	(200)
第 7 部分	家庭照护员（四级）操作技能考核模拟试卷·····	(216)

家政服务员职业简介

一、职业名称

家政服务员

二、职业定义

从事家务料理、家庭成员照护、家庭事务管理等工作的人员。

三、主要工作内容

- 1、清洁家庭卫生、洗烫衣物、烹调饭菜、采购物品、料理家庭相关事务；
- 2、照护家庭中的孕妇生活起居，配制营养膳食、进行妊娠保健护理，制订、实施胎儿教育计划；
- 3、照护家庭中的产妇生活起居，配制营养膳食，指导产妇形体恢复训练，进行产妇心理卫生疏导；
- 4、照护家庭中的新生儿生活，配制新生儿饮食，喂养新生儿，进行新生儿保健护理；
- 5、照护家庭中的婴幼儿生活起居，配制婴幼儿膳食，进行婴幼儿保健护理，辅助婴幼儿启蒙教育；
- 6、照护家庭中的老年人起居，配制老年人膳食，进行老年人健康保健指导，陪伴老年人出行，照护老年人安全；
- 7、照护家庭中的病患生活起居，配制病患营养膳食，照护病患饮食，进行病患康复与保健指导；
- 8、管理家庭有关事务，规划家庭服务岗位，安排家政服务人事，管理家庭生活开支，策划、安排家庭宴会，规划、美化家庭环境。

本职业包含但不限于下列工种：

母婴护理员 整理收纳师 家务服务员 家庭照护员

四、职业等级

本职业共设四个等级，分别为：五级/初级工、四级/中级工、三级/高级工、二级/技师。

——家务服务员设三个等级，分别为：五级/初级工、四级/中级工、三级/高级工。

——母婴护理员设三个等级，分别为：五级/初级工、四级/中级工、三级/高级工。

——家庭照护员设三个等级，分别为：五级/初级工、四级/中级工、三级/高级工。

——二级/技师不分工种。

家政服务员职业技能评价申报条件

1.具备以下条件之一者，可申报五级/初级工：

(1)年满 16 周岁，拟从事本职业或相关职业工作。

(2)年满 16 周岁，从事本职业或相关职业工作。

2.具备以下条件之一者，可申报四级/中级工：

(1)累计从事本职业或相关职业工作满 5 年。

(2)取得本职业或相关职业五级/初级工职业资格(职业技能等级)证书后，累计从事本职业或相关职业工作满 3 年。

(3)取得本专业或相关专业②的技工院校或中等及以上职业院校、专科及以上普通高等学校毕业证书(含在读应届毕业生)。

3.具备以下条件之一者，可申报三级/高级工：

(1)累计从事本职业或相关职业工作满 10 年。

(2)取得本职业或相关职业四级/中级工职业资格(职业技能等级)证书后，累计从事本职业或相关职业工作满 4 年

(3)取得符合专业对应关系的初级职称(专业技术人员职业资格)后，累计从事本职业或相关职业工作满 1 年。

(4)取得本专业或相关专业的技工院校高级工班及以上毕业证书(含在读应届毕业生)。

(5)取得本职业或相关职业四级/中级工职业资格(职业技能等级)证书，并取得高等职业学校、专科及以上普通高等学校本专业

或相关专业毕业证书(含在读应届毕业生)。

(6)取得经评估论证的高等职业学校、专科及以上普通高等 学校本专业或相关专业的毕业证书(含在读应届毕业生)。

4.具备以下条件之一者，可申报二级/技师：

(1)取得本职业或相关职业三级/高级工职业资格(职业技 能等级)证书后，累计从事本职业或相关职业工作满 5 年。

(2)取得符合专业对应关系的初级职称(专业技术人员职业 资格)后，累计从事本职业或相关职业工作满 5 年，并在取得本 职业或相关职业三级/高级工职业资格(职业技能等级)证书后， 从事本职业或相关职业工作满 1 年。

(3)取得符合专业对应关系的中级职称(专业技术人员职业 资格)后，累计从事本职业或相关职业工作满 1 年。

(4)取得本职业或相关职业三级/高级工职业资格(职业技 能等级)证书的高级技工学校、技师学院毕业生，累计从事本职业或相关职业工作满 2 年。

(5)取得本职业或相关职业三级/高级工职业资格(职业技 能等级)证书满 2 年的技师学院预备技师班、技师班学生。

5.具备以下条件之一者，可申报一级/高级技师：

(1)取得本职业或相关职业二级/技师职业资格(职业技能 等级)证书后，累计从事本职业或相关职业工作满 5 年。

(2)取得符合专业对应关系的中级职称后，累计从事本职业 或相关职业工作满 5 年，并在取得本职业或相关职业二级/技师 职业资格(职业技能等级)证书后，从事本职业或相关职业工作 满 1 年。

(3)取得符合专业对应关系的高级职称(专业技术人员职业资格)后，累计从事本职业或相关职业工作满 1 年。

职业技能等级认定评价项目评价方案

家政服务员（家庭照护员）（四级）

一、评价方式

家政服务员（家庭照护员）（四级）评价方式分为理论知识考试和操作技能考核。理论知识考试采用闭卷机考方式，操作技能考核采用现场实际操作方式。理论知识考试和操作技能考核均实行百分制，成绩皆达 60 分及以上者为合格。理论知识或操作技能不及格者可按规定分别补考。

二、理论知识考试方案（考试时间 90 分钟）

题型	题库参数	考试方式	题库数量	考试题量	分值（分/题）	配分（分）
判断题		闭卷	250	60	0.5	30
单选题		机考	750	140	0.5	70
小计		—	1000	200	—	100

三、操作技能考核方案

考核项目表

职业（工种）名称		家政服务员（家庭照护员）			等级	四级/中级工			
职业代码		4-10-01-06							
序号	项目名称	单元编号	单元内容	考核方式	选考方法	考核时间（分钟）	配分（分）	题库数量	考核题量
1	制作饮食	1	制作老年人饮食	操作	抽一	30	20	5	1
		2	制作病人饮食	操作				5	
2	照护饮食	1	照护老年人饮食	操作	必考	10	10	5	1
		2	照护病人饮食	操作	必考	10	10	5	1
3	照护老年人起居	1	照护生活	操作	抽一	10	15	5	1
		2	照护休闲娱乐	操作				5	
4	照护病人起居	1	清洁消毒	操作	抽一	10	20	5	1
		2	照护生活	操作				5	
5	照护技术	1	安全照护	操作	必考	10	10	5	1
		2	照护技术应用	操作	必考	10	15	5	1
合计				—		90	100	50	7
备注	考核时间不含考位之间的轮转时间。								

四、评价场所设备

评价考核安排表

考核内容 (单元)	考位安排	主体设备	工具、量具	备注
理论知识 考试	36	电脑	理论知识考试系统	
单元 1.1 单元 1.2	4	燃气灶或电磁炉、 炒锅、蒸锅	批刀、砧板、铲勺、漏勺、碗、盆、烩盆、汤碗、食用油、调料（盐、糖、味精、料酒、米醋、酱油、淀粉）。	
单元 2.1 单元 2.2 单元 3.1 单元 3.2	4	标准护理床、床头 桌、带扶手的椅子	女性成人模型/真人模特、洗手液、床上用品（床垫*1、枕芯*2、被芯*1、床单*1、被套*1、枕套*2）、床上支具（枕头、床具支架等）、餐具（碗、筷、汤匙）、食物模型或图片、毛巾、小餐桌、漱口杯/漱口水、弯盘、小毛巾、洗头盆、洗发液护发素、梳子、棉球、水壶、水杯、污水桶、吹风机、防水垫、脸盆、浴巾、润肤油、义齿模型、软毛刷、纱布、阅读卡、靠垫、约束支具、托盘、灌注器、鼻饲液（38-40℃）、鼻饲管、橡皮筋或调节夹、别针。	
单元 4.1 单元 4.2 单元 5.1 单元 5.2	4	标准护理床、床头 桌、椅子	女性成人模型/真人模特、洗手液、床上用品（床垫*1、枕芯*2、被芯*1、床单*1、被套*1、枕套*2）、口腔牙齿模型、治疗碗、纱布、长棉棒、压舌板、吸管、手电筒、润唇膏、托盘、水杯、便盆、毛巾、一次性护理垫、弯盘、一次性手套、浴巾、脸盆、含氯消毒片、抹布、量杯、垃圾桶、病历本/银行卡/医保卡、开塞露、润滑油、牙膏、洗洁精、酱油、烫伤膏、棉签、降压药、安眠药、维生素 D、钙剂、电子体温计、药物（阿司匹林、消炎痛、地高辛、复方新诺明、红霉素）、医嘱本、左氧氟沙星滴眼液/氧氟沙星滴耳液、炉甘石洗剂、皮炎平软膏、药碗、镊子、碘伏消毒棉球、集尿袋、别针、橡皮筋、一次性冰袋含冰袋套。	

五、组卷方案

1. 理论知识考试组卷

理论知识采用闭卷机考，按组卷原则为每个考生随机组一套理论知识考核试卷，即每个考生考核不同的理论知识考核试卷。

2. 操作技能考核组卷

操作技能考核采用操作或笔试的方式,除项目 1 制作饮食提前 3 天抽题公布外,其他项目为按组卷原则为每个考生随机组一套操作技能考核试卷,即每个考生考核不同的操作技能考核试卷。

六、操作技能考核人员配置表

试题、考位、考评人员配置表

项目/单元	考核题量	考位数	考位号	考评员	考位与试题对应关系
项目 1 制作饮食	1	4	01-04	A	1.1.1-1.1.5
					1.2.1-1.2.5
项目 2 照护饮食	1	4	05-08	B、C、D、E	2.1.1-2.1.5
	1				2.2.1-2.2.5
项目 3 照护老年人起居	1				3.1.1-3.1.5 3.2.1-3.2.5
项目 4 照护病人起居	1	4	09-12	F、G、H、I	4.1.1-4.1.5 4.2.1-4.2.5
项目 5 照护技术	1				5.1.1-5.1.5
	1				5.2.1-5.2.5
(合计)	7	12	12	9	

七、操作技能考核分组安排表

分 组 安 排 表

时段	项目/单元	项目 1 (抽一)	单元 2.1、单元 2.2、项目 3 (抽一)	项目 4 (抽一)、单元 5.1、单元 5.2
30 分钟		第 1 组	第 2 组	第 3 组
5 分钟		轮转		
30 分钟		第 2 组	第 3 组	第 1 组
5 分钟		轮转		
30 分钟		第 3 组	第 1 组	第 2 组
说明	1、每批考生 12 人分为 3 个组,每组 4 人。 2、同批考生同时考核 3 个项目/单元。 3、每个考核时段 30 分钟,时段之间过渡时间 5 分钟。 4、3 组评价时间共 90 分钟。 5、所有场次当天完成考评阅卷。			

家政服务员（家庭照护员）（四级）

理论知识考试要素细目表

职业（工种）名称					家政服务员（家庭照护员）	等级	四级/中级工
序号	细目点代码				名称·内容	分数系数	备注
	章	节	目	点			
	0				基本要求	15	
	0	1			职业道德	5	
	0	1	1		职业道德基本知识	2	
1	0	1	1	1	职业道德的起源与发展		
2	0	1	1	2	职业道德的核心价值观		
3	0	1	1	3	职业道德的基本原则		
4	0	1	1	4	道德自律与职业素养		
	0	1	2		职业守则	3	
5	0	1	2	1	团结协作，互助共赢的内涵及意义		
6	0	1	2	2	持续学习，提升技能的内涵及意义		
7	0	1	2	3	严于律己，宽以待人的内涵及意义		
8	0	1	2	4	文明礼仪，言行得体的内涵及意义		
9	0	1	2	5	及时反馈，沟通顺畅的内涵及意义		
10	0	1	2	6	勤奋学习，开拓创新的内涵及意义		
	0	2			基础知识	10	
	0	2	1		礼仪常识	3	
11	0	2	1	1	电话礼仪		
12	0	2	1	2	餐桌礼仪		
13	0	2	1	3	握手礼仪		
14	0	2	1	4	问候礼仪		
15	0	2	1	5	生活习俗		
16	0	2	1	6	家庭人际关系		
	0	2	2		择业与就业	2	

17	0	2	2	1	家政服务员的职业规划		
18	0	2	2	2	家政服务员的职业心态		
19	0	2	2	3	家政服务员的择业定位		
20	0	2	2	4	家政服务员的面试技巧		
	0	2	3		安全常识	2	
21	0	2	3	1	避免食物污染的方法		
22	0	2	3	2	防滑防跌倒		
23	0	2	3	3	防蚊防虫的方法		
24	0	2	3	4	用物搬运的方法		
25	0	2	3	5	家庭防火安全常识		
	0	2	4		卫生常识	2	
26	0	2	4	1	儿童卫生常识		
27	0	2	4	2	老年人卫生常识		
28	0	2	4	3	女性卫生常识		
29	0	2	4	4	家庭卫生常识		
	0	2	5		相关法律、法规知识	1	
30	0	2	5	1	《中华人民共和国消费者权益保护法》相关知识		
31	0	2	5	2	《中华人民共和国妇女权益保护法》相关知识		
	1				照护老年人饮食	15	
	1	1			制作饮食	7	
	1	1	1		老年人食谱编制方法	2	
32	1	1	1	1	老年人饮食习惯的评估		
33	1	1	1	2	老年人能量与营养素目标量的评估		
34	1	1	1	3	老年人食物品种及摄入量的评估		
35	1	1	1	4	合理制定老年人三餐食谱的方法		
	1	1	2		老年人饮食配制要求及注意事项	2	
36	1	1	2	1	老年人膳食营养需求		
37	1	1	2	2	老年人膳食种类选择方法		

38	1	1	2	3	老年人膳食平衡与搭配原则		
39	1	1	2	4	老年人特殊膳食需求		
	1	1	3		患慢性疾病老年人饮食配制方法	2	
40	1	1	3	1	患慢性疾病老年人饮食配制原则		
41	1	1	3	2	患慢性疾病老年人主食配制方法		
42	1	1	3	3	患慢性疾病老年人蔬菜水果选择方法		
43	1	1	3	4	患慢性疾病老年人饮食配制注意事项		
	1	1	4		余、烩、烧、焖、炖制饮食方法及注意事项	1	
44	1	1	4	1	老年人饮食制作方法的种类		
45	1	1	4	2	余、烩、烧、焖、炖制饮食技术要点		
46	1	1	4	3	余、烩、烧、焖、炖制饮食注意事项		
	1	2			照护饮食	8	
	1	2	1		失能老年人餐前准备要求	1	
47	1	2	1	1	失能老年人餐前环境及自身准备要求		
48	1	2	1	2	失能老年人进食、进水体位的正确摆放方法及要求		
49	1	2	1	3	失能老年人餐前物品准备要求		
	1	2	2		协助失能老年人进食方法及注意事项	2	
50	1	2	2	1	失能老年人饮食搭配、饮食习惯的照护方法		
51	1	2	2	2	失能老年人吞咽困难风险评估方法		
52	1	2	2	3	协助失能老年人进食方法		
53	1	2	2	4	失能老年人进食过程中的安全及并发症观察方法		
54	1	2	2	5	协助失能老年人进食过程中辅助器具的使用		
	1	2	3		协助失能老年人进水方法及注意事项	2	
55	1	2	3	1	协助可自行饮水的失能老年人进水方法		
56	1	2	3	2	帮助不能自行饮水的失能老年人进水方法		
57	1	2	3	3	协助失能老年人进水注意事项		

58	1	2	3	4	协助失能老年人进水风险防范措施		
59	1	2	3	5	协助失能老年人进食过程中辅助器具的使用方法		
	1	2	4		缓慢进食的意义	1	
60	1	2	4	1	缓慢进食促进消化吸收的意义		
61	1	2	4	2	缓慢进食预防误吸和噎食的意义		
62	1	2	4	3	缓慢进食心理健康方面的意义		
	1	2	5		噎食、呛食的防护措施	1	
63	1	2	5	1	饮食调整防护噎食、呛食		
64	1	2	5	2	进食习惯防护噎食、呛食		
65	1	2	5	3	吞咽功能训练防护噎食、呛食		
	1	2	6		失能老年人餐后清洁整理方法	1	
66	1	2	6	1	失能老年人餐后手部、面部清洁要求		
67	1	2	6	2	失能老年人餐后口腔清洁要求		
68	1	2	6	3	失能老年人餐后衣物清洁要求		
69	1	2	6	4	失能老年人餐后餐具和环境清洁要求		
	2				照护老年人起居	15	
	2	1			照护生活	8	
	2	1	1		睡眠障碍老年人照护方法	2	
70	2	1	1	1	老年人睡眠障碍的原因		
71	2	1	1	2	老年人睡眠障碍照护原则		
72	2	1	1	3	睡眠障碍的非药物干预原则		
73	2	1	1	4	认知症老人睡眠照护方法		
	2	1	2		照护失能老年人盥洗、洗澡方法	2	
74	2	1	2	1	失能老年人面部清洁的方法及注意事项		
75	2	1	2	2	失能老年人口腔清洁的方法及注意事项		
76	2	1	2	3	失能老年人手部清洁的方法及注意事项		
77	2	1	2	4	失能老年人洗澡方法		

78	2	1	2	5	失能老年人洗澡注意事项		
	2	1	3		义齿清洁方法	1	
79	2	1	3	1	义齿的概念、作用		
80	2	1	3	2	义齿存放的要求		
81	2	1	3	3	义齿清洁的操作步骤		
82	2	1	3	4	清洁义齿注意事项		
	2	1	4		为失能老年人穿脱衣物方法	1	
83	2	1	4	1	失能老人衣服的选择要点		
84	2	1	4	2	更换套头衣服、开襟衣服的方法		
85	2	1	4	3	老人穿脱衣注意事项		
86	2	1	4	4	认知症老人穿脱衣注意事项		
	2	1	5		老年人居室清洁整理方法	1	
87	2	1	5	1	居室环境卫生的要求		
88	2	1	5	2	居室清洁整理内容		
89	2	1	5	3	居室清洁整理注意事项		
	2	1	6		老年人衣物消毒方法	1	
90	2	1	6	1	老年人换洗衣物消毒的目的		
91	2	1	6	2	不同衣物的消毒方法		
92	2	1	6	3	换洗衣物消毒的注意事项		
	2	2			陪护休闲娱乐	7	
	2	2	1		与老年人沟通技巧	2	
93	2	2	1	1	老年人的认知、情绪、性格特征		
94	2	2	1	2	与老年人语言、非语言沟通技巧		
95	2	2	1	3	老年人不良情绪的观察与疏导方法		
96	2	2	1	4	与老人沟通注意事项		
	2	2	2		书报阅读、新闻趣事讲解方法	2	
97	2	2	2	1	为老年人阅读书报、新闻趣事讲解的必要性		
98	2	2	2	2	给老年人阅读书报的内容选择原则		

99	2	2	2	3	与老年人讲述新闻趣事的时机		
100	2	2	2	4	给老年人书报阅读、新闻趣事讲解的注意事项		
	2	2	3		健康休闲娱乐活动常识	2	
101	2	2	3	1	健康休闲娱乐活动的必要性		
102	2	2	3	2	适宜老年人休闲娱乐活动的种类		
103	2	2	3	3	制定老年人休闲娱乐活动的计划		
104	2	2	3	4	实施老年人休闲娱乐活动的注意事项		
	2	2	4		健身运动方法与注意事项	1	
105	2	2	4	1	老年人运动保健的优点与方法		
106	2	2	4	2	老年人健身知识指导原则		
107	2	2	4	3	老年人健身运动过程中的安全防范措施		
108	2	2	4	4	健身运动注意事项		
	3				照护病人饮食	15	
	3	1			制作饮食	8	
	3	1	1		常见病病人调理饮食制作要求	2	
109	3	1	1	1	糖尿病病人调理饮食制作要求		
110	3	1	1	2	高血压病人调理饮食制作要求		
111	3	1	1	3	肥胖症病人调理饮食制作要求		
112	3	1	1	4	便秘病人调理饮食制作要求		
113	3	1	1	5	更年期综合征病人调理饮食制作要求		
	3	1	2		流质、半流质饮食制作要求	2	
114	3	1	2	1	谷物类流质、半流质病人饮食制作要求		
115	3	1	2	2	肉类流质、半流质病人饮食制作要求		
116	3	1	2	3	蔬果类流质、半流质病人饮食制作要求		
117	3	1	2	4	奶类、豆腐脑流质、半流质病人饮食制作要求		
	3	1	3		慢性病病人调理饮食制作要求	2	
118	3	1	3	1	慢性病病人调理饮食制作热量控制要求		

119	3	1	3	2	慢性病病人调理饮食制作营养素摄入要求		
120	3	1	3	3	慢性病病人调理饮食制作盐分和水 分摄入要求		
121	3	1	3	4	慢性病病人调理饮食制作膳食纤维 摄入要求		
	3	1	4		骨折病人调理伙食制作要求	1	
122	3	1	4	1	骨折病人早期（1-2 周）调理饮食制 作要求		
123	3	1	4	2	骨折病人中期（2-4 周）调理饮食制 作要求		
124	3	1	4	3	骨折病人后期（5 周以上）调理饮食 制作要求		
125	3	1	4	4	骨折病人饮食营养素补充制作要求		
	3	1	5		管灌饮食配制方法及注意事项	1	
126	3	1	5	1	管灌饮食营养液配制方法		
127	3	1	5	2	管灌饮食流质配制方法		
128	3	1	5	3	管灌饮食匀浆膳配制方法		
129	3	1	5	4	管灌饮食配制注意事项		
	3	2			照护饮食	7	
	3	2	1		卧床病人餐前准备要求	1	
130	3	2	1	1	卧床病人餐前环境准备要求		
131	3	2	1	2	卧床病人餐前自身准备要求		
132	3	2	1	3	卧床病人餐前体位调整准备要求		
133	3	2	1	4	卧床病人餐前物品准备要求		
	3	2	2		给卧床病人喂食、喂水方法及注意 事项	2	
134	3	2	2	1	给卧床病人喂食方法		
135	3	2	2	2	给卧床病人喂食注意事项		
136	3	2	2	3	给卧床病人喂水方法、注意事项		
137	3	2	2	4	给卧床病人喂食、喂水风险防范措 施		
	3	2	3		导管喂食方法及注意事项	2	
138	3	2	3	1	鼻导管喂食适应症		
139	3	2	3	2	鼻导管喂食禁忌症		

140	3	2	3	3	鼻导管喂食操作要点		
141	3	2	3	4	鼻导管喂食风险防范措施		
142	3	2	3	5	鼻导管喂食注意事项		
	3	2	4		餐后清洁、整理收纳工作常识	2	
143	3	2	4	1	卧床病人餐后头面部及口腔清洁常识		
144	3	2	4	2	卧床病人餐后整理床铺常识		
145	3	2	4	3	卧床病人餐后收纳餐具和食物		
146	3	2	4	4	卧床病人餐后观察病人反应常识		
	4				照护病人起居	20	
	4	1			清洁消毒	10	
	4	1	1		卧床病人晨、晚间护理常识	2	
147	4	1	1	1	卧床病人晨间护理的主要内容		
148	4	1	1	2	卧床病人晚间护理的主要内容		
149	4	1	1	3	面部、口腔、身体清洁的技术要求和注意事项		
150	4	1	1	4	个人卫生、皮肤护理的技术要求和注意事项		
	4	1	2		口腔、身体、会阴清洁方法	2	
151	4	1	2	1	口腔清洁方法及注意事项		
152	4	1	2	2	义齿的概念、作用及护理		
153	4	1	2	3	身体及会阴清洁方法		
154	4	1	2	4	病人清洁照护注意事项		
	4	1	3		给卧床病人擦浴方法及注意事项	2	
155	4	1	3	1	卧床病人擦浴的目的		
156	4	1	3	2	给卧床病人擦浴前准备工作要求		
157	4	1	3	3	给卧床病人擦浴方法		
158	4	1	3	4	给卧床病人擦浴注意事项		
	4	1	4		生活环境及物品清洁消毒方法	2	
159	4	1	4	1	整理床单位的目的和内容		
160	4	1	4	2	生活环境的消毒方法		

161	4	1	4	3	物品清洁的消毒方法		
162	4	1	4	4	物品清洁的消毒注意事项		
	4	1	5		病人床旁消毒隔离方法	1	
163	4	1	5	1	床旁消毒隔离定义		
164	4	1	5	2	病人床旁消毒隔离适用范围		
165	4	1	5	3	病人床旁消毒隔离措施		
166	4	1	5	4	病人分泌物与排泄物处理的注意事项		
	4	1	6		垃圾分类常识	1	
167	4	1	6	1	垃圾分类的目的		
168	4	1	6	2	垃圾分类的原则		
169	4	1	6	3	生活垃圾和医疗废物的概念及分类		
170	4	1	6	4	生活垃圾和医疗废物处理的注意事项		
	4	2			照护生活	10	
	4	2	1		医院挂号、缴费、取药常识	2	
171	4	2	1	1	医院挂号、缴费的方法		
172	4	2	1	2	医院挂号、缴费的注意事项		
173	4	2	1	3	医院取药的方法		
174	4	2	1	4	医院取药注意事项		
	4	2	2		协助病人阐述病情注意事项	1	
175	4	2	2	1	协助病人阐述病情的时机		
176	4	2	2	2	协助病人阐述病情的方法		
177	4	2	2	3	协助病人阐述病情的注意事项		
	4	2	3		住院、出院手续办理方法	1	
178	4	2	3	1	住院手续办理方法		
179	4	2	3	2	出院手续办理方法		
180	4	2	3	3	住院、出院办理注意事项		
	4	2	4		影响病人睡眠的常见因素与改善方法	2	
181	4	2	4	1	影响病人睡眠的常见因素		

182	4	2	4	2	睡眠障碍的不良反应		
183	4	2	4	3	认知症老人睡眠障碍的原因		
184	4	2	4	4	改善病人睡眠障碍的方法		
	4	2	5		睡眠障碍病人照护常识	1	
185	4	2	5	1	睡眠障碍病人心理评估		
186	4	2	5	2	睡眠障碍的治疗手段		
187	4	2	5	3	睡眠障碍的照护方法		
	4	2	6		开塞露应用常识	1	
188	4	2	6	1	便秘的概念及原因		
189	4	2	6	2	预防便秘的方法		
190	4	2	6	3	开塞露的使用方法		
	4	2	7		人工取便照护方法及注意事项	1	
191	4	2	7	1	人工取便的准备要求		
192	4	2	7	2	人工取便的照护方法		
193	4	2	7	3	人工取便的注意事项		
	4	2	8		将卧床病人转移至轮椅的方法	1	
194	4	2	8	1	帮助照护对象由床上转移到轮椅上的方法		
195	4	2	8	2	帮助照护对象由轮椅返回床上的方法		
196	4	2	8	3	卧床病人转移至轮椅的注意事项		
	5				照护技术	20	
	5	1			安全照护	7	
	5	1	1		病人常见意外伤害常识	1	
197	5	1	1	1	病人常见意外伤害		
198	5	1	1	2	创伤的症状表现		
199	5	1	1	3	创伤的处理方法		
	5	1	2		卧床病人安全防护技术要求及注意事项	1	
200	5	1	2	1	卧床病人安全防护的重要性		
201	5	1	2	2	卧床病人安全防护技术要求		

202	5	1	2	3	卧床病人安全防护注意事项		
	5	1	3		噎食、误吸的防护方法及注意事项	1	
203	5	1	3	1	误咽、噎食的原因		
204	5	1	3	2	噎食的防护方法及注意事项		
205	5	1	3	3	误吸的防护方法及注意事项		
	5	1	4		烫伤、冻伤、跌倒的预防与处置方法	2	
206	5	1	4	1	烫伤的预防及处置方法		
207	5	1	4	2	冻伤的预防及处置方法		
208	5	1	4	3	跌倒与坠床的常见原因		
209	5	1	4	4	跌倒的预防及处置方法		
	5	1	5		中毒、中暑的预防与处置方法	2	
210	5	1	5	1	中毒的救护方法		
211	5	1	5	2	中毒的预防措施		
212	5	1	5	3	中暑的救护方法		
213	5	1	5	4	中暑的预防措施		
	5	2			照护技术应用	13	
	5	2	1		呕吐物、排泄物常见异常情况	2	
214	5	2	1	1	呕吐常见原因		
215	5	2	1	2	呕吐常见症状及观察要点		
216	5	2	1	3	呕吐时预防窒息的护理要点		
217	5	2	1	4	排尿、排便的异常表现		
218	5	2	1	5	排尿、排便异常的照护		
	5	2	2		吸氧方法及注意事项	1	
219	5	2	2	1	吸氧的适应症		
220	5	2	2	2	吸氧的方法		
221	5	2	2	3	吸氧的注意事项		
	5	2	3		雾化吸入给药方法与注意事项	1	
222	5	2	3	1	雾化吸入的适应症		

223	5	2	3	2	雾化吸入给药方法		
224	5	2	3	3	雾化吸入给药注意事项		
	5	2	4		留置导尿管病人照护方法及注意事项	1	
225	5	2	4	1	更换引流袋的方法		
226	5	2	4	2	留置导尿管病人引流期间护理方法		
227	5	2	4	3	留置导尿管病人照护的注意事项		
	5	2	5		热敷技术应用常识及注意事项	1	
228	5	2	5	1	热敷的适应症与禁忌症		
229	5	2	5	2	热敷的分类		
230	5	2	5	3	热敷的注意事项		
	5	2	6		使用酒精、冰袋物理降温操作方法及注意事项	1	
231	5	2	6	1	冷敷的适应症和禁忌症		
232	5	2	6	2	酒精物理降温操作方法及注意事项		
233	5	2	6	3	冰袋物理降温操作方法及注意事项		
	5	2	7		常见外用药物使用方法及注意事项	1	
234	5	2	7	1	外用药物的种类		
235	5	2	7	2	外用药物使用方法		
236	5	2	7	3	外用药物使用注意事项		
	5	2	8		静脉滴注用药常见异常情况处置方法	2	
237	5	2	8	1	静脉滴注目的		
238	5	2	8	2	静脉滴注的适应症		
239	5	2	8	3	静脉滴注常见异常情况		
240	5	2	8	4	静脉滴注用药异常情况的观察		
241	5	2	8	5	静脉滴注用药异常情况的处置方法		
	5	2	9		煎煮中药的方法及注意事项	1	
242	5	2	9	1	煎煮中药的器具选择原则		
243	5	2	9	2	煎煮中药的步骤		
244	5	2	9	3	煎煮中药的注意事项		

	5	2	10		病人口服汤药方法及注意事项	1	
245	5	2	10	1	口服汤药的种类		
246	5	2	10	2	口服汤药的服用时间		
247	5	2	10	3	口服汤药的注意事项		
	5	2	11		病人日常护理日志记录方法及注意事项	1	
248	5	2	11	1	病人日常护理记录内容		
249	5	2	11	2	病人日常护理记录方法		
250	5	2	11	3	病人日常护理日志记录注意事项		

家政服务员（家庭照护员）（四级）

操作技能考核要素细目表

职业（工种）名称				家政服务员（家庭照护员）	等级	四级/中级工
序号	细目点代码			名 称 • 内 容		备注
	项目	单元	细目			
	1			制作饮食		
	1	1		制作老年人饮食		
1	1	1	1	为老年人制订周膳食计划并组织实施		
2	1	1	2	根据老年人营养状况配制饮食		
3	1	1	3	为患慢性疾病的老年人配制饮食		
4	1	1	4	运用氽、烩、烧、焖、炖等技术方法为老年人制作膳食		
	1	2		制作病人饮食		
5	1	2	1	遵医嘱为常见病病人制作调理饮食		
6	1	2	2	遵医嘱为常见病病人制作流质、半流质饮食		
7	1	2	3	遵医嘱为慢性病病人制作调理饮食		
8	1	2	4	遵医嘱为骨折病人制作调理饮食		
9	1	2	5	遵医嘱为病人配制管灌饮食		
	2			照护饮食		
	2	1		照护老年人饮食		
10	2	1	1	为失能老年人做好餐前准备工作		
11	2	1	2	协助失能老年人进食、进水		
12	2	1	3	指导老年人缓慢进食，防噎食、呛食		
13	2	1	4	为失能老年人做餐后清洁整理		
	2	2		照护病人饮食		
14	2	2	1	为卧床病人做好餐前准备工作		
15	2	2	2	给卧床病人喂食、喂水		
16	2	2	3	遵医嘱为病人进行导管喂食		
17	2	2	4	为病人做好食后清洁、整理收纳工作		
	3			照护老年人起居		

	3	1		照护生活	
18	3	1	1	遵医嘱照护睡眠障碍老年人	
19	3	1	2	照护失能老年人盥洗、洗澡	
20	3	1	3	为老年人清洁义齿	
21	3	1	4	为失能老年人穿脱衣物	
22	3	1	5	清洁整理失能老年人居室	
23	3	1	6	消毒老年人衣物	
	3	2		陪护休闲娱乐	
24	3	2	1	与老年人进行愉快的沟通	
25	3	2	2	为老年人阅读书报，讲解新闻趣事	
26	3	2	3	陪同老年人开展健康休闲娱乐活动	
27	3	2	4	陪同老年人开展健身运动	
	4			照护病人起居	
	4	1		清洁消毒	
28	4	1	1	为卧床病人进行晨、晚间护理	
29	4	1	2	清洁病人口腔、身体、会阴	
30	4	1	3	为卧床病人擦浴	
31	4	1	4	清洁消毒病人生活环境及物品	
32	4	1	5	给病人进行床旁消毒隔离	
33	4	1	6	对垃圾进行分类处理	
	4	2		照护生活	
34	4	2	1	陪同病人就诊并能为病人挂号、缴费、取药	
35	4	2	2	协助病人主诉病情，办理住院、出院手续	
36	4	2	3	对影响病人睡眠的因素给予改善建议	
37	4	2	4	遵医嘱照护有睡眠障碍的病人	
38	4	2	5	使用开塞露、人工取便类辅助方法协助病人排便	
39	4	2	6	将卧床病人转移至轮椅	
	5			照护技术	
	5	1		安全照护	

40	5	1	1	为卧床病人制订安全防护措施并实施	
41	5	1	2	采取措施防护老年人、病人噎食、误吸	
42	5	1	3	采取措施预防与处置老年人、病人烫伤、冻伤、跌倒	
43	5	1	4	采取措施预防与处置老年人、病人中毒、中暑	
	5	2		照护技术应用	
44	5	2	1	观察、记录病人呕吐物、排泄物，并报告异常情况	
45	5	2	2	协助病人吸氧、雾化吸入给药	
46	5	2	3	观察、记录导尿病人的尿量、颜色，留置标本，发现异常及时报告	
47	5	2	4	遵医嘱为病人进行热敷护理	
48	5	2	5	遵医嘱使用酒精或冰袋为病人做物理降温	
49	5	2	6	遵医嘱帮助病人更换外用药	
50	5	2	7	遵医嘱观察病人静脉滴注用药情况	
51	5	2	8	遵医嘱给病人煎煮中药并照护病人口服汤药	
52	5	2	9	记录病人日常护理日志	

理论知识复习题

〔基本要求（含职业道德）〕

一、 判断题（将判断结果填入括号中。正确的填“√”，错误的填“×”）

- 1.家政服务员只要技能过硬，职业心态的好坏对服务质量影响不大。（ ）
- 2.消费者在购买、使用商品和接受服务时享有人身、财产安全不受损害的权利，享有知其购买、使用的商品或者接受的服务的真实情况的权利。（ ）
- 3.家政服务员在工作中应严格要求自己，对雇主的要求可以放宽。（ ）
- 4.家政服务员在任何时间、任何地点见到雇主或客户时，都应立即上前问候。（ ）
- 5.古代清明节时人们有禁火寒食、踏青扫墓、祭拜祖先的习俗，如今清明节成为纪念革命先烈、缅怀英雄业绩、祭奠逝去的亲友和家人的日子。（ ）
- 6.为了防止老年人在家中跌倒，家政服务员可以在所有房间的地面上都铺设厚软的地毯。（ ）
- 7.家政服务员长期工作、生活在雇主家里，用餐礼仪是一门选修课。（ ）
- 8.家政服务员应严格遵守职业道德，保护雇主的私人信息，不得随意透露，以维护雇主的隐私和权益。（ ）
- 9.女性在经期选择卫生巾或卫生棉条时，应关注材质是否舒适、透气，以及是否会引起过敏。敏感肌肤的女性更应选择无香、无荧光剂的温和产品。（ ）
- 10.家政服务员在面试时的着装应整洁、得体，展现出自己的专业性和对工作的尊重，过于奢华的装扮可能会让雇主觉得不够贴近实际家务环境。（ ）
- 11.家政服务员需要不断适应市场需求和雇主需求的变化，因此必须持续学习，提升技能，以保持竞争力。（ ）
- 12.家庭是以婚姻关系为基础、以血缘关系为纽带，有共同经济生活的社会基本组织单位。（ ）
- 13.职业道德的核心价值观关乎家政服务员的专业技能水平。（ ）
- 14.任何单位不得因结婚、怀孕、产假、哺乳等情形降低女职工的工资，辞退女职工，单方解除劳动（聘用）合同或者服务协议。（ ）
- 15.老年人由于行动不便，可以减少洗澡次数以保持皮肤清洁。（ ）
- 16.一般情况下电话铃响 5 声后应立即接听电话，如果家中有人而让对方等待较长时间会让对方感到不被尊重。（ ）
- 17.在搬运重物时，家政服务员应始终使用腰部力量来提起物品，以保持身体平衡。（ ）
- 18.为了彻底防蚊，家政服务员应在家中所有窗户上都安装纱窗，并确保纱窗无破损。（ ）
- 19.家政服务员在工作中不仅需要具备专业技能，还应注重文明礼仪和言行得体的培养。良好的文明礼仪和言行得体能够提升服务品质，增强雇主的信任感和满意度。（ ）

- 20.儿童每天应该至少刷牙一次,以保持口腔清洁,预防龋齿和牙周病等口腔问题。()
- 21.家政服务员应具备高度的道德自律,不应因个人情绪而影响服务质量,应始终保持专业、专注的态度,为雇主提供优质的服务。()
- 22.随着社会的发展和雇主需求的不断变化,家政服务员需要勤奋学习,不断提升自己的专业技能和服务水平,以满足雇主日益多样化的需求。()
- 23.家政服务员在选择职业定位时,除了考虑自己的兴趣和技能外,还需要充分了解市场需求和雇主需求,以确保自己的职业选择具有可行性和发展前景。()

二、单项选择题(选择一个正确的答案,将相应的字母填入题内的括号中)

- 1.可以减少对背部压力的搬运方法是()。
- (A) 弯腰直接从地上拾起重物 (B) 用单手提起重物 (C) 使用搬运工具如手推车或担架 (D) 将重物抱在胸前搬运
- 2.用餐时要咳嗽、打喷嚏,要用手或纸巾捂住嘴,并把头扭向(),吃饭嚼到沙粒或嗓子疼时,要离开餐桌去吐掉。
- (A) 右方 (B) 左方 (C) 后方 (D) 前方
- 3.女性日常私处清洁的正确做法是()
- (A) 用肥皂反复搓洗私处 (B) 使用温开水清洗外阴,保持清洁干燥 (C) 频繁使用阴道冲洗液 (D) 每天使用强力清洁剂清洗私处
- 4.称为中国主要传统节日的是()。
- (A) 劳动节 (B) 端午节 (C) 妇女节 (D) 圣诞节
- 5.家政服务员在与雇主交流时,确保言行得体应遵循的原则是()。
- (A) 随意发表个人意见,不顾及雇主感受 (B) 对雇主的要求无条件服从,不发表个人看法 (C) 只谈论工作相关话题,避免涉及个人生活 (D) 使用俗语,以显示亲切感
- 6.面试过程中,家政服务员应(),以展示自己的沟通能力。
- (A) 主动询问雇主的个人生活细节 (B) 保持沉默,等待雇主提问 (C) 清晰、有条理地回答雇主的问题,并适时提出自己的见解 (D) 不断打断雇主,强调自己的经验和技能
- 7.消费者在购买商品或者接受服务时,有权获得()等公平交易条件,有权拒绝经营者的强制交易行为。
- (A) 价格内定 (B) 提前试工 (C) 计量正确 (D) 免费试用
- 8.家政服务员在制定职业规划时,首要考虑的因素是()。
- (A) 家政市场的薪资水平 (B) 个人兴趣和爱好 (C) 雇主的需求和期望 (D) 自身的专业技能和服务质量

- 9.最能体现家政服务员对客户财产的尊重和保护的是（ ）。
- (A) 对客户家中的贵重物品不加以关注 (B) 私自将客户物品带出家门 (C) 细心维护客户家中设施，及时报告损坏情况 (D) 未经允许随意使用客户物品
- 10.妇女在（ ）不受特殊保护。
- (A) 哺乳期 (B) 孕期 (C) 更年期 (D) 产期
- 11.给别人打电话时首先要考虑这个时间点对方是否方便接听电话，通常（ ）之前和晚 10 点以后往对方家里打电话是不合适。
- (A) 早 7 点 (B) 早 9 点 (C) 早 8 点 (D) 早 10 点
- 12.家政服务员在处理客户家庭事务时，应遵循的原则不包括（ ）。
- (A) 保护客户财产安全 (B) 尊重客户隐私 (C) 议论客户家事 (D) 勤勉尽责
- 13.经营者采用网络、电视、电话、邮购等方式销售商品，消费者有权自收到商品之日起（ ）内退货，且无须说明理由。
- (A) 五日 (B) 十日 (C) 七日 (D) 三日
- 14.家政服务员持续学习、提升技能的有效途径是（ ）。
- (A) 依靠个人经验，忽视外界信息 (B) 拒绝接受新技术和新理念 (C) 积极参加各类家政技能培训和交流活动 (D) 拒绝参加培训和学习活动
- 15.不正确的问候礼仪是（ ）。
- (A) 问候时应尊重对方的文化和习惯 (B) 问候语应根据时间和场合灵活选择 (C) 问候语越长越能表达尊重和友好 (D) 问候时应保持适当的身体语言和面部表情
- 16.儿童在户外玩耍后，处理衣物和鞋子的正确方式是（ ）。
- (A) 放在室外晾晒，无需清洗 (B) 回家后立即脱下，单独清洗或放置 (C) 与其他衣物混合清洗 (D) 直接穿回家，无需处理
- 17.关于家庭消毒，正确的做法是（ ）。
- (A) 使用强效消毒剂，确保彻底杀菌 (B) 在家庭成员生病时进行消毒 (C) 根据物品材质选择合适的消毒剂，并遵循正确使用方法 (D) 每天对所有物品进行消毒
- 18.家政服务员在与雇主沟通时，有助于实现“沟通顺畅”的做法是（ ）。
- (A) 使用专业术语，展现专业素养 (B) 避免提及工作细节，以免雇主担心 (C) 耐心倾听雇主需求，用通俗易懂的语言解释问题 (D) 按照自己的想法工作，不与雇主过多沟通
- 19.家政服务员在为老年人布置卧室时，有助于防止老年人跌倒的做法是（ ）。
- (A) 在床边放置一个高脚凳，方便老人坐下休息 (B) 将卧室内的家具紧密排列，节省空间 (C) 在床边摆放一个小夜灯，确保夜间照明充足 (D) 在卧室地面铺设厚重的地毯，增加舒适度
- 20.最能体现家政服务员之间互助共赢的是（ ）。

- (A) 背后议论同事，破坏团队氛围 (B) 分享工作经验，共同提升技能 (C) 相互竞争，争夺客户资源 (D) 对同事的困难视而不见
- 21.随着家庭结构小型化、核心化，空巢家庭越来越多，赡养关系、赡养方式也发生了很大的改变，家庭生活服务（ ）越来越重要，从而促进了家庭服务业的健康发展。
- (A) 社交化 (B) 日常化 (C) 社会化 (D) 常规化
- 22.法律上的妇女是指所有女性，包括刚刚出生的婴儿直到（ ）的女性。
- (A) 退休 (B) 老年 (C) 死亡 (D) 离职
- 23.关于握手礼仪不正确的是（ ）。
- (A) 握手时应保持手部清洁，以显示尊重 (B) 握手时间不宜过长，一般控制在几秒钟内 (C) 握手力度越大，表示越尊重和热情 (D) 握手时应根据对方的身份和场合适当调整自己的姿态
- 24.家政服务员在持续学习过程中，应注重（ ）的提升。
- (A) 限于书本知识的学习，忽视实践操作 (B) 仅关注基本技能的熟练度 (C) 综合提升专业技能、沟通能力和服务意识 (D) 忽视新兴技能和趋势的学习
- 25.对于驱蚊有一定的效果的植物是（ ）。
- (A) 绿萝 (B) 薰衣草 (C) 仙人掌 (D) 吊兰
- 26.家政服务员在选择职业定位时，首要考虑的因素是（ ）。
- (A) 工作地点的远近 (B) 个人兴趣和专长 (C) 雇主的身份地位 (D) 工资水平
- 27.家政服务员在工作中处理与雇主之间矛盾的方法是（ ）。
- (A) 消极应对，避免冲突 (B) 主动沟通，寻求解决方案 (C) 立即辞职，逃避问题 (D) 指责雇主，推卸责任
- 28.家庭防火中最重要的基本设备是（ ）。
- (A) 安全锁 (B) 灭火器 (C) 烟雾报警器 (D) 防毒面具
- 29.握手时，家政服务员应（ ），以显示尊重和礼貌。
- (A) 用力过猛地握住对方的手 (B) 轻轻触碰对方的手以示友好 (C) 目光注视对方，面带微笑，力度适中 (D) 长时间握住对方的手不放
- 30.团结协作在家政服务中的重要意义不包括（ ）。
- (A) 促进行业健康发展 (B) 提高服务质量 (C) 个人英雄主义 (D) 增强团队凝聚力
- 31.厨房清洁的重点是（ ）。
- (A) 清洁地板 (B) 定期清洁冰箱内部，丢弃过期食品 (C) 擦拭灶台表面 (D) 清洗餐具和炊具
- 32.农历（ ）为元宵节，又称元夕节、上元节、灯节，传统意义上它是过冬年的最后一天。
- (A) 正月初十 (B) 二月初一 (C) 正月十五 (D) 正月初一

- 33.最能体现家政服务员良好职业心态的描述是（ ）。
- (A) 对雇主要求敷衍，缺乏责任心 (B) 对薪资待遇计较，不满现状 (C) 对工作充满热情，乐于助人 (D) 对同事冷漠，缺乏团队合作精神
- 34.老年人在家中进行个人卫生时，不建议的做法是（ ）。
- (A) 使用防滑垫，防止摔倒 (B) 在浴室安装扶手，方便起身 (C) 使用高浓度清洁产品，以彻底清洁 (D) 定期开窗通风，保持空气新鲜
- 35.“开拓创新”对家政服务员来说，主要体现在（ ）。
- (A) 局限于传统的家务服务方式 (B) 拒绝接受新技术和新工具，坚持传统做法 (C) 勇于尝试新的服务方法和技巧，提高工作效率 (D) 忽视雇主需求，按照自己的方式提供服务
- 36.最能体现家政服务员“严以律己”精神的（ ）。
- (A) 在工作中经常抱怨和消极怠工 (B) 在工作中始终保持高度的职业素养和道德自律 (C) 对待同事和雇主时总是挑剔和指责 (D) 对雇主的要求无条件满足
- 37.家政服务员在处理肉类食品时，避免污染其他食品的方式是（ ）。
- (A) 将处理过肉类的厨具直接用于处理其他食材 (B) 在处理肉类前后不洗手 (C) 使用专门的砧板和刀具处理肉类 (D) 将肉类与其他食材一起存放
- 38.家政服务员应特别关注并采取防滑措施的情况是（ ）。
- (A) 老年人行动自如，身体健康 (B) 厨房刚刚清洁过，地面有少量积水 (C) 卧室床铺整洁，无杂物堆放 (D) 家中地面为木质地板，且保养良好
- 39.接听电话时忌用急躁不耐烦的音调和粗鲁的言辞，应用（ ）等语言进行礼貌询问。
- (A) 你是谁 (B) 喂！找谁 (C) 请问您怎么称呼 (D) 你等着
- 40.有助于家政服务员实现职业规划发展目标的措施是（ ）。
- (A) 只关注当前工作，不考虑未来发展 (B) 频繁更换雇主以寻求更好的机会 (C) 积极参加家政服务培训和交流活动 (D) 忽视市场需求和趋势的变化
- 41.家政服务员在工作中遇到突发情况时，应（ ）。
- (A) 自行处理，不向雇主报告 (B) 责怪雇主，推卸责任 (C) 保持冷静，及时报告雇主并寻求解决方案 (D) 立即逃离现场
- 42.正确的卫生间清洁步骤是（ ）。
- (A) 先清洁镜子，再清洁马桶和其他表面 (B) 无需特别顺序，按习惯擦拭 (C) 先清洁马桶，再清洁洗手池和浴缸 (D) 先清洁浴缸，再清洁马桶和洗手池
- 43.最能体现家政服务员“及时反馈”精神的是（ ）。
- (A) 遇到问题先自行解决，避免打扰雇主 (B) 发现问题时立即向雇主报告，并提出解决方案 (C) 等雇主主动询问时再反馈问题 (D) 只在总结时向雇主汇报工作问题

- 44.家政服务员在面试前，最重要的准备工作是（ ）。
- （A）精心挑选面试服装 （B）准备一份详尽的个人简历 （C）了解雇主家庭的具体需求 （D）练习如何回答所有可能的问题
- 45.儿童应该避免过多食用的，防止龋齿的食物是（ ）。
- （A）蔬菜 （B）含糖饮料和零食 （C）新鲜水果 （D）全谷物食品
- 46.家政服务员职业规划的内容不包括（ ）。
- （A）了解家政市场需求和趋势 （B）提升专业技能和服务质量 （C）确定个人兴趣和爱好 （D）制定长期和短期的职业发展目标
- 47.家政服务员道德自律的重要体现是（ ）。
- （A）消极怠工 （B）擅自使用雇主物品 （C）尊重雇主，保守秘密 （D）随意透露雇主隐私
- 48.“勤奋学习，开拓创新”对家政服务员的意义在于（ ）。
- （A）无需过多关注，家政服务没有太多创新空间 （B）与雇主关系无关，仅涉及个人职业发展 （C）提升专业素养，增强市场竞争力 （D）为了提高个人收入
- 49.在家政服务团队中，团结协作对于解决工作中的难题的作用是（ ）。
- （A）无关紧要，个人能力强就能解决 （B）有助于集思广益，共同寻找解决方案 （C）导致意见不合，加剧矛盾 （D）依赖团队领导，无需全员参与
- 50.遇到气体泄露不得开灯、（ ），应立即关闭气源阀门，打开门窗通风排气。
- （A）走动 （B）使用电器 （C）划火柴 （D）喝水
- 51.可能会导致食物在烹饪过程中被污染的行为是（ ）。
- （A）在烹饪前将食材彻底解冻 （B）使用干净的锅具烹饪食物 （C）用手接触已经烹饪好的食物 （D）将烹饪好的食物立即放入干净的容器中
- 52.关于女性内衣的穿着，正确的建议是（ ）。
- （A）内衣越紧越好，可以塑造身材 （B）选择纯棉或透气性好的材质，保持舒适 （C）长时间不更换内衣，以节省开支 （D）内衣颜色越深越好，显得时尚
- 53.不属于家政服务员文明礼仪和言行得体的具体表现的是（ ）。
- （A）保持工作区域整洁有序，体现专业素养 （B）使用礼貌用语，尊重雇主和他人 （C）在工作中随意谈论雇主私人生活 （D）穿着整洁得体，符合职业形象
- 54.家政服务员在问候雇主或客户时，不恰当的行为是（ ）。
- （A）声音洪亮，清晰表达问候语 （B）根据时间问候，如“早上好”、“晚上好” （C）一边忙碌一边随口问候 （D）保持微笑，目光注视对方
- 55.家政服务员在搬运大型家具时，正确的做法是（ ）。
- （A）用力推拉家具，使其在地面上滑动 （B）与他人合作，共同抬起家具 （C）一人尝试单独搬运 （D）将家具倾斜，以便更容易提起

- 56.家政服务员不宜主动握手的情况是（ ）。
- (A) 初次与雇主见面时 (B) 雇主主动伸出手表示友好时 (C) 雇主正在忙碌或表现出不便时 (D) 雇主对握手礼仪表示重视时
- 57.老年人日常口腔护理的正确做法是（ ）。
- (A) 每天只刷牙一次 (B) 使用硬毛牙刷大力刷牙 (C) 选择适合老年人的软毛牙刷，每天至少刷牙两次 (D) 饭后立即用牙签剔牙
- 58.家政服务员在明确自己的职业定位后，为了提升竞争力，最应该做的是（ ）。
- (A) 频繁更换雇主以积累更多经验 (B) 只接受轻松且工作时间短的工作 (C) 专注于提升与职业定位相关的专业技能 (D) 追求高工资而忽略与自身技能匹配的工作
- 59.“及时反馈，沟通顺畅”对家政服务员的意义在于（ ）。
- (A) 提高个人工作效率，减少工作时间 (B) 展现专业素养，增强雇主信任 (C) 简化工作流程，降低服务标准 (D) 减轻雇主负担，无需过多关注自身工作
- 60.不属于家政服务员“严以律己，宽以待人”的具体表现是（ ）。
- (A) 严格遵守工作时间和规定 (B) 在工作中始终保持专业、专注的态度 (C) 对雇主的私人生活进行干涉和评论 (D) 以积极的态度面对工作中的挑战和困难
- 61.对预防家中蚊虫滋生最为有效的方法是（ ）。
- (A) 在室内放置蚊香或电蚊液 (B) 定期清理室内垃圾，保持环境整洁 (C) 使用杀虫剂频繁喷洒室内 (D) 将所有门窗紧闭，防止蚊子进入
- 62.与雇主家人建立良好人际关系是家政服务员取得良好业绩的（ ）。
- (A) 社会保障 (B) 决定条件 (C) 重要保障 (D) 决定因素
- 63.不能有效避免食物污染的措施是（ ）。
- (A) 在烹饪前彻底清洗食材 (B) 将熟食放在生食上方存放 (C) 定期清洁和消毒厨房表面 (D) 使用干净的餐具和厨具
- 64.家政服务员在工作中应遵循的首要原则是（ ）。
- (A) 利益最大化 (B) 诚实守信 (C) 随意变通 (D) 高效快捷
- 65.用餐时应让（ ）先动碗筷用餐，或听长辈说“大家一起吃吧”再动筷。
- (A) 孙辈 (B) 长辈 (C) 客人 (D) 家政服务员
- 66.职业道德的起源可以追溯到（ ）时期。
- (A) 封建社会 (B) 奴隶社会 (C) 原始社会 (D) 资本主义社会
- 67.家政服务员在面对雇主的批评时，最恰当的反应是（ ）。
- (A) 立即反驳，据理力争 (B) 沉默不语，消极抵抗 (C) 虚心接受，努力改进 (D) 置之不理，我行我素
- 68.不要用取暖器烘烤物品，尤其不要将（ ）的衣物、鞋袜、手帕、尿布等挂在取暖器上烘烤。

- (A) 颜色各异 (B) 潮湿 (C) 不同形状 (D) 数量较多
- 69.在现代社会，职业道德的发展主要受到（ ）的影响。
- (A) 个人兴趣爱好 (B) 经济发展水平 (C) 政治法律制度 (D) 科技进步的速度
- 70.职业道德发展的重要推动力是（ ）。
- (A) 职业竞争的加剧 (B) 社会舆论的压力 (C) 个人利益的追求 (D) 科技进步的推动

[照护老年人饮食]

一、 判断题（将判断结果填入括号中。正确的填“√”，错误的填“×”）

- 1.失能老年人坐位进餐时应选择有扶手及椅背的餐椅。（ ）
- 2.煎、炸是适合老年人的健康烹饪方法之一，因为它可以保留食物中的大部分营养成分。（ ）
- 3.患冠心病的老年人应增加不饱和脂肪酸的摄入，如深海鱼类、椰子油、火腿肠等。（ ）
- 4.失能老年人选择食物时，只需要考虑营养，不用考虑质地。（ ）
- 5.为防止误吸，协助失能老年人进水时，应让其快速大口饮水。（ ）
- 6.中、重度意识障碍的失能老年人不能进行吞咽功能筛查。（ ）
- 7.失能老年人居家不外出，因此内衣和外套无需分开洗涤。（ ）
- 8.吞咽功能训练中针对流涎多的病人可用冰块按摩患侧颈部及面部皮肤至皮肤稍发红，每日 3 次。（ ）
- 9.快速进食可以加快食物通过胃肠道的速度，从而提高消化效率。（ ）
- 10.失能老年人使用的喂食器应每日清洗一次。（ ）
- 11.患有心血管疾病的老年人应选择富含膳食纤维的全谷物作为主食，因为这有助于降低血液中的脂肪水平。（ ）
- 12.不是所有的吸管杯都适合失能老年人使用。（ ）
- 13.失能老年人进水过程中即使无咳嗽仍有隐性误吸的可能性。（ ）
- 14.协助视力障碍的老年人自行进食时，应告知餐桌上食物的种类和位置。（ ）
- 15.给失能老年人喂水时应保持半卧位或坐位，头部略向前倾，动作应缓慢，避免呛咳和误吸。（ ）
- 16.缓慢进食的主要意义是为了防止被食物烫伤。（ ）
- 17.失能老年人餐前只需准备餐具和食物，无需为老年人进行个人清洁准备。（ ）
- 18.餐后为失能老年人清洁面部时，应使用温水浸湿的柔软毛巾用力擦拭，避免污垢残留。（ ）
- 19.氽制是一种以水传热快速制汤菜的烹饪方法。（ ）
- 20.为失能老年人摆放进食体位的最主要目的是为了预防噎食或误吸的发生。（ ）

- 21.患心脑血管疾病老年人应多吃富含钾的水果，如香蕉、橙子、柚子等。（ ）
- 22.餐具煮沸消毒时大小相同的碗不可重叠。（ ）
- 23.缓慢进食对心理健康不会产生影响。（ ）
- 24.烩菜时应尽量减少盐分和油脂的使用，以适应老年人的健康需求。（ ）
- 25.失能老年人的饮食应以易消化、营养丰富为主，多采用流质或半流质食物，少食多餐，避免干硬食物。（ ）
- 26.将食物切成小块、必要时进行二次加工可预防噎食的发生。（ ）
- 27.为了确保安全，不能让失能老年人自行饮水。（ ）
- 28.失能老年人在进行口腔清洁时避免用粗糙的牙签剔牙。（ ）
- 29.患有糖尿病的老年人应选择低升糖指数（GI）的食物以帮助控制血糖水平。（ ）
- 30.为了防止噎食、呛食的发生，适宜的进餐时间为 10-15 分钟。（ ）

二、单项选择题（选择一个正确的答案，将相应的字母填入题内的括号中）

1. 失能老年人不能自行饮水时，做法不妥的是（ ）。
- （A）用勺子进行喂水（B）用大口杯直接喂水（C）选择带有刻度且密封良好的吸管杯（D）用长嘴壶给老年人喂水
2. 对于患有心脏病的老年人，（ ）脂肪最应被优先选择。
- （A）动物内脏脂肪（B）反式脂肪酸（如部分氢化油）（C）不饱和脂肪酸（如橄榄油）（D）饱和脂肪酸（如黄油）
3. 老年人饮食应蛋白质摄入多样化，（ ）属于植物性蛋白。
- （A）水产品（B）瘦牛肉（C）豆干（D）鱼肉
4. （ ）不属于吞咽功能训练中的基础训练。
- （A）舌部运动训练（B）空吞咽法（C）控制一口量（D）鼓腮法
5. 中国老年人平衡膳食宝塔中，蔬菜类推荐量是（ ）。
- （A）200-300g（B）300-500g（C）50-100g（D）120-200g
6. （ ）烹饪方法最适合希望保持食物营养成分最大化的老年人。
- （A）煎炒（B）蒸煮（C）油炸（D）烤制
7. 老年人膳食指南推荐的做法不包括（ ）。
- （A）减少食用腌制和熏烤的食物（B）大量食用生冷食物（C）增加粗粮、杂豆等高纤维食物的摄入（D）选择易消化、软烂的食物
8. （ ）不能让失能老年人自行进水。
- （A）老年人口渴时（B）老年人活动后（C）老年人咳嗽时（D）老年人进食前
9. 失能老年人餐后活动性义齿清洁错误的做法是（ ）。
- （A）义齿不用时需浸泡在酒精或热水中（B）义齿每天至少清洗 2 次（C）使用非研

- 磨性的义齿清洁剂进行清洗 (D) 清洁时用义齿刷在流动水下刷洗
10. 老年人每天应至少摄入 () 种及以上的食物。
(A) 20 (B) 12 (C) 8 (D) 25
11. 对失能老年人进行饮食习惯照护时, 正确的做法是 () 。
(A) 在无禁忌的前提下尊重老年人的口味 (B) 严格按照固定时间进餐 (C) 正餐之间不能吃零食 (D) 准备的餐食必须全部吃完
12. 老年人饮食配制要考虑季节因素, () 做法不妥。
(A) 冬季温补肾阳、少食生冷食物 (B) 春季以高热量为主, 多补充优质蛋白质 (C) 夏季应滋阴润燥、多食养肝食物 (D) 秋季应减少辛味、增加酸味食物
13. () 不符合失能老年人选择勺子的要求。
(A) 材质轻便且防滑 (B) 容量为 10ml 以上 (C) 柄长、口浅、匙面小 (D) 边缘光滑、不粘食物
14. 协助吞咽困难老年人进食过程时, 错误的做法是 () 。
(A) 控制进食速度, 在前一口食物完全吞咽后再喂下一口食物 (B) 出现咳嗽、音质改变时应减慢喂食速度 (C) 协助病人取坐位或半卧位 (D) 将食物放于健侧舌的中后部或颊部
15. 失能老年人进水风险评估最重要的是评估老年人的 () 。
(A) 食物喜好 (B) 吞咽功能 (C) 兴趣爱好 (D) 居住环境
16. () 不属于缓慢进食预防误吸和噎食的原因。
(A) 减少一次吞咽的食物量 (B) 品尝食物的美味 (C) 使吞咽反射能更充分发挥作用 (D) 有足够时间协调口腔、咽喉肌肉的运动
17. () 不应配制给患糖尿病的老年人。
(A) 柚子 (B) 荔枝 (C) 苹果 (D) 橙子
18. 老年人每日碳水化合物的摄入量应占总能量的 () 。
(A) 60-65% (B) 50-65% (C) 10-15% (D) 20-30%
19. 失能老年人进餐后餐具的消毒方法不包括 () 。
(A) 自然通风消毒 (B) 煮沸消毒 (C) 蒸汽消毒 (D) 浸泡消毒
20. () 不属于餐后口腔清洁的目的。
(A) 进行吞咽功能训练 (B) 预防口腔疾病 (C) 改善口腔异味 (D) 检查口腔内有无食物残留
21. 中国老年人平衡膳食宝塔中, 动物性食物推荐量是 () 。
(A) 300-500g (B) 120-200g (C) 50-100g (D) 200-300g
22. 老年人饮食应餐餐有蔬菜, 其中 () 蔬菜占一半以上。
(A) 红色 (B) 白色 (C) 黄色 (D) 深色

23. () 不适宜轻度咀嚼困难的老年人。
(A) 去刺去骨的鱼虾肉 (B) 各类乳制品 (C) 未经研碎的豆类和坚果 (D) 煮烂的米面
24. () 不符合老年人饮食配制食物选择与搭配。
(A) 奶蛋搭配 (B) 生熟搭配 (C) 荤素搭配 (D) 粗细搭配
25. 失能老年人餐后手部清洁不妥的是 ()。
(A) 手部皮肤皲裂在清洁后可适当涂抹护手霜 (B) 进餐后如手部没有明显污垢不需要洗手 (C) 洗手后应准备柔软的毛巾或擦手纸擦干双手 (D) 洗手时应使用温和无刺激的洗手液
26. 对于患有慢性阻塞性肺病 (COPD) 的老年人, () 调整有助于改善呼吸功能。
(A) 提供更多的固体食物以增强咀嚼能力 (B) 选择容易消化的食物 (C) 增加高纤维食品的比例 (D) 增加油炸食品的比例以提高能量密度
27. 照护员在照顾失能老年人进水时, 手持吸管要保持合适的角度, 一般与老年人面部呈 () 较为合适。
(A) 45°C-60°C (B) 30°C-45°C (C) 10°C-20°C (D) 20°C-30°C
28. 在为老年人设计膳食计划时, () 不是实现膳食平衡的关键。
(A) 每日固定时间进食 (B) 确保足够的水分摄入 (C) 控制盐分和糖分的摄入 (D) 保持适当的热量摄入以维持体重
29. 高钙饮食并增加维生素 D 的摄入, 适合 () 患病老年人。
(A) 冠心病 (B) 糖尿病 (C) 骨质疏松 (D) 肾结石
30. () 不属于患慢性疾病老年人饮食配制主食粗细搭配原则。
(A) 尽量选择蒸、煮、炖等清淡的烹饪方式 (B) 比例控制 (C) 循序渐进 (D) 多样化选择
31. 余制的基本步骤 () 不正确。
(A) 将原料改刀成大块状 (B) 选择质地细嫩、新鲜的动物性或植物性原料 (C) 锅中的清水或高汤, 烧开后, 将上好浆的原料逐片放入锅中 (D) 上浆, 使其入味, 加入蛋清和淀粉, 搅拌均匀
32. 老年人午餐摄入食物的热量一般占全天摄入量的 ()。
(A) 60% (B) 40% (C) 30% (D) 50%
33. 缓慢进食对心理健康的主要益处是 ()。
(A) 增加食物的口感 (B) 减少焦虑和压力 (C) 增强食欲 (D) 提高进食速度
34. 失能老年人餐前进行口腔清洁时, 正确的做法是 ()。
(A) 用温水或专用口腔护理用品清洁 (B) 可以用餐巾纸擦拭口腔 (C) 不需要每天进行口腔清洁 (D) 口腔清洁时不用征求老年人感受

35. 失能老年人进食的并发症不包括（ ）。
- (A) 误吸或吸入性肺炎 (B) 深静脉血栓 (C) 噎食 (D) 胃肠功能紊乱
36. () 最能有效预防噎食和呛食。
- (A) 严格控制每餐的进食量 (B) 提供老年人喜欢吃的食物 (C) 小口喂食，确保食物被充分咀嚼和吞咽 (D) 避免食物过冷或过热
37. 老年人每日营养素钙的参考摄入量 () mg/d。
- (A) 500 (B) 800 (C) 600 (D) 1000
38. 给失能老年人喂食技巧错误的是 ()。
- (A) 对既往有呛咳史的老年人应用汤匙将食物送至舌根处 (B) 面瘫老年人喂食时食物应放在健侧舌后根或颊部 (C) 喂食时先喂固体食物，喂完后再喂液体食物 (D) 偏瘫老年人健侧喂食
39. 老年人平衡膳食宝塔按照 () kcal / 天设计。
- (A) 2400-3000 (B) 1600~2400 (C) 1800-2400 (D) 2000-2600
40. 老年人饮食配制选择主食应当格外重视血糖指数的高低，() 的血糖指数较低。
- (A) 富强面粉 (B) 米糕 (C) 糙米 (D) 年糕
41. 不属于不良进食习惯的是 ()。
- (A) 平卧位进餐 (B) 一口量过大 (C) 进餐时注意力集中 (D) 进食刺激性食物
42. () 不属于缓慢进食的意义。
- (A) 为了降低营养吸收，预防肥胖 (B) 减缓唾液分泌，使食物容易咀嚼 (C) 减缓胃肠道的蠕动，有助消化 (D) 让食物与唾液充分混合，增加食物与唾液接触面积，促进消化吸收
43. 失能病人使用的喂食器，其主要功能不包括 ()。
- (A) 加热食物 (B) 精准定量 (C) 控制流速 (D) 方便喂食
44. 在进食过程中，() 可以有效减少失能老年人的误吸风险。
- (A) 快速喂食以减少进食时间 (B) 食物应细软、切碎煮烂，避免干、硬、脆 (C) 进食后立即让老年人躺下休息 (D) 进食时与老年人交谈，增加进食的愉悦感
45. 对于完全不能自理的失能老年人，进食时应采用 ()。
- (A) 侧卧位，身体与床面呈 30° (B) 半卧位，床头抬高 30°~45° (C) 平卧位 (D) 站立位
46. 不同颜色的蔬菜水果含有不同的营养素，() 的叙述不妥。
- (A) 绿色的菠菜富含叶绿素等 (B) 红色的西红柿富含番茄红素 (C) 白果含有花青素 (D) 橙色的胡萝卜富含 β -胡萝卜素
47. () 是失能老年人衣物清洁的重要部位。
- (A) 背面 (B) 领口 (C) 前襟 (D) 袖口

48. 合理的膳食是老年人健康的重要组成部分，了解（ ）最有助于评估老年人的饮食健康状况。
- （A）老年人每周外出就餐的次数（B）老年人每餐的食物摄入量及种类多样性（C）老年人对食物的偏好和口味变化（D）老年人是否经常饮用含糖饮料
49. 老年人饮食应主食多样化，做到粗细搭配，（ ）不属于粗粮。
- （A）玉米（B）精白米（C）小米（D）燕麦
50. 吞咽反射改善训练中，错误的做法是（ ）。
- （A）用冰棉签在软腭上做缓慢摩擦（B）张口后用压舌板压舌（C）如出现呛咳、恶心，则停止刺激（D）嘱病人发出“啊”、“哦”声音
51. （ ）适合痛风患病老年人。
- （A）低嘌呤饮食（B）高钙饮食（C）高钠饮食（D）高脂饮食
52. 为失能老年人清洁餐具首先应（ ）。
- （A）用清洁剂清洗（B）用热水浸泡（C）将餐具中的食物残渣清理干净（D）用清水冲洗干净
53. （ ）不符合失能老年人餐前物品准备的要求。
- （A）选择有扶手及椅背的餐椅（B）为上肢功能障碍的老年人准备特制餐具（C）不可调节高度的餐桌（D）有活动性义齿的老年人应准备好义齿清洁用品
54. 对于患有高血压的老年人来说，（ ）饮食策略最有助于血压管理。
- （A）增加盐分摄入（B）控制盐分摄入并增加钾的摄入（C）选择高钠食品（D）减少新鲜水果和蔬菜的食用
55. （ ）烹饪方法会破坏食物营养成分。
- （A）蒸煮（B）油炸（C）氽制（D）烩制
56. 缓慢进食时，唾液对食物消化吸收的作用不包括（ ）。
- （A）刺激胃酸分泌（B）直接吸收营养物质（C）湿润食物，便于吞咽（D）初步分解淀粉
57. 失能老年人进水风险除外的是（ ）。
- （A）呛咳（B）过敏（C）烫伤（D）误吸
58. （ ）是失能老年人进水正确的做法。
- （A）让失能老年人自行饮水，不用在旁看护（B）少量多次饮水，观察老年人反应（C）大口饮水，节约时间（D）饮水时与他多交流
59. 老年人饮食配制要考虑季节因素，夏季应（ ）。
- （A）温补肾阳、少食生冷食物（B）以高热量为主，多补充优质蛋白质（C）滋阴润燥、多食养肝食物（D）减少辛味、增加酸味食物
60. （ ）最有助于骨骼健康。

- (A) 大量饮用咖啡和碳酸饮料以提神 (B) 长期卧床休息以减少骨折风险 (C) 每日补充钙和维生素 D, 并配合适度运动 (D) 仅依赖高蛋白饮食, 忽略其他营养素
61. 老年人早餐必须含有两大类物质, 即碳水化合物类和 ()。
- (A) 豆类 (B) 奶类 (C) 蛋白质类 (D) 果蔬类
62. 失能老年人餐前环境准备错误的是 ()。
- (A) 清理桌面杂物, 餐具保持干净整洁 (B) 选择有扶手、靠背的座椅 (C) 电视机调大音量 (D) 拉开窗帘, 房间内光线适宜
63. () 属于植物性蛋白。
- (A) 瘦牛肉 (B) 鱼肉 (C) 豆干 (D) 水产品
64. () 是评估老年人饮食健康状况的关键。
- (A) 老年人每周外出就餐的次数 (B) 老年人每餐的食物摄入量及种类多样性 (C) 老年人对食物的偏好 (D) 老年人是否饮用含糖饮料
65. () 做法会增加失能老年人误吸风险。
- (A) 食物细软、切碎煮烂 (B) 快速喂食 (C) 小口喂食 (D) 进食后保持半卧位
66. () 是失能老年人选择进食辅助器具的关键。
- (A) 价格低廉 (B) 防滑、易于握持 (C) 颜色鲜艳 (D) 重量轻
67. () 不属于老年人必需营养素的食物来源。
- (A) 粮谷类、果蔬类 (B) 动物性食物、豆奶类 (C) 烹调油和食盐 (D) 营养补充剂
68. 长期不吃早餐会导致 ()。
- (A) 低血糖 (B) 高血压 (C) 糖尿病 (D) 冠心病
69. () 适合糖尿病老年人。
- (A) 全麦面包 (B) 白米饭 (C) 精制面条 (D) 甜点糕饼
70. 失能老年人餐后洗脸不妥的是 ()。
- (A) 面部有伤口时尽量避开 (B) 使用碱性香皂洗脸 (C) 水温 40°C-43°C 为宜 (D) 毛巾沾湿并拧至半干
71. 老年人平衡膳食宝塔中, 谷类推荐量是 ()。
- (A) 120-200g (B) 300-500g (C) 200-300g (D) 50-100g
72. 在协助失能老年人进水时, () 做法不推荐。
- (A) 观察吞咽情况 (B) 快速喂水 (C) 分次定时喂水 (D) 使用带阀门的吸管
73. () 是蛋白质的良好来源。
- (A) 糖果和甜点 (B) 加工肉类 (C) 豆干 (D) 油炸食品
74. () 做法有助于保留食材营养。
- (A) 炖制时保持微沸状态 (B) 长时间浸泡食材 (C) 使用高压锅快速炖煮 (D) 油炸
75. 失能老年人进食进水前, 应根据 () 摆放体位。

- (A) 食物种类 (B) 老年人习惯 (C) 评估结果 (D) 照护员经验
76. () 是失能老年人餐具消毒方法。
(A) 自然通风消毒 (B) 煮沸消毒 (C) 日光暴晒消毒 (D) 清水冲洗消毒
77. () 不属于烩制饮食的健康隐患。
(A) 产生有害物质 (B) 加强营养吸收 (C) 滋生细菌 (D) 引发不良反应
78. () 是 65 岁以上老年人每日蛋白质需要量。
(A) 55-65g (B) 62-72g (C) 70-85g (D) 40-52g
79. 改良洼田饮水试验中, 病人能一次咽下 30ml 温水, 但有呛咳, 属于 ()。
(A) IV 级 (B) II 级 (C) III 级 (D) I 级
80. 对视力不佳的失能老年人适合的饮水器具是 ()。
(A) 表面有明显凹凸的水杯 (B) 透明的玻璃杯 (C) 材质柔软的塑料水杯 (D) 表面光滑的金属杯
81. () 做法会破坏义齿。
(A) 用义齿刷在流动水下刷洗 (B) 使用非研磨性清洁剂 (C) 浸泡在酒精或热水中 (D) 每天清洗两次
82. 协助失能老年人进水正确的注意事项是 ()。
(A) 观察老年人反应, 避免误吸或呛咳 (B) 水温保持在 50°C 左右 (C) 为防止脱水, 每次进水量需超过 200ml (D) 确保每日饮水量在 2500ml 以上
83. 不会对缓慢进食产生不利影响的心理状态是 ()。
(A) 焦虑 (B) 高压状态 (C) 抑郁 (D) 积极乐观
84. 在准备老年人餐食时, 可以 () 确保食物既安全又美味。
(A) 避免任何加热步骤以保存所有营养成分 (B) 严格遵守食品安全标准, 适当调味以提升风味 (C) 使用大量的调味料掩盖食材本身的味道 (D) 只提供单一类型的食物以简化烹饪过程

[照护老年人起居]

一、 判断题 (将判断结果填入括号中。正确的填“√”, 错误的填“×”)

1. 为失能老年人清洁口腔时, 使用牙刷和牙膏是唯一有效的方法。 ()
2. 老年人运动后, 应立即进行放松活动, 避免肌肉酸痛。 ()
3. 失能老年人由于身体机能下降, 清洁护理时应特别注意动作轻柔, 避免对其造成伤害。
()
4. 老年人性格的可塑性比年轻人要强。 ()
5. 清洁卫生间时, 洁厕剂和消毒液可以混合使用。 ()
6. 为半自理老年人展示游戏, 使老年人直观的了解游戏过程、使用器具、游戏玩法与规

- 则，可以提高其参与有效性。（ ）
- 7.义齿清洁后，应放在干燥的环境中保存。（ ）
- 8.种植义齿具有很强的稳定性，可像真牙一样扎根在口腔里。（ ）
- 9.只要新闻趣事本身足够有趣，任何时机都可以与老年人讲述。（ ）
- 10.老年人在阅读书报时，更倾向于高科技前沿动态主题。（ ）
- 11.失能老年人手部清洁后，应立即使用护肤品保湿，以防止皮肤干燥。（ ）
- 12.更换套头衣服时，可以先穿一只袖子，再穿另一只袖子。（ ）
- 13.认知症老人没法独立完成穿脱衣服时，护理员应帮他穿脱衣服，不要让她（他）再继续做，以防止增加受挫感。（ ）
- 14.消毒剂浸泡消毒衣物时，浸泡时间要超过 1 小时。（ ）
- 15.为了方便阅读，老年人可以随意在书报上做标记，如用荧光笔涂画。（ ）
- 16.床上擦浴，适宜的水温是 60-70℃。（ ）
- 17.听力减弱、沟通能力降低的老年人不适合参加团体活动。（ ）
- 18.老年人运动保健有助于改善睡眠质量。（ ）
- 19.义齿在浸泡时可以使用热水，以达到杀菌效果。（ ）
- 20.参加健康休闲娱乐活动可以提高身体素质。（ ）
- 21.与有听力障碍的老人沟通时要特别耐心并采取有效的方法。（ ）
- 22.老年人居室整理时，应将药品放在老人容易看到和拿到的地方。（ ）
- 23.所有老年人的休闲娱乐活动都应该以静养为主，避免任何体力消耗。（ ）
- 24.定期为老年人阅读书报、讲解新闻趣事，能够增进与老年人之间的感情。（ ）
- 25.非语言沟通方式对认知障碍、无法表达和理解谈话内容的老人是非常重要的方式。（ ）
- 26.保持居室清洁，地面、桌面等表面每天必须用含氯消毒液擦拭。（ ）
- 27.义齿可以长时间浸泡在热水中进行消毒。（ ）
- 28.为失能老人选择衣服时，颜色和图案的选择对其心理状态没有影响，可以随意选择。（ ）
- 29.消毒后的衣物应与其他未消毒的衣物分开存放。（ ）
- 30.孤独、忧郁、焦虑、愤怒、疑心重等不良情绪不是老年人常见的心理问题表现。（ ）
- 31.老年人穿衣时，为了方便，可以多选择套头衣服。（ ）
- 32.失能老年人面部清洁时，应使用碱性皂液，清洁效果更好。（ ）
- 33.组织老年人参加文艺演出活动时，可以邀请专业演员表演，但不需要为老年人提供互动环节。（ ）
- 34.老年人身体机能下降，免疫力相对较弱，因此换洗衣物消毒很有必要。（ ）
- 35.协助老年人锻炼时，若老年人出现头晕、恶心等不适，应立即停止锻炼。（ ）

二、单项选择题（选择一个正确的答案，将相应的字母填入题内的括号中）

1. 老年人运动后应注意（ ）。
（A）立即热水浴（B）及时补充水分营养（C）拉伸放松（D）休息睡眠
2. （ ）不适合进行健身运动。
（A）感冒发烧（B）身体健康（C）饭后 2 小时（D）睡眠充足
3. 老年人健身运动时，（ ）情况会增加摔倒的风险。
（A）运动后放松（B）吃饱后（C）运动前热身（D）平整场地
4. 在老年人健身运动项目选择中，影响因素较大的是（ ）。
（A）社区活动类型（B）身体健康状况（C）朋友推荐（D）电视广告宣传
5. 老年人运动要遵循的原则不合适的是（ ）。
（A）选择适宜项目（B）各种运动都参加（C）循序渐进（D）持之以恒自我监控
6. 世界卫生组织提出老年人最好的运动是（ ）。
（A）登山（B）步行（C）慢跑（D）钓鱼
7. 老年人运动保健可以改善（ ）。
（A）味觉（B）记忆力（C）听力（D）视力
8. 老年人运动保健的优点不包括（ ）。
（A）促进食欲（B）加速衰老（C）增强心肺功能（D）提高免疫力
9. 老年人参加休闲娱乐活动时，运动中体位变换应注意（ ）。
（A）随意变换（B）体位变换不宜太快（C）快速变换增加趣味（D）保持单一体位
10. 对于患有慢性病的老年人，在开展休闲娱乐活动前，应（ ）。
（A）只参加剧烈运动（B）与医生制定活动方案（C）完全避免运动（D）自行决定活动内容
11. 在活动计划中，安排老年人进行户外活动的时，一般建议选择在（ ）。
（A）晚上七八点（B）下午三四点（C）中午烈日时（D）早晨刚起床
12. 在制定老年人休闲娱乐活动计划时，首要考虑的因素是（ ）。
（A）活动成本（B）身体健康状况（C）活动趣味性（D）活动地点
13. 适合老年人在社区活动中心开展的集体休闲娱乐活动是（ ）。
（A）个人瑜伽（B）手工制作（C）独自钓鱼（D）家庭聚会
14. 属于静态休闲娱乐活动的是（ ）。
（A）舞蹈（B）书法（C）乒乓球（D）太极拳
15. 参加健康休闲娱乐活动对身体健康的好处不包括（ ）。
（A）改善睡眠（B）导致身体疲劳（C）促进血液循环（D）增强免疫力
16. 健康休闲娱乐活动对老年人的作用是（ ）。
（A）加速身体衰退（B）保持身体活力和心理愉悦（C）增加孤独感（D）生活单调乏

味

17. 讲解新闻趣事时，应优先考虑（ ）。
- （A）娱乐明星八卦（B）养生保健小妙招（C）国际政治军事冲突（D）小众科技发明
18. 照护员为老年人读书读报时应（ ）。
- （A）与老人争辩（B）声情并茂（C）只读一遍（D）带有个人判断
19. 不太适合与老年人讲述新闻趣事的时段是（ ）。
- （A）下午茶歇后（B）吃饭时（C）刚睡醒时（D）看完电视新闻后
20. 为老年人读书、读报不应选择在（ ）。
- （A）午休后（B）锻炼时（C）早饭后（D）精力充沛时
21. 老年人书报阅读的目的不正确的是（ ）。
- （A）消磨时光（B）丰富精神生活（C）开阔心胸（D）宽广眼界
22. 对于有慢性疾病需要长期调理的老年人，（ ）内容最有帮助。
- （A）体育赛事报道（B）疾病防治与健康养生知识（C）旅游攻略大全（D）科幻小说
23. 为老年人阅读书报、讲解新闻趣事的主要目的是（ ）。
- （A）替代医疗治疗疾病（B）保持思维活跃延缓认知衰退（C）强制学习增加压力（D）打发时间避免无聊
24. 为老年人阅读书报、讲解新闻趣事，主要满足了老年人的（ ）。
- （A）健康需求（B）精神文化需求（C）社交需求（D）物质需求
25. 当老人情绪低落或遇到困难时，应该（ ）。
- （A）轻描淡写安慰（B）倾听倾诉给予关心（C）告知困难不重要（D）让其自行解决
26. 对有病老年人或生活困难的老年人，要多用（ ）。
- （A）劝说性语言（B）鼓励性语言（C）暗示性语言（D）安慰性语言
27. 通过一定的肌肉松弛训练程序，有意识地控制自身的心理、生理活动，改善躯体及心理功能紊乱状态，称为（ ）。
- （A）肌肉松弛（B）放松训练（C）肌肉放松（D）松弛训练
28. 对老人进行表扬和赞赏，属于（ ）。
- （A）负反馈（B）积极反馈（C）消极反馈（D）正反馈
29. 在与无听力障碍的老年人沟通时，以下（ ）非语言沟通方式最为重要。
- （A）保持眼神接触和微笑（B）夸张表情手势（C）拍打肩膀（D）保持 1 米以上距离
30. 对听力困难老人应鼓励（ ）。
- （A）手术治疗（B）安装电话扩音设备（C）大声说话（D）口服药物
31. 老年人性格特征中，部分人会表现出（ ）的特点。
- （A）外向（B）偏执（C）活泼（D）开朗

32. 随着年龄增长, 老年人的记忆力会发生变化, 其中 () 记忆保持得较好。
(A) 机械记忆 (B) 远期记忆 (C) 短时记忆 (D) 近期记忆
33. 使用消毒液消毒衣物后, 为去除残留消毒液, 应进行 ()。
(A) 清水漂洗 (B) 再次消毒 (C) 晾晒 (D) 吹风机吹干
34. 老年人换洗衣物消毒后, 存放时应注意 ()。
(A) 按材质分类存放 (B) 随意存放 (C) 按颜色分类存放 (D) 堆积存放
35. 当衣物上沾染了传染性较强的病原体, 如乙肝病毒等, 需要采用的消毒方法是 ()。
(A) 普通洗衣液清洗 (B) 含氯消毒剂浸泡后清洗 (C) 直接暴晒 (D) 酒精擦拭表面
36. 对于一般家庭换洗的普通衣物, 消毒方法最常用且相对简单有效的是 ()。
(A) 暴晒消毒 (B) 高温煮沸 (C) 紫外线照射 (D) 消毒剂浸泡
37. 老年人换洗衣物消毒, 主要是针对衣物上可能存在 ()。
(A) 食物残渣 (B) 灰尘 (C) 细菌真菌等微生物 (D) 汗液
38. 老年人换洗衣物消毒的主要目的是 ()。
(A) 去除污渍 (B) 增加柔软度 (C) 杀灭病原体预防感染 (D) 散发香味
39. 老人居室的厨房清洁, 需要注意的事项是 ()。
(A) 使用高浓度消毒液 (B) 避免刺激性清洁剂 (C) 仅清洁台面即可 (D) 无需注意通风
40. 居室物品整理要求 ()。
(A) 便盆放于地上 (B) 衣物放于床上 (C) 毛巾挂于床栏 (D) 物品位置固定
41. 老人居室的床头柜上, () 是必须放置的。
(A) 书籍 (B) 水杯 (C) 零食 (D) 装饰品
42. 清洁老年人的居室, 不正确的是 ()。
(A) 尿壶每周消毒 (B) 痰杯每日煮沸消毒 (C) 干抹布每日擦拭家具 (D) 食具抹布单独使用
43. 居室内通风换气的主要目的是 ()。
(A) 增加室内光照 (B) 降低室内温度 (C) 排除有害气体微生物 (D) 增加室内湿度
44. 居室的适宜温度一般为 ()。
(A) 22°C-26°C (B) 18°C-22°C (C) 16°C-18°C (D) 26°C-30°C
45. 认知症老人在自主穿衣时, 最能激发他们积极性的是 ()。
(A) 代选衣物直接穿 (B) 展示两套让其选择 (C) 衣柜随意挑选 (D) 快速帮穿减少参与
46. 认知症老人穿衣时不能找到衣袖和领口或衣服底面倒穿, 主要是因为 ()。
(A) 语言障碍 (B) 空间感知异常 (C) 记忆障碍 (D) 情绪障碍
47. 老人穿衣过程中, 若出现呼吸急促、面色苍白等情况, 应 ()。

- (A) 继续穿衣加快速度 (B) 立即平卧停止穿衣 (C) 休息后继续穿衣 (D) 喂食糖果缓解
48. 偏瘫老年人学习自行穿衣前应进行 ()。
- (A) 偏瘫下肢训练 (B) 健侧上肢训练 (C) 健侧下肢训练 (D) 偏瘫上肢训练
49. 当衣服套到头部时，如果感觉头部被卡住，应该 ()。
- (A) 用力下拉衣服 (B) 转动头部顺滑下 (C) 脱下重新穿 (D) 吹风机吹领口
50. 偏瘫老年人衣服，应尽量选择 ()。
- (A) 紧身上衣 (B) 开襟上衣 (C) 套头衫 (D) 紧袖上衣
51. 失能老人的服装款式上一般要求 ()。
- (A) 时尚 (B) 宽松 (C) 修身 (D) 紧身
52. 关于失能老人衣服的选择，() 是不正确的。
- (A) 内衣用棉织品 (B) 款式宽松易穿脱 (C) 上衣统一用纽扣 (D) 料质松软轻便
53. () 不属于义齿清洁不到位可能导致的后果。
- (A) 牙龈炎 (B) 义齿磨损 (C) 口腔溃疡 (D) 口腔异味
54. 清洁义齿时，() 清洁剂不建议使用。
- (A) 专用清洁剂 (B) 酒精 (C) 清水 (D) 普通牙膏
55. 清洁义齿后，用清水冲洗的目的是 ()。
- (A) 消毒义齿 (B) 冲净食物残渣 (C) 去除清洁剂残留 (D) 使义齿美观
56. 义齿清洁的第一步通常是 ()。
- (A) 检查义齿损坏 (B) 清水冲洗 (C) 浸泡清洁液 (D) 牙刷刷洗
57. 不能使用热水浸泡义齿的原因是 ()。
- (A) 热水使义齿变形 (B) 加速材料老化 (C) 溶解义齿材质 (D) 导致义齿变色
58. 义齿保存时，() 方法是错误的。
- (A) 干燥环境存放 (B) 封闭瓶中保存 (C) 冷藏保存 (D) 冷冻保存
59. () 与种植义齿好处无关。
- (A) 无需基托卡环 (B) 稳定性强 (C) 少磨真牙 (D) 固定力差
60. 关于义齿的作用，() 是不正确的。
- (A) 防止余留牙移位 (B) 恢复咀嚼功能 (C) 影响发音清晰度 (D) 恢复牙弓完整性
61. 春秋季节为失能老年人洗澡的频率是 ()。
- (A) 每周 3 次 (B) 每天 1 次 (C) 每周 1 次 (D) 每两天 1 次
62. 为卧床失能老年人进行床上擦浴时，() 不合适。
- (A) 重点擦拭皱褶处 (B) 顺序可灵活调整 (C) 水温适宜防烫伤 (D) 更换干净衣物
63. 床上擦浴不正确的是 ()。
- (A) 减少暴露维护自尊 (B) 用强力肥皂去污 (C) 根据身心情况擦浴 (D) 注意保暖

防受凉

64. 为老年人床上擦浴，方法错误的是（ ）。
- （A）动作轻柔减少翻动（B）关闭门窗（C）水温 40-45℃（D）室温 22-25℃
65. 为失能老年人清洁手部时，洗手重点部位是（ ）。
- （A）手背（B）指甲下（C）手腕（D）手掌
66. 对于左侧偏瘫的老年人，洗手应特别注意（ ）。
- （A）先洗右手（B）水温 40℃（C）左手指充分浸泡清洁指缝（D）从指尖到手腕清洗
67. （ ）病人禁止漱口。
- （A）吞咽障碍（B）感冒（C）偏瘫（D）昏迷
68. 为失能老年人进行口腔清洁时，棉球的干湿度应为（ ）。
- （A）完全干燥（B）不滴水为宜（C）尽量湿润（D）滴水为宜
69. 清洁失能老年人面部时，若老人出现寒战、面色苍白等情况应（ ）。
- （A）继续清洁观察（B）立即停止清洁（C）加快速度完成（D）休息后继续
70. 老年人眼角有较多的分泌物不易擦净，正确的做法是（ ）。
- （A）用温热纱布湿润后擦净（B）用酒精擦拭（C）用手直接剥除（D）用石蜡油软化后擦净
71. 关于认知症老人睡眠照护的说法，错误的是（ ）。
- （A）尊重睡眠习惯（B）自行购买安眠药服用（C）采用音乐疗法干预（D）关注排泄影响睡眠
72. 对于出现夜间躁动、游走等情况的认知症老人，照护措施中不包括（ ）。
- （A）分析原因非药物干预（B）遵医嘱用药（C）限制活动范围（D）调节光环境区分昼夜
73. 认知症老人的睡眠表现可出现（ ）。
- （A）日夜颠倒（B）深度睡眠（C）夜间安静入睡（D）生物钟正常
74. 不属于非药物干预改善睡眠障碍的方法的是（ ）。
- （A）音乐疗法（B）渐进性放松训练（C）长期服用镇静剂（D）认知行为疗法
75. 睡眠障碍病人采用非药物干预治疗，对其产生的影响不包括（ ）。
- （A）提高生活质量（B）改善神经功能（C）增加药物依赖（D）提升睡眠质量
76. （ ）不利于改善老年人的睡眠质量。
- （A）保持规律作息（B）晚餐过量进食（C）睡前听轻音乐（D）喝温牛奶
77. 老年人睡眠障碍的照护原则不包括（ ）。
- （A）评估睡眠状况（B）自行服用安眠药（C）营造黑暗安静环境（D）睡前避免剧烈运动

78. 老年人睡眠障碍的照护方法不正确的是（ ）。
（A）创造良好睡眠环境（B）睡前泡脚促进循环（C）根据身体调整睡眠时间（D）临睡前大量饮水
79. 老年人良好睡眠习惯是指（ ）。
（A）按时起床就寝，每日午睡 1 小时（B）热水泡脚（C）晚餐七分饱（D）睡前整理明日事务
80. 老年人服用（ ），一般不会影响睡眠。
（A）维生素 C（B）抗高血压药物（C）抗帕金森病药物（D）皮质类固醇药物
81. 不属于老年人睡眠障碍心理性因素的是（ ）。
（A）担心疾病发展（B）退休后产生焦虑（C）独居产生抑郁（D）睡前吸烟
82. 老年人睡眠障碍最常见的原因是（ ）。
（A）心理性因素（B）药物因素（C）躯体疾病（D）生理性因素

〔照护病人饮食〕

一、 判断题（将判断结果填入括号中。正确的填“√”，错误的填“×”）

1. 慢性病病人应严格控制每日总热量摄入，以维持体重在合理范围内。（ ）
2. 在为病人准备肉类流质或半流质食品时，应该避免使用过多的调味品和油脂，以防止刺激肠胃。（ ）
3. 在为需要蔬果类流质或半流质饮食的病人准备食材时，所有的水果和蔬菜都不用去皮，尽量保留纤维较多的部分。（ ）
4. 骨折初期，病人应当避免食用过多的油腻、酸辣等刺激性食物，因为这些食物可能会加重局部炎症反应，影响伤口愈合。（ ）
5. 谷物类流质或半流质饮食不适用于消化功能较弱的病人，如老年人、术后恢复期病人等。（ ）
6. 为高血压病人调理饮食应当增加调味品的使用，提升菜肴口味，使病人增加食欲。（ ）
7. 便秘病人应该避免所有类型的水果和蔬菜，以减少肠胃负担。（ ）
8. 半流质食物应易于病人咀嚼和吞咽。（ ）
9. 更年期女性应减少钙质摄入，以避免骨质疏松症的发生。（ ）
10. 骨折中期，随着瘀血肿胀大部分吸收，病人的食欲及胃肠功能逐渐恢复，此时应开始逐步增加蛋白质和维生素 E 的摄入量。（ ）
11. 慢性病病人，特别是高血压病人，每日食盐摄入量应控制在 5 克以内，以帮助降低血压并减少心血管疾病的风险。（ ）
12. 膳食纤维可以分为可溶性和可分解两种。（ ）
13. 营养液应当现配现用，如果暂时不用，粉剂应搅拌均匀后，可以放置在冰箱冷藏保存，

- 一直可以使用。（ ）
- 14.在准备管灌流质饮食时，为了防止营养液变质，应当使用无菌技术进行操作，并且营养液应在配制后尽快使用。（ ）
- 15.骨折后期，随着骨痂的逐渐成熟和新骨组织的形成，病人的饮食可以恢复正常，不再需要特别限制食物种类。（ ）
- 16.骨折病人在康复期间，维生素 C 的补充对于促进胶原蛋白合成和提高伤口愈合速度关系不大。（ ）
- 17.卧床病人的餐前环境准备中，无需清理床面杂物，只要食物摆放整齐即可。（ ）
- 18.卧床病人进食糊状食物时不需要佩戴假牙。（ ）
- 19.管灌匀浆膳可以包含米饭、面条、鸡蛋、鱼肉等食材，还可有丰富的纤维素。（ ）
- 20.配制好的管灌饮食如果不能立即使用，应该妥善保存在低温环境下，并在使用前适当加热至适宜温度。（ ）
- 21.给卧床病人喂食时，每次喂食量应尽量多，以减少喂食次数。（ ）
- 22.给卧床病人喂食时，为了让病人专心进食，不需要与病人指导交流。（ ）
- 23.为了防止噎食，卧床病人只能采取坐位进食。（ ）
- 24.为卧床病人准备餐具时应检查餐具是否有破损。（ ）
- 25.鼻导管喂食适用于吞咽功能障碍或昏迷的病人。（ ）
- 26.当病人感觉严重腹胀、腹痛感，无法自行缓解时应暂停鼻导管喂食。（ ）
- 27.给卧床病人喂水时，为了避免呛咳，应该让病人平躺在床上。（ ）
- 28.给卧床病人喂食喂水前均需评估病人的吞咽功能。（ ）
- 29.鼻导管喂食时，只要病人无不适就无需定时定量。（ ）
- 30.卧床病人餐后应进行口腔清洁，以减少细菌滋生和口腔异味。（ ）
- 31.鼻导管喂食前应评估病人的配合程度，有无腹部不适、腹泻、胃潴留等情况。（ ）
- 32.为保证病人安全，未用完的营养液应冰箱冷藏。（ ）
- 33.卧床病人进餐后出现呕吐，应观察呕吐物的颜色、气味、量和性状。（ ）
- 34.卧床病人进餐后的餐具煮沸消毒的时间应从开始加热时算起。（ ）
- 35.卧床病人餐后应立即进行床铺整理，以保持病床整洁。（ ）

二、单项选择题（选择一个正确的答案，将相应的字母填入题内的括号中）

1. 卧床病人餐后整理床铺时，正确的做法是（ ）。
- （A）用抹布将桌上的残渣抹到地上 （B）将掉落床上的碎屑用扫床刷扫到地上 （C）餐后立即放下床头，整理床铺 （D）整理完床铺后打开窗户通风换气
2. 卧床病人餐后整理床铺时，应特别注意（ ）部位的清洁。
- （A）床头区域 （B）床尾区域 （C）病人背部区域 （D）病人臀部区域

3. 卧床病人进餐后头面部清洁正确的做法是（ ）。
- （A）擦拭眼部时，从外眦向内眦擦拭 （B）清洁时避开皮肤破损或伤口处 （C）用拧干的毛巾用力擦拭 （D）面部清洗后自然晾干
4. 卧床病人餐后遇到塞牙情况时，错误的处理方法是（ ）。
- （A）使用牙线清理 （B）使用牙缝刷清理 （C）刷牙 （D）用牙签剔牙
5. 不属于胃食管反流症状的是（ ）。
- （A）反酸 （B）呃逆 （C）呕吐 （D）腹泻
6. 卧床病人餐后观察病人反应时，（ ）需要立即通知医生。
- （A）病人轻微腹胀 （B）病人出现频繁呛咳和呼吸困难 （C）病人感觉口渴 （D）病人有轻微恶心
7. 卧床病人进餐后，关于餐具和食物的处理正确的做法是（ ）。
- （A）餐具简单冲洗后放桌上等下顿一起清洗 （B）剩余食物放边上，等饿了时再吃 （C）餐具清洗后放消毒柜消毒 （D）将未吃完的食物连同餐具一起放冰箱保存
8. 传染病病人进餐后剩余食物处理原则正确的是（ ）。
- （A）当医疗垃圾处理 （B）当生活垃圾处理 （C）及时冷藏 （D）单独存放
9. 鼻导管喂食时，正确的操作是（ ）。
- （A）只要导管没脱出，不用回抽胃液确认是否在胃内 （B）喂食速度尽量快速，防止鼻饲液温度下降 （C）喂食前后用 20-30ml 温开水冲洗导管 （D）喂食后应尽快让病人平卧休息
10. 鼻导管喂食过程中，除（ ）外，其余都是应该避免发生的情况。
- （A）灌入空气 （B）营养液现配现用 （C）推注速度过快 （D）食物与药物混入灌注
11. （ ）不是鼻导管喂食的并发症。
- （A）误吸 （B）恶心、呕吐 （C）腹泻 （D）胃溃疡
12. 鼻导管喂食时，（ ）可以预防导管堵塞。
- （A）喂食前连接注射器抽吸，能抽出胃液 （B）每次喂食前后用温开水冲洗导管 （C）鼻饲后保持床头抬高 30°-45° 半小时 （D）灌注药物应充分溶解，不同药物可以同时注入
13. 鼻导管喂食时应将鼻饲液加热至（ ）。
- （A）20-25℃ （B）25-30℃ （C）30-35℃ （D）37-40℃
14. 为病人进行鼻导管喂食，（ ）的操作步骤是最重要的。
- （A）每次灌注前先回抽胃液，证实在胃内后方可喂食 （B）先缓慢向胃管内注入少量温开水，润滑管道 （C）缓慢注入鼻饲液、每次不超过 200ml，间隔时间不少于 2 小时 （D）鼻饲完毕后再注入少量温开水

15. () 不属于暂停鼻导管喂食的情况。
(A) 有轻微恶心, 无呕吐 (B) 腹内压 $>20\text{mmHg}$ (C) 胃残留量 $>500\text{ml}$ (D) 稀便 5 次 / 天, 且量 $>1500\text{ml}$
16. () 不属于鼻导管喂食的禁忌症。
(A) 食管静脉曲张 (B) 食道梗阻 (C) 食道肿瘤 (D) 食管炎
17. () 的病人最适合采用鼻导管喂食。
(A) 食道癌晚期食道梗阻 (B) 脑卒中导致吞咽障碍 (C) 严重胃溃疡活动期 (D) 肠梗阻病人
18. () 不属于鼻导管喂食的适应症。
(A) 食管气道瘘 (B) 老年痴呆症晚期丧失进食能力者 (C) 帕金森病晚期导致吞咽困难者 (D) 颅脑损伤导致意识障碍者
19. 给卧床病人喂食喂水后应至少保持半坐卧位 ()。
(A) 10 分钟 (B) 20 分钟 (C) 30 分钟 (D) 60 分钟
20. 在给卧床病人喂食或喂水时, () 的做法是正确的。
(A) 督促加快进食速度 (B) 进食过程中聊天、说话 (C) 进食后立即平卧 (D) 提醒细嚼慢咽, 等病人咽完一口再喂下一口
21. 给卧床病人补充水分不推荐 ()。
(A) 温开水 (B) 米汤 (C) 果蔬汁 (D) 黑咖啡
22. 给卧床病人喂水时机不适合的是 ()。
(A) 刚睡醒时 (B) 口渴时 (C) 服药时 (D) 发热时
23. 为卧床病人喂食时, 一般不建议选择的食物是 ()。
(A) 芝麻糊 (B) 鸡蛋羹 (C) 炸猪排 (D) 小馄饨
24. 喂食卧床病人后, () 是正确的。
(A) 立即让病人平躺, 以帮助消化 (B) 保持半坐卧位 30 分钟以上, 以防止食物反流 (C) 立即清理餐具, 无需关注病人反应 (D) 给病人喂食水果或甜点, 以增加营养摄入
25. 给卧床病人喂食时, 病人最适合的体位是 ()。
(A) 半坐卧位 (B) 左侧卧位 (C) 右侧卧位 (D) 平卧位
26. 给卧床病人的喂食技巧不包括 ()。
(A) 从小剂量开始喂食 (B) 每口以汤匙的 $\frac{1}{3}$ 为宜 (C) 一口咽下后再喂第二口 (D) 喂食时勺子应从高处送入
27. 在为卧床病人准备餐桌时, 最主要的考虑因素是 ()。
(A) 美观 (B) 价格 (C) 品牌 (D) 功能
28. 卧床病人准备餐前物品时, 不需要准备的是 ()。

- (A) 移动播放设备 (B) 合适的饮食 (C) 清洁的餐具 (D) 围裙或毛巾
29. 卧床病人进食时，床头应抬高（ ）。
- (A) 15°C~30°C (B) 30°C~45°C (C) 45°C~55°C (D) 55°C~65°C
30. 卧床病人餐前体位调整的主要目的是（ ）。
- (A) 提高进食的舒适度 (B) 预防食物反流和误吸 (C) 减少进食时间 (D) 增加食欲
31. （ ）不属于卧床病人进餐前自身准备的主要内容。
- (A) 修剪指甲 (B) 洗手 (C) 更换尿布 (D) 系围兜
32. 对于卧床病人，餐前心理准备的重要性体现在（ ）。
- (A) 减少进食时间 (B) 增加食物的消化吸收 (C) 提高食物的营养价值 (D) 提高食欲，促进进食
33. （ ）不属于病人进餐前需要的环境准备。
- (A) 傍晚进餐时应开灯保持充足的光线 (B) 进餐前半小时打扫卫生 (C) 娱乐设施 (D) 将床旁坐便器移开
34. 卧床病人进餐前打扫卫生做法错误的是（ ）。
- (A) 清理垃圾、尿布 (B) 进食前 10 分钟清扫地面 (C) 清洁可移动餐桌 (D) 征求病人同意后收掉与进食无关的物品
35. 在为特定疾病状态的病人配制管灌饮食时，（ ）是最需要特别关注的因素。
- (A) 病人的代谢需求及可能的食物过敏史 (B) 营养液的颜色是否吸引人 (C) 提供大量维生素 D 和钙质补充 (D) 尽可能增加营养液中的热量含量
36. 管灌饮食配制的注意事项，（ ）的叙述不妥。
- (A) 确保双手、配制工具及容器的清洁 (B) 检查鼻胃管是否通畅，确保无堵塞或移位 (C) 床头抬高 30°-45°，保持半坐卧姿势 (D) 粉剂营养液需搅拌均匀，最好在 24 小时内使用
37. 管灌饮食匀浆膳的温度一般应控制在（ ）范围。
- (A) 30°C - 35°C (B) 38°C - 40°C (C) 42°C - 45°C (D) 48°C - 50°C
38. 管灌匀浆膳的温度控制（ ）比较合适。
- (A) 温度越高越好，这样可以杀死更多细菌 (B) 应该尽量冷却后再给病人服用 (C) 可根据病人的喜好随意调整 (D) 温度应在大约 40°C 左右，既不烫也不冷
39. 对于需要长期接受管灌流质饮食的病人，（ ）是最重要的考虑因素。
- (A) 病人的个人喜好 (B) 病人的营养需求和健康状况 (C) 营养液的颜色是否吸引人 (D) 营养液的品牌知名度
40. 如果病人出现腹泻症状，在调整其管灌流质饮食时，最为合理的措施应该是（ ）。
- (A) 更换为低残留、易消化的营养液 (B) 增加纤维素摄入量以促进肠道蠕动 (C)

提高营养液中脂肪的比例来增加热量供应 (D) 完全停止肠内营养供给

41. 对于患有乳糖不耐症的病人, 在选择管灌饮食营养液时, 应优先考虑 ()。
- (A) 含有高浓度蛋白质 (B) 使用不含乳糖的配方 (C) 提供额外的维生素补充 (D) 采用低脂配方
42. 鼻饲病人出现腹泻时的处理方法, () 的处理方法最正确。
- (A) 立即停止鼻饲, 改为静脉营养支持 (B) 调慢鼻饲速度, 检查营养液温度 (38-40°C) 并暂停高渗食物 (C) 增加鼻饲量以补充腹泻丢失的营养 (D) 无需处理, 等待自行缓解
43. 骨折病人康复期间, 为了预防便秘并保持良好的消化系统功能, 可适当增加 () 食用。
- (A) 高脂肪食品 (B) 加工肉类 (C) 精制谷物 (D) 膳食纤维丰富的蔬菜
44. 骨折病人康复期间, 除了关注钙和维生素 D 外, 还需要特别注意 () 的补充。
- (A) 铁 (B) 磷 (C) 硒 (D) 锌
45. 即使是在骨折后期, 也应注重饮食的整体性和多样性, () 由此确保提供足够的营养物质支持身体恢复。
- (A) 应当保持全面均衡的饮食, 并考虑个体差异 (B) 可增加些刺激性强的食物来刺激食欲 (C) 应该依赖药膳来提供所有必需的营养素 (D) 不需再关注维生素和矿物质的额外补充
46. 骨折后期, 如果病人有饮酒习惯, 可以选择 () 来辅助治疗而不影响骨骼愈合。
- (A) 啤酒 (B) 葡萄酒 (C) 白酒 (D) 杜仲骨碎补酒
47. 关于骨折中期饮食调整的举措 () 可满足骨痂生长的需求。
- (A) 以坚持清淡为主, 完全避免高蛋白食物 (B) 可适量增加一些刺激性强的食物刺激食欲 (C) 饮食由清淡转为适当的高营养补充 (D) 不需要考虑维生素和矿物质的额外补充
48. 骨折中期, 除了注意饮食外, 还需要 () 的措施有助于钙的吸收, 加快骨骼愈合。
- (A) 尽量保持卧床不动 (B) 增加户外活动时间, 适当晒太阳 (C) 减少水分摄入以防水肿 (D) 严格限制所有形式的身体运动
49. 骨折病人早期饮食中 () 可以帮助改善肠道功能, 预防便秘。
- (A) 深加工零食 (B) 含纤维素多的蔬菜、香蕉、蜂蜜 (C) 豆奶、豆浆、八宝粥 (D) 炸鸡块
50. 骨折病人早期饮食中应该优先考虑 () 类型的蛋白质, 有助于修复受损的骨骼组织。
- (A) 高脂肪含量的红肉 (B) 加工肉类制品 (C) 新鲜鱼类和瘦肉 (D) 奶酪和其他高盐乳制品
51. 在为患有高血脂症的人群设计食谱时, () 是最符合科学依据。

- (A) 增加红肉的比例 (B) 使用大量动物油脂烹饪 (C) 选择富含膳食纤维的碳水化合物 (D) 提高简单碳水化合物的比例
52. 当慢性病病人开始增加膳食纤维摄入时，应当注意（ ）。
- (A) 保持足够的水分摄入以防便秘 (B) 快速提高纤维摄入量以迅速见到效果 (C) 只选择单一类型的纤维补充剂 (D) 减少其他所有类型的食物摄入
53. 慢性病病人在烹饪过程中想要减少盐分而不牺牲风味，可以采取（ ）。
- (A) 使用更多油炸方式烹饪 (B) 添加大量酱油调味 (C) 利用天然香料如葱姜蒜等提味 (D) 增加糖的比例
54. 对于患有糖尿病的人来说，选择饮品时最理想的是（ ）。
- (A) 含糖饮料 (B) 白开水 (C) 果汁 (D) 运动饮料
55. 在为贫血病人设计饮食方案时，如果该病人的贫血是由缺铁引起，则（ ）是最有利于提高铁元素的生物利用率。
- (A) 豆腐与咖啡 (B) 菠菜与茶 (C) 鸡蛋与牛奶 (D) 红肉与橙汁
56. 对于长期卧床或行动不便的老年慢性病人，为了预防骨质疏松症的发生和发展，除了补充钙质外，还应特别关注（ ）的摄入。
- (A) 维生素 A (B) 维生素 B12 (C) 维生素 D (D) 维生素 E
57. 在为心血管疾病病人规划饮食时，（ ）的做法是不利于健康。
- (A) 多吃新鲜水果和蔬菜 (B) 频繁食用油炸、香脆食品和加工零食 (C) 使用丰富的天然香料代替部分油、盐、糖 (D) 每周至少吃一次深海鱼
58. 对于有效管理肥胖症病人的体重，在饮食制作时应注意（ ）是最关键的原则。
- (A) 增加蛋白质的比例 (B) 提高碳水化合物的摄入量 (C) 限制热量的摄入及增加热量的消耗 (D) 减少脂肪的摄取
59. 病人半流质饮食的制作要求，（ ）是错误的。
- (A) 食物应易于咀嚼和吞咽 (B) 食物温度应适中，避免过热或过冷 (C) 食物应增加纤维含量，以促进肠道蠕动 (D) 食物应营养均衡，包含适量蛋白质、碳水化合物等
60. 豆腐脑作为病人流质或半流质饮食的一部分，（ ）能提高病人食欲并能满足营养需求。
- (A) 可以根据病人的口味添加适量调味料 (B) 务必去除豆腐脑中的凝固剂残留 (C) 豆腐脑只能用作早餐食材 (D) 不允许将豆腐脑与其他固体食物混合食用
61. 在为患有消化系统疾病（如胃溃疡）的病人设计蔬果类流质或半流质饮食方案时，（ ）是最应该优先考虑。
- (A) 色彩鲜艳的食物外观以刺激食欲 (B) 加入辛辣调料提升风味 (C) 尽量保持原有食物形态以便识别 (D) 选用容易消化吸收且不会刺激胃黏膜的食材

62. 当为病人准备蔬果类流质或半流质饮食时，（ ）最适合作为日常补饮。
（A）新鲜榨取但未过滤的果蔬汁 （B）含有大量冰块的冷饮 （C）经过滤渣处理的新鲜果汁 （D）加入了浓稠糖浆的甜品饮料
63. 在为需要肉类流质或半流质饮食的病人挑选食材时，（ ）肉类最适合作为主料。
（A）猪肉五花肉 （B）牛腱子肉 （C）鸡胸肉 （D）羊肉排
64. 如果一位病人正在接受无渣半流质膳食治疗，饮食制作时应（ ）最为准确。
（A）食物应该是完全液体形式 （B）食物应该稀软、膳食纤维极少，以便于消化 （C）应该包含大量的生蔬菜和水果来增加纤维素 （D）按照病人喜好配搭食材
65. 针对患有特定疾病（如糖尿病）的病人，其谷物类流质或半流质饮食中应该特别注意（ ）。
（A）增加精制谷物的比例 （B）控制碳水化合物总量并优选全谷物 （C）主要依赖添加糖分提供甜味 （D）随意搭配各种类型的谷物而不考虑血糖指数
66. 为了保证谷物类流质或半流质食品的安全性，在加工过程中需要注意（ ）。
（A）尽量延长烹饪时间至数小时 （B）可以直接使用未经清洗的原材料 （C）必须严格遵守食品安全标准进行处理 （D）不必担心交叉污染的问题
67. 对于更年期综合征病人调理饮食制作要求（ ）是正确的。
（A）每日饮用 500ml 浓咖啡提神，缓解疲劳 （B）多食用油炸食品和肥肉以补充能量 （C）增加大豆制品和亚麻籽摄入，补充植物雌激素 （D）严格限制所有蛋白质摄入，避免发胖
68. （ ）饮食习惯有助于更年期女性维持健康的体重。
（A）每餐吃到非常饱 （B）控制总能量摄入，选择新鲜蔬菜为主食 （C）频繁吃零食，尤其是坚果类食品 （D）偏好油腻、甜美的食物
69. 对于老年便秘病人，除了调整饮食外，还应该注意（ ）。
（A）避免任何形式的身体活动 （B）完全依赖药物进行治疗 （C）建立规律的排便习惯 （D）限制水分摄入
70. 在为便秘病人设计食谱时，（ ）做法最不被推荐。
（A）使用大量油脂烹饪 （B）选择清淡烹饪方式，如蒸煮炖 （C）每餐都增加膳食纤维摄入 （D）增加甜品作为奖励
71. 对于肥胖症病人而言，（ ）最适合频繁出现在他们的餐桌上。
（A）炸鸡块 （B）培根 （C）白米饭 （D）山楂
72. 当为肥胖症病人饮食建议时，（ ）的措施最有助于长期维持体重下降的效果。
（A）推荐使用减肥药物作为主要手段 （B）强调短期极端节食的重要性 （C）鼓励形成规律的身体活动习惯和健康的饮食模式 （D）建议频繁更换不同的饮食方案
73. 为了有效控制体重并改善健康状况，肥胖症病人的每日总能量摄入应该（ ）调整。

- (A) 每天减少 500 至 1,000 卡路里的热量摄入 (B) 保持现有饮食习惯不变, 仅增加运动量 (C) 完全禁食一天或数天以快速减重 (D) 增加每日热量摄入, 同时加大高强度训练强度比例, 确保营养均衡
74. 高血压病人在选择蛋白质来源时, () 是最优先考虑一类。
- (A) 加工肉类制品 (B) 红肉如牛肉、羊肉 (C) 鱼类、大豆及其制品 (D) 动物内脏类食品
75. 为了辅助预防和改善高血压状况, () 食材不适合频繁出现在高血压病人的餐桌上。
- (A) 培根 (B) 芹菜 (C) 山楂 (D) 百合
76. 根据《成人高血压食养指南》(2023 年版), 高血压病人每日食盐摄入量应逐步降至 () 以下。
- (A) 6g (B) 5g (C) 4g (D) 3g
77. 在为糖尿病病人制定饮食计划时, () 是最重要的考虑因素。
- (A) 病人的体重指数(BMI) (B) 食物的升糖指数(GI)和血糖负荷(GL) (C) 病人的年龄与性别 (D) 地区饮食习惯和个人口味偏好
78. () 是糖尿病病人的饮食计划最准确的说法。
- (A) 应该大幅度减少蛋白质摄入 (B) 必须严格禁止一切甜味食品 (C) 可以自由选择任何种类的水果 (D) 需要合理规划每餐的碳水化合物含量
79. () 不是糖尿病病人推荐的食物。
- (A) 炸鸡块 (B) 全谷物面包 (C) 蒸鱼 (D) 新鲜蔬菜

[照护病人起居]

一、 判断题(将判断结果填入括号中。正确的填“√”, 错误的填“×”)

- 1.为病人整理床单位的主要目的是保持病床整洁、提高患者舒适度, 并预防交叉感染。
()
- 2.煮沸消毒法适用于所有材质的物品。()
- 3.收集医疗废物的包装袋破损时, 应重新加套一个医疗垃圾袋。()
- 4.协助病人精准的阐述病情对于医生做出正确的诊断十分重要。()
- 5.心理干预是改善病人睡眠障碍的方法之一()
- 6.使用开塞露通便时, 应缓慢将药液分次挤入直肠。()
- 7.清洁会阴时每擦洗一个部位无需更换毛巾部位。()
- 8.对疑有传染的排泄物, 正确的处理方法是将排泄物倾倒后, 便器浸泡于消毒液中。()
- 9.垃圾分类可以有效减少垃圾填埋对土地资源的占用。()
- 10.当病人因疼痛难以忍受而无法清晰表达病情时应代替病人回答所有问题。()
- 11.医疗废物可以和生活垃圾一起混合收集。()

- 12.人工取便可准备器械掏取粪便。（ ）
- 13.老年失眠病人服药时尤须注意药物的肌松作用和跌倒风险。（ ）
- 14.为卧床病人擦浴前，无需向病人解释擦浴的目的及配合要点。（ ）
- 15.扶助左侧偏瘫照护对象下轮椅，工作人员的膝部应顶住照护对象右侧肢体（ ）
- 16.照护对象坐上轮椅后，应嘱照护对象尽量靠轮椅前坐（ ）
- 17.认知症老人的睡眠障碍大多是白天睡多的原因引起。（ ）
- 18.义齿是用于修复缺失牙齿的可摘局部义齿和全口义齿的统称。（ ）
- 19.去医院挂号后如果病人需要退号必须要得到医生同意。（ ）
- 20.鼓励照护对象适当活动有助于预防和解除便秘。（ ）
- 21.对疑有传染的排泄物，正确的处理方法是将排泄物倾倒后，便器浸泡于消毒液中。（ ）
- 22.取药时，只要拿着医生开的处方就可以直接去药房取药，不需要其他手续。（ ）
- 23.床上擦浴的顺序应该先患侧后健侧。（ ）
- 24.医院住院处工作人员有权拒绝未携带任何有效证件的病人办理住院手续。（ ）
- 25.为重度失智老年人人工取便后，需要由外向内螺旋清洁老年人肛门局部。（ ）
- 26.睡眠障碍病人可能会出现白天疲乏、烦躁、易怒、情绪不稳、认知损害等连锁反应。
（ ）
- 27.照护员了解知晓出入院手续办理方法，对于缓解病人焦虑情绪有着十分重要的作用。
（ ）
- 28.便秘病人每天排便次数少于 1 次即为异常。（ ）
- 29.人工取便时，若病人出现面色苍白、出冷汗等反应，应立即停止操作。（ ）
- 30.床旁消毒隔离仅适用于传染病病人。（ ）
- 31.患有慢性疾病，如心脏病、哮喘等，不会引起睡眠障碍。（ ）
- 32.生活卫生用品如毛巾、面盆、痰盂（杯）、便器、餐饮具等，保持清洁，个人专用，
定期消毒。（ ）
- 33.协助病人洗头时，水温越高越好，可以更好地清洁头发。（ ）
- 34.在病人进食或睡眠时，是协助病人阐述病情的好时机。（ ）
- 35.浸泡消毒后的物品无需再次清洗即可使用。（ ）
- 36.轮椅推照护对象外出，下坡时护理员应身体稍向前倾，加快速度前行。（ ）
- 37.照护员如果熟知医院就医的流程，能帮病人节省很多时间。（ ）
- 38.为照护对象擦浴的时间无限定，以擦净为标准。（ ）
- 39.紧急情况下，病人可自行修改处方内容后取药。（ ）
- 40.卧床病人擦浴的主要目的是清洁皮肤，预防压疮，促进血液循环， 增强皮肤排泄功
能。（ ）
- 41.垃圾分类对于物品的重复利用，保护环境，减少污染十分的重要。（ ）

- 42.病人要求出院可以办理出院手续。（ ）
- 43.为睡眠障碍病人做心理评估能确定病人的睡眠障碍类型。（ ）
- 44.床旁消毒隔离的主要目的是防止病原体在病人之间传播。（ ）
- 45.睡前进行体育锻炼有助于改善睡眠。（ ）

二、单项选择题（选择一个正确的答案，将相应的字母填入题内的括号中）

1. 对于耐高温的物品，如玻璃器皿等，采用煮沸消毒法时，正确的操作是（ ）。
- （A）将物品放入冷水中，水沸腾后继续煮沸 10-15 分钟（B）将物品放入冷水中，水沸腾后立即取出（C）将物品放入沸水中，煮沸 30 分钟以上（D）将物品放入冷水中，水沸腾后继续煮沸 5 分钟
2. 适合长期使用的漱口水（ ）。
- （A）含氯己定漱口水（B）含氟漱口水（C）含酒精漱口水（D）含薄荷漱口水
3. （ ）需要对被病人排泄物污染的环境进行消毒（ ）。
- （A）所有病人的排泄物污染（B）病人大量排泄物污染（C）病人少量排泄物污染（D）只有传染病病人的排泄物污染
4. 属于晨间护理的内容是（ ）。
- （A）皮肤和口腔的卫生清洁（B）做好进食前的准备工作（C）测体温脉搏（D）做好治疗的准备工作
5. （ ）情况进行床旁消毒隔离（ ）。
- （A）高血压病人（B）传染病病人或疑似传染病病人（C）普通感冒病人（D）骨折病人
6. 保持皮肤清洁的主要护理措施是（ ）。
- （A）会阴冲洗（B）口腔护理（C）沐浴（D）更换床单
7. 对于耐高温、耐湿的物品，最有效的消毒方法是（ ）。
- （A）紫外线消毒法（B）化学消毒剂浸泡法（C）高压蒸汽灭菌法（D）煮沸消毒法
8. 垃圾分类对环境保护的意义在于（ ）。
- （A）减少有害垃圾对土壤和水源的污染（B）增加垃圾填埋量（C）提高垃圾焚烧效率（D）降低垃圾处理成本
9. 帮助女性照护对象清洁会阴部时，应协助老年人取（ ）位（ ）。
- （A）仰卧（B）侧卧（C）俯卧（D）屈膝卧
10. 为卧床病人整理床单位时，（ ）操作是正确的（ ）。
- （A）为省力仅整理近侧床单，忽略对侧（B）用套有消毒液微湿布套的床刷从床头至床尾湿扫（C）直接用力扯出床单抖落渣屑（D）使用干床刷快速扫床以减少操作时间

11. 病人床旁的医疗用品，如体温计等，使用后应（ ）处理（ ）。
- （A）用清水冲洗（B）用消毒剂擦拭或浸泡消毒（C）直接丢弃（D）无需处理
12. 为卧床病人擦浴方法错误的是（ ）。
- （A）四肢离心方法擦拭（B）室温应调节到 24℃以上，水温 50~52℃（C）擦拭全身各处，注意擦净皮肤皱褶处（D）注意遮挡病人，保护病人隐私
13. 对于病人床旁的物体表面消毒，一般可采用的消毒剂是（ ）。
- （A）过氧乙酸（B）含氯消毒剂（C）75% 酒精（D）碘伏
14. 洗脸时折叠毛巾方法不正确的是（ ）。
- （A）将毛巾浸湿拧干（B）毛巾的左右两边包绕四个手指后反折（C）围绕手心和两个手指折叠（D）将边缘塞于掌根与毛巾之间
15. 床上擦浴不正确的是（ ）。
- （A）污垢不易擦净时用温和肥皂擦洗（B）注意保暖防止受凉（C）维持自尊减少暴露（D）根据照护对象身心情况进行擦浴，不可勉强
16. 不属于生活垃圾的是（ ）。
- （A）废塑料瓶（B）废弃药品（C）废纸张（D）废金属
17. 保持个人清洁卫生的要求不包括（ ）。
- （A）勤换手套（B）勤洗澡（C）勤剪指甲（D）勤换衣服
18. 为卧床病人整理床单位的主要目的不包括（ ）。
- （A）为病人提供娱乐活动以缓解焦虑（B）保持病床整洁，预防压疮等并发症（C）提升病人舒适度，促进身心康复（D）方便医护人员进行医疗操作
19. 消毒后的餐饮具应存放在（ ）。
- （A）密封塑料袋（B）消毒柜（C）普通橱柜（D）潮湿的环境中
20. 有机玻璃制品属于（ ）。
- （A）其他垃圾（B）可回收物（C）有害垃圾（D）厨余垃圾
21. 擦浴时，水温应控制在（ ）。
- （A）42-45℃（B）38-40℃（C）40-42℃（D）32-34℃
22. 晨间护理的目的不包括（ ）。
- （A）为病人提供营养丰富的早餐（B）使病人清洁舒适，预防压疮及肺炎等并发症（C）保持病室及病床的整洁、舒适、美观（D）进行心理护理及卫生宣传，满足病人的身心需要
23. 在隔离病房内，床旁物品的消毒处理应遵循的原则是（ ）。
- （A）只需清洗，无需消毒（B）先清洗后消毒（C）先消毒后清洗（D）只需消毒，无需清洗
24. 使用紫外线灯进行物品消毒时，（ ）的说法是正确的（ ）。

- (A) 紫外线灯消毒后，无需通风即可使用物品 (B) 紫外线灯消毒时，物品表面应直接暴露在紫外线下 (C) 紫外线灯消毒时间越长越好 (D) 紫外线灯可以穿透玻璃进行消毒
25. 关于义齿的使用，正确的是 ()。
- (A) 晚上取下义齿可减轻牙龈负担 (B) 睡觉时应佩戴义齿 (C) 义齿松动时可自行调整 (D) 摘戴义齿时可用蛮力
26. 洗脸的顺序正确的是 ()。
- (A) 眼睛 - 前额 - 鼻部 - 脸颊 - 耳部 - 颈部 (B) 前额 - 眼睛 - 鼻部 - 脸颊 - 耳部 - 颈部 (C) 眼睛 - 前额 - 脸颊 - 鼻部 - 耳部 - 颈部 (D) 眼睛 - 鼻部 - 脸颊 - 前额 - 耳部 - 颈部
27. 为卧床病人擦浴时，适宜的室温是 ()。
- (A) 28°C (B) 24°C (C) 30°C (D) 20°C
28. 关于刷牙，() 是正确的 ()。
- (A) 每天至少刷牙 2 次 (B) 刷牙能按摩牙龈有助于牙齿健康 (C) 照护对象刷牙用有美白作用的牙膏较好 (D) 刷牙时应用力将污垢清除干净
29. 对骨折病人晨间护理最佳程序是 ()。
- (A) 用便器 — 口腔护理 — 皮肤护理 — 扫床 (B) 口腔护理 — 扫床 — 皮肤护理 — 用便器 (C) 扫床 — 皮肤护理 — 用便器 — 口腔护理 (D) 用便器 — 皮肤护理 — 扫床 — 口腔护理
30. 传染性肝炎病人排泄物的处理最好选用 ()。
- (A) 新洁尔 (B) 石炭酸 (C) 漂白粉 (D) 来苏儿
31. 口腔护理不正确的表述是 ()。
- (A) 擦拭硬腭及舌面时尽量深入些擦拭 (B) 棉棒不可过湿，以防误吸、呛咳 (C) 操作中关注病人生命体征及有无呛咳、呕吐、缺氧等症状 (D) 有义齿应取下清洁备用
32. “为偏瘫病人脱上衣时，正确的顺序是 () ()。
- (A) 先脱远侧后脱近侧 (B) 先健侧后患侧 (C) 先患侧后健侧 (D) 先脱近侧后脱远侧
33. 卧床老人皮肤护理中，预防压疮的关键措施是 ()。
- (A) 使用气垫床 (B) 定期翻身，每 2-3 小时一次 (C) 保持床单清洁干燥 (D) 按摩受压部位
34. 过期食品属于 ()。
- (A) 其他垃圾 (B) 厨余垃圾 (C) 可回收物 (D) 有害垃圾
35. 清洁会阴部时不应 ()。

- (A) 打开门窗 (B) 向照护对象说明操作内容 (C) 同时一次备齐用物 (D) 动作敏捷、轻柔
36. 在床旁隔离中，对病人的心理护理同样重要，其主要目的是（ ）。
- (A) 提高病人的免疫力 (B) 减轻病人的孤独感和心理压力 (C) 增加病人的食欲 (D) 降低医疗费用
37. 晚间护理不包括（ ）。
- (A) 测体温脉搏 (B) 刷牙 (C) 泡脚 (D) 检查皮肤情况
38. 为卧床病人擦浴前，环境准备不包括（ ）。
- (A) 打开门窗通风 (B) 关闭门窗 (C) 调节室温 22-26℃ (D) 屏风遮挡
39. 关于活动性义齿的护理，（ ）是错误的（ ）。
- (A) 每日煮沸消毒 1 次 (B) 每餐后清洗义齿 (C) 取下义齿，用冷水刷洗 (D) 暂不用时，浸于清水中保存
40. 为卧床病人擦浴的目的是（ ）。
- (A) 促进血液循环、预防压疮、保持皮肤清洁及观察病情 (B) 仅为了保持皮肤清洁 (C) 仅为了增加护理工作量 (D) 仅为了预防皮肤感染
41. 浸泡便器的含有效氯浓度正确的是（ ）。
- (A) 2500mg/L (B) 500mg/L (C) 2000mg/L (D) 250mg/L
42. 晚间护理中，对于长期卧床的病人，护理人员应重点注意（ ）。
- (A) 调整室内温度 (B) 帮助病人翻身，减轻身体部位的压力，并进行轻柔的按摩 (C) 询问病人是否有饥饿感 (D) 为病人播放音乐
43. 关于擦洗会阴，说法错误的是（ ）。
- (A) 更换清洁衣裤后，撤去尿垫 (B) 擦洗时保护隐私 (C) 应用专用盆 (D) 应用专用毛巾
44. 使用紫外线灯进行空气消毒时，有效照射距离一般不超过（ ）。
- (A) 3 米 (B) 2 米 (C) 4 米 (D) 1 米
45. 晚间护理最主要的目的（ ）。
- (A) 保持病房的整洁 (B) 帮助病人入睡 (C) 促进双方交流 (D) 协助排便
46. 可回收垃圾与其他垃圾分开投放的主要目的是（ ）。
- (A) 减少垃圾总量 (B) 提高资源回收利用率 (C) 方便清洁工人收集 (D) 避免垃圾腐烂
47. 为神志不清容易呛咳的照护对象做口腔护理，应特别注意（ ）。
- (A) 纵向擦洗 (B) 棉球不宜过湿 (C) 动作轻柔 (D) 注意观察口腔粘膜
48. 照护对象餐后漱口有利于（ ）。
- (A) 防止牙齿脱落 (B) 促进唾液分泌，帮助消化 (C) 去除食物残渣，保持口腔清

洁（D）按摩牙龈

49. 不适于床上擦浴的病人是（ ）。
（A）急性心肌梗死发作期的患者（B）大手术后恢复期的病人（C）石膏固定者（D）长期卧床的老年人
50. 床旁消毒隔离在传染病病人护理中的重要性体现在（ ）。
（A）减少病人的住院时间（B）阻断病原体传播，防止疫情扩散（C）提高医护人员工作效率（D）提高病人舒适度
51. 认知症老人睡眠障碍的发生率约为（ ）。
（A）7%-15% （B）42% （C）23%-34% （D）49.9%
52. 协助病人阐述病情时，要注意（ ）。
（A）不要随意打断病人，即使觉得他说得啰嗦（B）不管病人说什么，都点头表示赞同，避免质疑（C）保持眼神交流，让病人感受到关注（D）对病人说的病情信息，及时给予反馈和确认
53. 人工取便前，护理员应做（ ）准备。
（A）打开窗户通风 （B）让老年人喝泻药 （C）准备一杯温水 （D）戴上一次性手套
54. 照护睡眠障碍老人的正确方法为（ ）。
（A）饭后立即沐浴（B）老人可以在睡前喝杯咖啡（C）必要时可按医嘱服用安眠药（D）任何情况下都不能服用安眠药
55. 在帮助病人从床转移到轮椅时，护理人员应站在（ ）。
（A）病人的正前方 （B）病人的健侧 （C）病人的患侧 （D）病人的正后方
56. 到医院取药前，需要准备好的重要凭证是（ ）。
（A）诊断证明（B）医保卡（C）药品说明书（D）身份证
57. 对睡眠障碍病人进行心理评估，不可能做到（ ）。
（A）完全治愈病人的睡眠障碍（B）减轻病人的焦虑情绪 （C）提高病人的治疗依从性（D）增强病人的自我管理能力和能力
58. 病人到医院办理住院手续，首先应该去（ ）。
（A）医生诊室（B）住院部护士站 （C）住院处收费窗口 （D）医院门诊大厅挂号处
59. 老年人人工取便的目的是为了避免过度用力引起并发症，（ ）除外。
（A）脑血管意外 （B）心绞痛、心肌梗死 （C）慢阻肺 （D）排便昏厥
60. 生活垃圾中的有害垃圾应该投入（ ）颜色的垃圾桶。
（A）绿色 （B）蓝色 （C）黄色 （D）红色
61. 在帮助照护对象从床转移到轮椅前，首先要做的准备工作是（ ）。

- (A)打开窗户通风 (B)询问照护对象是否需要上厕所 (C)检查轮椅是否完好 (D)将床摇至最低位置
62. 病人出院时，应交清（ ），办理医疗费用结算手续并领取出院带药后方能出院。
(A) 住院押金凭证 (B) 公物 (C) 身份证 (D) 医保卡
63. 研究最多并且最有效的失眠心理治疗方法是（ ）。
(A) 放松治疗 (B) 睡眠限制疗法 (C) 刺激控制疗法 (D) 运动疗法
64. 当病人病情突然加重时，协助病人阐述病情的时机是（ ）。
(A) 等病人自己主动要求时 (B) 待病情稍微稳定，病人能够配合时 (C) 立即在病人出现症状的瞬间 (D) 等医生处理完病情后
65. 开塞露挤入直肠后，一般保留（ ）再排便。
(A) 5-10 min (B) 3-5min (C) 10min 以上 (D) 1-3min
66. （ ）不是功能性便秘的原因 。
(A) 缺乏运动 (B) 肠梗阻 (C) 肠道菌群失调 (D) 饮食结构不合理
67. 关于医院挂号常识，说法错误的是（ ）。
(A) 可现场人工窗口挂号 (B) 挂号必须病人本人来操作 (C) 现在很多医院都有网上挂号，可节约很多时间 (D) 当不确定挂什么科的号的时候可以去预检台咨询
68. 照护对象从轮椅回床上，工作人员与照护对象共同协作，不恰当的是（ ）。
(A) 工作人员以双手环抱腰部的方式稳定照护对象站姿 (B) 工作人员用自己双膝支持照护对象体位 (C) 体位稳定后缓缓放低照护对象身体，直到安全舒适的坐到床上 (D) 鼓励照护对象以健侧上肢支撑体重
69. 在医院取药时，如果发现药品有破损，应该（ ）。
(A) 把药品退回 (B) 要求药师更换 (C) 自行更换 (D) 不管它，直接拿走
70. 垃圾处理过程中，不妥的做法是（ ）。
(A) 医疗废物不得转让、买卖 (B) 放入医废桶的医疗废物不得取出 (C) 戴手套处理完垃圾后无需洗手 (D) 不同种类的垃圾不得混放
71. 解除便秘进行腹部按摩的部位是（ ）。
(A) 下腹部按摩 (B) 由右向左按摩 (C) 由左向右按摩 (D) 肚脐周围按摩
72. 对于急性失眠病人宜（ ）。
(A) 早期用认知行为治疗 (B) 先心理治疗 (C) 早期应用药物治疗 (D) 先不处理
73. 轮椅安全检查，不包括检查（ ）。
(A) 各部件螺丝固定是否牢靠 (B) 轮胎气体是否充足 (C) 轮椅的材质 (D) 车闸是否灵活
74. 盛装的医疗废物达到包装袋或者容器的（ ）时，应当封口并使包装袋或者容器的封

口紧实、严密。

(A) 装满 (B) 3/4 (C) 2/3 (D) 4/5

75. 对睡眠没有影响的因素是 ()。

(A) 疼痛 (B) 环境 (C) 身高 (D) 年龄

76. 使用开塞露时，病人一般建议采取的体位是 ()。

(A) 右侧卧位 (B) 左侧卧位 (C) 俯卧位 (D) 仰卧位

77. 对于情绪焦虑、紧张的病人，在协助其阐述病情时，() 做法最恰当。

(A) 不理睬病人情绪，只关注病情信息 (B) 用温和语气安抚病人情绪，给予足够时间让其慢慢表达 (C) 告诉病人不要浪费时间，赶紧说重点 (D) 急于让病人说出病情重点，快速结束对话

78. 促进睡眠的措施叙述错误的是 ()。

(A) 枕头软硬适中透气高度以 20 厘米为宜 (B) 睡前避免大量饮水喝茶 (C) 睡觉前半小时用温水泡脚 (D) 避免日间午休睡眠时间过长

79. 如果病人需要医保报销，挂号时应该 ()。

(A) 先挂号再刷医保卡 (B) 使用医保卡挂号 (C) 使用现金支付 (D) 不需要使用医保卡

80. 照护对象下轮椅前，工作人员首先应做是 ()。

(A) 移开桌椅 (B) 扶助照护对象 (C) 刹住轮闸 (D) 放下脚踏板

81. 关于住院、出院手续办理方法，说法错误的是 ()。

(A) 出院前医护人员交代的出院注意事项要认真倾听 (B) 住院前准备好病人衣物和生活用品 (C) 医院什么物品都有，不需要提前做准备 (D) 住院前准备好病人的病历材料

82. 家庭照护员要把病人的不适讲清楚，以头痛为例，() 说法是错误的。

(A) 头痛剧烈的程度 (B) 隐瞒家族疾病史 (C) 头痛从什么时候开始的，是突然发生的还是逐步明显的，开始的状态如何 (D) 发作是间歇性的还是一阵阵的，是一直疼痛还是愈来愈痛

83. 关于实施人工取便术的注意事项，() 是错误的。

(A) 嘱病人深呼吸 (B) 询问病人感受 (C) 操作前不修剪指甲，直接戴手套进行 (D) 发现异常及时停止

84. 如果病人使用医保卡挂号，挂号费用的支付方式是 ()。

(A) 全部由病人自费 (B) 根据具体情况而定 (C) 一部分由医保支付，一部分由病人自费 (D) 全部由医保支付

85. 随着老年人年龄越大，睡眠 ()。

(A) 会出现阶段性变化 (B) 越浅 (C) 没有变化 (D) 越深

86. 关于睡眠障碍老人的照护，（ ）是不正确的。
- （A）睡前放松心情，喝点咖啡（B）安排有规律的生活，保持适度运动（C）建立睡眠的信心，保持乐观良好的心态（D）适当调节日常饮食，限制白天睡眠的时间
87. 人工取便时需让老人取（ ）位。
- （A）右侧卧位（B）左侧卧位（C）坐（D）站
88. 在为病人办理住院手续时，（ ）不是必须的。
- （A）病人近期照片（B）医保卡（如有）（C）门诊病历（D）病人身份证
89. 认知症老人睡眠障碍的原因不包括（ ）。
- （A）药物因素（B）白天过度嗜睡（C）环境因素（D）白天活动
90. 关于医院缴费，说法错误的是（ ）。
- （A）取药前需要缴费（B）做检查前需要缴费（C）检查的费用已经缴了，但是检查没做成，费用也不可以退（D）就诊前需要缴费
91. 扶助偏瘫照护对象上轮椅，工作人员应（ ）。
- （A）从侧面拖动支撑照护对象（B）抓住照护对象双手扶助支撑照护对象（C）面对面扶助和支撑照护对象（D）从后面拖动支撑照护对象
92. 研究最多并且最有效的失眠心理治疗方法是（ ）。
- （A）睡眠限制疗法（B）刺激控制疗法（C）运动疗法（D）放松治疗
93. 在协助病人阐述病情时，（ ）不适合进行深入询问。
- （A）病人刚做完检查，身体疲惫，情绪烦躁（B）病人正在输液，情绪稳定（C）病人在病房内，周围环境安静，无其他干扰（D）病人刚吃完饭，处于休息状态
94. 人工取便后，为促进病人血液循环、减轻疼痛，应给予（ ）。
- （A）热敷肛门（B）热水坐浴（C）温水擦浴（D）按摩腹部
95. 病人出院后，病历应由（ ）负责整理归档。
- （A）医生（B）病案室（C）护士（D）病人
96. 人工取便时，不需要准备的用物是（ ）。
- （A）听诊器（B）弯盘（C）橡胶布（D）一次性手套
97. 在医院取药时，（ ）不需要核对。
- （A）用药剂量（B）药品名称（C）病人姓名（D）药品价格
98. 便秘是指（ ）。
- （A）腹部胀满不适（B）排便次数减少，粪便干结，排便困难（C）粪便呈黑色（D）排便时肛门疼痛
99. 关于出院手续办理，说法错误的是（ ）。
- （A）主管医师提出，上级医师核准（B）拿到出院通知单后，携带住院时所交的所有预交款收据到住院收费处办理出院手续（C）感觉费用用的差不多了，直接离院（D）

凭出院带药处方到药房取药

100. 如果对药品的服用方法有疑问，应该（ ）。
- （A）问旁边的人（B）询问药师（C）不吃药（D）自己猜测着吃
101. 协助病人阐述病情注意事项，说法错误的是（ ）。
- （A）不能凭借主观想象（B）阐述病情应该简明扼要（C）病人阐述的时候，照护员要一旁插话（D）一般由病人自己阐述
102. 光照治疗睡眠障碍的不良反应通常不包括（ ）。
- （A）头痛（B）眼疲劳（C）恶心呕吐（D）脱发
103. 预防便秘，不正确的是（ ）。
- （A）适当多饮开水（B）养成定时排便习惯（C）适当减少活动（D）多食蔬菜水果
104. 睡眠障碍病人的心理评估对于护理人员来说，最重要的意义是（ ）。
- （A）减少病人的医疗费用（B）为制定护理计划提供依据（C）直接改善病人的睡眠质量（D）帮助病人快速入睡
105. 轮椅安全检查，不包括检查（ ）。
- （A）轮胎气体是否充足（B）车闸是否灵活（C）轮椅的材质（D）各部件螺丝固定是否牢靠

[照护技术]

一、 判断题（将判断结果填入括号中。正确的填“√”，错误的填“×”）

1. 尿道感染的病人易出现尿频、尿急、尿痛，且每次尿量增加。（ ）
2. 发现老年人跌倒应立即扶起。（ ）
3. 为照护对象准备热水袋，使用前一定要检查并套上布套。（ ）
4. 对尿失禁照护对象应每天清洁外阴及肛周皮肤 1—2 次。（ ）
5. 当药物外渗 24 小时内可根据药物性质给予热敷。（ ）
6. 急性胃肠炎是呕吐常见的原因。（ ）
7. 使用外用药物时，涂抹的量越多，治疗效果越好。（ ）
8. 静脉滴注仅用于治疗严重疾病，不能用于预防性输液。（ ）
9. 煎煮中药前，需要将药材浸泡 30 - 60 分钟。（ ）
10. 菌痢病人要做好消毒隔离工作，防止传染。（ ）
11. 氧气瓶内的氧气用尽后再更换。（ ）
12. 中药汤药的服药时间可以根据个人习惯随意调整。（ ）
13. 将冰袋放在病人的额头、四肢或腋下等降温部位，加速热气挥发和血管收缩。（ ）
14. 热敷后，病人局部皮肤出现水疱，可自行挑破。（ ）
15. 外用药是指皮肤粘膜表面用药。（ ）

- 16.雾化吸入治疗时，病人应做深而慢的呼吸，使药液充分吸收。（ ）
- 17.凡冻伤者可将冻伤部位浸泡在 38-42℃的温水中 5-7 分钟，可迅速恢复局部血液循环。（ ）
- 18.留置导尿管应定期更换，一般一个月更换一次。（ ）
- 19.酒精擦浴时，可以擦拭心前区和腹部。（ ）
- 20.武火火力较大，煎煮效率高，所以一般采取武火煎煮。（ ）
- 21.呕吐时，如果呕吐物呈咖啡色，可能提示有上消化道出血。（ ）
- 22.发现照顾对象发生误吸应立即取头高脚低位。（ ）
- 23.工作日志是记录每天工作的完成情况，写工作日志是一个良好的工作习惯。（ ）
- 24.干热敷操作简便，但湿热敷的热作用更强。（ ）
- 25.静脉输液出现发热反应，应立即停止输液并报告医生。（ ）
- 26.中暑高热者重要的护理措施之一是迅速进行物理降温。（ ）
- 27.留置导尿管的病人，若导尿管不慎脱出，应立即重新插入。（ ）
- 28.中药根据的服用方法有温服、热服、冷服三种。（ ）
- 29.护理记录应在抢救结束后 8 小时内据实补记。（ ）
- 30.集尿袋固定的高度应和膀胱平齐。（ ）
- 31.服用安眠药后 30 分钟内，尽量不要活动，以防跌倒发生。（ ）
- 32.氧气雾化吸入时，湿化瓶内可以放水。（ ）
- 33.卧床病人在进食时，为防止呛咳，应取平卧位进食。（ ）
- 34.雾化吸入可用于治疗肺部感染，如肺炎。（ ）
- 35.急性胃肠炎是呕吐常见的原因。（ ）
- 36.患有血栓性静脉炎的病人可以使用热敷来改善症状。（ ）
- 37.发现煤气中毒病人时应立即就地进行人工呼吸。（ ）
- 38.静脉痉挛时，应加快输液速度以尽快完成输液。（ ）
- 39.绿豆汤是夏季防暑降温佳品之一。（ ）
- 40.为保证卧床病人安全，护理员要 24 小时陪伴在病人身边。（ ）
- 41.使用氧气时，为保证安全，应做到“四防”，即防震、防火、防热、防油。（ ）
- 42.呕吐剧烈且病情危重者，应帮助病人取侧卧位，防止呕吐物涌入气管引起窒息。（ ）
- 43.外用药物都可以大面积高浓度使用。（ ）
- 44.静脉滴注是所有药物给药的最佳途径。（ ）
- 45.煎煮中药的器皿最好用砂锅。（ ）
- 46.汤剂在古代多用“咬咀”（切碎）的方式处理药物，现代则多用饮片。（ ）
- 47.酒精降温时应尽量选择血运比较丰富的部位，例如头部、颈部、心胸大血管比较丰富的部位。（ ）

48.为不能自行进食老年人喂食时，喂食速度要适当加快。（ ）

49.遇呼吸困难的病人应给予鼻导管氧气吸入。（ ）

病人护理日志应在掌握病人情况的基础上进行书写，使家庭照护员能根据病人具体情况作好相应的护理工作。（ ）

二、单项选择题（选择一个正确的答案，将相应的字母填入题内的括号中）

1. 食物中毒的预防，（ ）是不合适的。

（A）夏天食物放在通风处（B）生熟食品分开存放和加工（C）加强食品卫生、饮食卫生做好食品验收（D）不吃腐烂变质食物，不吃剩饭菜

2. 尿失禁照护对象的护理应注意（ ）。

（A）控制饮食（B）控制饮水（C）保持局部皮肤干燥清洁（D）常规留置导尿

3. 老年人误咽、噎食的原因不包括（ ）。

（A）不良或不正确的进食方式，如口中进食食物过多、边进食边说笑及边进食边喝水（B）消化功能降低，咀嚼困难，唾液分泌减少（C）进食时保持正确的坐姿（D）生理老化导致神经反射活动衰退，吞咽肌群互不协调

4. 长期卧床的一级护理老人当发现呕吐时，你即刻须做的是（ ）。

（A）及时助老人头偏向一侧（B）及时汇报医生（C）及时助漱口（D）及时助更换衣服

5. 幽门梗阻所致的呕吐特点是（ ）。

（A）呈喷射性（B）呕出宿食（C）呕吐量小（D）餐前发生

6. （ ）不属于意外伤害。

（A）摔伤（B）阑尾手术（C）烫伤、烧伤（D）触电意外

7. 出现先兆中暑时，此时如能让病人立即离开闷热的环境，到荫凉通风处，让其喝点（ ）或凉开水。

（A）冷饮（B）含盐饮料（C）十滴水（D）热开水

8. 呕吐时的护理措施应除外的一项是（ ）。

（A）仰卧位（B）清洗口腔（C）及时更换被污染衣物（D）拍背

9. 为防止卧床病人坠床，最有效的措施是（ ）。

（A）约束踝部（B）加用床档（C）约束肩部（D）约束膝部

10. 对严重冻伤病人的急救处理，（ ）是错误的。

（A）浸泡在 38-42℃温水中 20 分钟（B）用雪搓，令其恢复正常体温（C）给予热饮料（茶、姜糖茶）（D）纠正血液循环障碍和血糖不足

11. 对镇静催眠药的急救措施，不恰当的是（ ）。

（A）应用硫酸镁导泻（B）口服中毒者早期洗胃（C）血液透析（D）使用利尿剂

12. 采用热敷加按摩促进排尿中，错误的是（ ）。
（A）见到尿液排出即应停止按压 （B）年老体弱者慎用 （C）不适用于尿道梗阻的病人 （D）操作时用力均匀，由轻到重
13. 损伤的现场急救哪项有错（ ）。
（A）迅速将伤员移出现场 （B）做简单的全身检查 （C）对休克病人首要措施是立即送医院抢救 （D）严密观察生命体征
14. （ ）不具备明显的消暑作用。
（A）啤酒 （B）酸梅汤 （C）绿豆汤 （D）菊花茶
15. 海姆立克急救法救治噎食时施救者的手应置于（ ）。
（A）胸骨下三分之一 （B）肚脐上方两横指处 （C）胸骨上三分之一 （D）胸骨之下
16. 呼吸困难的病人应及时予以（ ）。
（A）吸氧 （B）进食含维生素的食物 （C）平卧 （D）饮水
17. 发现老年人跌倒要首先（ ）。
（A）检查有无骨折 （B）观察病人的意识 （C）拨打急救电话 （D）检查有无出血
18. 卧床病人安全防护中，关于保护具的使用，不正确的是（ ）。
（A）保护具可长时间持续使用，无需定时松解 （B）约束带用于保护躁动病人或精神科病人，限制其身体及肢体的活动 （C）床档也称床栏，可预防坠床 （D）使用保护具时，应松紧适宜，避免过紧影响血液循环
19. 煤气中毒急救中，（ ）是错误的措施。
（A）立即就地进行人工呼吸 （B）关闭煤气开关，打开窗户，移病人至室外 （C）移至室外的伤员如神志不清而有呼吸困难者，应就地人工呼吸 （D）移至室外的伤员立即解开衣领，松开裤带，让其做深呼吸
20. 鼻导管吸氧，导管插入长度为（ ）。
（A）鼻翼至耳垂 （B）鼻尖至耳垂的 $\frac{2}{3}$ （C）鼻尖至耳垂 （D）鼻尖至耳垂的 $\frac{1}{2}$
21. 为照护对象准备热水袋，操作不正确的是（ ）。
（A）准备 80°C 热水 （B）灌水 $\frac{2}{3}$ 满 （C）排气后套上布套 （D）事先检查热水袋是否完好
22. 呕吐物有粪臭味者多见（ ）。
（A）胃癌 （B）小肠梗阻 （C）幽门梗阻 （D）十二指肠淤积症
23. 扭伤主要是外力作用于四肢的（ ）。
（A）关节 （B）肌肉 （C）皮肤 （D）肌腱
24. 保证行走安全，老人不宜穿（ ）。
（A）防滑橡胶底鞋 （B）拖鞋或塑料底鞋 （C）合脚布底鞋 （D）平跟软底皮鞋
25. 正常人正常情况下 24 小时的尿量在（ ）。

- (A) 3000ml (B) 1000-2000ml (C) 800-1000ml (D) 4000ml
26. 踝关节扭伤的急救处理不正确的是 ()。
- (A) 立即送医院 (B) 踝关节热敷 (C) 病人抬高下肢 (D) 踝关节冷敷
27. 中暑病人的护理措施不合适的是 ()。
- (A) 室温保持 10-20°C (B) 高热者迅速进行物理降温 (C) 使用药物降温应观察生命体征 (D) 立即脱离高温环境
28. 长期卧床病人易发生压疮, () 是不正确的。
- (A) 在易发部位涂压疮膏预防 (B) 每 2 小时翻身 1 次 (C) 保持床褥平整 (D) 骨突处局部按摩
29. () 最易引起呕吐。
- (A) 副溶血性弧菌中毒 (B) 葡萄球菌中毒 (C) 肉毒杆菌中毒 (D) 沙门氏菌中毒
30. 呕吐后应采取 ()。
- (A) 坐位 (B) 侧卧位 (C) 俯卧位 (D) 仰卧位
31. 损伤后伤口边缘整齐, 小而深, 出血多, 深部的神经、血管可能也受损伤的是 ()。
- (A) 刺伤 (B) 擦伤 (C) 裂伤 (D) 切割伤
32. 易发噎食的原因不包括 ()。
- (A) 抢夺食物 (B) 进食时细嚼慢咽 (C) 吞咽困难 (D) 暴饮暴食
33. 呕吐的常见原因不包括 ()。
- (A) 药物副作用 (B) 脑部疾病 (C) 心脏疾病 (D) 胃肠道疾病
34. 胃内容物误吸的主要原因是 ()。
- (A) 呕吐和反流 (B) 咳嗽反射 (C) 药物 (D) 进食过快
35. 噎食抢救的关键点不包括 ()。
- (A) 等待援救 (B) 有否分秒必争 (C) 能否及时识别诊断 (D) 有否就地抢救
36. 大便呈柏油样颜色, 考虑照护对象可能发生了 ()。
- (A) 痔疮或肛裂 (B) 消化道出血 (C) 消化不良 (D) 肠道炎症
37. () 属于意外伤害的一种。
- (A) 腹痛 (B) 烫伤、烧伤 (C) 高热 (D) 阑尾炎
38. 伤口边缘不整齐, 周围组织损伤广泛, 出血少, 应为 ()。
- (A) 擦伤 (B) 裂伤 (C) 刺伤 (D) 切割伤
39. () 不是跌倒的发生原因。
- (A) 睡床较低 (B) 地面不平 (C) 扶抱技巧不当 (D) 光线不足
40. () 应将头偏向一侧或颈部伸展, 保持呼吸到通畅, 给予吸氧, 注意定时吸痰, 注意保持口腔清洁, 预防感染。
- (A) 高热伴昏迷者 (B) 中暑发热者 (C) 中暑者 (D) 中暑高热者

41. 卧床病人使用约束带时，照护员应重点观察（ ）。
（A）约束时间（B）血压情况（C）呼吸情况（D）末梢血液循环
42. 关于误吸的处理，错误的是（ ）症状。
（A）病人头部抬高 30 度（B）取头低脚高位（C）协助医生或护士做负压吸引（D）让照护对象头偏向一侧
43. （ ）不属于严重创伤时休克的临床表现。
（A）尿量减少（B）脉搏缓慢（C）呼吸困难（D）血压低
44. 意识不清的照护对象使用热水袋，水温不超过（ ）。
（A）80℃（B）50℃（C）70℃（D）40℃
45. 关于社区开展预防一氧化碳中毒的健康教育，正确的叙述是（ ）。
（A）定期检查管道安全（B）关闭门窗（C）使用不带有自动熄火装置的煤灶（D）煤气淋浴器安装在浴室里
46. 开放性伤口的主要特点（ ）。
（A）出血（B）肿胀（C）伤口（D）疼痛
47. 发现跌倒老人的耳、鼻有清水样分泌物流出，考虑是（ ）。
（A）耳鼻内有炎症（B）颅骨骨折（C）鼻腔分泌物过多（D）出血的前兆
48. （ ）不是跌倒坠床的常见原因。
（A）肌力增加（B）疾病的因素（C）环境的因素（D）药物因素
49. 为了预防卧床病人坠床，应尽量将床的高度设置为（ ）。
（A）方便医护人员操作（B）最高位（C）最低位（D）随病人意愿
50. 预防老年人冻伤错误的预防措施是（ ）。
（A）尽量长时间不活动四肢（B）揉搓面部、耳、鼻（C）避免穿潮湿的鞋袜（D）准备充足的防寒物品
51. 某病人因严重脱水需要快速补充血容量，此时最适合采用的输液方式是（ ）。
（A）缓慢静脉滴注（B）快速静脉滴注（C）皮下注射（D）静脉推注
52. 雾化吸入不适用于（ ）。
（A）支气管哮喘急性发作（B）肺炎（C）慢性阻塞性肺疾病急性加重（D）严重心律失常
53. 使用冰敷时，为防止冻伤需保护的部位是（ ）。
（A）前额（B）头顶（C）颞部（D）耳部
54. 留置导尿期间，为预防泌尿系统感染，护理措施错误的是（ ）。
（A）保持引流通畅，避免导尿管受压、扭曲（B）每日使用清水或生理盐水清洁尿道口周围区域和导尿管表面（C）鼓励病人少饮水，减少尿液产生（D）定期更换集尿袋，及时倾倒尿液

55. 某病人静脉输液突然发生溶液不滴，该首先应采取的措施为（ ）。
- （A）观察穿刺部位有无红肿及疼痛 （B）挤压输液管 （C）抬高输液瓶 （D）穿刺部位热敷
56. 关于服药时间的说法，错误的是（ ）。
- （A）安神药，宜睡前服用 （B）补益类药物，宜饭后服用 （C）治疗胃部疾病，宜饭前服用 （D）驱虫药，宜清晨空腹服用
57. 雾化吸入时，雾化器内的药液须（ ）。
- （A）浸没管的底部 （B）与管底部平齐 （C）无特定要求 （D）不接触管底部
58. 热敷可引起（ ）和内脏器官的血管扩张。
- （A）神经末梢 （B）皮肤 （C）四肢 （D）面部
59. （ ）不适合采用静脉滴注。
- （A）需要快速给药的药物 （B）急性心力衰竭 （C）严重脱水 （D）严重感染
60. 书写过程中出现错字时，不妥的处理方法是（ ）。
- （A）用双横线划在错字上，保留原记录清楚、可辨 （B）注明时间，签名 （C）可采用刮、粘、涂等方法掩盖或去除原来的字迹 （D）在划线的错字上方修改
61. （ ）情况不宜使用冷敷。
- （A）鼻出血 （B）慢性炎症 （C）烧烫伤 （D）发热
62. 超声雾化吸入后，不需消毒的物品是（ ）。
- （A）水槽 （B）口含嘴 （C）雾化罐 （D）螺纹管
63. 关于煎药火候的说法，（ ）是错误的。
- （A）文火火力较小，水分蒸发缓慢 （B）武火火力较大，水分蒸发较快 （C）煎药一般先文火后武火 （D）煎药一般先武火后文火
64. 在医院病房内使用氧气时，（ ）行为是正确的。
- （A）将氧气瓶放置在靠近暖气片的位置 （B）病人家属在病房内吸烟 （C）定期检查氧气设备的密封性和安全性 （D）使用普通电热毯为病人保暖
65. 护理文书的记录内容不包括（ ）。
- （A）护理措施及效果 （B）病人的病情观察 （C）病人的基本信息 （D）病人的爱好
66. 使用外用栓剂时，（ ）的操作是错误的。
- （A）为防止栓剂滑脱，可采取侧卧姿势一段时间 （B）使用前先排空大小便 （C）将栓剂轻轻推入肛门或阴道适当深度 （D）使用后可以立即站立活动
67. 热敷的刺激降低痛觉神经的（ ），改善血液循环，减轻炎性水肿及组织缺氧，加速致痛物质的去除。
- （A）兴奋 （B）痉挛 （C）肿胀 （D）愈合

68. 为发热病人行酒精擦浴，擦浴时间为（ ）。
（A）20-30 分钟 （B）15-20 分钟 （C）30-40 分钟 （D）10 分钟
69. 煎煮中药时，需要后下的药物是（ ）。
（A）薄荷 （B）石膏 （C）阿胶 （D）人参
70. 在用氧过程中，要调节氧流量，应采取的方法是（ ）。
（A）直接调节氧流量 （B）拔出导管调节流量 （C）分离导管调节氧流量 （D）更换粗导管并加大氧流量
71. 空气栓塞应采取的卧位（ ）。
（A）端坐卧位 （B）半卧位 （C）左侧卧位、头低足高位 （D）右侧卧位、头低足高位
72. （ ）主要用于皮肤止痒。
（A）水杨酸甲酯贴膏 （B）红霉素软膏 （C）炉甘石洗剂 （D）氢化可的松乳膏
73. 如果需要服用具有催眠作用的汤药，最佳的服药时间是（ ）。
（A）下午 3 点 （B）早晨起床后 （C）睡前半小时 （D）中午饭后
74. 为带有导尿管的照护对象翻身，应注意（ ）。
（A）翻身后更换导尿管 （B）翻身前固定导尿管 （C）翻身后固定导尿管 （D）翻身时将导尿管一起翻向对侧
75. 使用氧气驱动雾化者，应调整氧流量至（ ）。
（A）6-8L/min （B）8L/min （C）3-5L/min （D）4-5L/min
76. （ ）情况应避免使用热敷。
（A）关节僵硬 （B）皮肤损伤 （C）慢性腰痛 （D）肌肉酸痛
77. 对于病人的出入量记录，正确的记录方法是（ ）。
（A）只记录排出量，不记录摄入量 （B）大致估计出入量即可 （C）准确记录摄入量和排出量，并计算差值 （D）只记录摄入量，不记录排出量
78. 发热反应是由于（ ）。
（A）致热原 （B）输量过多 （C）输入刺激性强的药物 （D）输入异型血
79. 集尿袋固定的位置应（ ）。
（A）低于耻骨联合 （B）可随意放置 （C）高于耻骨联合 （D）与耻骨联合平齐
80. （ ）主要用于外用抗菌。
（A）肝素钠乳膏 （B）红霉素软膏 （C）炉甘石洗剂 （D）氢化可的松乳膏
81. 关于吸氧方法的选择，II 型呼吸衰竭病人应采用（ ）。
（A）低浓度、高流量持续给氧 （B）低流量、高浓度持续给氧 （C）低流量、低浓度持续给氧 （D）低流量、低浓度间断给氧
82. 关于中药汤剂的服法，说法错误的是（ ）。

- (A) 对呕吐病人或中毒病人均宜热服 (B) 对解表药、寒证用药均宜热服，以助药力 (C) 服药时间，必须根据病情和药性而定 (D) 一般汤剂均宜温服，特别是一些对胃肠道有刺激性的药物，温服可减轻对胃肠道的刺激
83. 用白内停治疗老人白内障时应除外的一项是 ()。
- (A) 1 月内用完 (B) 临用时配置 (C) 可口服 (D) 使用前洗手
84. 静脉输液过程中，病人出现寒战、高热、头痛、恶心、呕吐等症状，最可能的异常情况是 ()。
- (A) 心脏负荷过重的反应 (B) 发热反应 (C) 空气栓塞 (D) 过敏反应
85. 病人留置导尿管后，护理操作正确的是 ()。
- (A) 导尿管及尿袋应高于膀胱水平面 (B) 发现尿液浑浊、沉淀、有结晶时应及时进行膀胱冲洗 (C) 导尿管不慎脱出后可直接重新插入 (D) 搬运病人时无需夹闭引流管
86. () 是解表剂。
- (A) 补阳还五汤 (B) 麻黄汤 (C) 逍遥散 (D) 四君子汤
87. 冷敷的禁忌症不包括 ()。
- (A) 心肺功能不全 (B) 血液循环障碍 (C) 急性炎症期 (D) 寒性荨麻疹
88. 从静脉注射部位沿静脉走向出现条索状红线、肿痛等症状时宜 ()。
- (A) 降低患肢并用硫酸镁湿敷 (B) 适当活动患肢 (C) 抬高患肢并用硫酸镁湿敷 (D) 生理盐水热敷
89. 雾化吸入治疗时，病人的合适体位是 ()。
- (A) 侧卧位 (B) 平卧位 (C) 坐位 (D) 半卧位
90. 清热剂主要用于治疗热证，() 属于清热剂。
- (A) 银翘散 (B) 桂枝汤 (C) 四物汤 (D) 小柴胡汤
91. 静脉滴注的适应症不包括 ()。
- (A) 无法经口进食 (B) 剧烈呕吐 (C) 轻度腹泻 (D) 大出血
92. 集尿袋内尿液过少，首先应该 ()。
- (A) 酌情给予利尿剂 (B) 让病人多饮水 (C) 按摩膀胱 (D) 检查导尿管是否扭曲受压
93. 湿热敷的穿透力与干热敷相比 ()。
- (A) 更强 (B) 无法比较 (C) 更弱 (D) 相同
94. 煎煮中药首选的器具是 ()。
- (A) 搪瓷锅 (B) 铜锅 (C) 砂锅 (D) 铁锅
95. 滴耳药时牵拉耳廓的方向是 ()。
- (A) 后上方 (B) 后前下方 (C) 后下方 (D) 后方

96. 护理记录应在（ ）内完成。
(A) 8 小时 (B) 6 小时 (C) 12 小时 (D) 24 小时
97. 外用药使用的部位最多见于（ ）。
(A) 皮肤 (B) 静脉输入 (C) 消化道 (D) 肌肉注入
98. 在使用氧气时，不允许的情况是（ ）。
(A) 氧气瓶应直立放置并固定 (B) 使用沾有油污的手套开启氧气瓶阀门 (C) 在氧气瓶周围 10 米内禁止明火 (D) 使用专用的氧气减压器
99. 乙醇擦浴时将小毛巾缠在手上，以（ ）方向边擦边按摩。
(A) 离心 (B) 向下 (C) 向心 (D) 向上
100. （ ）不是输液不滴的原因。
(A) 压力过高 (B) 静脉痉挛 (C) 针头斜面紧贴血管壁 (D) 针头阻塞
101. 口服中药汤剂的用法正确的是（ ）。
(A) 中药汤剂每日一剂分两次服用，选择在两餐之间 (B) 服药后大量饮水不影响疗效 (C) 汤药中可加入蜂蜜 (D) 中药与西药可同时服用
102. 留置导尿管后，常见的并发症是（ ）。
(A) 尿路感染 (B) 膀胱破裂 (C) 膀胱结石 (D) 膀胱肿瘤
103. 静脉滴注用于治疗严重感染时，其主要目的是（ ）。
(A) 维持血压 (B) 提供营养支持 (C) 补充水分 (D) 输入抗生素
104. 热敷时，皮肤出现水疱，应（ ）。
(A) 继续热敷 (B) 停止热敷并处理水疱 (C) 涂抹烫伤膏后继续热敷 (D) 减低温度继续热敷
105. 符合交班本书写要求的是（ ）。
(A) 交班内容中可使用中英文夹杂书写 (B) 字迹端正，可用简化字 (C) 记录使用蓝黑色笔 (D) 24 小时内的交班内容须前后呼应。
106. 煎药前的饮片浸泡时间错误的是（ ）。
(A) 以根、根茎、种子、果实等类为主的药材，可浸泡 60min (B) 含挥发油的药材不宜长时间浸泡 (C) 浸泡的时间越长越好 (D) 花、茎、全草类药材为主的可浸泡 20-30min
107. 病人因呼吸道疾病需要进行雾化吸入治疗，其主要适应症不包括（ ）。
(A) 支气管肺炎 (B) 上呼吸道感染 (C) 自发性气胸 (D) 支气管扩张合并感染
108. 女，30 岁，高热 39°C，医嘱给予冰袋物理降温，冰袋正确放置的位置是（ ）。
(A) 足底 (B) 颈前颌下 (C) 枕部 (D) 前额
109. 发热反应是由于（ ）。
(A) 致热原 (B) 输量过多 (C) 输入异型血 (D) 输入刺激性强的药物

110. 在记录病人生命体征时，必须记录的内容是（ ）。
- （A）病人的活动情况 （B）病人的饮食情况 （C）病人的体温、脉搏、呼吸、血压
（D）病人的心理状况
111. 煎煮中药的器皿禁忌使用的是（ ）。
- （A）搪瓷锅 （B）不锈钢锅 （C）铁锅 （D）砂锅
112. 热敷的分类是（ ）。
- （A）冷热敷和温热敷 （B）干热敷和湿热敷 （C）药物敷和物理敷 （D）热水敷和
热灯敷

操作技能复习题

[制作饮食]

一、为老年人编制周饮食计划并运用余的技法制作饮食（考核时间：30 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- （1）电磁炉或者煤气灶。
- （2）抽油烟机。
- （3）厨具：平底锅、蒸锅、炒锅、汤锅、砧板、2号批刀、炒勺、漏勺、6寸盘等。
- （4）食用油。
- （5）调料：盐、糖、味精、料酒、米醋、生抽、老抽、麻油、淀粉、胡椒粉等。
- （6）食材：
 - ①余小牛肉：小牛肉（里脊或腿肉）200g、嫩菠菜/娃娃菜 100g、胡萝卜片 50g、干木耳（泡发）20g、生姜2片（切细丝）、蛋清1个、淀粉1茶匙、枸杞10粒。
 - ②菌菇豆腐番茄汤：香菇、平菇、金针菇各100克、嫩豆腐200克、西红柿1个、葱花、蒜末、香菜、鸡蛋1个。

2.工作任务

照护对象：张先生独居，78岁，健康老年人，起居尚能自理，由家庭照护员照护饮食。今天是周一，家庭照护员已上门准备提供服务。

考生需完成以下工作任务：

- （1）为张先生编制一周饮食计划。
- （2）为张先生制作余小牛肉、煮菌菇豆腐番茄汤。
- （3）口述制作余小牛肉、菌菇豆腐番茄汤的特殊要求和营养价值。
- （4）完成清理操作区域。

3.技能要求

- （1）能编制一周饮食计划。

- (2) 能制作氽小牛肉、煮菌菇豆腐番茄汤。
- (3) 能口述制作饮食的特殊要求和营养价值。
- (4) 能完成清理操作区域。

4.质量指标

- (1) 规范、合理编制一周的饮食计划。
- (2) 规范制作氽小牛肉、煮菌菇豆腐番茄汤。
- (3) 正确口述制作饮食的特殊要求和营养价值。
- (4) 规范清理操作区域、卫生、安全。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1分）			
M1	1	（1）自身准备：穿工作衣或围裙，发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰。（0.5分） （2）七步洗手法洗净双手。（0.5分）			
		2.为老年人编制一周饮食计划（口述）（5分）			
M2	2	（1）实现全谷物轮换机制；实现每日补充膳食纤维，促进肠道健康。（1分） （2）实现优质蛋白交替摄入（鱼类、禽肉、豆制品、奶类）。（1分）			
M3	2	（3）实现彩虹色蔬菜搭配。（1分） （4）实现分餐制设计，3主餐+2加餐，符合老年人胃肠功能的生理特征。（1分）			
M4	1	（5）一周饮食计划中需尽量避免的食材：高盐食品如咸菜、腊肉、加工罐头；高糖食品如含糖饮料、蜜饯；高脂肪及油炸食品如炸鸡、肥肉、油条、动物内脏；生冷或未煮熟的食物如生鱼片、半熟鸡蛋、未灭菌乳制品。 （6）一周饮食计划中不推荐的烹调方式：高温油炸或煎烤、腌制、熏制食品、过于坚硬或黏腻的食物、过量使用调味品、隔夜剩菜反复加热等。			
		3.为老年人制作氽小牛肉（6分）			
M5	2	（1）制作步骤 ①食材预处理：牛肉逆纹切薄片（约2mm厚），加蛋清、淀粉、少许盐抓匀腌制10分钟；胡萝卜切菱形薄片，木耳撕小朵，菠菜去根洗净，枸杞温水浸泡。（0.5分）			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		②余煮汤底：清水加姜丝煮沸，转中小火保持微沸状态，避免滚水破坏肉质；先下胡萝卜片、木耳煮 2 分钟至半软。（0.5 分） ③分次余肉：将牛肉片逐片展开放入汤中，保持中小火（约 85°C），待肉片边缘泛白即关火，用余温浸泡 30 秒至全熟（防止肉质变老）。（0.5 分） ④蔬菜增色：加入菠菜烫 10 秒，撒白胡椒粉、盐调味，撒枸杞点缀。（0.5 分）			
M6	2	（2）成品评价 ①色泽：汤色清透微黄（姜丝与胡萝卜释放天然色素），肉片粉嫩，绿叶菜翠绿，枸杞红亮。（1 分） ②口感：牛肉嫩滑无纤维粗糙感，入口即化；汤底清鲜回甘，姜丝微辛驱寒，无油腻负担；胡萝卜软糯带甜，木耳脆爽，菠菜柔嫩易嚼。（1 分）			
M7	2	（3）特殊要求和营养价值（口述） ①高蛋白低脂：小牛肉富含优质蛋白（每 100g 约 20g），脂肪含量仅为普通牛肉 1/3。（1 分） ②膳食纤维：木耳与菠菜促进肠道蠕动，预防便秘；胡萝卜β-胡萝卜素、菠菜叶黄素，延缓老年黄斑病变。（1 分）			
		4.为老年人制作菌菇豆腐番茄汤（6 分）			
M8	2	（1）制作步骤 ①菌菇处理：将菌菇洗净，用开水焯烫 30 秒，去除杂质和生味，沥干备用。（0.5 分） ②炒香底料：热锅倒入适量食用油，加入葱花和蒜末，中小火煸炒至香味四溢，加入西红柿块，中火翻炒至软化，加一勺盐帮助出汁，炒至汤汁浓郁。（0.5 分） ③煮汤底：倒入滚烫的开水，水量根据需求调整，加入焯好的菌菇，大火煮沸 5-7 分钟，直至菌菇软化。（0.5 分） ④加入豆腐、勾芡与蛋花：倒入豆腐块，加入一勺生抽和适量胡椒粉调味，慢慢倒入水淀粉迅速搅拌至汤汁浓稠。将打散的鸡蛋液缓缓倒入，顺时针搅拌形成蛋花，最后点缀：撒上香菜段，淋上一圈芝麻油提升香气。（0.5 分）			
M9	2	（2）成品评价 ①色泽：西红柿的橙红、菌菇的柔白、蛋花的金黄与香菜的翠绿，色彩丰富。（1 分） ②口感：汤底酸甜开胃，菌菇鲜美滑嫩，豆腐柔软细腻，蛋花与淀粉的融合让口感更加顺滑，适合老年人清淡的口味。（1 分）			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
M10	2	(3) 特殊要求和营养价值 (口述) ①菌菇富含膳食纤维和多糖, 帮助增强免疫力, 改善消化; 豆腐提供植物蛋白和钙质, 有助于骨骼健康; 西红柿富含维生素 C, 具有抗氧化作用; 鸡蛋提供优质蛋白, 增强体质。(1分) ②整体功效: 这道汤低脂低盐, 适合老年人食用, 有助于增强免疫力、改善消化、补充钙质和蛋白质。(1分)			
		5.环境卫生、餐厨具清洗 (2分)			
M11	2	(1) 工作区域: 厨房台面、炉灶、冰箱等设备表面干净整洁, 无残留食物或油腻。(0.5分) (2) 地面状况: 地板干燥、无垃圾杂物, 烹饪过程中产生的废料及时清理。(0.5分) (3) 刀具、砧板、锅碗瓢盆等器具经过彻底清洗和消毒。(0.5分) (4) 刀具、砧板、锅碗瓢盆等器具放置有序。(0.5分)			
合计配分	20	合计得分			

二、为蛋白质-能量营养不良的老年人配制饮食并运用烩的技法制作饮食 (考核时间: 30 min)

(一) 试题单

1.场地设备要求

- (1) 电磁炉或者煤气灶。
- (2) 抽油烟机。
- (3) 厨具: 平底锅、蒸锅、炖锅、炒锅、汤锅、砧板、2号批刀、炒勺、漏勺、6寸盘等。
- (4) 食用油。
- (5) 调料: 盐、糖、味精、料酒、米醋、生抽、老抽、麻油、淀粉、胡椒粉等。
- (6) 食材:
 - ①鸡蓉杂蔬牛奶烩饭: 软糙米饭 150g、鸡胸肉 80g、鸡蛋 1个、胡萝卜 50g、鲜香菇 3朵、牛奶 适量、橄榄油 5ml、姜末、葱花少许、白胡椒粉。
 - ②黑鱼豆腐汤: 黑鱼 1条、嫩豆腐 1盒、生姜 3-5片、葱 1根、白胡椒粉、香菜。

2.工作任务

照护对象：林婆婆，68岁，体重偏轻，医院诊断是蛋白质-能量营养不良，因不喜欢戴义齿进食，所以饮食比较挑食、节食，无特殊饮食禁忌。

考生需完成以下工作任务：

- (1) 根据林婆婆营养不良状况制定配制饮食计划。
- (2) 为林婆婆制作鸡蓉杂蔬牛奶烩饭、煮黑鱼豆腐汤。
- (3) 口述鸡蓉杂蔬牛奶烩饭、黑鱼豆腐汤的特殊要求和营养价值。
- (4) 完成清理操作区域。

3.技能要求

- (1) 能制定配制饮食计划。
- (2) 能制作鸡蓉杂蔬牛奶烩饭、煮黑鱼豆腐汤。
- (3) 能口述制作饮食的特殊要求和营养价值。
- (4) 能完成清理操作区域。

4.质量指标

- (1) 规范制定配制饮食计划。
- (2) 规范熟练制作鸡蓉杂蔬牛奶烩饭、煮黑鱼豆腐汤。
- (3) 正确口述制作饮食的特殊要求和营养价值。
- (4) 规范清理操作区域、卫生、安全。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1分）			
M1	1	(3) 自身准备：穿工作衣或围裙，发饰整洁，不违规佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰。（0.5分） (4) 七步洗手法洗净双手。（0.5分）			
		2.为蛋白质-能量营养不良的老年人制定配制饮食计划（口述）（5分）			
M2	1	(1) 增加能量摄入 35-40Kcal/Kg；蛋白质摄入：1.2-1.5g/Kg。（1分）			
M3	2	(2) 原料选择原则 ①优质蛋白质为主：动物性蛋白如鸡胸肉、牛肉糜、鳕鱼、鲈鱼、虾、鸡蛋、低脂/脱脂牛奶及酸奶；植物性蛋白如豆腐、豆浆、腰			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		果、核桃碎等。(1分) ②高能量碳水化合物: 主食以全谷物(小米、黑米、燕麦)和薯类(南瓜、红薯)为主, 搭配精细米面(如发糕、龙须面)。(0.5分) ③富含维生素及矿物质的食物: 新鲜蔬菜(菠菜、油菜、西红柿)和水果(苹果、香蕉、柚子)补充膳食纤维及维生素C。(0.5分)			
M4	2	(3) 配料选择与制作方法 ①调味: 少盐(每日 $\leq 5\text{g}$)、少油(植物油20-25g/天), 可用姜、蒜、柠檬汁等天然香料提味, 避免辛辣调料。(1分) ②烹饪方法: 以清蒸、炖煮、烩、汆为主, 确保食物质地软烂(如肉末茄子、蒸鳕鱼); 肉类可剁碎制成包子、肉丸, 便于咀嚼。(1分)			
		3. 运用烩的技法制作: 鸡蓉杂蔬牛奶烩饭 (6分)			
M5	2	(1) 制作步骤 ①预处理食材: 鸡胸肉剁成细蓉, 加少许白胡椒粉、淀粉和1茶匙牛奶拌匀腌制数分钟。(0.5分) ②鸡蛋打散后煎成薄蛋皮, 切丝备用; 胡萝卜、香菇切小丁, 焯水2分钟至半软。(0.5分) ③炒制烩饭底料: 热锅加橄榄油, 爆香姜末后放入鸡蓉快速翻炒至变色; 加入胡萝卜丁、香菇丁翻炒1分钟, 倒入适量牛奶和清水煮沸。(0.5分) ④烩煮调味: 放入软糙米饭, 小火焖煮片刻至汤汁吸收; 关火前拌入蛋皮丝, 撒葱花、低钠盐调味, 淋少许香油增香即可。(0.5分)			
M6	2	(2) 成品评价 ①色泽: 蛋皮金黄、胡萝卜橙红、香菇棕褐, 搭配奶白色米粒, 色彩柔和且层次分明。(1分) ②口感: 米饭软糯带奶香, 鸡蓉细腻无纤维感, 胡萝卜丁保留微甜绵软, 适合牙口退化者。(1分)			
M7	2	(3) 特殊要求和营养价值(口述) ①鸡胸肉和鸡蛋提供优质动物蛋白; 胡萝卜富含胡萝卜素、香菇含维生素D及B族维生素, 有助于免疫和骨骼健康。(1分)。 ②米饭为主碳水来源, 胡萝卜和香菇补充膳食纤维, 促进肠道健康(1分)			
		4.煮黑鱼豆腐汤 (6分)			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
M8	2	(1) 制作步骤 ①准备食材：黑鱼去鳞、去鳃、去内脏，清洗干净，切成块或厚片，用少许盐腌制 5 分钟，然后用清水冲洗干净，沥干水分；嫩豆腐切成小块，放入清水中浸泡，防止豆腐碎掉；生姜切片，葱切段备用。(0.5 分) ②煎鱼：锅中加入适量油，烧热后放入姜片爆香，将黑鱼块放入锅中，小火煎至两面金黄，煎鱼时不要频繁翻动，待一面煎好后再翻面。(0.5 分) ③熬汤，在煎好的鱼块中加入适量清水，水量要没过鱼块，加入葱段和适量料酒，大火烧开后撇去浮沫，然后转小火慢炖，煮至汤色乳。(0.5 分) ④加入豆腐继续煮；调味，加入适量盐和少许白胡椒粉调味，搅拌均匀，出锅撒上葱花或香菜点缀即可。(0.5 分)			
N9	2	(2) 成品评价 ①色泽：汤色乳白，鱼肉洁白，豆腐嫩黄，葱花或香菜点缀其中，色彩搭配清新自然。(1 分) ②口感：汤汁浓郁醇厚，呈乳白色，鱼肉鲜嫩，豆腐软滑，入口即化，口感丰富，鱼的鲜味与豆腐的豆香完美融合，姜葱的香味去除了鱼的腥味，白胡椒粉的加入则增添了一丝微辣，让整道汤更加开胃。(1 分)			
M10	2	(3) 特殊要求和营养价值(口述) ①黑鱼富含优质蛋白质、多种氨基酸、钙、磷、铁等矿物质以及维生素 A、维生素 D 等。其蛋白质含量高且含有人体必需的多种氨基酸，易于消化吸收。(1 分) ②豆腐是植物蛋白的良好来源，含有丰富的钙、镁等矿物质，与黑鱼搭配，不仅营养互补，还能更好地促进钙的吸收。豆腐中的卵磷脂对心血管健康也有益处。(1 分)			
		5.环境卫生、餐厨具清洗(2分)			
M11	2	(1) 工作区域：厨房台面、炉灶、冰箱等设备表面干净整洁，无残留食物或油腻。(0.5 分) (2) 地面状况：地板干燥、无垃圾杂物，烹饪过程中产生的废料及时清理。(0.5 分) (3) 刀具、砧板、锅碗瓢盆等器具经过彻底清洗和消毒。(0.5 分) (4) 刀具、砧板、锅碗瓢盆等器具放置有序。(0.5 分)			
合计配分	20	合计得分			

三、为患有肥胖症的老年人配制饮食并运用烧的技法制作饮食(考核时间:30 min)

(一) 试题单

1.场地设备要求

- (1) 电磁炉或者煤气灶。
- (2) 抽油烟机。
- (3) 厨具: 平底锅、蒸锅、炒锅、汤锅、砧板、2号批刀、炒勺、漏勺、6寸盘等。
- (4) 食用油。
- (5) 调料: 盐、糖、味精、料酒、米醋、生抽、老抽、麻油、淀粉、胡椒粉等
- (6) 食材:
 - ①冬瓜烧肉片: 冬瓜 500 克、猪里脊肉 200 克、生姜、葱少许。
 - ②西兰花菠菜豆腐汤: 西兰花 100 克、菠菜 50 克、嫩豆腐 150 克、鸡蛋 1 个、葱、姜。

2.工作任务

照护对象: 李老伯, 患有肥胖症, BMI 指数 29, 因得知肥胖会导致很多的慢性病, 希望家庭照护员为其调理饮食。

考生需完成以下工作任务:

- (1) 根据李老伯营养过剩状况制定配制饮食计划。
- (2) 为李老伯制作冬瓜烧肉片、煮西兰花菠菜豆腐汤。
- (3) 口述冬瓜烧肉片、西兰花菠菜豆腐汤的特殊要求和营养价值。
- (4) 完成清理操作区域。

3.技能要求

- (1) 能制定配制饮食计划。
- (2) 能制作冬瓜烧肉片、煮西兰花菠菜豆腐汤
- (3) 能口述制作饮食的特殊要求和营养价值。
- (4) 完能成清理操作区域。

4.质量指标

- (1) 规范制定配制饮食计划。

(2) 规范制作冬瓜烧肉片、煮西兰花菠菜豆腐汤。

(3) 正确口述制作饮食的特殊要求和营养价值。

(4) 规范清理操作区域、卫生、安全。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1分）			
M1	1	（1）自身准备：穿工作衣或围裙，发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰。（0.5分） （2）七步洗手法洗净双手。（0.5分）			
		2.为患有肥胖症的老年人制定配制饮食计划（口述）（5分）			
M2	2	（1）控制总能量摄入 ①每日能量摄入 1000~1400kcal。（1分） ②三大营养素的供能比：脂肪 20%~30%，蛋白质 15%~20%，碳水化合物 50%~60%。一日三餐合理分配饮食，推荐早中晚三餐供能比为 3:4:3。（1分）			
M3	2	（2）推荐食材 ①主食类（每餐 50-100g），复合碳水如燕麦、糙米、荞麦、玉米、红薯、山药等；高纤维谷物如黑米、藜麦、薏米等。（0.5分） ②蛋白质类（每日 125g 以内）：动物蛋白如去皮鸡肉、深海鱼（鲈鱼、三文鱼）、虾、鸡蛋、低脂牛奶；植物蛋白如豆腐、豆浆、鹰嘴豆、纳豆。（0.5分） ③蔬菜类（每日 500g）：高纤维蔬菜如西兰花、菠菜、芹菜、芦笋、海带；低糖蔬菜如黄瓜、冬瓜、番茄、莴笋、菌菇类。（0.5分） ④水果类（每日 150-250g）：低糖水果如草莓、蓝莓、苹果、梨、猕猴桃。（0.5分）			
M4	1	（3）禁忌食材：高糖类如糖果、甜点、含糖饮料、香蕉、荔枝；高脂类如肥肉、动物内脏、油炸食品、奶油、酥皮点心；精制主食如白面包、白面条、糯米制品如腌制食品：咸菜、腊肉、酱料。（0.5分） （4）严格控制油、盐：每天食盐摄入量不超过 5g，烹调油不超过 15g。（0.5分）			
		3.运用烧的技法制作：冬瓜烧肉片（6分）			
M5	2	（1）制作步骤 ①处理冬瓜：将冬瓜去皮去瓤，洗净后切成			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		约 0.5 厘米厚的薄片。(0.5 分) ②腌制肉片：将猪里脊肉切成薄片，加入少许盐、白胡椒粉、生粉，抓匀腌制 10 分钟，使肉片更加嫩滑。(0.5 分) ③放肉片，在锅中加入适量清水，放入姜片，大火煮沸。将腌好的肉片一片片轻轻放入沸水中，用筷子轻轻搅动，防止粘连。待肉片变色后，迅速捞出备用；放冬瓜，在同一锅水中，放入切好的冬瓜片，中火煮至冬瓜变得半透明。(0.5 分) ④合并食材：将烫好的肉片重新放入锅中，与冬瓜一起煮 1-2 分钟，加入适量盐和鸡精调味；最后撒上葱段，关火，盛入碗中即可。(0.5 分)			
M6	2	(2) 成品评价 ①色泽：汤清淡爽口，冬瓜软糯，肉片嫩滑。(1 分) ②口感：冬瓜的清香与猪肉的鲜味完美结合。(1 分)			
M7	2	(3) 特殊要求和营养价值(口述) ①冬瓜：低热量、低脂肪，富含维生素 C 和钾，有助于清热解暑、利水消肿，非常适合肥胖的老年人食用。(1 分) ②猪里脊肉：富含优质蛋白质，脂肪含量较低，能够提供必要的营养，同时不会增加过多的热量摄入。(1 分)			
		4.运用煮的技法制作：西兰花菠菜豆腐汤(6 分)			
M8	2	(1) 制作步骤 ①准备食材：西兰花掰成小朵，放入淡盐水中浸泡 10 分钟洗净；菠菜洗净，切成小段，放入开水中焯烫 1-2 分钟。(0.5 分) ②嫩豆腐切成 1 厘米见方的小块；鸡蛋打入碗中，加入少许盐，搅拌均匀备用；葱切葱花，姜切末备用；锅中加入适量清水，烧开后加入少许盐和食用油，放入西兰花焯烫 1 分钟，捞出沥干备用。(0.5 分) ③炒制食材：锅中加入少量食用油，放入葱花和姜末爆香，倒入豆腐块，轻轻翻炒，使豆腐表面微微发黄，但不要炒碎。加入适量清水，大火烧开后转中小火，煮 5 分钟左右，让豆腐充分吸收汤汁的味道，慢慢倒入鸡蛋液，用筷子轻轻搅拌，使鸡蛋形成蛋花。(0.5 分) ④加入焯好水的西兰花和菠菜，继续煮 2-3 分钟，直到蔬菜变软，调味加入适量盐、胡椒粉调味，搅拌均匀滴入几滴香油，增加香气，出锅盛入碗中，撒上少许葱花作为点缀，			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		即可食用。(0.5 分)			
M9	2	(2) 成品评价 ①色泽：色泽鲜艳，西兰花的绿色、菠菜的翠绿与豆腐的白色相互映衬，搭配上金黄色的鸡蛋花令人食欲大增。(1 分) ②口感：西兰花清爽和豆腐的嫩滑相互交融，菠菜增加了层次感。(1 分)			
M10	2	(3) 特殊要求和营养价值(口述) ①西兰花含有丰富的维生素 C、维生素 K、膳食纤维和抗氧化物质，有助于增强免疫力、促进肠道健康，同时其低热量、高纤维的特性有助于控制体重；菠菜富含铁、钙、维生素 A、维生素 C 等营养成分，对预防贫血、保护视力和骨骼健康有重要作用；豆腐含有丰富的钙、镁等矿物质，有助于维持骨骼健康，同时其脂肪含量较低，适合老年人控制体重；鸡蛋提供优质蛋白质和多种维生素，有助于维持身体正常代谢和骨骼健康。(1 分) ②这道汤低脂、低热量，富含膳食纤维、蛋白质和多种维生素矿物质，适合肥胖的老年人食用，既能满足营养需求，又能帮助控制体重。(1 分)			
		5.环境卫生、餐厨具清洗(2 分)			
M11	2	(1) 工作区域：厨房台面、炉灶、冰箱等设备表面干净整洁，无残留食物或油腻。(0.5 分) (2) 地面状况：地板干燥、无垃圾杂物，烹饪过程中产生的废料及时清理。(0.5 分) (3) 刀具、砧板、锅碗瓢盆等器具经过彻底清洗和消毒。(0.5 分) (4) 刀具、砧板、锅碗瓢盆等器具放置有序。(0.5 分)			
合计配分	20	合计得分			

四、为患有高血压的老年人配制饮食并运用焖的技法制作饮食(考核时间:30 min)

(一) 试题单

1.场地设备要求

- (1) 电磁炉或者煤气灶。
- (2) 抽油烟机。
- (3) 厨具：平底锅、蒸锅、炒锅、汤锅、砧板、2 号批刀、炒勺、漏勺、6 寸

盘等。

(4) 食用油。

(5) 调料：盐、糖、味精、料酒、米醋、生抽、老抽、麻油、淀粉、胡椒粉等。

(6) 食材：

①虾仁焖菜：鲜虾仁 80g、西葫芦 100、口蘑 5 朵、大蒜 1 瓣、橄榄油 1 小勺、黑胡椒少许、柠檬汁 3 滴、料酒少许。

②芹菜炒百合：芹菜 200 克、百合 100 克、葱姜蒜适量。

2.工作任务

照护对象：许老伯患有高血压多年，一直用药物控制血压，目前希望在家庭照护员的指导下通过食物来配合控制血压。

考生需完成以下工作任务：

- (1) 根据许老伯的高血压体质制定配制饮食计划。
- (2) 为许老伯制作虾仁焖菜、芹菜炒百合。
- (3) 口述虾仁焖菜、芹菜炒百合的特殊要求和营养价值。
- (4) 完成清理操作区域。

3.技能要求

- (1) 能制定配制饮食计划。
- (2) 能制作虾仁焖菜、芹菜炒百合。
- (3) 能口述制作饮食的特殊要求和营养价值。
- (4) 能完成清理操作区域。

4.质量指标

- (1) 规范制定配制饮食计划。
- (2) 规范制作虾仁焖菜、芹菜炒百合。
- (3) 正确口述制作饮食的特殊要求和营养价值。
- (4) 规范清理操作区域，卫生、安全。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1 分）			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
M1	1	(1) 自身准备: 穿工作衣或围裙, 发饰整洁, 不佩戴首饰, 指甲修整得当, 无染色或配饰。(0.5 分) (2) 七步洗手法洗净双手。(0.5 分)			
		2.为患有高血压的老年人制定配制饮食计划(口述)(5 分)			
M2	2	(1) 推荐食材 ①低钠高钾: 每日盐 $\leq 5\text{g}$, 优先使用低钠盐。(0.5 分) ②富钾食材: 菠菜、口蘑、香蕉、马铃薯, 每日钾摄入需 $\geq 3500\text{mg}$ 。(0.5 分) ③优质蛋白: 动物蛋白如深海鱼类、脱脂牛奶、鸡蛋; 植物蛋白如豆腐、豆浆、藜麦等。(0.5 分) ④膳食纤维与微量元素: 主食类如燕麦、荞麦、红薯, 占主食 1/2 以上; 蔬菜类每日 $\geq 300\text{g}$; 水果类每日 200-350g。(0.5 分)			
M3	2	(2) 配料与调味选择 ①油脂类: 主选冷榨橄榄油、亚麻籽油, 禁用动物油、氢化植物油。(1 分) ②天然调味: 选用鲜姜、罗勒、迷迭香(迷迭香酸)和酸味剂如苹果醋、柠檬汁等, 用香菇粉、海苔碎替代盐。(1 分)			
M4	1	(2) 禁忌食材 ①高盐及含钠调味品: 避免咸菜、咸鱼、火腿、腊肉等腌制食品, 以及含钠盐的挂面、咸味面包等加工主食。(0.5 分) ②高脂肪高胆固醇食物, 如动物内脏、肥肉、松花蛋等高胆固醇, 需限制红肉、加工肉制品摄入。(0.5 分)			
		3.运用焖的技法制作: 虾仁焖菜(6 分)			
M5	2	(1) 制作步骤 ①预处理: 虾仁吸干水分, 西葫芦、口蘑切片, 大蒜切末。(0.5 分) ②煎虾仁: 锅中加橄榄油烧热, 爆香蒜末, 放入虾仁中火煎至变色, 淋料酒去腥后盛出。(0.5 分) ③焖蔬菜: 锅底余油翻炒口蘑至微黄, 加入西葫芦片, 倒入 50ml 清水。(0.5 分) ④盖锅盖中小火焖数分钟至西葫芦半透明, 加入虾仁、黑胡椒、柠檬汁, 翻匀即可关火盛盘。(0.5 分)			
M6	2	(2) 成品评价 ①色泽: 西葫芦嫩绿透亮, 口蘑乳白, 虾仁粉红, 色泽清新自然。(1 分) ②口感: 西葫芦软而不烂, 口蘑鲜嫩多汁,			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		虾仁弹牙，柠檬汁提鲜解腻。（1分）			
M7	2	（3）特殊要求和营养价值（口述） ①西葫芦低盐高钾，能有效调节血压；虾仁提供易吸收蛋白质，增强肌肉。（1分） ②天然调味：柠檬汁替代盐，减少钠摄入；大蒜含硫化物，辅助血管健康。（1分）			
		4.制作芹菜炒百合（6分）			
M8	2	（1）制作步骤 ①将芹菜洗净，切成段；百合掰成瓣，洗净备用。（0.5分） ②锅中倒入适量植物油，加热后放入葱姜蒜爆香。（0.5分） ③先加入芹菜段，快速翻炒至断生。（0.5分） ④加入百合瓣，继续翻炒至百合变软熟透，入少许盐调味，翻炒均匀后即可出锅。（0.5分）			
M9	2	（2）成品评价 ①色泽清新，芹菜脆嫩。（1分） ②百合软糯，口感清淡爽口。（1分）			
M10	2	（3）特殊要求和营养价值（口述） ①芹菜富含芹菜素和膳食纤维，能够舒张血管，帮助降低血压；百合具有润肺止咳、宁心安神的作用，同时含有丰富的钾元素，有助于调节体内钠钾平衡，辅助控制血压。（1分） ②整体菜肴低盐低脂，符合高血压患者的饮食需求。（1分）			
		5.环境卫生、餐厨具清洗（2分）			
M11	2	（1）工作区域：厨房台面、炉灶、冰箱等设备表面干净整洁，无残留食物或油腻。（0.5分） （2）地面状况：地板干燥、无垃圾杂物，烹饪过程中产生的废料及时清理。（0.5分） （3）刀具、砧板、锅碗瓢盆等器具经过彻底清洗和消毒。（0.5分） （4）刀具、砧板、锅碗瓢盆等器具放置有序。（0.5分）			
合计配分	20	合计得分			

五、为患有糖尿病的老年人配制饮食并运用炖的技法制作饮食（考核时间：30 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- (1) 电磁炉或者煤气灶。
- (2) 抽油烟机。
- (3) 厨具：平底锅、蒸锅、炒锅、汤锅、砧板、2号批刀、炒勺、漏勺、6寸盘等。
- (4) 食用油。
- (5) 调料：盐、糖、味精、料酒、米醋、生抽、老抽、麻油、淀粉、胡椒粉等。
- (6) 食材：

①时蔬清炖鸡胸煲：去皮鸡胸肉 150g、莴笋 50g（切薄片）、胡萝卜 30g（切细条）、鲜香菇 2朵（切片）、洋葱 20g（切丝）、橄榄油 5ml、低钠酱油 5ml、料酒、姜片、盐、白胡椒粉少许。

②糙米炒饭：糙米饭 150克、鸡蛋 1个、胡萝卜、青椒、洋葱各 50克、虾仁、豌豆各 50克。

2.工作任务

照护对象：张婆婆患有糖尿病，一直用药物控制血糖，目前希望在家庭照护员的指导下通过食物来配合控制血糖。

考生需完成以下工作任务：

- (1) 根据张婆婆的糖尿病体质制定配制饮食计划。
- (2) 为张婆婆制作时蔬清炖鸡胸煲、糙米炒饭。
- (3) 口述时蔬清炖鸡胸煲、糙米炒饭的特殊要求和营养价值。
- (4) 完成清理操作区域。

3.技能要求

- (1) 能制定配制饮食计划。
- (2) 能制作时蔬清炖鸡胸煲、糙米炒饭。。
- (3) 能口述制作饮食的特殊要求和营养价值。
- (4) 能完成清理操作区域。

4.质量指标

- (1) 规范制定配制饮食计划。
- (2) 规范制作时蔬清炖鸡胸煲、糙米炒饭。
- (3) 正确口述制作饮食的特殊要求和营养价值。

(4) 规范清理操作区域，卫生、安全。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1分）			
M1	1	（1）自身准备：穿工作衣或围裙，发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰。（0.5分） （2）七步洗手法洗净双手。（0.5分）			
		2.为患有糖尿病的老年人制定配制饮食计划（口述）（5分）			
M2	2	（1）能量与营养素分配 ①总热量：每日 1500-1800 kca。（1分） ②营养素占比：碳水化合物 45%-55%、蛋白质 20%-25%、脂肪 20%-30%。（0.5分） ③膳食纤维：每日 25-30g。（0.5分）			
M3	2	（2）每日饮食方案 ①主食类（200-250g/天）：全谷物占 1/3 以上，搭配杂豆类。（0.5分） ②蛋白质类（80-100g/天）：鱼类、鸡胸肉、鸡蛋、豆腐、无糖酸奶。（0.5分） ③蔬菜类（≥500g/天）、水果类（100-150g/天）：深色蔬菜为主，低 GI 选择水果。（0.5分） ④健康油脂：橄榄油、亚麻籽油、坚果、控盐控糖。（0.5分）			
M4	1	（3）绝对禁忌食材：精制糖及其制品（糖果、甜饮料）、油炸食品、动物油（猪油、奶油）、高盐腌制食品（酸菜、酱料）。（0.5分） （4）慎用食材：高淀粉蔬菜（芋头、南瓜）需替换主食；高 GI 主食（白米饭、白面包）限量食用。（0.5分）			
		3.运用炖的技法制作：时蔬清炖鸡胸煲（6分）			
M5	2	（1）制作步骤 ①预处理：胸肉切 1cm 小块，加料酒、白胡椒粉抓匀腌制片刻；莴笋、胡萝卜、香菇、洋葱切薄片/丝。（0.5分） ②快炒锁鲜：锅中加橄榄油，爆香姜片后下鸡块，中火翻炒至表面微黄。（0.5分） ③加入洋葱丝、胡萝卜条，翻炒 1 分钟激发香味。（0.5分） ④短时炖煮：100ml 热水，放入莴笋片、香			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		菇片，盖锅盖中火炖煮数分钟；开盖后淋低钠酱油、撒盐调味，拌匀即可关火。（0.5分）			
M6	2	（2）成品评价 ①色泽：鸡块呈浅金黄色，胡萝卜与莴笋的橙绿对比鲜明，汤汁清澈透亮。（1分） ②鸡肉嫩滑不柴，莴笋脆爽，胡萝卜软甜，香菇吸饱汤汁鲜香浓郁。（1分）			
M7	2	（3）特殊要求和营养价值（口述） ①控糖核心：高蛋白维持肌肉量，低升糖指数稳定血糖。（1分） ②膳食纤维：莴笋、香菇能延缓碳水化合物吸收；胡萝卜素（护眼）、钾（调节血压）、B族维生素（代谢支持）。（1分）			
		4.制作糙米炒饭（6分）			
M8	2	（1）制作步骤 ①浸泡糙米：将糙米提前用清水浸泡4小时、浸泡好的糙米放入电饭锅中，按照正常的煮饭程序煮熟，煮好后，打开锅盖，用饭勺将米饭稍微铲松，让其自然晾凉。（0.5分） ②将胡萝卜、青椒、洋葱切成小丁，虾仁洗净备用，豌豆提前焯水煮熟备用，鸡蛋打入碗中打散。（0.5分） ③炒制：在锅中倒入适量橄榄油，油热后倒入鸡蛋液，快速翻炒至鸡蛋凝固成块，盛出备用；锅中再倒入适量橄榄油，放入洋葱丁炒香，然后加入胡萝卜丁、青椒丁，翻炒至胡萝卜变软，加入虾仁和豌豆，继续翻炒均匀。（0.5分） ④将晾凉的糙米饭倒入锅中，用铲子将米饭炒散，使其与蔬菜、虾仁等充分混合，加入适量的盐调味，翻炒均匀后即可出锅。（0.5分）			
M9	2	（2）成品评价 ①色泽：炒饭中加入了胡萝卜、青椒、虾仁等食材，色彩丰富。（1分） ②口感：糙米的口感相对粗糙，但经过浸泡和炒制后，米饭的颗粒分明，口感较为松散，搭配上软糯的虾仁、爽脆的蔬菜，整体口感丰富。（1分）			
M10	2	（3）特殊要求和营养价值（口述） ①糙米的升糖指数较低，有效延缓餐后血糖上升，有助于糖尿病老年人控制血糖。（1分） ②糙米本身以及搭配的蔬菜、豌豆等都富含膳食纤维，可以促进肠道蠕动、帮助降低胆固醇，对心血管健康有益；鸡蛋和虾仁提供了优质蛋白质，有助于维持身体的正常生理功能，且虾仁中的不饱和脂肪酸对心血管健			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		康有保护作用。(1分)			
		5.环境卫生、餐厨具清洗(2分)			
M11	2	(1) 工作区域: 厨房台面、炉灶、冰箱等设备表面干净整洁, 无残留食物或油腻。(0.5分) (2) 地面状况: 地板干燥、无垃圾杂物, 烹饪过程中产生的废料及时清理。(0.5分) (3) 刀具、砧板、锅碗瓢盆等器具经过彻底清洗和消毒。(0.5分) (4) 刀具、砧板、锅碗瓢盆等器具放置有序。(0.5分)			
合计配分	20	合计得分			

六、遵医嘱为贫血病人制作调理饮食(考核时间: 30 min)

(一) 试题单

1. 场地设备要求

- (1) 电磁炉或者煤气灶。
- (2) 抽油烟机。
- (3) 厨具: 平底锅、蒸锅、炒锅、汤锅、砧板、2号批刀、炒勺、漏勺、6寸盘等。
- (4) 食用油。
- (5) 调料: 盐、糖、味精、料酒、米醋、生抽、老抽、麻油、淀粉、胡椒粉等。(6)

食材:

- ①菠菜炒猪肝: 猪肝 200 克、菠菜 300 克、生姜 3 片、大蒜 3 瓣。
- ②当归生姜羊肉汤: 羊肉薄片 200 克、当归 5 克、生姜 10 克。

2. 工作任务

照护对象: 施婆婆患有贫血, 就医后医生嘱咐需要进行饮食调理。

考生需完成以下工作任务:

- (1) 根据医嘱, 制定配制贫血的调理饮食计划。
- (2) 为施婆婆制作饮食菠菜炒猪肝、当归生姜羊肉汤。
- (3) 口述菠菜炒猪肝、当归生姜羊肉汤的特殊要求和营养价值。
- (4) 完成清理操作区域。

3.技能要求

- (1) 能制定配制贫血的调理饮食计划。
- (2) 能制作饮食菠菜炒猪肝、当归生姜羊肉汤。
- (3) 能口述菠菜炒猪肝、当归生姜羊肉汤的特殊要求和营养价值。
- (4) 能完成清理操作区域。

4.质量指标

- (1) 规范制定配制贫血的调理饮食计划。
- (2) 规范制作饮食菠菜炒猪肝、当归生姜羊肉汤。
- (3) 正确口述菠菜炒猪肝、当归生姜羊肉汤的特殊要求和营养价值。
- (4) 规范清理操作区域，卫生、安全。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1分）			
M1	1	(1) 自身准备：穿工作衣或围裙，发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰。(0.5分) (2) 七步洗手法洗净双手。(0.5分)			
		2. 根据医嘱，制定配制贫血的调理饮食计划（口述）（5分）			
M2	2	(1) 每日必吃：动物肝脏（猪肝/鸡肝）、红肉（牛肉）、蛋黄及黑木耳等高铁食物。(1分) (2) 搭配富含维C的柑橘、番茄促进铁吸收。(1分)			
M3	2	(3) 药膳调理：每周2-3次当归羊肉汤或红枣枸杞粥，补气血健脾胃。(2分)			
M4	1	(4) 禁忌：避免浓茶、咖啡及高脂饮食，以免抑制铁吸收。(1分)			
		3.制作：菠菜炒猪肝（6分）			
M5	2	(1) 制作步骤 ①准备食材：将猪肝放入清水中浸泡30分钟，去除血水后捞出，切成薄片；菠菜洗净，去掉根部，切成适口大小的段。(0.5分) ②生姜切片，大蒜切末备用；腌制猪肝，将切好的猪肝放入碗中，加入料酒、生抽、少许盐和淀粉，搅拌均匀，腌制10分钟；焯			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		水菠菜，锅中加水烧开，放入菠菜焯水 1-2 分钟，去除草酸后捞出，沥干水分。（0.5 分） ③炒制猪肝：锅中加油烧热，放入姜片和蒜末爆香，加入腌制好的猪肝，快速翻炒至猪肝变色后盛出备用；炒制菠菜，锅中再加少许油，放入焯好水的菠菜，快速翻炒至菠菜变软。（0.5 分） ④合并炒制，将炒好的猪肝倒回锅中，与菠菜一起翻炒均匀，加入适量盐调味，炒匀后即可出锅。（0.5 分）			
M6	2	（2）成品评价 ①色泽：猪肝呈嫩滑的褐色，菠菜鲜绿，色泽诱人。（1 分） ②口感：猪肝嫩滑，菠菜清脆，二者搭配相得益彰，猪肝的鲜香与菠菜的清甜融合，咸淡适中。（1 分）			
M7	2	（3）特殊要求和营养价值（口述） ①补血：猪肝和菠菜都含有丰富的铁元素，是补血的良好食材，尤其适合贫血病人，促进铁吸收，菠菜中的维生素 C 可以促进猪肝中铁的吸收，提高补血效果。（1 分） ②猪肝富含维生素 B12 和叶酸，菠菜含有多种维生素和矿物质，二者搭配可以增强免疫力，菠菜中的膳食纤维有助于促进肠道蠕动，预防便秘。（1 分）			
		4.制作：当归生姜羊肉汤（6 分）			
M8	2	（1）制作步骤 ①预处理：羊肉片用清水冲洗，放入沸水中快速焯烫 10 秒去血沫，捞出沥干。（0.5 分） ②当归提前用温水浸泡数分钟，生姜切细丝备用。（0.5 分） ③快速炖煮：锅中加清水烧开，放入当归、生姜丝，大火煮 2 分钟，加入羊肉片，转中火煮 3 分钟，期间撇去浮沫，保持汤色清澈。（0.5 分） ④调味：加盐、白胡椒粉调味，关火后加盖焖 1 分钟，使羊肉吸收汤汁。（0.5 分）			
M9	2	（2）成品评价 ①色泽：汤色清亮微黄，羊肉呈浅粉色，无浑浊感。（1 分） ②口感：羊肉片软嫩不柴，姜丝辛辣与当归微甘融合，汤味鲜香带药香，无明显膻味。（1 分）			
M10	2	（3）特殊要求和营养价值（口述） ①补血养颜：羊肉和当归富含铁元素及维生素 B12，促进血红蛋白合成，改善贫血症状；羊肉提供优质蛋白质（每 100 克约 20 克），			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		帮助修复组织、提升免疫力。(1分) ②温中散寒: 生姜驱寒暖胃, 增强消化功能, 缓解贫血伴有的畏寒、乏力。(1分)			
		5.环境卫生、餐厨具清洗(2分)			
M11	2	(1) 工作区域: 厨房台面、炉灶、冰箱等设备表面干净整洁, 无残留食物或油腻。(0.5分) (2) 地面状况: 地板干燥、无垃圾杂物, 烹饪过程中产生的废料及时清理。(0.5分) (3) 刀具、砧板、锅碗瓢盆等器具经过彻底清洗和消毒。(0.5分) (4) 刀具、砧板、锅碗瓢盆等器具放置有序。(0.5分)			
合计配分	20	合计得分			

七、遵医嘱为患有冠心病的病人制作调理饮食(考核时间: 30 min)

(一) 试题单

1.场地设备要求

- (1) 电磁炉或者煤气灶。
- (2) 抽油烟机。
- (3) 厨具: 平底锅、蒸锅、炒锅、汤锅、砧板、2号批刀、炒勺、漏勺、6寸盘等。
- (4) 食用油。
- (5) 调料: 盐、糖、味精、料酒、米醋、生抽、老抽、麻油、淀粉、胡椒粉等。
- (6) 食材:

①杂粮饼: 即食燕麦片 50g、荞麦粉 30g、脱脂牛奶 50ml、鸡蛋 1个、橄榄油 3ml、黑芝麻少许。

②冬瓜海带瘦肉汤: 冬瓜 150克、干海带 10克(提前泡发)、瘦肉 80克、葱姜适量。

2.工作任务

照护对象: 李婆婆患有冠心病, 就医后医生嘱咐需要进行饮食调理。

考生需完成以下工作任务:

- (1) 根据医嘱, 制定配制冠心病的调理饮食计划。
- (2) 为李婆婆制作饮食杂粮饼、冬瓜海带瘦肉汤。

(3) 口述杂粮饼、冬瓜海带瘦肉汤的特殊要求和营养价值。

(4) 完成清理操作区域。

3.技能要求

(1) 能制定配制冠心病的调理饮食计划。

(2) 能制作饮食杂粮饼、冬瓜海带瘦肉汤。

(3) 能口述杂粮饼、冬瓜海带瘦肉汤的特殊要求和营养价值。

(4) 能完成清理操作区域。

4.质量指标

(1) 规范制定配制冠心病的调理饮食计划。

(2) 规范制作饮食杂粮饼、冬瓜海带瘦肉汤。

(3) 正确口述杂粮饼、冬瓜海带瘦肉汤的特殊要求和营养价值。

(4) 规范清理操作区域，卫生、安全。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1分）			
M1	1	(1) 自身准备：穿工作衣或围裙，发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰。（0.5分） (2) 七步洗手法洗净双手。（0.5分）			
		2. 根据医嘱，制定配制冠心病的调理饮食计划（口述）（5分）			
M2	2	(1) 低脂低胆固醇：选用植物油，避免动物脂肪和内脏。（1分） (2) 高纤维高维生素：多食粗粮、新鲜蔬菜（如洋葱、菠菜）和水果，每日蔬菜≥500g，水果≥250g。（1分）			
M3	2	(3) 优质蛋白：优先选择鱼类（每周2次）、豆类及去皮禽肉，适量鸡蛋（每周2-3个）。（1分） (4) 少盐少糖：食盐<5g/日，避免甜食和酒精。（1分）			
M4	1	(5) 少食多餐：控制总热量，保持体重稳定。（1分）			
		3. 制作：杂粮饼（6分）			
M5	2	(1) 制作步骤 ①混合食材：将燕麦片、荞麦粉、鸡蛋、			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		牛奶倒入碗中，搅拌成均匀糊状。(0.5分) ②煎制：平底锅刷橄榄油，中火预热，倒入面糊摊成圆形薄饼，撒黑芝麻。(0.5分) ③单面煎2分钟至金黄翻面。(0.5分) ④另一面煎1分钟即可出锅。(0.5分)			
M6	2	(2) 成品评价 ①色泽：表面金黄微焦，黑芝麻点缀，色泽诱人。(1分) ②口感：外层酥脆，内里松软带嚼劲，燕麦与荞麦的谷物香突出。(1分)			
M7	2	(3) 特殊要求和营养价值(口述) ①降脂护心：燕麦的β-葡聚糖和荞麦的芦丁协同降低胆固醇，软化血管；脱脂牛奶和鸡蛋提供优质蛋白，脂肪含量仅5%，符合冠心病饮食标准。(1分) ②高纤维：燕麦、荞麦膳食纤维占比超15%，促进肠道健康，预防便秘；黑芝麻含铁、维生素E，辅助改善贫血和抗氧化。(1分)			
		4. 制作：冬瓜海带瘦肉汤(6分)			
M8	2	(1) 制作步骤 ①预处理食材：冬瓜切薄片，海带切细丝，瘦肉切薄片后腌制。(0.5分) ②锅中加入清水和姜丝，大火烧开加入冬瓜片和海带丝，煮至冬瓜半透明。(0.5分) ③转中小火，加入腌制好的瘦肉片，用筷子快速划散，煮至肉片变色。(0.5分) ④关火前加入盐或白胡椒粉调味，搅拌均匀即可。(0.5分)			
M9	2	(2) 成品评价 ①色泽：汤色清澈微白，冬瓜晶莹透亮，海带翠绿或深褐，瘦肉呈淡粉色，整体清淡诱人。(1分) ②口感：冬瓜软而不烂，入口即化；海带柔滑带轻微嚼劲；瘦肉片嫩滑无渣，汤汁清淡鲜甜，带有姜丝的微辛暖意。(1分)			
M10	2	(3) 特殊要求和营养价值(口述) ①低脂低热量：瘦肉提供优质蛋白质，冬瓜和海带几乎不含脂肪，适合控制体重和血脂，冬瓜和海带富含钾元素，帮助调节血压，减轻心脏负担。(1分) ②膳食纤维丰富：海带中的可溶性纤维有助于降低胆固醇，预防动脉硬化；冬瓜纤维促进肠道健康。(1分)			
		5.环境卫生、餐厨具清洗(2分)			
M11	2	(1) 工作区域：厨房台面、炉灶、冰箱			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		等设备表面干净整洁，无残留食物或油腻。（0.5 分） （2）地面状况：地板干燥、无垃圾杂物，烹饪过程中产生的废料及时清理。（0.5 分） （3）刀具、砧板、锅碗瓢盆等器具经过彻底清洗和消毒。（0.5 分） （4）刀具、砧板、锅碗瓢盆等器具放置有序。（0.5 分）			
合计配分	20	合计得分			

八、遵医嘱为患有胃溃疡的病人制作调理饮食（考核时间：30 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- （1）电磁炉或者煤气灶。
- （2）抽油烟机。
- （3）厨具：平底锅、蒸锅、炒锅、汤锅、砧板、2 号批刀、炒勺、漏勺、6 寸盘等。
- （4）食用油。
- （5）调料：盐、糖、味精、料酒、米醋、生抽、老抽、麻油、淀粉、胡椒粉等。
- （6）食材：
 - ①山药肉糜煲：山药 200 克、猪瘦肉糜 150 克、葱姜适量。
 - ②清炒西兰花胡萝卜烩蛋：西兰花 100 克、胡萝卜 50 克、鸡蛋 1 个、橄榄油 5 毫升。

2.工作任务

照护对象：陈阿姨，患有胃溃疡多年，就医后医生嘱咐需要进行饮食调理。

考生需完成以下工作任务：

- （1）根据医嘱，制定配制胃溃疡的调理饮食计划。
- （2）为陈阿姨制作山药肉糜煲、清炒西兰花胡萝卜烩蛋。
- （3）口述山药肉糜煲、清炒西兰花胡萝卜烩蛋的特殊要求和营养价值。
- （4）完成清理操作区域。

3.技能要求

- （1）能制定配制胃溃疡的调理饮食计划。

- (2) 能制作山药肉糜煲、清炒西兰花胡萝卜烩蛋。
- (3) 能口述山药肉糜煲、清炒西兰花胡萝卜烩蛋的特殊要求和营养价值。
- (4) 完能成清理操作区域。

4.质量指标

- (1) 根据医嘱，规范制定配制胃溃疡的调理饮食计划。
- (2) 规范制作山药肉糜煲、清炒西兰花胡萝卜烩蛋。
- (3) 正确口述山药肉糜煲、清炒西兰花胡萝卜烩蛋的特殊要求和营养价值。
- (4) 规范清理操作区域、卫生、安全。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1分）			
M1	1	（1）自身准备：穿工作衣或围裙，发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰。（0.5分） （2）七步洗手法洗净双手。（0.5分）			
		2. 根据医嘱，制定配制胃溃疡的调理饮食计划（口述）（5分）			
M2	2	（1）规律进食：少食多餐（每日5-6餐），定时定量，避免过饥过饱。（1分） （2）食物选择：以易消化食物为主，如小米粥、面条、馒头、南瓜、香蕉、蒸蛋等；避免辛辣、油腻、酸性食物及咖啡、浓茶。（1分）			
M3	2	（1）摄入优质蛋白：瘦肉、鱼肉、豆腐。（1分） （2）摄入富含维生素的蔬果，如胡萝卜、苹果。（1分）			
M4	1	禁忌：戒烟酒，忌生冷、过热、过硬食物，减少甜食和高盐食品。（1分）			
		3.制作：山药肉糜煲（6分）			
M5	2	（1）制作步骤 ①预处理食材：山药去皮后迅速切薄片，浸泡淡盐水防氧化；肉糜加姜丝、淀粉、少许盐，顺时针搅拌至黏稠，腌制片刻。（0.5分） ②锅中加少量油，小火煸香姜丝后捞出弃用（保留香气但减少刺激）。（0.5分） ③倒入沥干的山药片，中火翻炒1分钟至边缘微透明；加入开水，大火煮沸后转中小火煮至山药软糯。（0.5分）			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		④将肉糜捏成小团分散下锅，煮至肉糜变色熟透，加盐调味，滴香油提香。（0.5分）			
M6	2	（2）成品评价 ①色泽：汤色清澈微白，山药晶莹如玉，肉糜粉嫩。（1分） ②口感：山药入口即化，肉糜细腻无渣，汤汁清淡鲜甜，无刺激性味道，吞咽顺滑。（1分）			
M7	2	（3）特殊要求和营养价值（口述） ①养胃护黏膜：山药含黏液蛋白，能附着胃壁形成保护层，缓解溃疡面刺激。（1分） ②高蛋白低脂：瘦肉糜提供优质蛋白质，易消化吸收，促进溃疡修复。（1分）			
		4.制作：清炒西兰花胡萝卜烩蛋（6分）			
M8	2	（1）制作步骤 ①预处理食材：西兰花切小朵，胡萝卜切薄片，分别用沸水焯烫，捞出沥干；鸡蛋打散，加少许盐搅匀。（0.5分） ②快速炒制：热锅倒入橄榄油，小火将蛋液炒至凝固成碎块，盛出备用。（0.5分） ③加入焯好的西兰花和胡萝卜，中火翻炒1分钟，加入鸡蛋碎，轻翻均匀。（0.5分） ④调味收尾：加少许盐调味，淋入水淀粉勾薄芡，翻炒至汤汁微稠即可关火。（0.5分）			
M9	2	（2）成品评价 ①色泽：橙绿相间，鸡蛋金黄，整体清爽诱人。（1分） ②口感：西兰花软嫩无渣，胡萝卜清甜绵软，鸡蛋滑嫩，芡汁包裹食材，入口顺滑不刺激。（1分）			
M10	2	（3）特殊要求和营养价值（口述） ①护胃成分：西兰花的维生素C和胡萝卜素修复黏膜，鸡蛋提供必需氨基酸加速溃疡愈合。（1分） ②易消化性：食材经焯水软化纤维，勾芡减少粗糙感，适合胃敏感人群；低脂低刺激：橄榄油替代动物油，避免油腻加重胃负担。（1分）			
		5.环境卫生、餐厨具清洗（2分）			
M11	2	（1）工作区域：厨房台面、炉灶、冰箱等设备表面干净整洁，无残留食物或油腻。（0.5分） （2）地面状况：地板干燥、无垃圾杂物，烹饪过程中产生的废料及时清理。（0.5分） （3）刀具、砧板、锅碗瓢盆等器具经过彻底清洗和消毒。（0.5分）			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		(4) 刀具、砧板、锅碗瓢盆等器具放置有序。(0.5 分)			
合计配分	20	合计得分			

九、遵医嘱为骨折的病人制作调理饮食（考核时间：30 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- (1) 电磁炉或者煤气灶。
- (2) 抽油烟机。
- (3) 厨具：平底锅、蒸锅、炒锅、汤锅、砧板、2 号批刀、炒勺、漏勺、6 寸盘等。
- (4) 食用油。
- (5) 调料：盐、糖、味精、料酒、米醋、生抽、老抽、麻油、淀粉、胡椒粉等。(6)

食材：

①虾仁炒西兰花：1 颗中等大小的西兰花、虾仁 150 克（约 10-12 只鲜虾）、大蒜 2 瓣（切片）、盐、食用油、胡椒粉、淀粉。

②黑木耳红枣蛋花汤：黑木耳（干） 10 克（提前泡发）、胡萝卜半根、鸡蛋 1 个、红枣 5 颗、生姜 2 片、枸杞 5 克。

2.工作任务

照护对象：李老伯，不慎跌倒致右下肢骨折，就医后，医生嘱咐需根据病程逐步调理饮食。

考生需完成以下工作任务：

- (1) 根据医嘱，制定配制促进骨折康复的调理饮食计划。
- (2) 为李老伯制作饮食虾仁炒西兰花、黑木耳红枣蛋花汤。
- (3) 口述虾仁炒西兰花、黑木耳红枣蛋花汤的特殊要求和营养价值。
- (4) 完成清理操作区域。

3.技能要求

- (1) 能制定配制促进骨折康复的调理饮食计划。
- (2) 能制作饮食虾仁炒西兰花、黑木耳红枣蛋花汤。
- (3) 能口述虾仁炒西兰花、黑木耳红枣蛋花汤的特殊要求和营养价值。

(4) 能完成清理操作区域。

4.质量指标

(1) 规范制定配制促进骨折康复的调理饮食计划。

(2) 规范制作饮食虾仁炒西兰花、黑木耳红枣蛋花汤。

(3) 正确口述虾仁炒西兰花、黑木耳红枣蛋花汤的特殊要求和营养价值。

(4) 规范清理操作区域，卫生、安全。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1分）			
M1	1	(1) 自身准备：穿工作衣或围裙，发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰。(0.5分) (2) 七步洗手法洗净双手。(0.5分)			
		2. 根据医嘱，制定配制促进骨折康复的调理饮食计划（口述）（5分）			
M2	2	(1) 初期（1-2周）：清淡易消化，如粥、藕粉、青菜、苹果，避免辛辣油腻。(1分) (2) 中期（2-4周）：增加蛋白质（瘦肉、牛奶、豆制品）和钙（鱼汤、虾、豆腐），搭配维生素D（蛋黄、晒太阳）。(1分)			
M3	2	(3) 后期（4周后）：全面营养，高钙高蛋白（骨头汤、鱼类）、膳食纤维（香蕉、芹菜）防便秘。(2分)			
M4	1	(4) 全程多饮水，忌烟酒刺激。(1分)			
		3.制作：虾仁炒西蓝花（6分）			
M5	2	(1) 制作步骤 ①准备食材：将西兰花切成小朵，放入淡盐水中浸泡10分钟，然后用清水冲洗干净，沥干水分；虾仁洗净，用厨房纸巾吸干水分，加入少许盐、胡椒粉和淀粉，抓匀后腌制10分钟。(0.5分) ②焯水处理，水开后加入少许盐和几滴食用油，放入西兰花焯水1-2分钟，捞出后立即放入冷水中过凉，沥干水分备用；大蒜切末备用。(0.5分) ③炒制过程：锅中加入适量食用油，油热后放入蒜末爆香，加入腌制好的虾仁，快速翻炒至虾仁变色，虾仁卷曲成虾球状，盛出备用；锅中留底油，放入焯好水的西兰花，加			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		入适量盐调味，快速翻炒均匀。（0.5 分） ④最后将炒好的虾仁重新倒入锅中，与西兰花一起快速翻炒均匀，让虾仁和西兰花充分融合，即可出锅装盘。（0.5 分）			
M6	2	（2）成品评价 ①色泽：西兰花保持鲜亮的翠绿色，虾仁呈现出诱人的粉红色，整体色彩搭配清新自然。（1 分） ②口感：西兰花口感爽脆，虾仁鲜嫩多汁，二者搭配在一起，口感丰富，既有蔬菜的清脆，又有海鲜的鲜嫩，非常适口。（1 分）			
M7	2	（3）特殊要求和营养价值（口述） ①虾仁富含优质蛋白质、钙、磷、铁等矿物质，以及维生素 A、维生素 D 等营养成分，有助于身体的修复和恢复；西兰花含有丰富的维生素 C、维生素 K、膳食纤维以及多种抗氧化成分。维生素 K 对于骨骼健康尤为重要，有助于骨折的愈合，同时膳食纤维可以促进肠道蠕动，帮助消化。（1 分） ②整体搭配：这道菜营养均衡，蛋白质、维生素和矿物质含量丰富，适合骨折病人食用，既能满足身体对营养的需求，又不会给肠胃带来过大的负担。（1 分）			
		4.制作：黑木耳红枣蛋花汤 （6 分）			
M8	2	（1）制作步骤 ①食材预处理：泡发的黑木耳洗净撕小片，胡萝卜切细丝，红枣切片，生姜切丝。（0.5 分） ②炒香底料：热锅加少量食用油，放入姜丝煸炒出香味，加入胡萝卜丝中火翻炒至微软。（0.5 分） ③煮汤：加入 500 毫升开水，放入黑木耳、红枣片，大火煮沸后转中小火煮 3 分钟。（0.5 分） ④缓缓淋入蛋液，用筷子轻轻搅动形成蛋花，撒枸杞，加盐调味，关火后滴入香油增香，盛入汤碗。（0.5 分）			
M9	2	（2）成品评价 ①色泽：汤色清亮，蛋花金黄漂浮，黑木耳乌润，胡萝卜橙红，红枣暗红点缀，整体色彩丰富诱人。（1 分） ②口感：蛋花滑嫩，木耳爽脆，胡萝卜清甜，红枣微甜回甘，姜丝辛香提味，整体口感层次分明。（1 分）			
M10	2	（3）特殊要求和营养价值（口述） ①黑木耳富含钙、铁及胶质，促进血液循环和骨痂形成；红枣补气血，增强免疫力，辅			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		助修复组织；胡萝卜含 β -胡萝卜素能转化为维生素 A，助骨骼细胞分化。（1 分） ②鸡蛋：优质蛋白质来源，含维生素 D，促进钙吸收。（1 分）			
		5.环境卫生、餐厨具清洗（2 分）			
M11	2	（1）工作区域：厨房台面、炉灶、冰箱等设备表面干净整洁，无残留食物或油腻。（0.5 分） （2）地面状况：地板干燥、无垃圾杂物，烹饪过程中产生的废料及时清理。（0.5 分） （3）刀具、砧板、锅碗瓢盆等器具经过彻底清洗和消毒。（0.5 分） （4）刀具、砧板、锅碗瓢盆等器具放置有序。（0.5 分）			
合计配分	20	合计得分			

十、遵医嘱为患有脑卒中的病人配制管饲饮食（考核时间：30 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- （1）电磁炉或者煤气灶。
- （2）抽油烟机。
- （3）厨具：平底锅、蒸锅、炒锅、汤锅、砧板、2 号批刀、炒勺、漏勺、6 寸盘等。
- （4）食用油。
- （5）调料：盐、糖、味精、料酒、米醋、生抽、老抽、麻油、淀粉、胡椒粉等。
- （6）搅拌机、滤网。
- （7）食材：

①混合奶：牛奶 500 毫升、蛋黄 1 个、白糖适量、食用油 5 克、食盐 1 克。

②鸡胸肉泥汤：鸡胸肉 100 克、胡萝卜 10 克、西兰花 10 克、盐 1 克、姜末 1 克、葱末 1 克、白胡椒粉少许、水适量。

2.工作任务

照护对象：李大爷，因脑卒中后吞咽困难予留置胃管，家庭医生嘱咐通过鼻饲满足机体营养需要。

考生需完成以下工作任务：

- (1) 根据医嘱，制定针对李大爷吞咽困难的管饲饮食调理计划。
- (2) 为李大爷制作饮食混合奶、鸡胸肉泥汤。
- (3) 口述制作混合奶、鸡胸肉泥汤的特殊要求和营养价值。
- (4) 完成清理操作区域。

3.技能要求

- (1) 能制定管饲饮食调理计划。
- (2) 能制作饮食混合奶、鸡胸肉泥汤。
- (3) 能口述制作混合奶、鸡胸肉泥汤的特殊要求和营养价值。
- (4) 能完成清理操作区域。

4.质量指标

- (1) 规范制定管饲饮食调理计划。
- (2) 规范制作饮食混合奶、鸡胸肉泥汤。
- (3) 正确口述制作混合奶、鸡胸肉泥汤的特殊要求和营养价值。
- (4) 规范清理操作区域，卫生、安全。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1 分）			
M1	1	（1）自身准备：穿工作衣或围裙，发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰。（0.5 分） （2）七步洗手法洗净双手。（0.5 分）			
		2. 根据医嘱，制定管饲饮食调理计划（5 分）			
M2	2	（1）饮食内容：以匀浆膳为主，将米饭、瘦肉、鸡蛋、蔬菜等用搅拌机打成糊状，确保无颗粒，添加米汤、鱼汤等流质。（2 分）			
M3	2	（2）餐次与量：每日 6-7 次，每次 200-300ml，总量约 1500-2000ml/日，从少量开始逐渐增加。（2 分）			
M4	1	（3）营养搭配：包含蛋白质、碳水化合物及适量脂肪，补充维生素。（1 分）			
		3. 配制混合奶（6 分）			
M5	2	（1）制作步骤 ①将鸡蛋煮熟，用粉碎机将煮好的蛋黄搅打成较稠且均匀的液体状食物，过滤去渣。（1 分）			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		②牛奶倒入锅中，将要煮沸时离火；将打匀的蛋黄糊慢慢倒入温和的牛奶里，边加边搅拌，防止结块，加入食盐、香油、白糖，搅拌均匀后导入已消毒的大口瓶中。（1分）			
M6	2	（2）注意事项（口述） ①制作过程中要严格遵守卫生要求，避免污染。（0.5分） ②混合奶应现配现用，24小时内未用完的部分应弃掉。（0.5分） ③灌注时要注意温度和速度，避免烫伤或引起呛咳。（0.5分） ④根据病人的具体情况和医生的建议，可适当调整配方和用量。（0.5分）			
M7	2	（3）特殊要求和营养价值（口述） ①混合奶营养丰富且易于吞咽的流质食物，质地细腻均匀，避免结块，同时温度应适中，避免过烫或过凉，以确保患者能够安全食用。（1分） ②混合奶富含优质蛋白质、钙质和必需脂肪酸，能够为脑卒中患者提供充足的能量和营养支持，促进身体康复。由于其质地细腻且营养均衡，混合奶特别适合脑卒中后吞咽困难的病人食用。（1分）			
		4. 配制鸡胸肉泥汤（6分）			
M8	2	（1）制作步骤 ①处理鸡胸肉：将鸡胸肉洗净，去除表面的筋膜和脂肪，切成小块；煮熟鸡胸肉，将切好的鸡胸肉放入锅中，加入适量水，加入姜片，煮开后撇去浮沫，继续煮至鸡胸肉完全煮熟。（0.5分） ②制作蔬菜泥，将胡萝卜和西兰花分别洗净，切成小块。放入蒸锅中蒸熟，然后用搅拌机打成细腻的蔬菜泥；制作肉泥，将煮熟的鸡胸肉捞出，放入搅拌机中，加入少量煮鸡胸肉的汤水，搅拌成细腻的鸡胸肉泥。（0.5分） ③调制汤底：在锅中加入适量煮鸡胸肉的汤水，加入胡萝卜泥和西兰花泥，搅拌均匀，煮开后转小火煮让蔬菜泥充分融合；混合肉泥与汤底，将鸡胸肉泥加入锅中，搅拌均匀，加入盐、白胡椒粉调味，继续煮2-3分钟，让肉泥和汤底充分融合。（0.5分） ④过滤与调整，将煮好的鸡胸肉泥汤倒入筛网或滤网中过滤，去除较大颗粒，确保汤液细腻、均匀，调整至适合吞咽困难病人食用的浓稠度；冷却与保存，将过滤后的鸡胸肉泥汤冷却至适宜温度后，即可通过管饲方式			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		喂食病人。剩余的汤液可放入密封容器中冷藏保存，2 天内食用完毕。（0.5 分）			
M9	2	（2）成品评价 ①色泽：汤液呈淡黄色，清澈透明，无明显杂质和颗粒。（1 分） ②口感：细腻顺滑，无颗粒感，适合吞咽困难的病人食用。（1 分）			
M10	2	（3）特殊要求和营养价值（口述） ①鸡胸肉泥汤富含优质蛋白质、维生素和矿物质，能够为脑卒中病人提供充足的营养支持，促进身体康复。（1 分） ②胡萝卜和西兰花中的维生素 A、C 及膳食纤维则有助于增强免疫力和改善消化功能。（1 分）			
		5.环境卫生、餐厨具清洗（2 分）			
M11	2	（1）工作区域：厨房台面、炉灶、冰箱等设备表面干净整洁，无残留食物或油腻。（0.5 分） （2）地面状况：地板干燥、无垃圾杂物，烹饪过程中产生的废料及时清理。（0.5 分） （3）刀具、砧板、锅碗瓢盆等器具经过彻底清洗和消毒。（0.5 分） （4）刀具、砧板、锅碗瓢盆等器具放置有序。（0.5 分）			
合计配分	20	合计得分			

〔照护饮食〕

一、照护轻度失能老年人进食（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- （1）带扶手的椅子 1。
- （2）食物图片各 1（米饭、荤菜、蔬菜、菜汤）。
- （3）餐具各 1（带吸盘的防摔硅胶碗、可调节角度的汤匙）。
- （4）小毛巾 1、围兜 1、水杯 1、可调节高度的餐桌 1。
- （5）手消洗手液 1、脸盆 1。
- （6）真人模特 1、生活垃圾桶 1。

2.工作任务

工作情境：照护对象杨奶奶，脑梗后轻度失能，通过使用辅助工具能缓慢行走、辅助餐具能完成自主进食。

考生需完成以下工作任务：

- (1) 完成对杨奶奶椅上坐位用餐前的评估和沟通。
- (2) 完成为杨奶奶椅上坐位用餐前的准备工作。
- (3) 完成照护杨奶奶自主用餐过程。
- (4) 完成为杨奶奶做餐后清洁整理。

3.技能要求

- (1) 能完成对轻度失能老年人椅上坐位用餐前的评估和沟通。
- (2) 能为轻度失能老年人椅上坐位用餐前的准备工作。
- (3) 能照护轻度失能老年人自主用餐过程。
- (4) 能为轻度失能老年人做餐后清洁整理。

4.质量指标

- (1) 规范完成对轻度失能老年人椅上坐位用餐前的评估和沟通。
- (2) 规范为轻度失能老年人椅上坐位用餐前的准备工作。
- (3) 规范照护轻度失能老年人自主用餐过程。
- (4) 规范为轻度失能老年人做餐后清洁整理。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1分）			
M1	1	（1）自身准备：着装整洁大方、不穿响底鞋和高跟鞋、不佩戴首饰、无长指甲、不涂指甲油、微笑礼貌问候。（0.5分） （2）七步洗手法洗净双手。（0.5分）			
		2.评估和沟通（1分）			
M2	1	（1）评估：既往食量、饮食习惯、有无活动性义齿及口腔溃疡，手部活动及协调能力。（0.5分） （2）沟通：向老年人介绍本餐的主食和副食，以及辅助餐具的作用及使用方法。（0.5分）			
		3.餐前准备（2分）			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
M3	2	(1) 环境调整：确保餐桌光线充足，减少眩光或阴影干扰；移除无关物品，保持桌面整洁，避免分散注意力。(0.5 分) (2) 食物处理：提前将大块食物切成小块，避免老年人费力咀嚼或切割；流质食物使用防洒杯，减少泼洒风险。(0.5 分) (3) 协助老年人排泄、洗手后坐在有扶手的椅子上，将餐桌调整到适合进食的高度，固定台面，防止滑动，取舒适的坐位，使身体与餐桌之间没有空隙，围兜垫于颌下及胸前，将餐桌表面擦拭干净，确保无灰尘和水渍。(0.5 分) (4) 选择老年人够得着的位置，将防摔硅胶碗的吸盘对准桌面按压下去，排出空气，使吸盘紧紧吸附在桌面上。(0.5 分)			
		4.协助自主进食过程（4 分）			
M4	2	(1) 测试食物温度适宜（口述：手腕内侧轻触碗壁以不烫手为宜），然后将盛有食物的防摔硅胶碗放置在已吸附好的吸盘上，宽柄餐具便于抓握，鼓励老年人自主进食。((1 分) (2) 情绪调动：简单介绍菜品名称和味道，如“今天有您喜欢的南瓜粥”，激发食欲，同时观察老人对食物的反应，及时调整。(1 分)			
M5	2	(3) 分步引导：用简短清晰的指令分步指导（如“拿勺子→舀饭”），避免同时处理多项任务，必要时示范动作。(1 分) (4) 观察老人进食速度，避免催促；分小口喂食或提醒咀嚼，吞咽困难时暂停并检查口腔残留。(1 分)			
		5.餐后清洁整理（2 分）			
M6	2	(1) 口腔清洁：协助老人用温水漱口保持口腔卫生，预防感染。(0.5 分) (2) 面部与手部清洁：用温热湿毛巾轻柔擦拭面部、嘴角及双手，避免食物残留，注意动作舒缓。(0.5 分) (3) 衣物与围兜整理：检查并清理衣物上的食物残渣，若使用围兜，及时取下并清洁，保持衣着整洁；环境整理与体位调整，移走餐具、擦拭桌面，确保周围干净，协助老年人保持坐姿 30 分钟，必要时在腰背部垫软枕支撑，避免久坐疲劳。(0.5 分) (4) 用物归位，照护员洗手。(0.5 分)			
合计配分	10	合计得分			

二、照护中度失能老年人进食（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- （1）带扶手的椅子 1。
- （2）食物图片各 1（米饭、荤菜、蔬菜、菜汤）。
- （3）餐具各 1（碗、筷、汤匙）。
- （4）小毛巾 1、围兜 1、水杯 1、可调节高度的餐桌 1。
- （5）手消洗手液 1、脸盆 1。
- （6）真人模特 1、生活垃圾桶 1。

2.工作任务

工作情境：照护对象颜奶奶，脑梗后多年，现在属于中度失能，在家庭照护员看护下能缓慢步行，进食需要家庭照护员协助。

考生需完成以下工作任务：

- （1）完成对颜奶奶用餐前的评估和沟通。
- （2）完成为颜奶奶做用餐前的准备工作。
- （3）完成照护颜奶奶自主用餐过程。
- （4）完成为颜奶奶做餐后清洁整理。

3.技能要求

- （1）能对中度失能老年人做用餐前的评估和沟通。
- （2）能为中度失能老年人做用餐前的准备工作。
- （3）能照护中度失能老年人自主用餐过程。
- （4）能为中度失能老年人做餐后清洁整理。

4.质量指标

- （1）规范完成对中度失能老年人做用餐前的评估和沟通。
- （2）规范对中度失能老年人做用餐前的准备工作。
- （3）规范照护中度失能老年人自主用餐过程。
- （4）规范为中度失能老年人餐后清洁整理。

（二）评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1分）			
M1	1	（1）自身准备：着装整洁大方、不穿响底鞋和高跟鞋、不佩戴首饰、无长指甲、不涂指甲油、微笑礼貌问候。（0.5分） （2）七步洗手法洗净双手。（0.5分）			
		2.评估和沟通（1分）			
M2	1	（1）评估：既往食量、饮食习惯、有无活动性义齿及口腔溃疡、失能的严重程度。（0.5分） （2）沟通：向老人介绍本餐的主食和副食。（0.5分）			
		3.餐前准备（2分）			
M3	2	（1）体位稳定：在协助排泄和洗手后确保老年人坐于稳固的餐椅上，双脚平放地面，背部紧贴椅背，必要时使用安全带或靠垫支撑腰部，避免滑倒或前倾，围兜垫于颌下及胸前。（0.5分） （2）桌面高度适宜：调整餐桌至老人肘部高度，保持双臂自然弯曲90度，便于轻松取食；避免过高或过低导致疲劳。（0.5分） （3）餐具防滑固定：使用防滑垫或吸盘碗固定餐盘，提供粗柄、轻便的餐具，减少抓握困难；杯具选择双耳或带吸管设计，防洒漏。（0.5分） （4）环境安全：清理餐桌杂物，确保光线充足，避免反光或阴影干扰视线；热食远离老年人手部，防止烫伤。（0.5分）			
		4.协助进食过程（4分）			
M4	2	（1）辅助进食：从侧面靠近，耐心引导老年人自行进食，仅在需要时协助送食。（1分） （2）进食观察：留意老人咀嚼和吞咽能力，避免进食过快或大口吞咽，防止呛咳或误吸。（1分）			
M5	2	（3）水分补充：定时提供温水或汤类，避免使用吸管以防误吸，必要时用小勺少量喂水。（1分） （4）情绪安抚：保持耐心，鼓励老年人自主进食，避免催促，营造轻松愉快的就餐氛围。（1分）			
		5.餐后清洁整理（2分）			
M6	2	（1）安全防护：确保老年人坐稳，使用防滑垫固定餐具，避免起身滑倒。检查口腔有无残留食物，协助漱口。（0.5分） （2）分步清洁：先清理面部、手部（用温热湿毛巾擦拭），再处理衣物污渍。若进食流质			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		食物，需检查领口、前胸是否清洁。（0.5分） （3）环境整理：及时收走餐具、残渣，擦拭桌面，保持座位周边干燥无障碍物，避免老年人绊倒；观察与安抚，询问老年人舒适度，观察是否有呛咳或不适，整理衣物保持坐姿 30 分钟，必要时如靠垫增加舒适度。（0.5分） （4）用物归位，照护员洗手。（0.5分）			
合计配分	10	合计得分			

三、照护中度失能老年人饮水（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- （1）护理床 1，床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- （2）床旁桌、椅子各 1。
- （3）餐具各 1（碗、筷、汤匙）。
- （4）小毛巾 1、围兜 1、吸管杯 1、可调节高度的餐桌 1。
- （5）手消洗手液 1、生活垃圾桶 1、脸盆 1。
- （6）护理模拟人 1。

2.工作任务

工作情境：照护对象陆奶奶，脑梗后多年，现属于中度失能状态，轻度认知障碍，轻度吞咽困难，此刻家庭照护员正在照护陆奶奶饮水。

考生需完成以下工作任务：

- （1）完成对陆奶奶饮水前的评估和沟通。
- （2）完成为陆奶奶做饮水前的准备工作。
- （3）完成照护陆奶奶饮水过程。
- （4）口述预防陆奶奶呛水的预防措施。

3.技能要求

- （1）能完成对中度失能老年人饮水前的评估和沟通。
- （2）能为中度失能老年人做饮水前的准备工作。
- （3）能照护中度失能老年人饮水过程。
- （4）能口述预防中度失能老年人呛水的预防措施。

4.质量指标

- (1) 规范完成对中度失能老年人饮水前的评估和沟通。
- (2) 规范为中度失能老年人做饮水前的准备工作。
- (3) 规范照护中度失能老年人饮水过程。
- (4) 正确口述预防中度失能老年人呛水的预防措施。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1分）			
M1	1	（1）自身准备：着装整洁大方、不穿响底鞋和高跟鞋、不佩戴首饰、无长指甲、不涂指甲油、微笑礼貌问候。（0.5分） （2）七步洗手法洗净双手。（0.5分）			
		2.评估和沟通（1分）			
M2	1	（1）评估：既往饮食、饮水习惯、有无义齿及口腔溃疡、失能的严重程度。（0.5分） （2）沟通：向老人介绍饮水的重要性。（0.5分）			
		3.饮水前准备（2分）			
M3	2	（1）评估状态：确认老年人清醒且无呛咳风险，观察其吞咽能力及口腔状况。（0.5分） （2）调整体位：协助老年人坐直或抬高床头（至少30°），头部稍前倾，避免平躺饮水导致误吸。（0.5分） （3）备妥用具：选择防酒杯或吸管杯，水温控制在40℃左右（接近体温），水量不超过杯子1/3，便于握持，必要时采用小勺喂水，控制流速。（0.5分） （4）环境准备：确保光线充足、环境安静，清理周边杂物，备好小毛巾以便随时擦拭。（0.5分）			
		4.协助进食过程（4分）			
M4	2	（1）耐心引导老年人，分次少量喂水，避免催促。（1分） （2）饮水时机安排：避免在疲劳、刚进食后或剧烈活动后立即饮水，选择老人清醒、情绪稳定时进行，减少误吸风险。（1分）			
M5	2	（3）配合口腔清洁：饮水前后协助清洁口腔，尤其对唾液分泌减少的老人，湿润口腔后再饮水，提升吞咽安全性。（1分）			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		(4) 心理支持与鼓励: 耐心引导, 用语言或手势提示吞咽动作 (如“低头吞水”), 避免催促。对配合行为给予肯定, 增强信心。(1 分)			
		5.预防呛水的措施 (2 分)			
M6	2	(1) 体位调整: 保持坐直或头部前倾 30°, 避免仰头饮水, 减少误吸风险; 卧床者需抬高床头 45°以上。(0.5 分) (2) 饮水工具: 使用防呛吸管杯或小勺控制流速, 避免大口吞咽; 水温以常温或温水为宜, 过冷过热易引发呛咳。(0.5 分) (3) 进食观察: 分次少量喂水, 每口约 5-10 毫升, 确认咽下后再继续; 提醒老年人专注吞咽, 避免说话或分心; 食物增稠, 若饮水易呛, 可在水中加入增稠剂 (如藕粉、专用增稠剂), 调整至适宜黏度 (如蜂蜜状), 减少液体流速过快导致的误吸。(0.5 分) (4) 用物归位, 照护员洗手。(0.5 分)			
合计配分	10	合计得分			

四、照护中度失能伴有听力障碍的老年人饮水 (考核时间: 10 min)

(一) 试题单

1.场地设备要求

- (1) 护理床 1, 床垫 1、含床上用品 (床褥、床单、盖被、枕头加套)。
- (2) 床头桌、椅子各 1。
- (3) 吸管杯 1、小毛巾 1、围兜 1、可调节高度的餐桌 1。
- (4) 手消洗手液 1。
- (5) 护理模拟人 1、生活垃圾桶 1。

2.工作任务

工作情境: 照护对象龚奶奶, 近年来生活自理能力明显下降, 就医后确认中度失能并且伴有轻度听力障碍。家庭照护员正准备协助龚奶奶用鸭嘴壶进水。

考生需完成以下工作任务:

- (1) 完成对龚奶奶饮水前的评估和沟通。
- (2) 完成为龚奶奶做饮水前的准备工作。
- (3) 完成照护龚奶奶饮水过程。
- (4) 完成为龚奶奶做餐后清洁整理。

3.技能要求

- (1) 能完成对龚奶奶饮水前的评估和沟通。
- (2) 能为龚奶奶做饮水前的准备工作。
- (3) 能照护龚奶奶饮水过程。
- (4) 能为龚奶奶做餐后清洁整理。

4.质量指标

- (1) 规范完成对龚奶奶饮水前的评估和沟通。
- (2) 规范为龚奶奶做饮水前的准备工作。
- (3) 规范照护龚奶奶饮水过程。
- (4) 规范为龚奶奶做餐后清洁整理。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1分）			
M1	1	（1）自身准备：着装整洁大方、不穿响底鞋和高跟鞋、不佩戴首饰、无长指甲、不涂指甲油、微笑礼貌问候。（0.5分） （2）七步洗手法洗净双手。（0.5分）			
		2.评估和沟通（1分）			
M2	1	（1）评估：饮水有无呛咳，是否能自行饮水，失能的严重程度。（0.5分） （2）解释：饮水的重要性，每天适宜的饮水量习惯培养。（0.5分）			
		3.饮水前准备（2分）			
M3	2	（1）环境准备：确保饮水环境安静、光线充足，减少背景噪音干扰，方便老年人集中注意力理解照护者的提示。（0.5分） （2）沟通提示：靠近老年人一侧，用清晰缓慢的语言或手势（如举杯动作）明确告知“现在喝水”，确认其理解后再进行。（0.5分） （3）物品检查：提前测试水温（以温热不烫口为宜），选择防滑、带手柄的水杯，必要时使用吸管或小口杯，避免呛咳。（0.5分） （4）体位调整：协助老年人坐直或保持头部微微前倾的姿势，身体虚弱者可适当支撑背部，确保吞咽安全，系好围兜。（0.5分）			
		4.照护饮水过程（4分）			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
M4	2	(1) 有效沟通：靠近老年人，用清晰、缓慢的语言或手势提示饮水动作。增强视觉提示，在杯子或水壶上粘贴醒目颜色标签，或使用亮色餐具，帮助老年人更易识别和自主取用。(1分) (2) 体位与安全：协助保持坐位或半卧位（头部稍前倾），小口慢饮，观察吞咽情况，防止呛咳；饮水后检查口腔有无残留。(1分)			
M5	2	(3) 调整饮水方式：改用增稠剂调适饮水稠度，或提供果冻状水分补充，降低误吸风险。(1分) (4) 心理支持：耐心鼓励老年人自主饮水，避免催促，给予积极反馈（如微笑、称赞），减少焦虑或抗拒心理。(1分)			
		5.进水后清洁整理（2分）			
M6	2	(1) 及时擦拭：用干净毛巾轻拭老人嘴角及胸前水渍，避免衣物潮湿引发不适或皮肤问题。(0.5分) (2) 保持半卧位 30 分钟。(0.5分) (3) 整理饮水环境：收走水杯并清理桌面残留水迹，保持周围干燥整洁，降低跌倒风险；观察与沟通，通过手势或清晰语言询问老年人需求，确保其舒适，同时留意是否有呛咳或吞咽异常，及时处理。(0.5分) (4) 用物归位，照护员洗手。(0.5分)			
合计配分	10	合计得分			

五、照护中度失能伴有视力障碍的老年人进食（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- (1) 护理床 1，床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- (2) 床头桌、椅子各 1。
- (3) 食物图片各 1（米饭、荤菜、蔬菜、菜汤）。
- (4) 餐具各 1（带吸盘的防摔硅胶碗、可调节角度的汤匙）。
- (5) 小毛巾 1、围兜 1、可调节高度的餐桌 1。
- (6) 手消洗手液 1、生活垃圾桶 1。
- (7) 护理模拟人 1。

2.工作任务

工作情境： 照护对象夏奶奶，患糖尿病多年，目前状况是轻度失能、视力下降仅有光感。

考生需完成以下工作任务：

- (1) 完成对夏奶奶用餐前的评估和沟通。
- (2) 完成为夏奶奶做用餐前的准备工作。
- (3) 完成照护夏奶奶用餐过程。
- (4) 口述预防夏奶奶噎食的防护措施。

3.技能要求

- (1) 能完成对夏奶奶用餐前的评估和沟通。
- (2) 能为夏奶奶做用餐前的准备工作。
- (3) 能照护夏奶奶用餐过程。
- (4) 能口述预防夏奶奶噎食的防护措施。

4.质量指标

- (1) 规范完成对夏奶奶用餐前的评估和沟通。
- (2) 规范为夏奶奶做用餐前的准备工作。
- (3) 规范照护夏奶奶用餐过程。
- (4) 正确口述预防夏奶奶噎食的防护措施。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1分）			
M1	1	（1）自身准备：着装整洁大方、不穿响底鞋和高跟鞋、不佩戴首饰、无长指甲、不涂指甲油、微笑礼貌问候。（0.5分） （2）七步洗手法洗净双手。（0.5分）			
		2.评估和沟通（1分）			
M2	1	（1）评估：既往食量、饮食习惯、有无活动性义齿及口腔溃疡，手部活动及协调能力。（0.5分） （2）沟通：向老年人介绍本餐的主食和副食，以及辅助餐具的作用及使用方法。（0.5分）			
		3.餐前准备（2分）			
M3	2	（1）环境调整：确保就餐区域光线充足、无			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		杂物，桌椅稳固，避免碰撞或跌倒风险（0.5分）。 （2）餐具摆放：使用防滑垫固定碗盘，将餐具按固定位置摆放（如勺子放在右侧），方便老年人触摸定位。（0.5分） （3）食物描述：清晰告知老年人餐食内容、温度及摆放位置（如“米饭在正前方，汤在右侧”），帮助其自主进食。（0.5分） （4）辅助工具准备：提供易抓握的餐具（如粗柄勺）或吸盘碗，备好围兜、毛巾，防止弄脏衣物。（0.5分）			
		4.照护进食过程（4分）			
M4	2	（1）将床头抬高 30~45°呈半卧位；围兜垫于颌下及胸前。（1分） （2）照护员用汤匙喂水，每一口以汤匙的 1/2~2/3 为宜。等老年人完全咽下后再喂第二口，不得催促，鼓励自主进食。（1分）			
M5	2	（3）个性化适配：根据老年人剩余视力调整餐具颜色（如黄斑病变者用蓝色餐具），避免图案复杂的桌布，减少视觉混淆。（1分） （4）心理支持：鼓励老年人自主尝试，避免过度代劳；进食时描述食物色香味，增强食欲，及时表扬进步以维持积极性。（1分）			
		5.噎食的预防措施（2分）			
M6	2	（1）食物适配：提供软烂、小块或糊状食物，避免黏性大、过硬或带刺食物，减少咀嚼和吞咽难度。（0.5分） （2）分阶段进食：先喂流质（如汤类）润滑食道，再给固体食物，避免干咽；每餐分多次少量完成。确认吞咽后再喂下一口。（0.5分） （3）环境与体位：确保光线充足、安静，协助老年人坐直（90°）或稍前倾，头部微低，避免仰头进食；餐前检查口腔是否有残留食物或假牙松动，餐后清洁口腔，防止误吸；应急准备，照护员学习海姆立克急救法，确保突发噎食时能迅速处理。（0.5分） （4）用物归位，照护员洗手。（0.5分）			
合计配分	10	合计得分			

六、试题名称：给卧床偏瘫病人喂食（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- (1) 护理床 1，床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- (2) 床头桌、椅子各 1。
- (3) 食物图片各 1（米饭、荤菜、蔬菜、菜汤）、餐具各 1（碗、筷、汤匙）。
- (4) 小毛巾 1、围兜 1、水杯 1、可调节高度的餐桌 1、三角枕 1、软垫 1。
- (5) 手消洗手液 1、脸盆 1、生活垃圾桶 1。
- (6) 护理模拟人 1。

2.工作任务

工作情境：照护对象苏奶奶，因脑卒中导致右侧肢体瘫痪，长期卧床中，能正常沟通，无明显吞咽障碍，有活动性义齿，三餐均需家庭照护员喂食。

考生需完成以下工作任务：

- (1) 完成对苏奶奶喂食前的评估和沟通。
- (2) 完成为苏奶奶做喂食前的准备工作。
- (3) 完成照护苏奶奶喂食过程。
- (4) 完成为苏奶奶做喂食后清洁整理。

3.技能要求

- (1) 能完成对卧床偏瘫病人喂食前的评估和沟通。
- (2) 能为卧床偏瘫病人做喂食前的准备工作。
- (3) 能照护卧床偏瘫病人喂食过程。
- (4) 能为卧床偏瘫病人做喂食后清洁整理。

4.质量指标

- (1) 规范完成对卧床偏瘫病人喂食前的评估和沟通。
- (2) 规范为卧床偏瘫病人做喂食前的准备工作。
- (3) 规范照护卧床偏瘫病人喂食过程。
- (4) 规范为卧床偏瘫病人做喂食后清洁整理。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1 分）			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
M1	1	(1) 自身准备: 着装整洁大方、不穿响底鞋和高跟鞋、不佩戴首饰、无长指甲、不涂指甲油、微笑礼貌问候。(0.5 分) (2) 七步洗手法洗净双手。(0.5 分)			
		2.评估和沟通 (1 分)			
M2	1	(1) 评估: 既往食量、饮食习惯、有无口腔溃疡、能否自行进食。(0.5 分) (2) 沟通: 向病人介绍本餐的主食和副食。(0.5 分)			
		3.喂食前准备 (2 分)			
M3	2	(1) 体位调整: 将床头抬高 30-45°呈半卧位, 取健侧卧位, 头颈部稍前屈, 用枕头垫起偏瘫侧肩部, 背后垫三角枕; 围兜垫于颌下及胸前, (口述: 给患者佩戴活动性义齿)。(0.5 分) (2) 环境准备: 确保用餐环境安静、光线适宜, 减少干扰; 检查餐具 (如防滑垫、弯柄勺等) 便于病人使用或喂食。(0.5 分) (3) 食物选择: 选择软食、糊状或细碎食物, 避免干硬、黏稠或易呛咳的食物, 温度适宜 (40°C左右)。(0.5 分) (4) 口腔清洁: 喂食前检查口腔卫生, 清除分泌物或残留食物; 可协助病人进行简单口腔运动训练 (如鼓腮、伸舌), 以刺激吞咽反射 (0.5 分)。			
		4.给病人喂食过程 (4 分)			
M4	2	(1) 喂食技巧: 照护员先给病人喂 2 口汤, 湿润口腔, 随后将食物放于健侧舌的中后部或颊部, 从 2~3 ml 开始, 逐渐增加至适合病人的一口量, 固体食物与液体食物交替食用, 等病人完全咽下后再喂第二口。(1 分) (2) 注意力集中: 喂食时减少干扰 (如关掉电视), 引导病人专注进食, 避免分心导致误吸。(1 分)			
M5	2	(3) 观察吞咽反应: 喂食前检查口腔肌肉是否松弛, 吞咽时观察喉结是否上下移动, 若频繁咳嗽或声音嘶哑, 需暂停进食。(1 分) (4) 心理支持: 喂食时保持耐心, 用鼓励性语言 (如“慢慢来”) 减轻患者焦虑, 避免催促或责备。(1 分)			
		5.喂食后清洁整理 (2 分)			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
M6	2	(1) 口腔清洁：协助病人漱口或使用湿纱布清洁口腔，避免食物残留引发感染，注意偏瘫侧颊部清洁，面部与手部清洁：用温水毛巾擦拭面部及进食侧手部，尤其注意偏瘫侧嘴角可能残留的食物。(0.5分) (2) 体位调整：喂食后保持坐位或抬高床头 30 分钟，防止误吸；若需卧床，协助翻身至健侧，避免压迫患侧。(0.5分) (3) 环境整理：及时清理餐具和食物残渣，更换污染的衣物或围兜，保持床单及周围环境干燥整洁；清洗活动性义齿应使用非研磨性义齿清洁剂或液体肥皂，用义齿刷在流动水下刷洗后晾干，保存在清洁的义齿盒内备用。(0.5分) (4) 用物归位，照护员洗手。(0.5分)			
合计配分	10	合计得分			

七、试题名称：给卧床吞咽障碍病人喂水（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- (1) 护理床 1，床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- (2) 床头桌、椅子各 1。
- (3) 小毛巾 1、围兜 1、可调节高度的餐桌 1。
- (4) 水杯 1、汤匙 1、增稠剂 1（标签）。
- (5) 手消洗手液 1、生活垃圾桶 1。
- (6) 护理模拟人 1。

2.工作任务

工作情境：照护对象费奶奶，因脑卒中导致失语，吞咽障碍，因为担心进水呛咳，费奶奶很少进水，所以家庭照护员准备加入增稠剂给费奶奶喂水。

考生需完成以下工作任务：

- (1) 完成对费奶奶喂水前的评估和沟通。
- (2) 完成为费奶奶做喂水前的准备工作。
- (3) 完成照护费奶奶喂水过程。
- (4) 完成为费奶奶做喂水后清洁整理。

3.技能要求

- (1) 完成对卧床的吞咽障碍病人喂水前的评估和沟通。
- (2) 完成为卧床的吞咽障碍病人做喂水前的准备工作。
- (3) 完成照护卧床的吞咽障碍病人喂水过程。
- (4) 完成为卧床的吞咽障碍病人做喂水后清洁整理。

4.质量指标

- (1) 完成对卧床的吞咽障碍病人喂水前的评估和沟通。
- (2) 完成为卧床的吞咽障碍病人做喂水前的准备工作。
- (3) 完成照护卧床的吞咽障碍病人喂水过程。
- (4) 完成为卧床的吞咽障碍病人做喂水后清洁整理。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1分）			
M1	1	（1）自身准备：着装整洁大方、不穿响底鞋和高跟鞋、不佩戴首饰、无长指甲、不涂指甲油、微笑礼貌问候。（0.5分） （2）七步洗手法洗净双手。（0.5分）			
		2.评估和沟通（1分）			
M2	1	（1）评估：进水习惯、吞咽障碍的程度、心理状态。（0.5分） （2）沟通：和病人讲解进水的重要性，通过眼神、手势、点头、摇头等动作征求病人意见，尽量取得病人的配合。（0.5分）			
		3. 给病人喂水前准备（2分）			
M3	2	（1）确认清醒状态：确认病人是清醒且无呛咳风险，检查口腔有无残留食物，观察吞咽反射是否正常。（0.5分） （2）体位调整：协助病人取坐位或床头抬高 30-45°，头部稍前倾，避免平躺以防误吸。（0.5分） （3）工具选择：使用小勺或专用防呛吸管，水温控制在 40℃以下（温凉为宜），避免使用普通吸管或大口杯。（0.5分） （4）沟通与测试：通过手势或图片卡确认病人理解操作，先喂少量水（1~2ml）测试吞咽能力，无异常后再继续。（0.5分）			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		分)			
		4.给病人喂水过程（4分）			
M4	2	（1）根据吞咽障碍的程度在 150ml 的水中加入增稠剂 1 包，并充分搅拌 30 秒。（1 分） （2）喂水技巧：使用小勺或带有刻度的防呛吸管，每次喂水量控制在 3-5 毫升，缓慢注入舌根或颊侧，观察吞咽动作。等病人完全咽下后再喂第二口，不得催促病人。（1 分）			
M5	2	（3）观察反应：喂水后检查口腔有无残留，观察是否出现咳嗽、呛咳或呼吸异常，警惕误吸风险。（1 分） （4）沟通安抚：通过手势或图片卡解释步骤，喂水前后用湿棉签润唇，保持耐心，避免催促。（1 分）			
		5.喂水后清洁整理（2分）			
M6	2	（1）口腔与面部清洁：使用棉棒轻柔擦拭口腔内部、唇周及下颌，清除残留水分，避免刺激或误吸（0.5 分）。 （2）体位管理：喂水后维持半卧位（30-45°）至少 30 分钟，头颈部稍前倾，减少误咽风险；若病人乏力，可用枕头支撑背部及头部。（0.5 分） （3）污物处理与环境维护：立即用毛巾吸干颈部、胸前的溢水，更换潮湿衣物；检查床单是否清洁，必要时使用防水垫。确保地面干燥，防止跌倒辅；助工具清洁与归位，使用后的喂水杯、吸管或注食器需彻底冲洗消毒，避免细菌滋生。（0.5 分） （4）用物归位，照护员洗手。（0.5 分）			
合计配分	10	合计得分			

八、试题名称：给卧床吞咽障碍病人喂食（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- （1）护理床 1，床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- （2）床头桌、椅子各 1。
- （3）记录单 1（图片）、小米粥 1（图片）、蔬菜泥 1（图片）、餐具各 1（碗、

汤匙、吸管杯)、水笔 1。

(4) 小毛巾 1、围兜 1、可调节高度的餐桌 1。

(5) 手消洗手液 1。

(6) 护理模拟人 1、生活垃圾桶 1。

2.工作任务

工作情境：照护对象胡奶奶，脑梗后逐渐显现了吞咽困难，此刻家庭照护员准备给胡奶奶喂食。

考生需完成以下工作任务：

(1) 完成对胡奶奶喂食前的评估和沟通。

(2) 完成为胡奶奶做喂食前的准备工作。

(3) 完成照护胡奶奶喂食过程。

(4) 完成为胡奶奶做喂食后清洁整理。

3.技能要求

(1) 能完成对卧床的吞咽障碍病人喂食前的评估和沟通。

(2) 完成为卧床的吞咽障碍病人做喂食前的准备工作。

(3) 完成照护卧床的吞咽障碍病人喂食过程。

(4) 完成为卧床的吞咽障碍病人做喂食后清洁整理。

4.质量指标

(1) 规范完成对卧床的吞咽障碍病人喂食前的评估和沟通。

(2) 规范为卧床的吞咽障碍病人做喂食前的准备工作。

(3) 规范照护卧床的吞咽障碍病人喂食过程。

(4) 规范为卧床的吞咽障碍病人做喂食后清洁整理。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1 分）			
M1	1	(1) 自身准备：着装整洁大方、不穿响底鞋和高跟鞋、不佩戴首饰、无长指甲、不涂指甲油、微笑礼貌问候。（0.5 分） (2) 七步洗手法洗净双手。（0.5 分）			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		2.评估和沟通（1分）			
M2	1	（1）评估：身体状况、近期食量、饮水习惯、有无义齿及口腔溃疡。（0.5分） （2）沟通：向病人告知食物类型，取得病人配合。（0.5分）			
		3.喂食前准备（2分）			
M3	2	（1）确认病人清醒：情绪稳定，无咳嗽或痰液堆积，避免进食时呛咳。（0.5分） （2）体位调整：协助病人排泄、洗手后抬高床头大于 60°，用枕头支撑颈部，减少误吸风险。（0.5分） （3）食物准备：根据吞咽能力选择糊状、泥状或增稠液体，避免干硬、黏性大或需咀嚼的食物，确保温度适宜。（0.5分） （4）环境与工具：保持安静，减少干扰；备好小勺、碗、吸管杯、小毛巾、围兜。（0.5分）			
		4.照护喂食过程（4分）			
M4	2	（1）口腔清洁与评估：进食前后检查口腔，清除残留食物，防止误吸或感染。（1分） （2）喂食技巧：小勺喂食（每口 3-5ml），确认咽下后再喂下一口；避免催促，观察有无呛咳、呼吸急促等异常。（1分）			
M5	M	（3）确保病人清醒且专注：保持安静、无干扰的进食环境，避免交谈或分心。（1分） （4）心理支持与沟通：耐心解释进食要求，减轻病人焦虑或抗拒情绪，避免因急躁导致呛咳。（1分）			
		5.喂食后清洁整理（2分）			
M6	2	（1）口腔清洁：用湿纱布或软毛牙刷彻底清理口腔，重点清洁舌下、颊侧及牙龈，避免食物残留导致误吸或感染。（0.5分） （2）体位维持：进食后保持病人上半身抬高 30°以上至少 30 分钟，减少胃食管反流风险，确保食物完全进入消化道。（0.5分） （3）环境整理：立即清理餐具、围兜及周围污渍，更换污染的衣物或床单，保持环境干燥卫生；观察记录，检查有无呛咳、呕吐等异常，记录进食量及反应，异常情况及时处理或就医。（0.5分） （4）用物归位，照护员洗手。（0.5分）			
合计配分	10	合计得分			

九、试题名称：给卧床病人导管喂食（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- （1）护理床 1，床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- （2）床头桌、椅子各 1。
- （3）中毛巾 1。
- （4）鼻饲管 1、鼻饲液（标签）1、温开水（标签）1。
- （5）纱布 1、灌注器（200ml）1、橡皮筋 1、安全别针 1。
- （6）手消洗手液 1、生活垃圾桶 1、记录单 1（图片）、水笔 1。
- （7）护理模拟人 1。

2.工作任务

工作情境：照护对象周奶奶，因脑出血导致失语、吞咽障碍，故需留置胃管喂食，为此周奶奶情绪低落。

考生需完成以下工作任务：

- （1）完成对周奶奶导管喂食前的评估和沟通。
- （2）完成为苏奶奶做导管喂食前的准备工作。
- （3）完成照护苏奶奶导管喂食过程。
- （4）完成为苏奶奶做导管喂食后清洁整理。

3.技能要求

- （1）能完成对导管喂食病人的操作前评估和沟通。
- （2）能为导管喂食病人做喂食前的准备工作。
- （3）能照护导管喂食病人喂食过程。
- （4）能为导管喂食病人做喂食后清洁整理。

4.质量指标

- （1）规范完成对导管喂食病人的操作前评估和沟通。
- （2）规范为导管喂食病人做喂食前的准备工作。
- （3）规范照护导管喂食病人喂食过程。
- （4）规范为导管喂食病人做喂食后清洁整理。

（二）评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1分）			
M1	1	（1）自身准备：着装整洁大方、不穿响底鞋和高跟鞋、不佩戴首饰、无长指甲、不涂指甲油、微笑礼貌问候。（0.5分） （2）七步洗手法洗净双手。（0.5分）			
		2.评估和沟通（1分）			
M2	1	（1）评估：病情、意识状态、心理状态、合作程度。（0.5分） （2）沟通：告知导管喂食的目的、注意事项，取得病人配合。（0.5分）			
		3.导管喂食前准备（2分）			
M3	2	（1）确认胃管位置与通畅性：每次喂食前需检查胃管是否在胃内，可通过抽吸胃液（正常为无色或淡黄色），若胃内残留量超过100ml，应推迟喂食并评估胃排空情况。（0.5分） （2）体位准备：将床头抬高30°-45°，使病人呈半卧位，避免喂食时反流或误吸。喂食后需维持该体位30分钟以上。（0.5分） （3）鼻饲液准备：鼻饲液温度需控制在38°-40°C，可用手腕内侧测试温度；现配现用，避免污染，药物需研碎溶解后注入。准备温开水冲洗管道。（0.5分） （4）清洁与评估：清洁患者口鼻腔分泌物，检查鼻部皮肤有无压疮；评估患者意识状态及耐受性，痰多者需先排痰。（0.5分）			
		4.导管喂食过程4分			
M4	2	（1）喂食前后各用20~30ml温水脉冲式冲管（推-停交替），防止堵塞。（1分） （2）缓慢推注鼻饲液：使用注射器以10~13ml/分钟速度匀速推注，避免过快引发腹胀。喂食中密切观察患者是否呛咳或呕吐，异常时立即停止。（1分）			
M5	2	（3）药物鼻饲的特殊处理：需鼻饲的药物应研碎成粉并充分溶解，避免缓释片、肠溶片或胶囊直接注入。（1分） （4）若胃液呈咖啡色或鲜红色，暂停喂食并就医。（1分）			
		5.喂食后清洁整理（2分）			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
M6	2	(1) 喂食后处理：取下灌注器，封好鼻饲管，将鼻饲管末段反折，纱布包好并用橡皮筋系紧；用安全别针固定于枕旁或病人的衣领上。保持半卧位 30 分钟以上，减少反流风险；清洁口腔每日 2 次，清除分泌物，预防口腔感染。(0.5 分) (2) 使用后的注射器等用具需彻底清洗消毒，晾干备用。(0.5 分) (3) 记录喂食量及反应，定期检查鼻部皮肤和胃管固定情况，普通胃管每周更换，硅胶管每月更换。(0.5 分) (4) 用物归位，照护员洗手。(0.5 分)			
合计配分	10	合计得分			

十、试题名称：给卧床认知症病人喂水并做好清洁整理收纳工作（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- (1) 护理床 1，床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- (2) 床头桌、椅子各 1。
- (3) 小毛巾 1、围兜 1、可调节高度的餐桌 1、汤匙 1、水杯 1、增稠剂（标签）1、棉签 1。
- (4) 手消洗手液 1、生活垃圾桶 1。
- (5) 护理模拟人 1。

2.工作任务

工作情境：照护对象时奶奶，因脑卒中导致长期卧床，轻度认知障碍、轻度吞咽困难。家庭照护员正准备给时奶奶喂水。

考生需完成以下工作任务：

- (1) 完成对时奶奶喂水前的评估和沟通。
- (2) 完成为时奶奶做喂水前的准备工作。
- (3) 完成照护时奶奶喂水过程。
- (4) 完成为时奶奶做喂水后清洁整理收纳工作。

3.技能要求

- (1) 能完成对卧床认知症病人喂水前的评估和沟通。
- (2) 能为卧床认知症病人做喂水前的准备工作。
- (3) 能照护给卧床认知症病人喂水过程。
- (4) 能为卧床认知症病人做喂水后清洁整理收纳工作。

4.质量指标

- (1) 规范完成对卧床认知症病人喂水前的评估和沟通。
- (2) 规范为卧床认知症病人做喂水前的准备工作。
- (3) 规范照护给卧床认知症病人喂水过程。
- (4) 规范为卧床认知症病人做喂水后清洁整理收纳工作。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1分）			
M1	1	（1）自身准备：着装整洁大方、不穿响底鞋和高跟鞋、不佩戴首饰、无长指甲、不涂指甲油、微笑礼貌问候。（0.5分） （2）七步洗手法洗净双手。（0.5分）			
		2.评估和沟通（1分）			
M2	1	（1）评估：病情、意识状态、吞咽障碍程度。（0.5分） （2）沟通：告知饮水的方法，取得病人配合。（0.5分）			
		3.喂水前准备（2分）			
M3	2	（1）体位调整：抬高床头 30-45°，头部稍前屈，避免平躺，以降低呛咳风险。（0.5分） （2）环境准备：选择安静、无干扰的环境，帮助病人集中注意力。（0.5分） （3）工具与水量：使用小容量（5-10ml）浅口勺、增稠剂调糊状水，避免直接喂稀液体。（0.5分） （4）口腔清洁与观察：喂水前清洁口腔，并观察病人处于清醒配合状态。（0.5分）			
		4. 照护喂水过程（4分）			
M4	2	（1）喂水技巧：避免使用吸管（易增加流速失控风险），选择斜口杯或小勺，每次喂水量控制在 5-10ml。沿嘴角缓慢倒入，确认完全咽下后再喂下一口。（1分） （2）水温保持在 38-40℃，避免过冷过热刺			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		激。(1分)			
M5	2	(3)观察与安全防护:喂水时保持环境安静,避免干扰。密切观察病人吞咽动作及面色,若出现呛咳立即停止,轻拍背部协助咳出。(1分) (4)认知辅助:可以采用简短提示饮水动作,配合视觉引导(如彩色水杯)等,鼓励病人饮水。(1分)			
		5.喂水后清洁整理收纳(2分)			
M6	2	(1)口腔清洁:喂水后立即用温开水漱口或棉签蘸水擦拭口腔,清除残留水分和分泌物,重点检查颊部和舌根有无积水残留。(0.5分) (2)体位维持:保持床头抬高 30-45°,头颈部稍前屈,半卧位至少 30 分钟,期间避免翻身拍背,以免引发返流。(0.5分) (3)用物处理:将喂水用具用温水洗净,单独存放并标记。污染物品如棉签及时丢弃生活垃圾桶,保持台面干燥;环境整理,清理床周水渍,检查衣物是否潮湿,并将护理用品收纳至病人视线范围内固定位置,方便下次取用。(0.5分) (4)用物归位,照护员洗手。(0.5分)			
合计配分	10	合计得分			

〔照护老年人起居〕

一、试题名称:照护失能老年人刷牙、清洁义齿并按医嘱照护其睡眠障碍(考核时间:10 min)

(一) 试题单

1.场地设备要求

- (1) 护理床 1, 床垫 1、含床上用品(床褥、床单、盖被、枕头加套)。
- (2) 床旁桌 1、床旁椅 1。
- (3) 牙刷 1、牙膏 1、水杯 1、脸盆 1、弯盘 1、中毛巾 2、泡脚桶 1。
- (4) 手消洗手液 1、口腔牙齿模型 1、生活垃圾桶 1。
- (5) 真人模特 1。

2.工作任务

- (1) 完成操作前的评估和沟通。
- (2) 完成照护失能老年人刷牙及清洁义齿。

(3) 完成按医嘱为睡眠障碍的老年人泡脚。

(4) 完成口述操作的注意事项

3.技能要求

(1) 能完成操作前的评估和沟通。

(2) 能照护失能老年人刷牙及清洁义齿。

(3) 能按医嘱为睡眠障碍的老年人泡脚。

(4) 能口述操作的注意事项。

4.质量指标

(1) 规范完成操作前的评估和沟通

(2) 规范照护失能老年人刷牙及清洁义齿。

(3) 规范按医嘱为睡眠障碍的老年人泡脚。

(4) 正确口述操作的注意事项。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（2分）			
M1	2	(1) 仪容仪表：妆容恰当，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（1分） (2) 七步洗手法洗净双手。（1分）			
		2.解释沟通（2分）			
M2	2	(1) 解释操作目的。（1分） (2) 与老年人沟通，并取得同意。（1分）			
		3.评估、安置体位（2分）			
M3	2	(1) 身体状况评估：评估老年人身体及精神状况、饮食、睡眠、排泄需求等。（0.5分） (2) 专项需求评估：评估老年人四肢活动度及牙齿、牙龈情况和清洁度。（1分） (3) 安置老年人体位：协助老年人取坐位。（0.5分）			
		4.口腔清洁（2.5分）			
M4	2.5	(1) 毛巾铺于老年人颌下，放置弯盘，挤牙膏于牙刷上，助老年人漱口（先告知老年人漱口水不可下咽）。（0.5分）			

		(2) 观察口腔情况, 按需取下义齿。(0.5 分) (3) 助老年人刷牙, 外侧面、内侧面纵向擦拭; 咬颌面由内向外螺旋形擦拭至门齿, 舌面、上腭面前 1/3 处横向擦拭到舌尖及门齿。(1 分) (4) 观察口腔、漱口, 用毛巾擦净口周水渍, 助老年人取舒适体位。(0.5 分)			
		5. 清洁义齿 (口述) (2 分)			
M5	2	(1) 用牙刷清洁义齿, 在流动水下纵向刷洗, 到清洁为止。(1 分) (2) 清洗口杯, 将义齿置于冷开水内浸泡备用。(1 分)			
		6. 按医嘱照护睡眠障碍的老年人泡脚 (2.5)			
M6	2.5	(1) 协助老年人取坐位; 泡脚桶内盛有温水 (38-41℃), 用手腕内测试温, 帮助老年人卷起裤管, 将双脚泡入桶内, 并询问水温是否合适。(0.5 分) (2) 告知老年人泡脚时间为 20 分钟, 按需添加热水, 添加温水时助老人双脚离开后再加, 防烫伤。(1 分) (3) 泡脚完毕用毛巾助老年人擦干双脚, 撤水桶, 助老年人入睡。(0.5 分) (4) 用物处理, 归位, 照护员洗手。(0.5 分)			
		7. 口述注意事项 (2 分)			
M7	2	(1) 刷牙时动作轻柔, 防止损伤口腔黏膜及牙龈。(0.5 分) (2) 义齿清洁后放于冷开水中浸泡备用, 严禁浸入热水或消毒水中浸泡。(0.5 分) (3) 泡脚时水温不过热, 使用前先试温, 中途添加热水时, 先将双脚离开水面, 加入后温度适宜再泡入双脚, 防止烫伤。(0.5 分) (4) 发挥老年人残存功能, 鼓励老年人独立完成能够完成的日常生活技能。(0.5 分)			
合计 配分	15	合计得分			

二、试题名称: 照护失能老年人穿脱衣裤、洗澡并消毒衣物 (考核时间: 10 min)

(一) 试题单

1. 场地设备要求

(1) 护理床 1, 床垫 1、含床上用品 (床褥、床单、盖被、枕头加套)。

- (2) 床旁桌 1、床旁椅 1。
- (3) 脸盆 1、中毛巾 2、浴巾 1、洗头挡水帽 1、沐浴露 1、洗发水 1、润肤霜 1、衣裤 2、梳子 1、收纳篮 1、防滑拖鞋 1、电吹风 1、滴露消毒液（标签）1、水桶 1、手消洗手液 1。
- (4) 真人模特 1、生活垃圾桶 1。

2.工作任务

- (1) 完成操作前的评估和沟通。
- (2) 完成照护失能老年人穿脱衣裤。
- (3) 完成照护失能老年人洗澡。
- (4) 完成为失能老年人消毒衣物。
- (5) 完成口述操作的注意事项。

3.技能要求

- (1) 能完成操作前的评估和沟通。
- (2) 能照护失能老年人穿脱衣裤。
- (3) 能照护失能老年人洗澡。
- (4) 能为失能老年人消毒衣物。
- (5) 能口述操作的注意事项。

4.质量指标

- (1) 规范完成操作前的评估和沟通。
- (2) 规范照护失能老年人穿脱衣裤。
- (3) 规范照护失能老年人洗澡。
- (4) 规范为失能老年人消毒衣物。
- (5) 正确口述操作的注意事项。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（2分）			
M1	2	（1）仪容仪表：妆容恰当，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（1分） （2）七步洗手法洗净双手。（1分）			
		2.解释沟通（2分）			

M2	2	(1) 解释操作目的。(1 分) (2) 与老年人沟通, 并取得同意。(1 分)			
		3.评估、安置体位 (2 分)			
M3	2	(1) 身体状况评估: 评估老年人身体及精神状况、饮食、睡眠、排泄需求等。(0.5 分) (2) 专项需求评估: 评估老年人四肢活动度及和坐姿稳固性及身体皮肤清洁度。(1 分) (3) 安置老年人体位: 协助老年人取舒适卧位。(0.5 分)			
		4.脱衣裤 (2 分)			
M4	2	(1) 将老年人搀扶至浴室, 坐稳于浴椅上, 换防滑拖鞋。(0.5) (2) 分别先后脱去老年人左右侧衣袖、裤子 (口述先脱健侧再脱患侧)。(1 分) (3) 将脱下衣服置于收纳篮内, 放置时不触及周围物品。(0.5 分)			
		5.照料洗澡 (口述) (3 分)			
M5	2	(1) 调节水温, 先开冷水再开热水, 水温保持 40-42°C。(0.5 分) (2) 助老年人戴洗头挡水帽, 用花洒喷头淋湿老年人头发, 取洗发水揉搓头发, 再用花洒喷头将洗发水泡沫充分冲洗干净, 用浴巾擦拭湿润的头发, 取下洗头挡水帽, 并用毛巾包裹头发。(0.5 分) (3) 用湿润的毛巾助老年人洗脸, 并用花洒喷头充分淋湿老年人身体皮肤, 用沐浴球蘸取沐浴露揉搓起泡, 并涂擦老年人身体各部位 (胸背部、双上肢、腹部、臀部、双下肢等), 用毛巾清洁会阴部。用花洒喷头冲净身体皮肤, 会阴部, 并用浴巾擦干老年人全身皮肤, (1 分)			
M6	1	(4) 协助穿衣裤, 涂抹润肤霜。用电吹风吹干头发并梳理, 回卧室休息。(0.5 分) (5) 用物归位, 照护员洗手。(0.5 分)			
		6.消毒衣物 (2 分)			
M7	2	(1) 配制消毒液: 取滴露消毒液, 在水桶内按比例配制消毒水。(0.5 分) (2) 消毒衣物: 将有污渍的衣物先预洗, 洗去污渍后再浸泡于消毒消夜中。(0.5 分)			

		(3) 清洗晾干衣物: 取出浸泡消毒的衣物, 在流动水中清洗干净, 晾干。(0.5 分) (4) 整理衣物: 将晾干的衣物折叠、分类放置于衣柜内。(0.5 分)			
		7. 口述注意事项 (2 分)			
M8	2	(1) 洗澡时先开冷水再开热水, 水温适宜。防止烫伤。(0.5 分) (2) 穿脱衣过程中动作轻柔, 无硬拉硬拽, 防老年人受伤。(0.5 分) (3) 衣物消毒时消毒液浓度配制准确。(0.5 分) (4) 发挥老年人残存功能, 鼓励老年人独立完成能够完成的日常生活技能。(0.5 分)			
合计 配分	15	合计得分			

三、试题名称: 为失能老年人洗脸、更换外套并清洁整理居室桌面 (考核时间: 10 min)

(一) 试题单

1. 场地设备要求

- (1) 护理床 1, 床垫 1、含床上用品 (床褥、床单、盖被、枕头加套)。
- (2) 床旁桌 1、床旁椅 1。
- (3) 脸盆 1、小毛巾 1、润肤霜 1、浴巾 1、外套 2、抹布 1、水桶 1、手消洗手液 1、生活垃圾桶 1。
- (4) 真人模特 1。

2. 工作任务

- (1) 完成操作前的评估和沟通
- (2) 完成为失能老年人洗脸及更换外套。
- (3) 完成为失能老年人清洁整理居室桌面。
- (4) 完成口述操作的注意事项。

3. 技能要求

- (1) 能完成操作前的评估和沟通
- (2) 能为失能老年人洗脸及更换外套。
- (3) 能为失能老年人清洁整理居室桌面。
- (4) 能口述操作的注意事项。

4.质量指标

- (1) 规范完成操作前的评估和沟通
- (2) 规范为失能老年人洗脸及更换外套。
- (3) 规范为失能老年人清洁整理居室桌面。
- (4) 正确口述操作的注意事项。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（2分）			
M1	2	（1）仪容仪表：妆容恰当，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（1分） （2）七步洗手法洗净双手。（1分）			
		2.解释沟通（2分）			
M2	2	（1）解释操作目的。（1分） （2）与老年人沟通，并取得同意。（1分）			
		3.评估、安置体位（2分）			
M3	2	（1）身体状况评估：评估老年人身体及精神状况、饮食、睡眠、排泄需求等。（0.5分） （2）专项需求评估：评估老年人四肢活动度。（1分） （3）安置老年人体位：协助老年人取舒适卧位。（0.5分）			
		4.洗脸（2.5分）			
M4	2.5	（1）将脸盆（内有2/3温水）置于椅子上，水温适宜，将大毛巾围于老年人颈下，将小毛巾放于脸盆内湿润后挤干对折四层。（0.5分） （2）一手扶住老年人肩部，另一手持毛巾由内眼眶向外眼眶擦洗双眼。（0.5分） （3）毛巾清洗后再擦洗额部、鼻翼、脸颊，擦拭清洁为止。（1分） （4）毛巾清洗后再擦洗耳廓、耳后、颌下，擦拭清洁为止，涂抹润肤霜。（0.5分）			
		5.更换外套（2.5分）			
M5	2.5	（1）协助脱外套，（口述先脱健侧再穿患侧）。（0.5分） （2）协助穿衣袖：辨别衣服前后，并提拿正			

		确一手分别先后从左右侧袖口处伸入至衣肩部开口处,握住老年人左右侧手,穿好衣袖(口述先穿患侧再穿健侧)。(1.5分) (3) 整理衣服,整齐、合身,扣钮扣。(0.5分)			
		6.清洁整理居室桌面(2分)			
M6	2	(1) 整理桌面物品,使其摆放有序。(0.5分) (2) 水桶内放水 1/2 满,用抹布湿润后绞干。(0.5分) (3) 擦拭桌面和四周。(0.5分) (4) 抹布、水桶清洗干净晾干备用。(0.5分)			
		7. 口述注意事项(2分)			
M7	2	(1) 洗脸时先测水温,水温适宜,防止烫伤。(0.5分) (2) 穿衣过程中无硬拉硬拽,防止受伤。(0.5分) (3) 桌面应清洁整齐,物品有序放置。(0.5分) (4) 发挥老年人残存功能,鼓励老年人独立完成能够完成的日常生活技能。(0.5分)			
合计配分	15	合计得分			

四、试题名称：为失能老年人洗脸、更换套头衫及清洁整理居室地面（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- (1) 护理床 1, 床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- (2) 床旁桌 1、床旁椅 1。
- (3) 脸盆 1、小毛巾 1、套头衫 2、收纳篮 1、拖把 1、水桶 1、手消洗手液 1、生活垃圾桶 1。
- (4) 真人模特 1。

2.工作任务

- (1) 完成操作前的评估和沟通。
- (2) 完成为失能老年人洗脸及更换套头衫。
- (3) 完成为失能老年人清洁整理居室地面。
- (4) 完成口述操作的注意事项。

3.技能要求

- (1) 能完成操作前的评估和沟通。
- (2) 能为失能老年人洗脸及更换套头衫。
- (3) 能为失能老年人清洁整理居室地面。
- (4) 能口述操作的注意事项。

4.质量指标

- (2) 规范完成操作前的评估和沟通。
- (3) 规范为失能老年人洗脸及更换套头衫。
- (4) 规范为失能老年人清洁整理居室地面。
- (5) 正确口述操作的注意事项。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（2分）			
M1	2	(1) 仪容仪表：妆容恰当，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（1分） (2) 七步洗手法洗净双手。（1分）			
		2.解释沟通（2分）			
M2	2	(1) 解释操作目的。（1分） (2) 与老年人沟通，并取得同意。（1分）			
		3.评估、安置体位（2分）			
M3	2	(1) 身体状况评估：评估老年人身体及精神状况、饮食、睡眠、排泄需求等。（0.5分） (2) 专项需求评估：评估老年人四肢活动度及四肢肌力。（1分） (3) 安置老年人体位：协助老年人取坐位。（0.5分）			
		4.洗脸（2.5分）			
M4	2.5	(1) 将脸盆（口述内有 2/3 温水）置于椅子上，水温适宜，将大毛巾围于老年人颈下，将小毛巾放于脸盆内湿润后挤干对折四层。（0.5分） (2) 一手扶住老年人肩部，另一手持毛巾由内眼眶向外眼眶擦洗双眼（0.5分） (3) 毛巾清洗后再擦洗额部、鼻翼、脸颊，			

		擦拭清洁为止。(1分) (4) 毛巾清洗后再擦洗耳廓、耳后、颌下， 擦拭清洁为止。(0.5分)			
		5.更换套头衫(2.5分)			
M5	2.5	(1) 脱套衫：将套头衫的下端往上拉至胸部的位置，一只手托起老年人头部，一只手从背后抓紧套头衫的后领往前脱下衣身部分，露出头部，扶住老年人手臂，一只手拉住近侧袖口，先脱近侧(健侧)衣袖；后脱对侧(患侧)衣袖。(1分) (2) 穿套衫：辨别套头衫前后面，一只手从袖口处伸入至衣身开口处，握住老年人的手腕；将衣袖穿进手臂，先穿对侧(患侧)衣袖再穿近侧衣袖，一只手托起老年人头部；一只手握住衣身背部的下开口至领口部分往后套入头部，整理衣衫：协助老年人用手抓住套头衫往下拉，穿好整理平整。(1分) (3) 取出衣物，置于收纳篮内，放置时不触及周围物品。(0.5分)			
		6.清洁整理居室地面(2)			
M6	2	(1) 整理地面物品，使物品摆放有序，走道通畅无障碍物。(0.5分) (2) 水桶放水(口述 2/3 满)，将清洁拖把润湿后拧干。(0.5分) (3) 从居室内向外拖拭清洁，必要时用干拖把再拖拭，确保地面洁净无湿滑。(0.5分) (4) 拖把、水桶清洗干净晾干备用。(0.5分)			
		7. 口述注意事项(2分)			
M7	2	(1) 洗脸时测水温，水温适宜，防止烫伤。(0.5分) (2) 穿脱衣过程中无硬拉硬拽，先脱健侧，再脱患侧，防止受伤。(0.5分) (3) 居室地面保持清洁、干燥无湿滑。(0.5分) (4) 发挥老年人残存功能，鼓励老年人独立完成能够完成的日常生活技能。(0.5分)			
合计 配分	15	合计得分			

五、试题名称：为睡眠障碍的老年人整理居室、照护其睡眠并消毒衣物（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- （1）护理床 1，床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- （2）床旁桌 1、床旁椅 1。
- （3）水桶 1、滴露消毒液（标签）1、手消洗手液 1、生活垃圾桶 1。
- （4）真人模特 1。

2.工作任务

- （1）完成操作前的评估和沟通。
- （2）完成为睡眠障碍的老年人整理居室并照护其睡眠。
- （3）完成为老年人消毒衣物。
- （4）完成口述操作的注意事项。

3.技能要求

- （1）能完成操作前的评估和沟通。
- （2）能为睡眠障碍的老年人整理居室并照护其睡眠。
- （3）能为老年人消毒衣物。
- （4）能口述操作的注意事项。

4.质量指标

- （1）规范完成操作前的评估和沟通
- （2）规范为睡眠障碍的老年人整理居室并照护其睡眠。
- （3）规范为老年人消毒衣物。
- （4）正确口述操作的注意事项。

（二）评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（2分）			
M1	2	（1）仪容仪表：妆容恰当，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（1分） （2）七步洗手法洗净双手。（1分）			
		2.解释沟通（2分）			
M2	2	（1）解释操作目的。（1分） （2）与老年人沟通，并取得同意。（1分）			

		3.评估、安置体位（2分）			
M3	2	（1）身体状况评估：评估老年人身体及精神状况、饮食、睡眠、排泄需求等。（0.5分） （2）专项需求评估：评估老年人四肢活动度及牙齿、牙龈情况和清洁度。（1分） （3）安置老年人体位：协助老年人取坐位。（0.5分）			
		4.整理居室（2分）			
M4	2	（1）调整环境温湿度与光线：关闭门窗、拉好窗帘，保持室温夏季 26-28℃、冬季 18-22℃，湿度 50%-60%。开启地灯或小夜灯，避免强光干扰。（0.5分） （2）整理床铺舒适度：检查床褥软硬适中，拍松枕头并按老年人习惯调整高度，铺平被褥（冬季加厚、夏季轻薄），患侧肢体垫软枕保持功能位。（0.5分） （3）减少干扰因素：睡前开窗通风 10 分钟，关闭电视等噪音源。（0.5分） （4）安全措施：移走障碍物确保通道畅通，必要时放置便器减少起夜，支起床挡，预防坠床。（0.5分）			
		5.照护睡眠障碍的老年人（2.5分）			
M5	2.5	（1）心理调适：睡前与老年人沟通，倾听其担忧，通过深呼吸、冥想或温水泡脚帮助放松。避免讨论刺激性话题，保持情绪平稳。（1分） （2）生活习惯管理：固定作息时间，减少午睡（不超过 30 分钟），鼓励白天适度运动（如散步），但避免睡前剧烈活动。（0.5分） （3）饮食调整：晚餐清淡易消化，可适量补充含色氨酸的食物（如小米、香蕉），避免高糖或辛辣食物。睡前 1 小时饮用温蜂蜜水或酸枣仁茶助眠。（0.5分） （4）非药物干预：尝试轻柔按摩（如足底或背部）或白噪音（如雨声）辅助放松。避免睡前长时间看电视或使用电子设备。（0.5分）			
		6.消毒衣物（2.5分）			
M6	2.5	（1）配制消毒液：取滴露消毒液，在水桶内按比例配制消毒水。（0.5分） （2）消毒衣物：将有污渍的衣物先预洗，洗去污渍后再浸泡于消毒液中。（1分） （3）清洗晾干衣物：取出浸泡消毒的衣物，在流动水中清洗干净，晾干。（0.5分）			

		(4) 整理衣物：将晾干的衣物折叠、分类放置于衣柜内。(0.5 分)			
		7. 口述注意事项 (2 分)			
M7	2	(1) 避免擅自使用安眠药，需严格遵医嘱并监测副作用（如头晕、跌倒风险）。(0.5 分) (2) 关注药物影响与调整：评估老年人当前服用的药物（如降压药、支气管扩张剂等）是否影响睡眠，必要时与医生沟通调整用药时间或种类。(0.5 分) (3) 老年人衣物需按污染程度（如普通衣物、体液污染衣物）分开清洗，避免混洗导致病菌传播。(0.5 分) (4) 避免化学残留：需彻底漂洗，防止刺激皮肤。消毒后衣物应迅速烘干（60°C以上）或晾晒，避免潮湿环境滋生细菌。(0.5 分)			
合计配分	15	合计得分			

六、试题名称：与老年人愉快地沟通及阅读书报，并陪同开展书法活动（考核时间：10 min）

（一）试题单

1. 场地设备要求

- (1) 桌子 1、床旁椅 1。
- (2) 毛笔 1、墨汁 1、宣纸若干、老花眼镜 1、书法作品（图片）1、书报（若干）1。
- (3) 手消洗手液 1、生活垃圾桶 1。
- (3) 真人模特 1。

2. 工作任务

- (1) 完成操作前的评估和沟通。
- (2) 完成为老年人阅读书报及与老年人愉快沟通。
- (3) 完成陪同老年人开展书法休闲娱乐活动。
- (4) 完成口述操作的注意事项。

3. 技能要求

- (1) 能完成操作前的评估和沟通。
- (2) 能为老年人阅读书报及与老年人愉快沟通。
- (3) 能陪同老年人开展书法休闲娱乐活动。

(4) 能口述操作的注意事项。

4.质量指标

(1) 规范完成操作前的评估和沟通。

(2) 规范为老年人阅读书报及与老年人愉快沟通。

(3) 规范陪同老年人开展书法休闲娱乐活动。

(4) 正确口述操作的注意事项。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（2分）			
M1	2	(1) 仪容仪表：妆容恰当，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（1分） (2) 七步洗手法洗净双手。（1分）			
		2.解释沟通（2分）			
M2	2	(1) 解释操作目的。（1分） (2) 与老年人沟通，并取得同意。（1分）			
		3.评估、安置体位（2分）			
M3	2	(1) 身体状况评估：评估老年人身体及精神状况、饮食、睡眠、排泄需求等。（0.5分） (2) 专项需求评估：评估老年人四肢活动度、视力及兴趣和阅读取向。（1分） (3) 安置老年人体位：协助老年人坐于椅子上。（0.5分）			
		4.为老年人阅读书报（2分）			
M4	2	(1) 选择高度适宜的桌、椅。（0.5分） (2) 选择老年人感兴趣的书籍内容阅读。（0.5分） (3) 阅读速度缓慢，并不时询问老年人需求。（0.5分） (4) 阅读声音响亮、口齿清晰，让老年人能清晰听清。（0.5分）			
		5.与老年人愉快沟通（2.5分）			
M5	2.5	(1) 话题选择：选择老年人感兴趣的内容，如家庭、健身、过去的经历等，避免敏感话			

		题，如经济状况等。（0.5分） （2）耐心尊重：耐心倾听，避免打断老年人的话语，尊重老年人的意见，避免争论或强行说服。使用语言与肢体语言相结合，通过点头、微笑、或简单的回复，表示认真在听。（0.5分） （3）简单清晰：与老年人交谈时，使用简单清晰的语言，避免复杂或长句，语速、音量适中，句子结构简单明了，必要时用例子帮助解释。（1分） （4）辅助沟通：如听力或视力不佳的老年人，可使用助听器或老花眼镜等工具，或通过书写辅助沟通。（0.5分）			
		6.陪同老年人开展书法休闲娱乐活动（2.5）			
M6	2.5	（5）选择高度适宜的桌、椅，并准备笔墨和宣纸。（0.5分） （6）助老年人舒适坐于桌椅间，端正坐姿，必要时协助调整坐姿。（0.5分） （7）帮助老年人换纸、蘸墨，及时欣赏老年人的作品，鼓励老年人。（1分） （8）完毕收拾笔墨，清洗毛笔，擦拭桌子，保持环境整洁。（0.5分）			
		7. 口述注意事项（2分）			
M7	2	（1）活动场所地面清洁干燥无湿滑，防止老年人跌倒。（1分） （2）阅读材料应选择老年人感兴趣的内容，阅读时声音清晰。（0.5分） （3）陪同老年人书法时注意安全，活动时间适宜，不可过长。（0.5分）			
合计配分	15	合计得分			

七、试题名称：与老年人愉快地沟通及讲解新闻趣事，并陪同开展拼图活动（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- （1）桌子 1、床旁椅 1。
- （2）新闻趣事类杂志 1、拼图板 1、老花眼镜 1、手消洗手液 1、生活垃圾桶 1。
- （3）真人模特 1。

2.工作任务

- (1) 完成操作前的评估和沟通。
- (2) 完成与老年人愉快地沟通并为老年人讲解新闻趣事。
- (3) 完成陪同老年人开展拼图休闲娱乐活动。
- (4) 完成口述操作的注意事项。

3.技能要求

- (1) 能完成操作前的评估和沟通。
- (2) 能与老年人愉快地沟通并为老年人讲解新闻趣事。
- (3) 能陪同老年人开展拼图休闲娱乐活动。
- (4) 能口述操作的注意事项。

4.质量指标

- (1) 规范完成操作前的评估和沟通。
- (2) 规范完成与老年人愉快地沟通并为老年人讲解新闻趣事。
- (3) 规范陪同老年人开展拼图休闲娱乐活动。
- (4) 正确口述操作的注意事项。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（2分）			
M1	2	(1) 仪容仪表：妆容恰当，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（1分） (2) 七步洗手法洗净双手。（1分）			
		2.解释沟通（2分）			
M2	2	(1) 解释操作目的。（1分） (2) 与老年人沟通，并取得同意。（1分）			
		3.评估、安置体位（2分）			
M3	2	(1) 身体状况评估：评估老年人身体及精神状况、饮食、睡眠、排泄需求等。（0.5分） (2) 专项需求评估：评估老年人四肢活动度、视力及兴趣和阅读取向。（1分） (3) 安置老年人体位：协助老年人坐于椅子上。（0.5分）			

		4.与老年人愉快沟通（2.5 分）			
M4	2.5	（1）话题选择：选择老年人感兴趣的内容，如家庭、健身、过去的经历等，避免敏感话题，如经济状况等。（0.5 分） （2）耐心尊重：耐心倾听，避免打断老年人的话语，尊重老年人的意见，避免争论或强行说服。使用语言与肢体语言相结合，通过点头、微笑、或简单的回复，表示认真在听。（0.5 分） （3）简单清晰：与老年人交谈时，使用简单清晰的语言，避免复杂或长句，语速、音量适中，句子结构简单明了，必要时用例子帮助解释。（1 分） （4）辅助沟通：如听力或视力不佳的老年人，可使用助听器或老花镜等工具，或通过书写辅助沟通。（0.5 分）			
		5.为老年人讲解新闻趣事（2 分）			
M5	2	（1）选择高度适宜的桌、椅。（0.5 分） （2）选择内容积极向上、贴近老年人生活的新闻趣事。（0.5 分） （3）语言简化、通俗易懂进行讲解，并关注老年人的反馈。（0.5 分） （4）可引导老年人采用提问互动或分享经历的方式参与讨论。（0.5 分）			
		6.陪同老年人开展拼图休闲娱乐活动（2.5 分）			
M6	2.5	（1）选择高度适宜的桌、椅，助老年人舒适坐于桌椅间，端正坐姿，必要时协助调整坐姿。（0.5 分） （2）摆放老年人熟悉或感兴趣的图案拼图板。（0.5 分） （3）助老年人按颜色或图案进行简单的分类，让老年人拼图，适时对老年人寻找某个碎片困难时予以提示等。（1 分） （4）及时欣赏并肯定老年人拼好的图案；完毕收拾拼图，整理桌子，助老年人休息。（0.5 分）			
		7. 口述注意事项（2 分）			
M7	2	（1）活动场所地面清洁干燥无湿滑，防止跌倒。（1 分） （2）讲解新闻趣事应选择老年人感兴趣的内容，阅读时声音清晰。（0.5 分）			

		(3) 陪同老年人拼图时注意安全, 活动时间适宜, 不可过长。(0.5 分)			
合计 配分	15	合计得分			

八、试题名称：与老年人愉快地沟通及讲解新闻趣事，并陪同开展握力器健身运动（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- (1) 桌子 1、床旁椅 1。
- (2) 新闻趣事类杂志 1、弹簧式握力器 2、老花眼镜 1、手消洗手液 1、生活垃圾桶 1。
- (3) 真人模特 1。

2.工作任务

- (1) 完成操作前的评估和沟通。
- (2) 完成与老年人愉快地沟通及为老年人讲解新闻趣事。
- (3) 完成陪同老年人开展弹簧式握力器健身运动。
- (4) 完成口述操作的注意事项。

3.技能要求

- (1) 能完成操作前的评估和沟通。
- (2) 能与老年人愉快地沟通及为老年人讲解新闻趣事。
- (3) 能陪同老年人开展弹簧式握力器健身运动。
- (4) 能口述操作的注意事项。

4.质量指标

- (1) 规范完成操作前的评估和沟通。
- (2) 规范与老年人愉快地沟通及为老年人讲解新闻趣事。
- (3) 规范陪同老年人开展弹簧式握力器健身运动。
- (4) 正确口述操作的注意事项。

（二）评分表

测量分评分表

细则 编号	配分	评分细则描述	规定或 标称值	结果或 实际值	得分
		1.职业素养（2分）			

M1	2	(1) 仪容仪表：妆容恰当，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。(1分) (2) 七步洗手法洗净双手。(1分)			
		2.解释沟通 (2分)			
M2	2	(1) 解释操作目的。(1分) (2) 与老年人沟通，并取得同意。(1分)			
		3.评估、安置体位 (2分)			
M3	2	(1) 身体状况评估：评估老年人身体及精神状况、饮食、睡眠、排泄需求等。(0.5分) (2) 专项需求评估：评估老年人四肢活动度、视力及兴趣和阅读取向。(1分) (3) 安置老年人体位：协助老年人坐于椅子上。(0.5分)			
		4.与老年人愉快沟通 (2.5分)			
M4	2.5	(1) 话题选择：选择老年人感兴趣的内容，如家庭、健身、过去的经历等，避免敏感话题，如经济状况等。(0.5分) (2) 耐心尊重：耐心倾听，避免打断老年人的话语，尊重老年人的意见，避免争论或强行说服。使用语言与肢体语言相结合，通过点头、微笑、或简单的回复，表示认真在听。(0.5分) (3) 简单清晰：与老年人交谈时，使用简单清晰的语言，避免复杂或长句，语速、音量适中，句子结构简单明了，必要时用例子帮助解释。(1分) (4) 辅助沟通：如听力或视力不佳的老年人，可使用助听器或放大镜等工具，或通过书写辅助沟通。(0.5分)			
		5.为老年人讲解新闻趣事 (2分)			
M5	2	(1) 选择高度适宜、舒适的桌、椅。(0.5分) (2) 选择内容积极向上、贴近老年人生活的新闻趣事。(0.5分) (3) 语言简化、通俗易懂进行讲解，并关注老年人的反馈。(0.5分) (4) 可引导老年人采用提问互动或分享经历的方式参与讨论。(0.5分)			
		6.陪同老年人开展弹簧式握力器健身运动			

		(2.5 分)			
M6	2.5	(1) 选择坐位舒适的椅子, 周边无障碍物。(0.5 分) (2) 根据老年人握力情况, 调节弹簧式重量或阻力 (适中)。(0.5 分) (3) 协助老年人端正坐姿或站位, 双手各持一个握力器, 将手腕向上弯曲, 再向下伸展, 重复进行。(1 分) (4) 健身运动完毕适度放松和伸展手部, 以减轻肌肉紧张。(0.5 分)			
		7. 口述注意事项 (2 分)			
M7	2	(1) 活动场所地面清洁干燥无湿滑, 防止跌倒。(1 分) (2) 讲解新闻趣事应选择老年人感兴趣的内容, 阅读时声音清晰。(0.5 分) (3) 陪同老年人使用握力器时注意安全, 活动时间适宜, 不可过长。(0.5 分)			
合计配分	15	合计得分			

九、试题名称: 为老年人阅读书报, 并陪同开展剪纸活动和握力器健身运动 (考核时间: 10 min)

(一) 试题单

1. 场地设备要求

- (1) 桌子 1、床旁椅 1。
- (2) 书报 1、剪刀 1、彩纸若干、弹簧式握力器 2、老花眼镜 1、手消洗手液 1、生活垃圾桶 1。
- (3) 真人模特 1。

2. 工作任务

- (1) 完成操作前的评估和沟通。
- (2) 完成为老年人阅读书报。
- (3) 完成陪同老年人开展剪纸休闲娱乐活动。
- (4) 完成陪同老年人开展弹簧式握力器健身运动。
- (5) 完成口述操作的注意事项。

3. 技能要求

- (1) 能完成操作前的评估和沟通。

- (2) 能为老年人阅读书报。
- (3) 能陪同老年人开展剪纸休闲娱乐活动。
- (4) 能陪同老年人开展弹簧式握力器健身运动。
- (5) 能口述操作的注意事项。

4.质量指标

- (1) 规范完成操作前的评估和沟通。
- (2) 规范为老年人阅读书报。
- (3) 规范陪同老年人开展剪纸休闲娱乐活动。
- (4) 规范陪同老年人开展弹簧式握力器健身运动。
- (5) 正确口述操作的注意事项。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（2分）			
M1	2	（1）仪容仪表：妆容恰当，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（1分） （2）七步洗手法洗净双手。（1分）			
		2.解释沟通（2分）			
M2	2	（1）解释操作目的。（1分） （2）与老年人沟通，并取得同意。（1分）			
		3.评估、安置体位（2分）			
M3	2	（1）身体状况评估：评估老年人身体及精神状况、饮食、睡眠、排泄需求等。（0.5分） （2）专项需求评估：评估老年人四肢活动度、视力及兴趣和阅读取向。（1分） （3）安置老年人位：协助老年人坐于椅子上。（0.5分）			
		4.为老年人阅读书报（2分）			
M4	2	（1）选择舒适、高度适宜的桌、椅。（0.5分） （2）选择老年人感兴趣的书籍内容阅读。（0.5分） （3）阅读速度缓慢，并不时询问老年人需求。（0.5分） （4）阅读声音响亮、口齿清晰，让老年人能清晰听清。（0.5分）			

		5.陪同开展剪纸休闲娱乐活动（2.5 分）			
M5	2.5	（1）选择合适的桌子，助老年人坐于桌旁。（0.5 分） （2）选择简单对称的，且老年人喜欢的图案，如花朵、小动物等。（0.5 分） （3）协助并教会老年人折纸，并按图案形状用剪刀剪纸，直至完成作品。（1 分） （4）对老年人的作品和努力给予充分肯定和赞美，让他们感受到自己的价值。（0.5 分）			
		6.陪同老年人弹力式握力器健身运动(2.5 分)			
M6	2.5	（1）选择高度适宜的椅子，助老年人坐位舒适。（0.5 分） （2）选择弹簧式握力器并调节重量或阻力(适中)。（0.5 分） （3）协助老年人端正坐姿或站位，双手各持一个握力器，将手腕向上弯曲，再向下伸展，重复进行。（1 分） （4）健身运动完毕适度放松和伸展手部，以减轻肌肉紧张。（0.5 分）			
		7. 口述注意事项（2 分）			
M7	2	（1）老年人活动场所地面清洁干燥无湿滑，防止跌倒。（0.5 分） （2）剪纸过程中注意安全，防止受伤。（0.5 分） （2）阅读材料应选择老年人感兴趣的内容，阅读时声音清晰。（0.5 分） （3）陪同老年人剪纸及握力器训练时注意安全，活动时间适宜，不可过长。（0.5 分）			
合计 配分	15	合计得分			

十、试题名称：为老年人讲解新闻趣事，并陪同开展描图绘画活动和弹力带健身运动（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- （1）桌子 1、床旁椅 1。
- （2）新闻趣事类杂志 1、老花眼镜 1、铅笔若干、水彩笔若干、油画棒若干、橡皮擦 1、削笔刀 1、弹力带（红色或黄色）1、手消洗手液 1、生活垃圾桶 1。
- （3）油画棒作品（图片）1。

(4) 真人模特 1。

2.工作任务

- (1) 完成操作前的评估和沟通。
- (2) 完成为老年人讲解新闻趣事。
- (3) 完成陪同老年人开展描图绘画休闲娱乐活动。
- (4) 完成陪同老年人开展弹力带健身运动。
- (5) 完成口述操作的注意事项。

3.技能要求

- (1) 能完成操作前的评估和沟通。
- (2) 能为老年人讲解新闻趣事。
- (3) 能陪同老年人开展描图绘画休闲娱乐活动。
- (4) 能陪同老年人开展弹力带健身运动。
- (5) 能口述操作的注意事项。

4.质量指标

- (1) 规范完成操作前的评估和沟通。
- (2) 规范为老年人讲解新闻趣事。
- (3) 规范陪同老年人开展描图绘画休闲娱乐活动。
- (4) 规范陪同老年人开展弹力带健身运动。
- (5) 正确口述操作的注意事项。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（2分）			
M1	2	(1) 仪容仪表：妆容恰当，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（1分） (2) 七步洗手法洗净双手。（1分）			
		2.解释沟通（2分）			
M2	2	(1) 解释操作目的。（1分） (2) 与老年人沟通，并取得同意。（1分）			
		3.评估、安置体位（2分）			
M3	2	(1) 身体状况评估：评估老年人身体及精神状况、饮食、睡眠、排泄需求等。（0.5			

		分) (2) 专项需求评估: 评估老年人四肢活动度、视力及兴趣和阅读取向。(1 分) (3) 安置老年人体位: 协助老年人坐于椅子上。(0.5 分)			
		4.为老年人讲解新闻趣事 (2 分)			
M4	2	(1) 选择舒适、高度适宜的桌、椅。(0.5 分) (2) 选择内容积极向上、贴近老年人生活的新闻趣事。(0.5 分) (3) 语言简化、通俗易懂进行讲解, 并关注老年人的反馈。(0.5 分) (4) 可引导老年人采用提问互动或分享经历的方式参与讨论。(0.5 分)			
		5.陪同开展描图绘画休闲娱乐活动(2.5 分)			
M5	2.5	(1) 选择高度适宜的桌、椅。(0.5 分) (2) 根据老年人意愿选择描图绘画主题, 如风景、人物、动物等。(0.5 分) (3) 老年人描图过程中, 适时关注其进度, 发现某个线条描得比较困难时, 可给予一些小技巧, 较长的线可分段描绘。(1 分) (4) 对老年人的作品和努力给予充分肯定和赞美, 或展示描绘作用, 让他们感受到自己的价值。(0.5 分)			
		6.陪同老年人开展弹力带健身运动(2.5 分)			
M6	2.5	(1) 热身准备: 选择低阻力弹力带 (如黄色或红色), 进行 5-10 分钟热身, 原地踏步或手臂绕圈, 激活肌肉和关节。 (2) 肩部推举: 双脚踩住弹力带, 双手握两端向上推举, 锻炼肩部和手臂 (10-15 次/组)。 (3) 坐姿划船: 弹力带绕脚底, 双手向后拉至肩胛收紧, 强化背部 (10-15 次/组)。 (4) 运动后放松: 原地踏步或手臂绕圈, 促进恢复。			
		7. 口述注意事项 (2 分)			
M7	2	(1) 阅读材料应选择老年人感兴趣的内容, 阅读时声音清晰。(1 分) (2) 老年人活动场所地面清洁干燥无湿滑, 防止跌倒。(0.5 分) (3) 陪同老年人训练时注意安全, 动作缓慢, 避免过度拉伸, 活动时间适宜, 不可过			

		长。(0.5 分)			
合计 配分	15	合计得分			

〔照护病人起居〕

一、试题名称：为卧床病人口腔清洁、生活环境及物品清洁消毒，并对垃圾进行分类（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- （1）护理床 1，床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- （2）床旁桌 1、床旁椅 1。
- （3）可回收垃圾（图片）1、有害垃圾（图片）1、干垃圾（图片）1、湿垃圾（图片）1。
- （4）水杯 1、长棉棒 18 根、压舌板 2、弯盘 1、纱布若干、手电筒 1、中毛巾 1、纸巾 1。
- （5）抹布 1、水桶 1、生活垃圾桶 1、手消洗手液 1。
- （6）护理模拟人 1、口腔牙齿模型 1。

2.工作任务

- （1）完成操作前的评估和沟通。
- （2）完成为卧床病人采用棉棒法进行口腔清洁。
- （3）完成为病人生活环境及物品进行清洁消毒。
- （4）完成对各类垃圾进行分类。
- （5）完成口述操作的注意事项。

3.技能要求

- （1）能完成操作前的评估和沟通。
- （2）能为卧床病人采用棉棒法进行口腔清洁。
- （3）能为病人生活环境及物品进行清洁消毒。
- （4）能对各类垃圾进行分类。
- （5）能口述操作的注意事项。

4.质量指标

- （1）规范完成操作前的评估和沟通。
- （2）规范为卧床病人采用棉棒法进行口腔清洁。
- （3）规范为病人生活环境及物品进行清洁消毒。

(4) 规范对各类垃圾进行分类。

(5) 正确口述操作的注意事项。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（2分）			
M1	2	（1）仪容仪表：妆容恰当，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（1分） （2）七步洗手法洗净双手。（1分）			
		2.解释沟通（3分）			
M2	3	（1）解释操作目的。（1.5分） （2）与病人沟通，并取得同意。（1.5分）			
		3.评估、安置体位（3分）			
M3	3	（1）身体状况评估：评估病人身体及精神状况、饮食、睡眠、排泄需求等。（1分） （2）专项需求评估：评估病人牙齿、牙龈情况。（1分） （3）安置病人体位：协助病人取平卧位，头偏向操作者一侧。（1分）			
		4.棉棒法口腔清洁（3分）			
M4	3	（1）清洁前准备：用温水倒入口杯使棉棒湿润；铺毛巾于病人颌下，并放置弯盘。（0.5分） （2）用棉棒擦拭口唇并助病人漱口，并用压舌板、手电筒检查口腔。（0.5分） （3）有义齿用纱布包裹取下，并在流动水下清洗，放于冷开水中备用（口述）。（0.5分） （4）棉棒纵向擦拭左右上、下侧牙至门齿；螺旋形擦拭左右上下咬合面；擦拭左右颊部；上腭、舌面前 1/3 处“Z”形向门齿擦拭；擦拭舌下舌系带。（0.5分） （5）观察口腔助漱口，擦净病人口周水迹，清点棉棒数量。 （6）撤用物，助病人卧位舒适。用物归位，照护员洗手。（0.5分）			
		5.空气、桌椅清洁消毒（3分）			
M5	3	（1）开窗通风 30 分钟（口述）。（1分） （2）取水桶配制 250mg/L 含有效氯消毒液，			

		将抹布浸湿。(1分) (3) 用湿润抹布擦拭消毒桌子、椅子, 30 分钟后再用清水擦拭。(1分)			
		6.垃圾进行分类(3分)			
M6	3	(1) 可回收垃圾(图片)分类放置正确。(1分) (2) 有害垃圾(图片)分类放置正确。(1分) (3) 干垃圾(图片)分类放置正确。(1分)			
		7. 口述注意事项(3分)			
M7	3	(1) 口腔清洁棉棒不过湿, 口腔内无棉絮遗漏。(1分) (2) 物品消毒浓度准确。(1分) (3) 了解垃圾分类标准, 正确投放, 避免混放。(1分)			
合计 配分	20	合计得分			

二、试题名称：为卧床病人床上擦浴、生活环境及物品清洁消毒，并对垃圾进行分类（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- (1) 护理床 1, 床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- (2) 床旁桌 1、床旁椅 1。
- (3) 可回收垃圾（图片）1、有害垃圾（图片）1、湿垃圾（图片）1、干垃圾（图片）1。
- (4) 脸盆 2、小毛巾 3、浴巾 1、衣裤 2、收纳篮 1、润肤霜 1、抹布 1、水桶 2。
- (5) 生活垃圾桶 1、手消洗手液 1。
- (6) 护理模拟人 1。

2.工作任务

- (1) 完成操作前的评估和沟通。
- (2) 完成为卧床病人床上擦浴（上半身）。
- (3) 完成为病人生活环境及物品清洁消毒。
- (4) 完成对垃圾进行分类。
- (5) 完成口述操作的注意事项。

3.技能要求

- (1) 能完成操作前的评估和沟通。

- (2) 能为卧床病人床上擦浴（上半身）。
- (3) 能为病人生活环境及物品清洁消毒。
- (4) 能对垃圾进行分类。
- (5) 能口述操作的注意事项。

4.质量指标

- (1) 规范完成操作前的评估和沟通。
- (2) 规范为卧床病人床上擦浴（上半身）。
- (3) 规范为病人生活环境及物品清洁消毒。
- (4) 规范对垃圾进行分类。
- (5) 规范口述操作的注意事项。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（2分）			
M1	2	(1) 仪容仪表：妆容恰当，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（1分） (2) 七步洗手法洗净双手。（1分）			
		2.解释沟通（2分）			
M2	2	(1) 解释操作目的。（1分） (2) 与病人沟通，并取得同意。（1分）			
		3.评估、安置体位（3分）			
M3	3	(1) 身体状况评估：评估病人身体及精神状况、饮食、睡眠、排泄需求等。（1分） (2) 专项需求评估：评估病人牙齿、牙龈情况。（1分） (3) 安置病人体位：协助病人取卧位，头偏向操作者一侧。（1分）			
		4.床上擦浴（脸部、胸腹背部）（4分）			
M4	2	(1) 擦拭脸部：盆内加温水，调节水温适合（试水温），枕上垫浴巾，解开上衣第一钮扣。（1分） (2) 毛巾湿润后挤干。擦拭脸部：眼睛→前额→鼻部→脸颊→耳前后→下颌→颈部（含后颈部）。（1分）			

M5	2	(3)擦拭胸腹背部:脱上衣(先健侧后患侧),胸腹部铺盖浴巾并将手臂用浴巾包裹。毛巾湿润后挤干,将毛巾包裹于手掌,打开上衣包裹的浴巾,从掌心侧指尖处向肩部擦拭到腋下(肘窝、腋窝皮肤褶皱处横向多擦拭),(口述)二湿一干,对侧同样的方法擦拭;(1分) (4)换水,胸部腹部擦拭干净,翻身后擦拭背腰及臀部,涂抹润肤霜,取下污衣置于收纳篮内,帮助穿上干净衣物(先穿患侧,再穿健侧)。(0.5分) (5)用物处理、归位,照护员洗手。(0.5分)			
		5.生活环境及物品清洁消毒(4分)			
M6	2	(1)开窗通风30分钟(口述)。(1分) (2)水桶配制250mg/L含有效氯消毒液,将抹布浸湿润。(1分)			
M7	2	(3)用湿润抹布擦拭消毒桌子、椅子、门把手等,按“从上到下、从内到外”顺序擦拭高频接触区域。(1分) (4)30分钟后再用清水擦拭,抹布、水桶清洁晾干备用。(1分)			
		6.垃圾进行分类(3分)			
M8	3	(1)可回收垃圾(图片)分类正确。(0.5分) (2)有害垃圾(图片)分类正确。(0.5分) (3)湿垃圾(图片)分类正确。(1分) (4)干垃圾(图片)分类正确。(1分)			
		7.口述注意事项(2分)			
M9	2	(1)床上擦浴动作轻柔,水温适宜,防止损伤和烫伤。(1分) (2)消毒液配制浓度正确。(0.5分) (3)了解垃圾分类标准,正确投放,避免混放。(0.5分)			
合计 配分	20	合计得分			

三、试题名称:为卧床病人床上擦浴,实施床旁消毒隔离(考核时间:10 min)

(一) 试题单

1.场地设备要求

- (1) 护理床 1、床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- (2) 床旁桌 1、床旁椅 1。
- (3) 脸盆 2、小毛巾 3、浴巾 1、衣裤 2、收纳篮 1。
- (4) 抹布 1、水桶 2、口罩 1、帽子 1、一次性手套 1、医疗垃圾袋 1、床旁隔离标志 1。
- (5) 含氯消毒液（标签）1、手消洗手液 1、生活垃圾桶 1。
- (6) 护理模拟人 1。

2.工作任务

- (1) 完成操作前的评估和沟通。
- (2) 完成为卧床病人床上擦浴（下半身）。
- (3) 完成为病人实施床旁消毒隔离。
- (4) 完成口述操作的注意事项。

3.技能要求

- (1) 能完成操作前的评估和沟通。
- (2) 能为卧床病人床上擦浴（下半身）。
- (3) 能为病人实施床旁消毒隔离。
- (4) 能口述操作的注意事项。

4.质量指标

- (1) 规范完成操作前的评估和沟通。
- (2) 规范为卧床病人床上擦浴（下半身）。
- (3) 规范为病人实施床旁消毒隔离。
- (4) 正确口述操作的注意事项。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（2分）			
M1	2	(1) 仪容仪表：妆容恰当，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（1分） (2) 七步洗手法洗净双手。（1分）			
		2.解释沟通（3分）			
M2	3	(1) 解释操作目的。（1.5分） (2) 与病人沟通，并取得同意。（1.5分）			

		3.评估、安置体位（3分）			
M3	3	（1）身体状况评估：评估病人身体及精神状况、饮食、睡眠、排泄需求等。（1分） （2）专项需求评估：评估病人四肢活动度及会阴部皮肤情况、传染（疑似）种类。（1分） （3）安置病人体位：协助病人取卧位。（1分）			
		4.为卧床病人床上擦浴（下半身）（4分）			
M4	2	（1）准备温水，温度适宜，臀下铺浴巾，助病人脱裤子（污裤子置于收纳篮内），湿润毛巾挤干，从前往后擦拭会阴部。（1分） （2）换毛巾，铺浴巾于下肢，从脚背处向上擦拭至大腿根部，从脚跟处向上擦至大腿根部（腘窝处横向多擦拭），从内踝擦至腹股沟处（腹股沟处横向多擦拭）。助穿裤子（口述先穿患侧，再穿健侧、先穿对侧再穿近侧）。（1分）			
M5	2	（3）助病人屈膝并拉起裤管，脚下垫浴巾，盆置于二脚间，将脚分别放于盆内清洗干净擦干。（1分） （4）整理床位，助病人取舒适卧位。（0.5分） （5）用物处理、归位，照护员洗手。（0.5分）			
		5.床旁消毒隔离措施（5分）			
M6	2	（1）穿戴并设置标志：家庭照护员戴口罩、帽子，床旁挂置“床旁隔离”标志。（1分） （2）空气消毒：每日自然通风2-3次，每次不少于30分钟；采用空气净化消毒器等（口述）。（1分）			
M7	3	（3）物体表面消毒：常接触的物体表面如床栏、床头桌、呼叫按钮等使用500-1000mg/L浓度含氯消毒液擦拭。30分钟后再用清水擦拭。（1分） （4）病人用品消毒：衣物、床单、被套等使用500-1000mg/L含氯消毒液浸泡30分钟后清洗、晾干备用。（1分） （5）餐具、水杯等消毒柜或煮沸消毒、专人专用。（1分）			
		6.口述注意事项（3分）			
M8	3	（1）会阴擦拭应从前往后、从外向里擦拭；擦拭时注意保暖、保护隐私。（1分） （2）空气消毒时应做好病人的保护，关闭门窗，消毒后开窗通风。（1分） （3）床边隔离区域不可随意出入，区域内物品			

		专人专用，不可外借他人使用。（1 分）			
合计 配分	20	合计得分			

四、试题名称：为卧床病人清洁会阴，实施床旁消毒隔离，并对垃圾进行分类（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- （1）护理床 1，床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- （2）床旁桌 1、床旁椅 1。
- （3）可回收垃圾（图片）、有害垃圾（图片）、干垃圾（图片）、湿垃圾（图片）各 1 张。
- （4）一次性护理垫 2、一次性手套 1、口罩 1、帽子 1、中毛巾 1、脸盆 1。
- （5）抹布 1、水桶 1、生活垃圾桶 1、床旁隔离标志 1、医疗垃圾袋 1、手消洗手液 1、含氯消毒液（标签）1。
- （6）护理模拟人 1。

2.工作任务

- （1）完成操作前的评估和沟通。
- （2）完成为卧床病人清洁会阴。
- （3）完成为病人实施床旁消毒隔离。
- （4）完成对垃圾进行分类处理。
- （5）完成口述操作的注意事项。

3.技能要求

- （1）能完成操作前的评估和沟通。
- （2）能为卧床病人清洁会阴。
- （3）能为病人实施床旁消毒隔离。
- （4）能对垃圾进行分类处理。
- （5）能口述操作的注意事项。

4.质量指标

- （1）规范完成操作前的评估和沟通。
- （2）规范为卧床病人清洁会阴。
- （3）规范为病人实施床旁消毒隔离。
- （4）规范对垃圾进行分类处理。

(5) 规范口述操作的注意事项。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（2分）			
M1	2	（1）仪容仪表：妆容恰当，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（1分） （2）七步洗手法洗净双手。（1分）			
		2.解释沟通（3分）			
M2	3	（1）解释操作目的。（1.5分） （2）与病人沟通，并取得同意。（1.5分）			
		3.评估、安置体位（3分）			
M3	3	（1）身体状况评估：评估病人身体及精神状态、饮食、睡眠、排泄需求等。（1分） （2）专项需求评估：评估病人四肢活动度及传染（疑似）种类。（1分） （3）安置病人体位：协助病人取卧位。（1分）			
		4.清洁会阴（3分）			
M4	3	（1）备好温水，水温适宜；环境温暖私密。（0.5分） （2）体位安置：铺护理垫、协助老人仰卧屈膝，双腿稍分开、浴巾盖在腿上保暖。（0.5分） （3）擦洗顺序：戴手套后，用湿毛巾从阴阜向下轻柔擦洗（尿道口→阴道口→肛门），再清洁两侧腹股沟，边擦边转动毛巾避免重复污染。（1分） （4）整理收尾：撤去尿垫，用干毛巾擦干会阴部，更换清洁尿垫，协助穿裤并整理用物。照护员洗手。（1分）			
		5.床旁消毒隔离（3分）			
M5	3	（1）穿戴并设置标识：家庭照护员戴口罩、帽子，床旁挂置“床边隔离”标识。（0.5分） （2）空气消毒：每日自然通风2-3次，每次不少于30分钟；采用空气净化消毒器等。（0.5分） （3）物体表面消毒：常接触的物体表面如床栏、床头桌、呼叫按钮等使用1000mg/L浓度			

		含有效氯消毒液擦拭。(1分) (4) 病人用品消毒: 衣物、床单、被套等使用 1000mg/L 含有效氯消毒液浸泡 30 分钟后清洗、晾干备用。(0.5分) (5) 餐具、水杯等消毒柜或煮沸消毒、专人专用。(0.5分)			
		6.垃圾分类处理 (3分)			
M6	3	(1) 可回收垃圾 (图片) 分类正确。(1分) (2) 有害垃圾 (图片) 分类正确。(1分) (3) 干垃圾 (图片) 分类正确。(1分)			
		7. 口述注意事项 (3分)			
M7	3	(1) 床边隔离区域不可随意出入, 区域内物品专人专用, 不可外借他人使用。(1分) (2) 会阴护理时注意保护病人的隐私, 体现人文关怀。(1分) (3) 正确投放垃圾, 避免混放。(1分)			
合计 配分	20	合计得分			

五、试题名称: 为卧床病人进行口腔清洁, 实施床旁消毒隔离 (考核时间: 10 min)

(一) 试题单

1.场地设备要求

- (1) 护理床 1, 床垫 1、含床上用品 (床褥、床单、盖被、枕头加套)。
- (2) 床旁桌 1、床旁椅 1。
- (3) 水杯 1、棉棒 18 根、压舌板 2、弯盘 1、纱布若干、手电筒 1、中毛巾 1、纸巾 1。
- (4) 抹布 1、水桶 1、一次性手套 1、口罩 1、帽子 1、床旁隔离标志 1、医疗垃圾袋 1。
- (5) 含氯消毒液 (标签) 1、手消洗手液 1、垃圾生活桶 1。
- (6) 护理模拟人 1、口腔牙齿模型 1。

2.工作任务

- (1) 完成操作前的评估和沟通。
- (2) 完成为卧床病人棉棒法口腔清洁。
- (3) 完成为病人实施床旁消毒隔离。
- (4) 完成口述操作的注意事项。

3.技能要求

- (1) 能完成操作前的评估和沟通。
- (2) 能为卧床病人棉棒法口腔清洁。
- (3) 能为病人实施床旁消毒隔离。
- (4) 能口述操作的注意事项。

4.质量指标

- (1) 规范完成操作前的评估和沟通。
- (2) 规范为卧床病人棉棒法口腔清洁。
- (3) 规范为病人实施床旁消毒隔离。
- (4) 正确口述操作的注意事项。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（2分）			
M1	2	(1) 仪容仪表：妆容恰当，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（1分） (2) 七步洗手法洗净双手。（1分）			
		2.解释沟通（3分）			
M2	3	(1) 解释操作目的。（1.5分） (2) 与病人沟通，并取得同意。（1.5分）			
		3.评估、安置体位（3分）			
M3	3	(1) 身体状况评估：评估病人身体及精神状况、饮食、睡眠、排泄需求等。（1分） (2) 专项需求评估：评估病人牙齿、牙龈情况及传染（疑似）种类。（1分） (3) 安置病人体位：协助病人取卧位，头偏向操作者一侧。（1分）			
		4.棉棒法口腔清洁（5分）			
M4	2	(1) 清洁前准备：用温水倒入口杯使棉棒湿润；铺毛巾于病人颌下，并放置弯盘。（0.5分） (2) 用棉棒擦拭口唇并助病人漱口，并用压舌板、手电筒检查口腔。（0.5分） (3) 有义齿用纱布包裹取下，并在流动水下清洗，放于冷开水中备用（口述）。（1分）			

M5	3	(4) 棉棒纵向擦拭左右上、下侧牙至门齿；螺旋形擦拭左右上下咬合面；擦拭左右颊部。(1 分) (5) 上腭、舌面前 1/3 处“Z”形向门齿擦拭；擦拭舌下舌系带。(1 分) (6) 观察口腔助漱口，擦净病人口周水迹，清点棉棒数量；撤用物，助病人卧位舒适。(1 分)			
		5.床边消毒隔离 (4)			
M6	2	(1) 穿戴并设置标识：家庭照护员戴口罩、帽子，床旁挂置“床边隔离”标识。(1 分) (2) 空气消毒：每日自然通风 2-3 次，每次不少于 30 分钟；采用空气净化消毒器等。(0.5 分) (3) 物体表面消毒：常接触的物体表面如床栏、床头桌、呼叫按钮等使用 1000mg/L 浓度含有效氯消毒液擦拭。(0.5 分)			
M7	2	(4) 病人用品消毒：衣物、床单、被套等使用 1000mg/L 含有效氯消毒液浸泡 30 分钟后清洗、晾干备用。(1 分) (5) 餐具、水杯等消毒柜或煮沸消毒、专人专用。(1 分)			
		6. 口述注意事项 (3 分)			
M8	3	(1) 口腔清洁棉棒湿度适宜，口腔内无棉絮遗留。(1 分) (2) 空气消毒时应关闭门窗，消毒后开窗通风。(1 分) (3) 床边隔离区域不可随意出入，区域内物品专人专用，不可外借他人使用。(1 分)			
合计配分	20	合计得分			

六、试题名称：轮椅转运病人陪同就诊，协助主诉病情（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- (1) 护理床 1，床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- (2) 床旁桌 1、床旁椅 1。
- (3) 轮椅 1、毛毯 1、矿泉水 1、纸巾 1、手消洗手液 1。
- (4) 医保卡（图片）1、病历卡（图片）1、老年手机（图片）1、银行卡（图

片) 1。

(5) 真人模特 1。

2.工作任务

工作情景：李奶奶，76岁，行动不便，患有慢性阻塞性肺病，近一周出现咳嗽，夜间比白天厉害，导致夜间睡眠不好，白天感头晕，三天前晨起咳嗽咳痰加剧，且痰不易咳出，出现气短、稍有呼吸困难等症状，今由家庭照护员陪同就医。

考生需完成的工作任务：

- (1) 完成操作前的评估和沟通。
- (2) 完成为卧床病人转移至轮椅。
- (3) 完成陪同病人就诊，协助挂号、主诉病情、缴费、取药。
- (4) 完成口述操作注意事项。

3.技能要求

- (1) 能完成操作前的评估和沟通。
- (2) 能为卧床病人转移至轮椅。
- (3) 能陪同病人就诊，协助挂号、主诉病情、缴费、取药。
- (4) 能口述操作注意事项。

4.质量指标

- (1) 规范完成操作前的评估和沟通。
- (2) 规范为卧床病人转移至轮椅。
- (3) 规范陪同病人就诊，协助挂号、主诉病情、缴费、取药。
- (4) 正确口述操作注意事项。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养 (2分)			
M1	2	(1) 仪容仪表：妆容恰当，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。(1分) (2) 七步洗手法洗净双手。(1分)			
		2.解释沟通 (2分)			
M2	2	(1) 解释操作目的。(1分) (2) 与病人沟通，并取得同意。(1分)			

		3.评估、安置体位（3分）			
M3	3	（1）身体状况评估：评估病人身体及精神状况、饮食、睡眠、排泄需求等。（1分） （2）专项需求评估：评估病人四肢活动度及四肢肌力。（1分） （3）安置病人体位：协助病人取坐位。（1分）			
		4.病人由床转移至轮椅（3分）			
M4	3	（1）检查轮椅各部件功能完好（尤其刹闸、安全保护带）。（0.5分） （2）轮椅放置位置正确，刹闸、助病人穿衣裤、穿鞋。（0.5分） （3）协助病人起床、站立稳妥，动作轻柔、准确。（0.5分） （4）病人转移至轮椅平稳、安全。（0.5分） （5）病人双脚置于脚踏板上、系安全带方法正确（口述松紧一拳为宜）。（0.5分） （6）助病人背往轮椅后背靠，稳坐于轮椅上，按需盖毛毯。（0.5分）			
		5.陪同病人就诊挂号（2.5分）			
M5	2.5	（1）准备好就诊用物，陪同病人至医疗机构。（0.5分） （2）协助病人用社保卡、病历卡排队挂号或自动挂号机挂号，取得挂号单。（1.5分） （3）取挂号单、病历卡至专科门诊室就诊。（0.5分）			
		6.协助病人主诉病情（2.5分）			
M6	2.5	（1）病人患有慢性阻塞性肺病。（1分） （2）病人现有症状：三天前晨起咳嗽咳痰加剧，且痰不易咳出，出现气短、稍有呼吸困难等症状等。（1.5分）			
		7.为病人缴费、取药（3分）			
M7	3	（1）交费：助病人交纳挂号费、诊疗费、药费，并核对结算清单。（1分） （2）取药：至药房取药，并与就医记录是否相符。（1分） （3）告知：与病人交待就诊发票支付费用准确，告知服药方法及注意事项。（1分）			
		8.口述注意事项（2分）			
M8	2	（1）轮椅转移前检查轮椅刹闸、安全保护带等，保持性能良好，转运过程中注意老年人安全，			

		防跌倒。(0.5 分) (2) 主诉病情全面、真实、无遗漏。(0.5 分) (3) 陪同就诊时注意病人安全, 费用结算、按医嘱取药准确, 病人财物无失落、遗忘。(1 分)			
合计 配分	20	合计得分			

七、试题名称: 轮椅转运病人办理住院手续, 协助主诉病情 (考核时间: 10 min)

(一) 试题单

1. 场地设备要求

- (1) 护理床 1, 床垫 1、含床上用品 (床褥、床单、盖被、枕头加套)。
- (2) 床旁桌 1、床旁椅 1。
- (3) 轮椅 1、毛毯 1、矿泉水 1、纸巾 1、手消洗手液 1。
- (4) 医保卡 (图片) 1、病历卡 (图片) 1、老年手机 (图片) 1、银行卡 (图片) 1。
- (5) 真人模特 1。

2. 工作任务

工作情景: 张奶奶, 78, 行动不便, 平时轮椅出行, 患有慢性阻塞性肺病, 近期肺部感染症状明显, 服用止咳糖浆无效遂去医院就诊, 医生嘱住院治疗。

考生需完成的工作任务:

- (1) 完成操作前的评估和沟通。
- (2) 完成将卧床病人转移至轮椅就医, 并协助主诉病情。
- (3) 完成为病人办理住院手续。
- (4) 完成口述操作注意事项。

3. 技能要求

- (1) 能完成操作前的评估和沟通。
- (2) 能将卧床病人转移至轮椅就医, 并协助主诉病情。
- (3) 能为病人办理住院手续。
- (4) 能口述操作注意事项。

4. 质量指标

- (1) 规范完成操作前的评估和沟通。
- (2) 规范将卧床病人转移至轮椅就医, 并协助主诉病情。
- (3) 规范为病人办理住院手续。
- (4) 正确口述操作注意事项。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（2分）			
M1	2	（1）仪容仪表：妆容恰当，衣着、发饰整洁，不违规佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（1分） （2）七步洗手法洗净双手。（1分）			
		2.解释沟通（2分）			
M2	2	（1）解释操作目的。（1分） （2）与病人沟通，并取得同意。（1分）			
		3.评估（2分）			
M3	2	（1）身体状况评估：评估病人身体及精神状况、饮食、睡眠、排泄需求等。（1分） （2）专项需求评估：评估病人四肢活动度及四肢肌力。（1分）			
		4.床转移至轮椅（6分）			
M4	2	（1）检查轮椅各部件功能完好（1分）。 （2）轮椅放置位置正确，刹闸、助病人穿衣裤、穿鞋。（1分）			
M5	2	（1）协助病人起床、站立稳妥，动作轻柔、准确。（1分） （2）病人转移至轮椅平稳、安全。（1分）			
M6	2	（1）病人双脚置于脚踏板上、系安全带方法正确（口述松紧一拳为宜）。（1分） （2）助病人背往轮椅后背靠，稳坐于轮椅上，按需盖毛毯。（1分）			
		5.协助病人主诉病情（2分）			
M7	2	（1）患有慢性阻塞性肺病，近期肺部感染症状明显。（1分） （2）服用止咳糖浆无效。（1分）			
		6.办理住院手续（4分）			
M8	2	（1）携带医生开具的住院证、医保卡等。（1分） （2）到住院处收费窗口缴纳住院押金，并办理入院手续。（1分）			
M9	2	（3）前往住院部对应的病区，找到护士站进行办理入院手续等相关事宜。（1分） （4）携带必要的生活用品等，了解病房规			

		章制度。(1分)			
		7. 口述注意事项(2分)			
M10	2	(1) 轮椅转移前检查轮椅刹闸、安全保护带等,保持性能良好。(1分) (2) 转运过程中注意老年人安全,防跌倒。(1分)			
合计 配分	20	合计得分			

八、试题名称:协助病人使用开塞露排便、给予改善睡眠的建议、办理出院手续
(考核时间:10 min)

(一) 试题单

1. 场地设备要求

- (1) 护理床 1, 床垫 1、含床上用品(床褥、床单、盖被、枕头加套)。
- (2) 床旁桌 1、床旁椅 1。
- (3) 开塞露 1、卫生纸若干、一次性护理垫 1、手消洗手液 1、生活垃圾桶 1。
- (4) 医保卡(图片) 1、病历卡(图片) 1、老年手机(图片) 1、银行卡(图片) 1。
- (5) 护理模拟人 1。

2. 工作任务

工作情景:李奶奶,76岁,最近由于高血压病住院治疗,病情好转了今日出院。近日出现了大便干结,排便困难,影响了日常生活和睡眠质量。医生建议调节饮食结构并用开塞露缓解不适。

考生需完成的工作任务:

- (1) 完成操作前的评估和沟通。
- (2) 完成协助病人使用开塞露排便。
- (3) 完成口述给予病人改善睡眠的建议。
- (4) 完成口述协助病人办理出院手续。
- (5) 完成口述操作注意事项。

3. 技能要求

- (1) 能完成操作前的评估和沟通。
- (2) 能协助病人使用开塞露排便。
- (3) 能口述给予病人改善睡眠的建议。
- (4) 能口述协助病人办理出院手续。

(5) 能口述操作注意事项。

4.质量指标

- (1) 规范完成操作前的评估和沟通。
- (2) 规范协助病人使用开塞露排便。
- (3) 正确口述给予病人改善睡眠的建议。
- (4) 正确口述协助病人办理出院手续。
- (5) 正确口述操作注意事项。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（2分）			
M1	2	(1) 仪容仪表：妆容恰当，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（1分） (2) 七步洗手法洗净双手。（1分）			
		2.解释沟通（2分）			
M2	2	(1) 解释操作目的。（1分） (2) 与病人沟通，并取得同意。（1分）			
		3.评估（2分）			
M3	3	(1) 身体状况评估：评估病人身体及精神状况、饮食、睡眠、排泄需求等。（1分） (2) 专项需求评估：评估病人排便及睡眠情况。（1分）			
		4.协助病人使用开塞露排便（4分）			
M4	2	(1) 体位准备：协助病人取左侧卧位，双膝屈曲，臀下铺一次性尿垫，充分暴露肛门。（1分） (2) 润滑与插入：打开开塞露顶盖，挤出少量药液润滑管口及肛门。缓慢插入肛门约2.5-4厘米，深度需确保药液到达直肠。（1分）			
M5	2	(3) 注药与保留：挤压球部将药液全部注入，同时嘱病人深呼吸放松。注药后拔出开塞露，用卫生纸按压肛门10分钟，避免立即排便以增强药效。（1分） (4) 观察反应：操作中注意病人反应（如面色、呼吸），排便后协助清洁肛周，取舒适体位休息。（0.5分）			

		(5) 用物处理、归位, 照护员洗手。(0.5 分)			
		5.改善睡眠的建议 (4 分)			
M6	2	(1) 规律作息: 固定入睡和起床时间, 调节生物钟。(1 分) (2) 优化环境: 保持卧室安静、黑暗, 温度 20-22℃, 湿度 40%-60%。(1 分)			
M7	2	(3) 调整饮食: 晚餐清淡, 睡前喝温牛奶, 避免咖啡因和酒精。(1 分) (4) 适度运动: 白天散步、打太极拳, 但避免睡前剧烈活动。(1 分)			
		6.办理出院手续 (4 分)			
M8	2	(1) 确认收到医生开具出院医嘱、病历、出院小结、用药清单等资料。(1 分) (2) 费用结算与医保报销: 携带住院押金收据、医保卡等证件到出院窗口结算费用, 核对清单并办理医保报销。(1 分)			
M9	2	(3) 听取医护人员健康宣教与用药指导: 出院后用药 (如剂量、副作用)、血压监测频率、饮食控制 (低盐低脂)。(1 分) (4) 离院安排与复诊: 领取出院带药和证明, 安排交通工具 (行动不便者可申请护送服务), 并确认复诊时间。(1 分)			
		7. 口述注意事项 (2 分)			
M10	2	(1) 动作轻柔防损伤: 高血压患者血管脆弱, 操作时需充分润滑开塞露头端, 缓慢插入肛门, 避免用力过猛导致直肠黏膜出血或穿孔。(1 分) (2) 监测血压与反应: 使用过程中观察患者面色、呼吸及血压变化, 若出现头晕、心悸等不适立即停止, 因排使用力可能诱发血压骤升。(1 分)			
合计 配分	20	合计得分			

八、试题名称: 照护有睡眠障碍的病人并对影响睡眠的因素给予改善建议 (考核时间: 10 min)

(一) 试题单

1.场地设备要求

(1) 护理床 1, 床垫 1、含床上用品 (床褥、床单、盖被、枕头加套)。

- (2) 床旁桌 1、床旁椅 1。
- (3) 泡脚桶（图片）1、中毛巾 1、手消洗手液 1、生活垃圾桶 1。
- (4) 护理模拟人 1。

2.工作任务

工作情景：赵奶奶，72 岁，独居，高中文化水平，退休工人，近期感觉夜间睡眠差，入睡困难及睡后易醒，白天外出感觉头晕乎乎的，为此靠喝咖啡提神。

考生需完成的工作任务：

- (1) 完成操作前的评估和沟通
- (2) 完成对影响病人睡眠的因素给予改善建议。
- (3) 完成照护有睡眠障碍的病人温水泡脚。
- (4) 完成口述操作注意事项。

3.技能要求

- (1) 能完成操作前的评估和沟通
- (2) 能对影响病人睡眠的因素给予改善建议。
- (3) 能照护有睡眠障碍的病人温水泡脚。
- (4) 能口述操作注意事项。

4.质量指标

- (1) 规范完成操作前的评估和沟通
- (2) 规范对影响病人睡眠的因素给予改善建议。
- (3) 规范照护有睡眠障碍的病人温水泡脚。
- (4) 正确口述操作注意事项。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（2 分）			
M1	2	（1）仪容仪表：妆容恰当，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（1 分） （2）七步洗手法洗净双手。（1 分）			
		2.解释沟通（3 分）			
M2	3	（1）解释操作目的。（1.5 分） （2）与病人沟通，并取得同意。（1.5 分）			
		3.评估、安置体位（2 分）			

M3	2	(1) 身体状况评估：评估病人身体及精神状况、饮食、睡眠、排泄需求等。(1 分) (2) 专项需求评估：评估病人便秘及睡眠情况。(1 分)			
		4.对影响病人睡眠的因素给予改善建议 (5 分)			
M4	2.5	(1) 生理因素：褪黑素分泌减少、器官功能衰退、夜尿频繁等。(0.5 分) (2) 疾病与药物：慢性病（如高血压、糖尿病）及药物副作用干扰睡眠。(0.5 分) (3) 心理因素：孤独、焦虑、抑郁等情绪问题。(0.5 分) (4) 环境因素：噪音、光线、温湿度不适等。(0.5 分) (5) 生活习惯：作息不规律、睡前饮食不当。(0.5 分)			
M5	2.5	(1) 规律作息：固定入睡和起床时间，调节生物钟。(0.5 分) (2) 优化环境：保持卧室安静、黑暗，温度 20-22℃，湿度 40%-60%。(0.5 分) (3) 调整饮食：晚餐清淡，睡前喝温牛奶，避免咖啡因和酒精。(0.5 分) (4) 适度运动：白天散步、打太极拳，但避免睡前剧烈活动。(0.5 分) (5) 医疗干预：严重时遵医嘱使用助眠药物或治疗原发病。(0.5 分)			
		5.遵医嘱照护有睡眠障碍的病人温水泡脚 (5 分)			
M6	2	(1) 选择较深的泡脚盆，水温保持在 40℃左右，水量需没过小腿。(1 分) (2) 可加入艾叶或薰衣草等安神药材，煎煮后兑入热水。(1 分)			
M7	3	(3) 泡脚 15-30 分钟，以微微出汗为宜，避免过长导致不适。(1 分) (4) 泡完后，擦干双足，按摩涌泉穴 100 次，穿袜保暖，静坐 3 分钟再躺下。(1 分) (5) 用物处理、归位，照护员洗手。(1 分)			
		6.口述注意事项 (3 分)			
M8	3	(1) 饭后半小时内、空腹或血压不稳时不宜泡脚。(1 分) (2) 泡脚先测试水温，水温适宜，防止烫伤。(1 分) (3) 与病人沟通时言语清晰、通俗易懂。(1 分)			

合计 配分	20	合计得分			
----------	----	------	--	--	--

九、试题名称：照护有睡眠障碍的病人并对影响睡眠的因素给予改善建议（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- （1）护理床 1，床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- （2）床旁桌 1、床旁椅 1。
- （3）泡脚桶（图片）1、中毛巾 1、手消洗手液 1、生活垃圾桶 1。
- （4）护理模拟人 1。

2.工作任务

工作情景：赵奶奶，72岁，独居，高中文化水平，退休工人，近期感觉夜间睡眠差，入睡困难及睡后易醒，白天外出感觉头晕乎乎的，为此靠喝咖啡提神。

考生需完成的工作任务：

- （1）完成操作前的评估和沟通
- （2）完成对影响病人睡眠的因素给予改善建议。
- （3）完成照护有睡眠障碍的病人温水泡脚。
- （4）完成口述操作注意事项。

3.技能要求

- （1）能完成操作前的评估和沟通
- （2）能对影响病人睡眠的因素给予改善建议。
- （3）能照护有睡眠障碍的病人温水泡脚。
- （4）能口述操作注意事项。

4.质量指标

- （1）规范完成操作前的评估和沟通
- （2）规范对影响病人睡眠的因素给予改善建议。
- （3）规范照护有睡眠障碍的病人温水泡脚。
- （4）正确口述操作注意事项。

（二）评分表

测量分评分表

细则 编号	配分	评分细则描述	规定或 标称值	结果或 实际值	得分
----------	----	--------	------------	------------	----

		1.职业素养（2分）			
M1	2	（1）仪容仪表：妆容恰当，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（1分） （2）七步洗手法洗净双手。（1分）			
		2.解释沟通（3分）			
M2	3	（1）解释操作目的。（1.5分） （2）与病人沟通，并取得同意。（1.5分）			
		3.评估、安置体位（2分）			
M3	2	（1）身体状况评估：评估病人身体及精神状态、饮食、睡眠、排泄需求等。（1分） （2）专项需求评估：评估病人便秘及睡眠情况。（1分）			
		4.对影响病人睡眠的因素给予改善建议（5分）			
M4	2.5	（1）生理因素：褪黑素分泌减少、器官功能衰退、夜尿频繁等。（0.5分） （2）疾病与药物：慢性病（如高血压、糖尿病）及药物副作用干扰睡眠。（0.5分） （3）心理因素：孤独、焦虑、抑郁等情绪问题。（0.5分） （4）环境因素：噪音、光线、温湿度不适等。（0.5分） （5）生活习惯：作息不规律、睡前饮食不当。（0.5分）			
M5	2.5	（1）规律作息：固定入睡和起床时间，调节生物钟。（0.5分） （2）优化环境：保持卧室安静、黑暗，温度20-22℃，湿度40%-60%。（0.5分） （3）调整饮食：晚餐清淡，睡前喝温牛奶，避免咖啡因和酒精。（0.5分） （4）适度运动：白天散步、打太极拳，但避免睡前剧烈活动。（0.5分） （5）医疗干预：严重时遵医嘱使用助眠药物或治疗原发病。（0.5分）			
		5.遵医嘱照护有睡眠障碍的病人温水泡脚（5分）			
M6	2	（1）选择较深的泡脚盆，水温保持在40℃左右，水量需没过小腿。（1分） （2）可加入艾叶或薰衣草等安神药材，煎煮后兑入热水。（1分）			
M7	3	（3）泡脚15-30分钟，以微微出汗为宜，避免			

		过长导致不适。(1分) (4) 泡完后, 擦干双足, 按摩涌泉穴 100 次, 穿袜保暖, 静坐 3 分钟再躺下。(1分) (5) 用物处理、归位, 照护员洗手。(1分)			
		6.口述注意事项(3分)			
M8	3	(1) 饭后半小时内、空腹或血压不稳时不宜泡脚。(1分) (2) 泡脚先测试水温, 水温适宜, 防止烫伤。(1分) (3) 与病人沟通时言语清晰、通俗易懂。(1分)			
合计配分	20	合计得分			

十、试题名称：使用人工取便法协助病人排便，并对影响睡眠的因素给予改善建议（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- (1) 护理床 1, 床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- (2) 床旁桌 1、床旁椅 1。
- (3) 一次性手套 1、凡士林 1、一次性尿垫 1、卫生纸若干、中毛巾 1、手消洗手液 1、生活垃圾桶 1。
- (4) 护理模拟人 1。

2.工作任务

工作情景：赵奶奶，72 岁，经常与朋友外出喝茶、喝咖啡，有便秘习惯，最近使用开塞露也不能达到预期效果，近三日感觉夜间睡眠差，入睡困难及睡后易醒，白天外出感觉头晕乎乎的，心情很不好。

考生需完成的工作任务：

- (1) 操作前的评估和沟通
- (2) 使用人工取便法协助病人排便。
- (3) 对影响病人睡眠的因素给予改善建议。
- (4) 口述操作的注意事项。

3.技能要求

- (1) 能完成操作前准备。
- (2) 能完成操作前的评估和沟通
- (3) 能使用人工取便法协助病人排便。

(4) 能对影响睡眠的因素给予改善建议

(5) 能口述操作的注意事项。

4.质量指标

(1) 操作前准备工作正确。

(2) 规范、合理操作前的评估和沟通

(3) 规范熟练使用人工取便法协助病人排便。

(4) 对影响病人睡眠的因素提出改善建议。

(5) 正确口述操作注意事项。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（2分）			
M1	2	(1) 仪容仪表：妆容恰当，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（1分） (2) 七步洗手法洗净双手。（1分）			
		2.解释沟通（3分）			
M2	3	(1) 解释操作目的。（1.5分） (2) 与病人沟通，并取得同意。（1.5分）			
		3.评估、安置体位（2分）			
M3	3	(1) 身体状况评估：评估病人身体及精神状态、饮食、睡眠、排泄需求等。（1分） (2) 专项需求评估：评估病人便秘及睡眠情况。（1分）			
		4.使用人工取便法协助病人排便（5分）			
M4	2.5	(1) 助病人左侧卧位，松裤带并助脱裤于臀下，露出臀部。（1分） (2) 臀部下垫一次性尿垫和若干卫生纸，家庭照护员戴手套，并在手套外层涂凡士林润滑。（1.5分）			
M5	2.5	(3) 用右手食指缓缓插入肛门，触及大便硬结时尽量将手指沿直肠腹侧壁推进，越过大便硬结，触及另一端时，手指略屈曲，将大便挖出。（1分） (4) 取便完毕，用卫生纸擦净肛周或助热水坐浴，以减轻不适。（1分）			

		(5) 用物处理、归位, 照护员洗手。(0.5 分)			
		5.对影响病人睡眠的因素给予改善建议(5 分)			
M6	2.5	(1) 生理因素: 褪黑素分泌减少、器官功能衰退、夜尿频繁等。(0.5 分) (2) 疾病与药物: 慢性病(如高血压、糖尿病)及药物副作用干扰睡眠。(0.5 分) (3) 心理因素: 孤独、焦虑、抑郁等情绪问题。(0.5 分) (4) 环境因素: 噪音、光线、温湿度不适等。(0.5 分) (5) 生活习惯: 作息不规律、睡前饮食不当。(0.5 分)			
M7	2.5	(6) 规律作息: 固定入睡和起床时间, 调节生物钟。(0.5 分) (7) 优化环境: 保持卧室安静、黑暗, 温度 20-22℃, 湿度 40%-60%。(0.5 分) (8) 调整饮食: 晚餐清淡, 睡前喝温牛奶, 避免咖啡因和酒精。(0.5 分) (9) 适度运动: 白天散步、打太极拳, 但避免睡前剧烈活动。(0.5 分) (10) 医疗干预: 严重时遵医嘱使用助眠药物或治疗原发病。(0.5 分)			
		6.口述注意事项(3 分)			
M8	3	(1) 操作前修剪指甲, 避免损伤黏膜; 过程中若老年人疼痛、面色苍白需立即停止。(1 分) (2) 操作后保持肛门清洁, 注意保暖和保护隐私。(1 分) (3) 与病人沟通时言语清晰、通俗易懂。(1 分)			
合计配分	20	合计得分			

[照护技术]

一、试题名称: 为卧床病人处置局部冻伤、制定安全防护措施(考核时间: 10 min)

(一) 试题单

1.场地设备要求

- (1) 护理床 1, 床垫 1、含床上用品(床褥、床单、盖被、枕头加套)。
- (2) 床头桌、椅子各 1。

- (3) 压疮保护垫 5、润肤霜 1、浴巾 1。
- (4) 水龙头（图片）1、热水（贴标签）1、冷水（贴标签）1、脸盆 1、毛巾 1、水温计 1。
- (5) 冻伤膏（标签）1、棉签 1、纱布 1、胶布 1。
- (6) 生活垃圾桶 1、手消洗手液 1。
- (7) 记录单（图片）1、水笔 1。
- (8) 护理模拟人 1。

2.工作任务

工作情境：李奶奶，87 岁，有糖尿病和脑梗死病史，左侧肢体偏瘫，已卧床十余年。最近连续几天发热，家属自行用冰袋降温。因冰袋使用不当，今右侧肘窝处出现一处皮肤冻伤，局部出现苍白，伴有刺痛感及局部肿胀。

考生需完成以下工作任务：

- (1) 完成操作前对病人进行评估和沟通。
- (2) 完成为卧床病人处置局部冻伤的操作。
- (3) 演示预防卧床病人发生压力性损伤的护理措施。
- (4) 口述预防卧床病人冻伤的防护措施。

3.技能要求

- (1) 能在操作前对病人进行评估和沟通。
- (2) 能演示为卧床病人处置局部冻伤的操作。
- (3) 能演示预防卧床病人发生压力性损伤的护理措施。
- (4) 能口述预防卧床病人冻伤的防护措施。

4.质量指标

- (1) 在操作前对病人进行正确的评估和沟通。
- (2) 规范演示为卧床病人处置局部冻伤的操作。
- (3) 规范演示预防卧床病人发生压力性损伤的护理措施。
- (4) 正确口述预防卧床病人冻伤的防护措施。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（2 分）			
M1	2	（1）自身准备：穿工作服，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰。 （1 分）			

		(2) 七步洗手法洗净双手。(1 分)			
		2.评估与沟通 (1 分)			
M2	1	(1) 观察病人、评估状况：意识状态、配合能力、营养状况、进食、二便情况以及皮肤完整性、颜色、温度、肢体活动度。(0.5 分) (2) 解释操作目的，并取得配合。(0.5 分)			
		3.处置局部冻伤 (2 分)			
M3	2	(1) 评估局部冻伤程度：局部苍白，有刺痛感，属于轻度冻伤，迅速取下冰袋，脱离低温环境。准备 38-42℃的温水，浸湿小毛巾后覆盖在冻伤部位，复温 15-30 分钟，直至皮肤出现温热感。(1 分) (2) 清洁创面，涂抹冻伤膏，纱布宽松包扎。(0.5 分) (3) 用物处理、归位，照护员洗手，做好记录。(0.5 分)			
		4.演示预防卧床病人发生压力性损伤的护理措施 (3 分)			
M4	1	(1) 定时（每 2 小时）为卧床老年人翻身，检查受压部位的皮肤，如耳廓、后枕部、肩胛部、肘部、尾骶部、足跟等。(0.5 分) (2) 保持老年人衣裤平整、床单位清洁干燥。翻身过程中禁止出现拖、拉、推的动作，防止对皮肤造成损伤。(0.5 分)			
M5	2	(3) 正确摆放体位，使用合适软垫，减轻受压部位的压力。(1 分) (4) 每日清洁皮肤，涂润肤霜，加强营养支持。(1 分)			
		5.口述冻伤的防护措施 (2 分)			
M6	2	(1) 局部使用冰袋时间不超过 30 分钟。(0.5 分) (2) 注意保暖，冬季室内温度应保持在 18-22℃。(0.5 分) (3) 冻伤后切忌用雪搓、热水烫或直接用火烤等方法，以免加重病情。(0.5 分) (4) 如果出现冻伤症状，如皮肤苍白、麻木等，应立即处理。(0.5 分)			
合计配分	10	合计得分			

二、试题名称：卧床病人噎食的急救并制定安全防范措施（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- （1）护理床 1，床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- （2）床头桌、椅子各 1。
- （3）家庭制氧机（图片）1、湿化瓶 1、氧气面罩 1、棉签 1、水杯 1。
- （4）记录单（图片）1、水笔 1。
- （5）手消洗手液 1、生活垃圾桶 1。
- （6）护理模拟人 1。

2. 工作任务

工作情境：照护对象张奶奶，79 岁，有脑梗塞后遗症、帕金森病病史，长期卧床。其性子急躁，平时喝水时有呛咳。今在吃年糕时突然出现停止进食，不能说话，呼吸困难，面色发紫，手抓颈部等不适表现。

考生需完成以下工作任务：

- （1）口述卧床病人噎食的表现。
- （2）演示为噎食的卧床病人采取急救措施：海姆力克急救法。
- （3）演示协助卧床病人吸氧。
- （4）口述噎食、误吸的预防措施。

3.技能要求

- （1）能口述卧床病人噎食的表现。
- （2）能演示为噎食的卧床病人采取急救措施：海姆力克急救法。
- （3）能演示协助卧床病人吸氧。
- （4）能口述卧床病人噎食、误吸的预防措施。

4.质量指标

- （1）正确口述卧床病人噎食的表现。
- （2）规范演示为噎食的卧床病人采取急救措施：海姆力克急救法。
- （3）规范演示协助卧床病人吸氧。
- （4）正确口述噎食、误吸的预防措施。

（二）评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1 分）			
M1	1	（1）自身准备：穿工作服，衣着、发饰整洁，			

		不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰。 (0.5 分) (2) 七步洗手法洗净双手。(0.5 分)			
		2.噎食的识别 (1 分)			
M2	1	卧床病人噎食的表现：意识清楚、表情惊恐、痛苦，面部发紫、呼吸困难、无法发声、手抓颈部。(1 分)			
		3.为噎食的卧床病人采取急救措施：海姆力克急救法 (4 分)			
M3	2	(1) 病人站立位，身体前倾，头略低，嘴张开。家庭照护员站于其背后，脚呈弓步状，前脚置于其双脚间。双臂环绕病人腹部，一手握拳，拇指顶住病人脐上两横指、剑突下方，另一手覆于其上。(1 分) (2) 双手急速地向内、向上冲击病人上腹部，重复以上手法，直至将堵住气管的异物冲出。(1 分)			
M4	2	(3) 卧床病人急救法(口述)：去枕平卧，解开衣领、腰带等束缚物。家庭护理员骑跨于病人大腿外侧，一手掌根部置于脐上两横指，另一手覆于其上，向前、向下有力地冲击，直至异物排出。(1 分) (4) 观察口腔和呼吸道，查看异物排出情况，同时注意病人的呼吸、面色有无改善。(1 分)			
		4.协助病人吸氧 (2 分)			
M5	2	(1) 协助舒适体位，检查两侧鼻腔状况，湿棉签清洁鼻腔。(0.5 分) (2) 连接面罩与家用制氧机，遵医嘱调节氧流量 2-3L/分(口述)，戴上面罩，有效固定。(0.5 分) (3) 停氧时，先取下面罩，再关闭流量表及氧气开关。(0.5 分) (4) 用物处理、归位，照护员洗手，做好记录。(0.5 分)			
		5.口述噎食、误吸的预防措施 (2 分)			
M6	2	(1) 合理选择食物：切成碎末或做成泥状，优先选择糊状食物，避免食用汤圆、年糕等粘性大以及花生、瓜子等坚果类食物。(1 分) (2) 进食时尽量取坐位或半卧位，进食速度宜慢，避免大口吞咽。专心进食。保持口腔清洁。(1 分)			

合计 配分	10	合计得分			
----------	----	------	--	--	--

三、试题名称：老年人跌倒、局部烫伤的照护，制定跌倒、烫伤的防护措施（考核时间：10 min）

（一）试题单

1、场地设备要求

- （1）护理床 1，床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- （2）床头桌、椅子各 1。
- （3）脸盆 1、水龙头(图片) 1、烫伤膏（标签）1、棉签 1、纱布 1、胶布 1。
- （4）手消洗手液 1、生活垃圾桶 1。
- （5）护理模拟人 1。

2、工作任务

工作情境：照护对象刘奶奶，74 岁，既往有脑梗死、糖尿病史，左侧肢体轻度活动受限。在卫生间洗漱时由于地面湿滑，不慎跌倒，并打翻热水瓶致左前臂轻度烫伤。

考生需完成以下工作任务：

- （1）完成老年人跌倒的照护。
- （2）完成老年人局部烫伤的照护。
- （3）口述老年人跌倒的防护措施。
- （4）口述老年人烫伤的防护措施。

3、技能要求

- （1）能演示老年人跌倒的照护。
- （2）能演示老年人局部烫伤的照护。
- （3）能口述居家老年人跌倒的防护措施。
- （4）能口述居家老年人烫伤的防护措施。

4、质量指标

- （1）规范演示老年人跌倒的照护。
- （2）规范演示老年人局部烫伤的照护。
- （3）正确口述居家老年人跌倒的防护措施。
- （4）正确口述居家老年人烫伤的防护措施。

（二）评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1 分）			
M1	1	（1）自身准备：穿工作服，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（0.5 分） （2）七步洗手法洗净双手。（0.5 分）			
		2.老年人跌倒的照护（2 分）			
M2	2	（1）初步评估：判断意识状态，评估受伤情况、肢体活动度。（0.5 分） （2）保持冷静与安慰，避免随意移动，盖上衣物，保持体温。（0.5 分） （3）保持呼吸道通畅：若老年人呕吐或呼吸困难，解开领口，将头偏向一侧或侧卧，防止窒息。（0.5 分） （4）拨打急救电话：无论伤势轻重，都应尽快拨打 120 急救电话，告知老年人的状况和位置，在等待急救人员到来时，持续观察老年人的生命体征。（0.5 分）			
		3.老年人局部烫伤的照护（3 分）			
M3	2	（1）脱离热源：迅速使老人左前臂脱离热源。（1 分） （2）冷却伤肢：立即用流动水冲洗烫伤部位 20-30 分钟。（1 分）			
M4	1	（3）冷疗后脱去衣物，若难以脱下，沿伤口边缘将衣物剪开。（0.5 分） （4）保护创面：表面仅有红肿或有小水泡不做特殊处理，可自行吸收，表面涂烫伤膏；大水疱及严重烫伤立即就医。（0.5 分）			
		4.口述老年人跌倒的防护措施（2 分）			
M5	2	（1）增加体力锻炼，加强营养与健康：保持平衡膳食，适当补充钙和维生素 D，预防骨质疏松，通过锻炼增强肌肉力量、平衡能力和协调性。（0.5 分） （2）治疗相关疾病，合理用药：积极控制慢性病，如高血压、糖尿病、心脏病等，避免使用可能引起头晕、乏力或低血压的药物。（0.5 分） （3）居家适老化环境改善，保持地面平整干燥，充足照明。（0.5 分）			

		(4) 穿合身衣服、防滑的鞋子, 避免危险行为, 保持步态平稳, 避免携带沉重物品, 减少在湿滑或人多的地方行走。(0.5 分)			
		5.口述老年人烫伤的防护措施(2 分)			
M6	2	(1) 环境安全措施: 将热水瓶、热锅、热油等高温物品放置在老年人触及不到的地方, 使用取暖器时, 周围设置围栏, 浴室调节热水器水温至 37-42°C, 并在浴室龙头旁标注冷热水标识。(0.5 分) (2) 饮食护理: 避免老年人饮用、进食高温饮食, 食物和饮水温度控制在 45-50°C。(0.5 分) (3) 穿着护理: 避免过紧或过松, 减少摩擦, 对于感觉迟钝的老年人, 应特别注意避免长时间接触高于 45°C 的低热物体, 防止低温烫伤。(0.5 分) (4) 设备使用措施: 定期检查电器设备, 如电热水壶、微波炉等, 确保其功能完好。选择适合老年人使用的保温杯, 容量不超过 300 毫升, 杯底大、带把手、不易倾倒, 倾倒热水时, 应避开老年人。(0.5 分)			
合计 配分	10	合计得分			

四、试题名称: 处置老年人中暑, 制定预防中暑、食物中毒的安全防范措施(考核时间: 10 min)

(一) 试题单

1.场地设备要求

- (1) 护理床 1, 床垫 1、含床上用品(床褥、床单、盖被、枕头加套)。
- (2) 床头桌、椅子各 1。
- (3) 一次性冰袋 1、中毛巾 1、水杯 1。
- (4) 记录单(图片) 1、水笔 1。
- (5) 生活垃圾桶 1、手消洗手液 1。
- (6) 护理模拟人 1。

2.工作任务

工作情境: 照护对象张奶奶, 72 岁, 异常节俭, 三伏天不舍得开空调和电扇。主诉头痛头晕、恶心呕吐、面色潮红, 体温 39°C。家庭医生诊断为中暑。在医生的指导下

考生需完成以下工作任务：

- (1) 完成处置居家老年人中暑。
- (2) 完成口述预防中暑的安全防范措施。
- (3) 完成口述预防食物中毒的安全防范措施。

3.技能要求

- (1) 能处置居家老年人中暑。
- (2) 能口述预防中暑的安全防范措施。
- (3) 能口述预防食物中毒的安全防范措施。

4.质量指标

- (1) 规范处置居家老年人中暑。
- (2) 正确口述预防中暑的安全防范措施。
- (3) 正确口述预防食物中毒的安全防范措施。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1分）			
M1	1	(3) 自身准备：穿工作服，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（0.5分） (4) 七步洗手法洗净双手。（0.5分）			
		2.处置居家老年人中暑（5分）			
M2	2	(1) 立即呼救同时采取急救措施： ①迅速将其转移到阴凉通风的地方，平卧，解开衣物，帮助散热。（1分） ②喝淡盐水或含盐饮料，并用湿毛巾冷敷头部。（1分）			
M3	2	(2) 使用冰袋物理降温 ①用毛巾或冰袋套包裹好，置于大血管经过处：如额部、颈部、腋窝、腹股沟、腘窝。（1分） ②禁止用冷部位：枕后、耳廓、腹部、心前区、足底、会阴部。（口述）（1分）			
M4	1	③用冷时间不超过 30 分钟，半小时后重复测温。（口述）（0.5分） ④用冷过程中，能持续询问和观察病人的反应及全身情况，如皮肤颜色、舒适度，做好记录。（0.5分）			

		3.口述预防中暑的安全防范措施（2分）			
N5	2	（1）避免高温时段外出；出行须使用遮阳帽或遮阳伞，着轻薄、透气衣物，及时补充水分或防暑药品；多食清热解暑食物，如绿豆汤、菊花茶。（1分） （2）室内通风，合理使用降温设备，如空调、风扇。（1分）			
		4.口述预防食物中毒的安全防范措施（2分）			
M6	2	（1）选择安全的食品来源：所有食品必须从合法、合规的供应商处采购，确保食品的新鲜与安全。（0.5分） （2）检查食品保质期：定期清理冰箱和橱柜，及时丢弃过期、发霉、变质的食物。（0.5分） （3）正确储存食品：食品储存应遵循温度控制原则，生熟分开，避免交叉污染。（0.5分） （4）在食品加工过程中，注意生熟食分开处理，使用不同的刀具、砧板和餐具，烹饪时应确保食物充分煮熟，特别是肉类和蛋类，以杀灭潜在的病原体。（0.5分）			
合计配分	10	合计得分			

五、试题名称：处置居家老年人燃气中毒，制定预防燃气中毒、跌倒的安全防护措施（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- （1）护理床 1，床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- （2）床头桌、椅子各 1。
- （3）中毛巾 1。
- （4）手消洗手液 1、生活垃圾桶 1。
- （5）护理模拟人 1。

2.工作任务

工作情境：照护对象杨奶奶，75 岁，独居。冬天不舍得开取暖设备，为了保暖，做饭、洗澡时也门窗紧闭。现出现头痛头晕、恶心、四肢无力，跌倒在地。

考生需完成以下工作任务：

- （1）完成处置居家老年人燃气中毒。
- （2）完成口述燃预防燃气中毒的安全防护措施
- （3）完成口述预防跌倒的安全防护措施。

3.技能要求

- (1) 能处置居家老年人燃气中毒。
- (2) 能口述燃预防燃气中毒的安全防护措施
- (3) 能口述预防跌倒的安全防护措施。

4.质量指标

- (1) 规范处置居家老年人燃气中毒。
- (2) 正确口述燃预防燃气中毒的安全防护措施
- (3) 正确口述预防跌倒的安全防护措施。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1分）			
M1	1	（1）自身准备：穿工作服，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（0.5分） （2）七步洗手法洗净双手。（0.5分）			
		1.处置居家老年人燃气中毒（3分）			
M2	1	（1）湿毛巾捂住口鼻，进入现场，打开门窗通风，待燃气散尽后再进入，确保自身安全。不开启或关闭任何电器设备，不使用明火。（0.5分） （2）迅速将病人转移到通风良好、空气新鲜的场所，转移时保护其身体，避免剧烈摇晃或碰撞。（0.5分）			
M3	2	（3）保持呼吸道通畅，解开中毒者衣领，对于轻度中毒者，让其静卧休息，注意保暖。（1分） （4）如果呼吸微弱或停止，应立即进行人工呼吸和胸外按压，拨打急救电话。（1分）			
		2.口述预防燃气中毒的安全防护措施（3分）			
M4	2	（1）使用燃气时，要打开门窗或排风扇，确保室内空气流通。要有人照看，避免火焰被汤水浇灭。（1分） （2）及时处理异常：如闻到燃气异味，立即关闭燃气阀门，打开门窗通风，不要触动电器开关或使用明火。到室外安全处拨打抢修电话。（1分）			
M5	1	（3）家中应安装燃气泄漏报警器，以便及时发			

		现泄漏。(0.5 分) (4) 应定期检查家中的燃气设备, 确保其安全可靠。(0.5 分)			
		3.口述预防跌倒的安全防护措施 (3 分)			
M6	2	(1) 增加体力锻炼, 加强营养与健康: 保持平衡膳食, 适当补充钙和维生素 D, 预防骨质疏松, 通过锻炼增强肌肉力量、平衡能力和协调性。(1 分) (2) 治疗相关疾病, 合理用药: 积极控制慢性病, 如高血压、糖尿病、心脏病等, 避免使用可能引起头晕、乏力或低血压的药物。(1 分)			
M7	1	(3) 居家适老化环境改善, 保持地面平整干燥, 充足照明。(0.5 分) (4) 穿合身衣服、防滑的鞋子, 避免危险行为, 保持步态平稳, 避免携带沉重物品, 减少在湿滑或人多的地方行走。(0.5 分)			
合计 配分	10	合计得分			

六、试题名称: 照护留置导尿管的病人, 留取尿标本 (考核时间: 10 min)

(一) 试题单

1.场地设备要求

- (1) 护理床 1, 床垫 1、含床上用品 (床褥、床单、盖被、枕头加套)。
- (2) 床头桌、椅子各 1。
- (3) 导尿管 1、集尿袋 1、安全别针 1、橡皮筋 1。
- (4) 一次性手套 1、便盆 1、尿杯 1、试管 1、生活垃圾桶 1。
- (5) 记录单 (图片) 1、水笔 1、手消洗手液 1。
- (6) 护理模拟人 1。

2.工作任务

工作情境: 照护对象王奶奶, 77 岁, 一月前因膀胱手术留置导尿, 现在家休养。今家庭医生上门查看后需化验尿常规。

考生需完成以下工作任务:

- (1) 口述留置导尿管的日常照护。
- (2) 口述观察尿液色、质、量并记录。
- (3) 完成为留置导尿管的病人留取尿标本。

3.技能要求

- (1) 能口述留置导尿管的日常照护。
- (2) 能口述观察尿液色、质、量并记录。

(3) 能演示为留置导尿管的病人留取尿标本。

4.质量指标

(1) 正确口述留置导尿管的日常照护。

(2) 正确口述观察尿液色、质、量并记录。

(3) 规范演示为留置导尿管的病人留取尿标本。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1分）			
M1	1	（1）自身准备：穿工作服，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（0.5分） （2）七步洗手法洗净双手。（0.5分）			
		2.解释沟通（1分）			
M2	1	解释操作目的并取得同意。（1分）			
		3.口述留置导尿管日常照护（3分）			
M3	2	（1）保持管道通畅：避免导管受压、打折、扭曲，防止堵塞。（1分） （2）避免导管滑出与倒流：集尿袋固定妥善，留出一定的长度，集尿袋应低于耻骨联合。（0.5分） （3）鼓励多饮水，每日1500-2000ml以上，冲洗尿路，减少感染。（0.5分）			
M4	1	（4）用消毒棉球擦拭尿道口每日2次。（0.5分） （5）定时夹闭和开放导尿管，以训练膀胱功能。（0.5分）			
		4.观察尿液色、质、量（口述），并记录（4分）			
M5	2	（1）观察尿液颜色、透明度、状态、量，识别异常情况。正常尿液呈黄色、清晰透明。（0.5分） （2）深黄色：可能饮水过少，尿液浓缩。也可能服用核黄素等药物；或服用大量胡萝卜、南瓜等食物。红色：可能有泌尿系统损伤或出血。浓茶色或酱油色：可能存在溶血。（0.5分）			

		(3) 尿液浑浊：可能存在感染、结晶或乳糜尿。(0.5 分) (4) 24 小时尿量>2500ml 为多尿，可能为糖尿病、尿崩症或使用利尿剂；<400ml 为少尿，常见于肾脏疾病、休克、脱水。(0.5 分)			
M6	2	(5) 填写记录单：尿液色、质、量。(1 分) (6) 有异常及时报告给医生。(1 分)			
		5.为留置导尿管的病人留取尿标本（6 分）			
M7	2	(1) 夹闭导尿管 30 分钟，使膀胱充盈。(口述)(1 分) (2) 松开导尿管夹子，弃去前端尿液，再次夹闭。(1 分)			
M8	2	(3) 戴手套，集尿袋下方放置便盆，打开集尿袋下端出尿口夹子，清空集尿袋内尿液。(2 分)			
M9	2	(4) 再次松开导尿管夹子，将尿液流入集尿袋内。从集尿袋下端取尿液留取标本。(1 分) (5) 处理用物、物品归位。脱手套、照护员洗手。(1 分)			
合计 配分	15	合计得分			

七、试题名称：给病人煎煮中药及照护口服汤药、观察排泄物性状（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- (1) 护理床 1，床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- (2) 床头桌、椅子各 1。
- (3) 中药砂锅（图片）1。
- (4) 筷子 1、滤网 1、水杯 3、纸巾 1。
- (5) 一次性口罩 1、一次性手套 1。
- (6) 记录单（图片）1、水笔 1、手消洗手液 1、生活垃圾桶 1。
- (7) 护理模拟人 1。

2.工作任务

工作情境：照护对象王奶奶，72 岁，慢性腹泻，畏寒肢冷。医嘱予中药汤剂 3 贴，以温中祛寒，固肠止泻。

考生需完成以下工作任务：

- (1) 完成口述煎煮中药的操作步骤。
- (2) 完成照护病人口服汤药。
- (3) 完成病人的观察排泄物并做好记录。

3.技能要求

- (1) 能口述煎煮中药的操作步骤。
- (2) 能演示照护病人口服汤药。
- (3) 能完成观察病人的排泄物并做好记录。

4.质量指标

- (1) 正确口述煎煮中药的操作步骤。
- (2) 规范演示照护病人口服汤药。
- (3) 正确观察病人的排泄物并准确记录。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1分）			
M1	1	（1）自身准备：穿工作服，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（0.5分） （2）七步洗手法洗净双手。（0.5分）			
		2.口述煎煮中药的操作步骤（6分）			
M2	2	（1）煎前浸泡：检查药材有无杂质、霉变、核对种类和数量是否与处方一致；（1分） （2）冷水浸泡 30 分钟。种子果实为主的浸泡 1 小时。夏天可减少浸泡时间。（1分）			
M3	2	（3）根据药量加水，一般水面超过药物 1 厘米。每剂每次煎出的药液以 150 毫升为宜。（1分） （4）砂锅上火，武火煮开，后文火维持微沸状态 10-15 分钟。不能直接用沸水煎煮。同时应加盖煎煮，以防止药物中挥发性成分流失。（1分）			
M4	2	（5）倒出一煎药液，再次加水煎煮。一剂药可煎三次，最少煎 2 次。（1分） （6）煎煮完成后用滤网将药液过滤，挤压药渣使药液尽量滤出，将煎的药液混合，按医嘱等量分份。（1分）			

		3.照护病人口服汤药（口述）（4分）			
M5	2	（1）解释操作目的并取得同意。（1分） （2）服用汤药的量和时间：每日1贴，分两次服用。胃肠道有刺激的药饭后服用；清热解表药宜趁热服用，服用后不宜吹风；泻药宜空腹服、安神药睡前服、补养药饭前服（1分）			
M6	2	（3）服药忌口：水肿病患忌盐、服补血药忌饮茶、一般疾病忌辛辣、油腻等刺激性食物及饮料，忌烟、酒。（0.5分） （4）前臂内侧测温，控制药液温度，过热或过冷，造成烫伤或服后消化道不适。控制每一口药量，避免呛咳，服用汤药后漱口，清洁牙齿及口腔，纸巾擦拭水渍。（0.5分） （5）服药期间注意观察病人有无不良反应，及时报告医生。（0.5分） （6）用物处理、归位，照护员洗手。（0.5分）			
		4.观察排泄物并记录（口述）（4分）			
M7	2	（1）佩戴一次性口罩、手套。（1分） （2）观察粪便的色、质、量的变化，判断有无异常。（1分）			
M8	2	（3）柏油样、红色便提示出血；白色陶土便提示胆汁排泄受阻。糊状便、稀水便为消化不良、肠道炎症；粘液便、脓血便肠道感染或溃疡。（1分） （4）脱手套、照护员洗手，记录。（1分）			
合计配分	15	合计得分			

八、试题名称：为病人进行热敷护理、更换外用药（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- （1）护理床1，床垫1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- （2）床头桌、椅子各1。
- （3）中药药膏（贴标签）1、纱布若干、弹力绷带1、中毛巾1、脸盆1、温水（贴标签）1。
- （4）热水袋1、浴巾1、水温计1。
- （5）记录单（图片）1、水笔1、生活垃圾桶1、手消洗手液1。
- （6）护理模拟人1。

2.工作任务

工作情境：刘阿婆，60岁，右侧踝关节扭伤后三天，家庭医生查看后，嘱咐为刘阿婆右侧脚踝每天热敷2次，热敷时间为15-20分钟，并更换中药药膏外敷，促进局部活血化瘀。

考生需完成以下工作任务：

- (1) 完成为病人局部热敷护理。
- (2) 完成口述热敷注意事项。
- (3) 完成为病人更换外用药

3.技能要求。

- (1) 能为病人做局部热敷护理。
- (2) 能口述热敷注意事项。
- (3) 能为病人更换外用药。

4.质量指标

- (1) 规范演示为病人局部热敷护理。
- (2) 正确口述热敷注意事项。
- (3) 规范演示为病人更换外用药。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（2分）			
M1	2	(1) 自身准备：穿工作服，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（1分） (2) 七步洗手法洗净双手。（1分）。			
		2.解释沟通（2分）			
M2	2	(1) 解释操作目的。（1分） (2) 与病人沟通，并取得同意。（1分）			
		3.为病人进行局部热敷护理（4分）			
M3	2	(1) 取舒适体位，肢体下方垫浴巾，拆除旧敷料，清洁皮肤。（1分） (2) 灌热水袋：温度计测温，水温不超过50℃的热水灌入热水袋内，2/3容量；排出袋内气体，拧紧盖子，并检查无漏水,包上毛巾。（1分）			

M4	2	(3) 放置热水袋, 浴巾翻上盖住热水袋; 热敷时间为 15-20 分钟, 热敷过程中, 观察皮肤颜色、舒适度和病人全身反应。(1 分) (4) 操作结束, 排空液体, 热水袋倒挂晾干。(0.5 分)(1 分)			
		4.口述热敷注意事项 (4 分)			
M5	2	(1) 关节扭伤 48 小时后方可热敷, 操作过程中注意保暖、保护隐私。皮肤破损、溃疡、皮疹等禁止热敷。(1 分) (2) 防止烫伤: 防止病人因感知觉受损导致烫伤。(1 分)			
M6	2	(3) 热水袋要放置稳固, 防止移位, 且避免压迫肿胀肢体。(1 分) (4) 休息与制动: 抬高患肢, 减少踝关节的活动量。(1 分)			
		5.为病人更换外用药 (2 分)			
M7	2	(1) 按医嘱使用外用药, 均匀涂抹, 剂量准确, 用无菌纱布覆盖, 弹力绑带固定妥当。(1 分) (2) 整理用物, 照护员洗手。(1 分)			
		6.记录 (1 分)			
M8	1	正确记录: 局部皮肤情况、热敷时间、关节肿胀程度、病人的反应。(1 分)			
合计配分	15	合计得分			

九、试题名称: 为病人留取呕吐物, 使用冰袋物理降温, 观察静脉用药 (考核时间: 10 min)

(一) 试题单

1.场地设备要求

- (1) 护理床 1, 床垫 1、含床上用品 (床褥、床单、盖被、枕头加套)。
- (2) 床头桌、椅子各 1。
- (3) 一次性冰袋 1、中毛巾 1。
- (4) 呕吐物标本盒 (标签) 1、水杯 1、汤匙 1、纸巾 1、一次性手套 1、口罩 1。
- (5) 记录单 (图片) 1、水笔 1。
- (6) 手消洗手液 1、含氯消毒液 (标签) 1、水桶 1、生活垃圾桶 1。
- (7) 护理模拟人 1。

2.工作任务

工作情境：照护对象江奶奶，82岁，急性呕吐3次，体温39.5℃，医嘱需化验呕吐物，并使用冰袋物理降温，补液治疗。

考生需完成以下工作任务：

- (1) 完成使用冰袋为病人做物理降温
- (2) 完成为病人留取呕吐物标本。
- (3) 完成观察静脉用药情况。

3.技能要求

- (1) 能使用冰袋为病人做物理降温。
- (2) 能为病人留取呕吐物标本。
- (3) 能观察静脉用药情况。

4.质量指标

- (1) 规范使用冰袋为病人做物理降温。
- (2) 规范为病人留取呕吐物标本。
- (3) 规范观察静脉用药情况，如有异常及时报告医生。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1分）			
M1	1	(1) 自身准备：穿工作服，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰。（0.5分） (2) 七步洗手法洗净双手。（0.5分）			
		2.解释沟通（2分）			
M2	2	(1) 解释操作目的。（1分） (2) 与病人沟通，并取得同意。（1分）			
		3.使用冰袋物理降温（4分）			
M3	2	(1) 协助舒适体位，用毛巾包裹冰袋。（1分） (2) 冰敷部位：大血管经过处如额部、颈部、腋窝、腹股沟、腘窝。冰敷时间不超过30分钟（1分）			
M4	2	(3) 禁止冰敷部位（口述）：枕后、耳廓、腹部、心前区、足底、阴囊。（0.5分） (4) 全程观察：冰敷过程中，观察病人全身反应有无寒颤、发冷、皮肤苍白，如有异常立			

		即停止。半小时后重复测温。(口述)。(1分)			
		4.留取呕吐物标本(4分)			
M5	2	(1) 戴一次性口罩和手套,用汤匙舀取呕吐物至标本盒中,量约 50-100ml。(1分) (2) 留取标本后给病人漱口,纸巾清洁口唇。(1分)			
M6	2	(3) 标本及时送检。(1分) (4) 水桶内盛 500mg/L 含氯消毒液,浸泡污染器具 30 分钟后清水洗净、晾干。(0.5分) (5) 用物处理、归位,照护员脱手套、洗手。(0.5分)			
		5.观察静脉用药情况(4分)			
M7	2	(1) 按医嘱维持滴速,不可随意调节,如滴速有明显变化及时报告医生。(1分) (2) 观察输液侧肢体皮肤有无疼痛、渗液、肿胀等。(1分)			
M8	2	(3) 观察全身有无心慌、气促、皮疹等异常情况。(1分) (4) 观察症状有无改善,如再次呕吐,体温变化等,及时报告医生。(1分)			
合计配分	15	合计得分			

十、试题名称：给病人温水擦浴、吸氧、雾化吸入（考核时间：10 min）

（一）试题单

1.场地设备要求

- (1) 护理床 1, 床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- (2) 床头桌、椅子各 1。
- (3) 超声雾化机（图片）1、雾化面罩 1。
- (4) 家用制氧机（图片）1、湿化瓶 1、棉签 1、氧气面罩 1、胶布 1。
- (5) 水温计 1、水杯 1、小毛巾 1、浴巾 1、脸盆 1、纸巾 1。
- (6) 手消洗手液 1、生活垃圾桶 1。
- (7) 记录单（图片）1、水笔 1。
- (8) 护理模拟人 1。

2.工作任务

工作情境：叶奶奶，75 岁，慢性阻塞性肺疾病，发热 39.5℃，呼吸急促，痰液浓稠，无法咳出，痰鸣音明显。医嘱予温水擦浴，吸氧，雾化祛痰。

考生需完成以下工作任务：

- (1) 完成为病人做温水擦浴物理降温。
- (2) 完成照护病人吸氧。
- (3) 完成照护病人雾化吸入。

3.技能要求

- (1) 能完成为病人做温水擦浴物理降温。
- (2) 能照护病人吸氧。
- (3) 能照护病人雾化吸入。

4.质量指标

- (1) 规范为病人做温水擦浴物理降温。
- (2) 规范照护病人吸氧。
- (3) 规范照护病人雾化吸入。

(二) 评分表

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1 分）			
M1	1	（1）自身准备：穿工作服，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰。（0.5 分） （2）七步洗手法洗净双手。（0.5 分）			
		2.解释沟通（2 分）			
M2	2	（1）解释操作目的。（1 分） （2）与病人沟通，并取得同意。（1 分）			
		3.为病人做温水擦浴（4 分）			
M3	2	（1）小毛巾浸于温水 32-34℃中。（0.5 分） （2）拧至半干，缠在手上成手套状。（0.5 分） （3）浴巾铺垫，拍拭上肢：侧颈→肩→上臂外侧→前臂外侧→手背；侧胸→腋窝→上臂内侧→肘窝→前臂内侧→手心；血管丰富处多停留片刻。（口述）以同法拍拭另一侧（0.5 分） （4）协助穿衣。（0.5 分）			
M4	2	（5）（口述）脱裤、擦拭下肢：髋部→下肢外侧→内踝；臀下沟→下肢后侧→腘窝→足跟。血管丰富处多停留片刻。以同法擦拭另一侧。（0.5 分） （6）（口述）禁擦胸前区、腹部、足心等部位。			

		(0.5 分) (7) (口述) 擦浴过程中, 观察病人反应, 做好保护隐私。半小时后重复测温, 做好记录。 (0.5 分) (8) 物品处理、归位, 照护员洗手。(0.5 分)			
		4.照护病人吸氧 (4 分)			
M5	2	(1) 协助舒适体位, 检查两侧鼻腔状况, 清洁鼻腔。(1 分) (2) 连接氧气面罩与制氧机, 遵医嘱调节氧流量 1-2L/分, 维持低浓度低流量持续给氧。(1 分)			
M6	2	(3) 检查氧气面罩是否通畅, 有效固定。(1 分) (4) 遵医嘱停氧时, 先取下面罩, 再关闭流量表及氧气开关, 纸巾擦拭鼻部。(1 分)			
		5.照护病人雾化吸入 (4 分)			
M7	2	(1) 口述已经按医嘱加好喷雾药液。(0.5 分) (2) 取舒适卧位, 围毛巾于颈部。打开电源、雾化开关, 调节雾量, 调节定时开关, 15-20 分钟。(0.5 分) (3) 指导病人手持雾化器, 面罩全部遮住口鼻, 用嘴深吸气, 用鼻呼出。(1 分)			
M8	2	(4) 停止时, 取下面罩, 关雾化开关, 关电源开关, 纸巾擦干面部。(1 分) (5) 观察面色、呼吸等, 如有异常立即停止。(0.5 分) (6) 口述按清洁、消毒要求处理用物; 照护员洗手。(0.5 分)			
合计 配分	15	合计得分			

理论知识考试模拟试卷及答案

家政服务员（家庭照护员）（四级）理论知识试卷

注 意 事 项

- 1.考试时间：90 min。
- 2.请首先按要求在试卷的标封处填写您的姓名、准考证号和所在单位的名称。
- 3.请仔细阅读各种题目的回答要求，在规定的位置填写您的答案。
- 4.不要在试卷上乱写乱画，不要在标封区填写无关的内容。

	一	二	总 分
得 分			

得 分	
评分人	

一、 判断题（第 1 题～第 40 题。将判断结果填入括号中。正确的填“√”，错误的填“×”。

每题 0.5 分，满分 30 分）

1. 家政服务员只要技能过硬，职业心态的好坏对服务质量影响不大。（）
2. 消费者在购买、使用商品和接受服务时享有人身、财产安全不受损害的权利，享有知悉其购买、使用的商品或者接受的服务的真实情况的权利。（）
3. 家政服务员在工作中应严格要求自己，对雇主的要求可以放宽。（）
4. 家政服务员在任何时间、任何地点见到雇主或客户时，都应立即上前问候。（）
5. 古代清明节时人们有禁火寒食、踏青扫墓、祭拜祖先的习俗，如今清明节成为纪念革命先烈、缅怀英雄业绩、祭奠逝去的亲友和家人的日子。（）
6. 为了防止老年人在家中跌倒，家政服务员可以在所有房间的地面上都铺设厚软的地毯。（）
7. 家政服务员长期工作、生活在雇主家里，用餐礼仪是一门选修课。（）
8. 家政服务员应严格遵守职业道德，保护雇主的私人信息，不得随意透露，以维护雇主的隐私和权益。（）
9. 女性在经期选择卫生巾或卫生棉条时，应关注材质是否舒适、透气，以及是否会引起过敏。敏感肌肤的女性更应选择无香、无荧光剂的温和产品。（）
10. 家政服务员在面试时的着装应整洁、得体，展现出自己的专业性和对工作的尊重，过于奢华的装扮可能会让雇主觉得不够贴近实际家务环境。（）
11. 家政服务员需要不断适应市场需求和雇主需求的变化，因此必须持续学习，提升技能，

- 以保持竞争力。()
12. 家庭是以婚姻关系为基础、以血缘关系为纽带，有共同经济生活的社会基本组织单位。
13. 职业道德的核心价值观关乎家政服务员的专业技能水平。()
14. 任何单位不得因结婚、怀孕、产假、哺乳等情形降低女职工的工资，辞退女职工，单方解除劳动（聘用）合同或者服务协议。()
15. 老年人由于行动不便，可以减少洗澡次数以保持皮肤清洁。()
16. 一般情况下电话铃响 5 声后应立即接听电话，如果家中有人而让对方等待较长时间会让对方感到不被尊重。()
17. 在搬运重物时，家政服务员应始终使用腰部力量来提起物品，以保持身体平衡。()
18. 为了彻底防蚊，家政服务员应在家中所有窗户上都安装纱窗，并确保纱窗无破损。()
19. 家政服务员在工作中不仅需要具备专业技能，还应注重文明礼仪和言行得体的培养。良好的文明礼仪和言行得体能够提升服务品质，增强雇主的信任感和满意度。()
20. 儿童每天应该至少刷牙一次，以保持口腔清洁，预防龋齿和牙周病等口腔问题。()
21. 家政服务员应具备高度的道德自律，不应因个人情绪而影响服务质量，应始终保持专业、专注的态度，为雇主提供优质的服务。()
22. 随着社会的发展和雇主需求的不断变化，家政服务员需要勤奋学习，不断提升自己的专业技能和服务水平，以满足雇主日益多样化的需求。()
23. 家政服务员在选择职业定位时，除了考虑自己的兴趣和技能外，还需要充分了解市场需求和雇主需求，以确保自己的职业选择具有可行性和发展前景。()
24. 失能老年人坐位进餐时应选择有扶手及椅背的餐椅。()
25. 煎、炸是适合老年人的健康烹饪方法之一，因为它可以保留食物中的大部分营养成分。()
26. 患冠心病的老年人应增加不饱和脂肪酸的摄入，如深海鱼类、椰子油、火腿肠等。()
27. 失能老年人选择食物时，只需要考虑营养，不用考虑质地。()
28. 为防止误吸，协助失能老年人进水时，应让其快速大口饮水。()
29. 中、重度意识障碍的失能老年人不能进行吞咽功能筛查。()
30. 失能老年人居家不外出，因此内衣和外套无需分开洗涤。()
31. 吞咽功能训练中针对流涎多的病人可用冰块按摩患侧颈部及面部皮肤至皮肤稍发红，每日 3 次。()
32. 快速进食可以加快食物通过胃肠道的速度，从而提高消化效率。()
33. 失能老年人使用的喂食器应每日清洗一次。()
34. 患有心血管疾病的老年人应选择富含膳食纤维的全谷物作为主食，因为这有助于降低血液中的脂肪水平。()
35. 不是所有的吸管杯都适合失能老年人使用。()

36. 失能老年人进水过程中即使无咳嗽仍有隐性误吸的可能性。()
37. 协助视力障碍的老年人自行进食时，应告知餐桌上食物的种类和位置。()
38. 给失能老年人喂水时应保持半卧位或坐位，头部略向前倾，动作应缓慢，避免呛咳和误吸。()
39. 缓慢进食的主要意义是为了防止被食物烫伤。()
40. 失能老年人餐前只需准备餐具和食物，无需为老年人进行个人清洁准备。()
41. 餐后为失能老年人清洁面部时，应使用温水浸湿的柔软毛巾用力擦拭，避免污垢残留。
()
42. 氽制是一种以水传热快速制汤菜的烹饪方法。()
43. 为失能老年人摆放进食体位的最主要目的是为了预防噎食或误吸的发生。()
44. 患心脑血管疾病老年人应多吃富含钾的水果，如香蕉、橙子、柚子等。()
45. 餐具煮沸消毒时大小相同的碗不可重叠。()
46. 缓慢进食对心理健康不会产生影响。()
47. 烩菜时应尽量减少盐分和油脂的使用，以适应老年人的健康需求。()
48. 失能老年人的饮食应以易消化、营养丰富为主，多采用流质或半流质食物，少食多餐，避免干硬食物。()
49. 将食物切成小块、必要时进行二次加工可预防噎食的发生。()
50. 为了确保安全，不能让失能老年人自行饮水。()
51. 失能老年人在进行口腔清洁时避免用粗糙的牙签剔牙。()
52. 患有糖尿病的老年人应选择低升糖指数（GI）的食物以帮助控制血糖水平。()
53. 为了防止噎食、呛食的发生，适宜的进餐时间为 10-15 分钟。()
54. 为失能老年人清洁口腔时，使用牙刷和牙膏是唯一有效的方法。()
55. 老年人运动后，应立即进行放松活动，避免肌肉酸痛。()
56. 失能老年人由于身体机能下降，清洁护理时应特别注意动作轻柔，避免对其造成伤害。
57. 老年人性格的可塑性比年轻人要强。()
58. 清洁卫生间时，洁厕剂和消毒液可以混合使用。()
59. 为半自理老年人展示游戏，使老年人直观的了解游戏过程、使用器具、游戏玩法与规则，可以提高其参与有效性。()
60. 义齿清洁后，应放在干燥的环境中保存。()

得 分	
评分人	

二、 单项选择题（第 1 题～第 140 题。选择一个正确的答案，将相应的字母填入题内的括号中。每题 0.5 分，满分 70 分）

- 1.可以减少对背部压力的搬运方法是（ ）。
- （A）弯腰直接从地上拾起重物 （B）用单手提起重物 （C）使用搬运工具如手推车或担架 （D）将重物抱在胸前搬运
- 2.用餐时要咳嗽、打喷嚏，要用手或纸巾捂住嘴，并把头扭向（ ），吃饭嚼到沙粒或嗓子疼时，要离开餐桌去吐掉。
- （A）右方 （B）左方 （C）后方 （D）前方
- 3.女性日常私处清洁的正确做法是（ ）
- （A）用肥皂反复搓洗私处 （B）使用温开水清洗外阴，保持清洁干燥 （C）频繁使用阴道冲洗液 （D）每天使用强力清洁剂清洗私处
- 4.称为中国主要传统节日的是（ ）。
- （A）劳动节 （B）端午节 （C）妇女节 （D）圣诞节
- 5.家政服务员在与雇主交流时，确保言行得体应遵循的原则是（ ）。
- （A）随意发表个人意见，不顾及雇主感受 （B）对雇主的要求无条件服从，不发表个人看法 （C）只谈论工作相关话题，避免涉及个人生活 （D）使用俗语，以显示亲切感
- 6.面试过程中，家政服务员应（ ），以展示自己的沟通能力。
- （A）主动询问雇主的个人生活细节 （B）保持沉默，等待雇主提问 （C）清晰、有条理地回答雇主的问题，并适时提出自己的见解 （D）不断打断雇主，强调自己的经验和技能
- 7.消费者在购买商品或者接受服务时，有权获得（ ）等公平交易条件，有权拒绝经营者的强制交易行为。
- （A）价格内定 （B）提前试工 （C）计量正确 （D）免费试用
- 8.家政服务员在制定职业规划时，首要考虑的因素是（ ）。
- （A）家政市场的薪资水平 （B）个人兴趣和爱好 （C）雇主的需求和期望 （D）自身的专业技能和服务质量
- 9.最能体现家政服务员对客户财产的尊重和保护的（ ）。
- （A）对客户家中的贵重物品不加以关注 （B）私自将客户物品带出家门 （C）细心维护客户家中设施，及时报告损坏情况 （D）未经允许随意使用客户物品
- 10.妇女在（ ）不受特殊保护。
- （A）哺乳期 （B）孕期 （C）更年期 （D）产期
- 11.给别人打电话时首先要考虑这个时间点对方是否方便接听电话，通常（ ）之前和晚10点以后往对方家里打电话是不合适。
- （A）早7点 （B）早9点 （C）早8点 （D）早10点
- 12.家政服务员在处理客户家庭事务时，应遵循的原则不包括（ ）。

- (A) 保护客户财产安全 (B) 尊重客户隐私 (C) 议论客户家事 (D) 勤勉尽责
13. 经营者采用网络、电视、电话、邮购等方式销售商品，消费者有权自收到商品之日起 () 内退货，且无须说明理由。
- (A) 五日 (B) 十日 (C) 七日 (D) 三日
14. 家政服务员持续学习、提升技能的有效途径是 ()。
- (A) 依靠个人经验，忽视外界信息 (B) 拒绝接受新技术和新理念 (C) 积极参加各类家政技能培训和交流活动 (D) 拒绝参加培训和学习活动
15. 不正确的问候礼仪是 ()。
- (A) 问候时应尊重对方的文化和习惯 (B) 问候语应根据时间和场合灵活选择 (C) 问候语越长越能表达尊重和友好 (D) 问候时应保持适当的身体语言和面部表情
16. 儿童在户外玩耍后，处理衣物和鞋子的正确方式是 ()。
- (A) 放在室外晾晒，无需清洗 (B) 回家后立即脱下，单独清洗或放置 (C) 与其他衣物混合清洗 (D) 直接穿回家，无需处理
17. 关于家庭消毒，正确的做法是 ()。
- (A) 使用强效消毒剂，确保彻底杀菌 (B) 在家庭成员生病时进行消毒 (C) 根据物品材质选择合适的消毒剂，并遵循正确使用方法 (D) 每天对所有物品进行消毒
18. 家政服务员在与雇主沟通时，有助于实现“沟通顺畅”的做法是 ()。
- (A) 使用专业术语，展现专业素养 (B) 避免提及工作细节，以免雇主担心 (C) 耐心倾听雇主需求，用通俗易懂的语言解释问题 (D) 按照自己的想法工作，不与雇主过多沟通
19. 家政服务员在为老年人布置卧室时，有助于防止老年人跌倒的做法是 ()。
- (A) 在床边放置一个高脚凳，方便老人坐下休息 (B) 将卧室内的家具紧密排列，节省空间 (C) 在床边摆放一个小夜灯，确保夜间照明充足 (D) 在卧室地面铺设厚重的地毯，增加舒适度
20. 最能体现家政服务员之间互助共赢的是 ()。
- (A) 背后议论同事，破坏团队氛围 (B) 分享工作经验，共同提升技能 (C) 相互竞争，争夺客户资源 (D) 对同事的困难视而不见
21. 随着家庭结构小型化、核心化，空巢家庭越来越多，赡养关系、赡养方式也发生了很大的改变，家庭生活服务 () 越来越重要，从而促进了家庭服务业的健康发展。
- (A) 社交化 (B) 日常化 (C) 社会化 (D) 常规化
22. 法律上的妇女是指所有女性，包括刚刚出生的婴儿直到 () 的女性。
- (A) 退休 (B) 老年 (C) 死亡 (D) 离职
23. 关于握手礼仪不正确的是 ()。

- (A) 握手时应保持手部清洁，以显示尊重 (B) 握手时间不宜过长，一般控制在几秒钟内 (C) 握手力度越大，表示越尊重和热情 (D) 握手时应根据对方的身份和场合适当调整自己的姿态
24. 家政服务员在持续学习过程中，应注重（ ）的提升。
- (A) 限于书本知识的学习，忽视实践操作 (B) 仅关注基本技能的熟练度 (C) 综合提升专业技能、沟通能力和服务意识 (D) 忽视新兴技能和趋势的学习
25. 对于驱蚊有一定的效果的植物是（ ）。
- (A) 绿萝 (B) 薰衣草 (C) 仙人掌 (D) 吊兰
26. 家政服务员在选择职业定位时，首要考虑的因素是（ ）。
- (A) 工作地点的远近 (B) 个人兴趣和专长 (C) 雇主的身份地位 (D) 工资水平
27. 家政服务员在工作中处理与雇主之间矛盾的方法是（ ）。
- (A) 消极应对，避免冲突 (B) 主动沟通，寻求解决方案 (C) 立即辞职，逃避问题 (D) 指责雇主，推卸责任
28. 家庭防火中最重要的基本设备是（ ）。
- (A) 安全锁 (B) 灭火器 (C) 烟雾报警器 (D) 防毒面具
29. 握手时，家政服务员应（ ），以显示尊重和礼貌。
- (A) 用力过猛地握住对方的手 (B) 轻轻触碰对方的手以示友好 (C) 目光注视对方，面带微笑，力度适中 (D) 长时间握住对方的手不放
30. 团结协作在家政服务中的重要意义不包括（ ）。
- (A) 促进行业健康发展 (B) 提高服务质量 (C) 个人英雄主义 (D) 增强团队凝聚力
31. 厨房清洁的重点是（ ）。
- (A) 清洁地板 (B) 定期清洁冰箱内部，丢弃过期食品 (C) 擦拭灶台表面 (D) 清洗餐具和炊具
32. 农历（ ）为元宵节，又称元夕节、上元节、灯节，传统意义上它是过冬年的最后一天。
- (A) 正月初十 (B) 二月初一 (C) 正月十五 (D) 正月初一
33. 最能体现家政服务员良好职业心态的描述是（ ）。
- (A) 对雇主要求敷衍，缺乏责任心 (B) 对薪资待遇计较，不满现状 (C) 对工作充满热情，乐于助人 (D) 对同事冷漠，缺乏团队合作精神
34. 老年人在家中进行个人卫生时，不建议的做法是（ ）。
- (A) 使用防滑垫，防止摔倒 (B) 在浴室安装扶手，方便起身 (C) 使用高浓度清洁产品，以彻底清洁 (D) 定期开窗通风，保持空气新鲜

- 35.“开拓创新”对家政服务员来说，主要体现在（ ）。
- （A）局限于传统的家务服务方式 （B）拒绝接受新技术和新工具，坚持传统做法 （C）勇于尝试新的服务方法和技巧，提高工作效率 （D）忽视雇主需求，按照自己的方式提供服务
- 36.最能体现家政服务员“严以律己”精神的（ ）。
- （A）在工作中经常抱怨和消极怠工 （B）在工作中始终保持高度的职业素养和道德自律 （C）对待同事和雇主时总是挑剔和指责 （D）对雇主的要求无条件满足
- 37.家政服务员在处理肉类食品时，避免污染其他食品的方式是（ ）。
- （A）将处理过肉类的厨具直接用于处理其他食材 （B）在处理肉类前后不洗手 （C）使用专门的砧板和刀具处理肉类 （D）将肉类与其他食材一起存放
- 38.家政服务员应特别关注并采取防滑措施的情况是（ ）。
- （A）老年人行动自如，身体健康 （B）厨房刚刚清洁过，地面有少量积水 （C）卧室床铺整洁，无杂物堆放 （D）家中地面为木质地板，且保养良好
- 39.接听电话时忌用急躁不耐烦的音调和粗鲁的言辞，应用（ ）等语言进行礼貌询问。
- （A）你是谁 （B）喂！找谁 （C）请问您怎么称呼 （D）你等着
- 40.有助于家政服务员实现职业规划发展目标的措施是（ ）。
- （A）只关注当前工作，不考虑未来发展 （B）频繁更换雇主以寻求更好的机会 （C）积极参加家政服务培训和交流活动 （D）忽视市场需求和趋势的变化
- 41.家政服务员在工作中遇到突发情况时，应（ ）。
- （A）自行处理，不向雇主报告 （B）责怪雇主，推卸责任 （C）保持冷静，及时报告雇主并寻求解决方案 （D）立即逃离现场
- 42.正确的卫生间清洁步骤是（ ）。
- （A）先清洁镜子，再清洁马桶和其他表面 （B）无需特别顺序，按习惯擦拭 （C）先清洁马桶，再清洁洗手池和浴缸 （D）先清洁浴缸，再清洁马桶和洗手池
- 43.最能体现家政服务员“及时反馈”精神的是（ ）。
- （A）遇到问题先自行解决，避免打扰雇主 （B）发现问题时立即向雇主报告，并提出解决方案 （C）等雇主主动询问时再反馈问题 （D）只在总结时向雇主汇报工作问题
- 44.家政服务员在面试前，最重要的准备工作是（ ）。
- （A）精心挑选面试服装 （B）准备一份详尽个人简历 （C）了解雇主家庭的具体需求 （D）练习如何回答所有可能的问题
- 45.儿童应该避免过多食用的，防止龋齿的食物是（ ）。
- （A）蔬菜 （B）含糖饮料和零食 （C）新鲜水果 （D）全谷物食品
- 46.家政服务员职业规划的内容不包括（ ）。

- (A) 了解家政市场需求和趋势 (B) 提升专业技能和服务质量 (C) 确定个人兴趣和爱好 (D) 制定长期和短期的职业发展目标
- 47.家政服务员道德自律的重要体现是()。
- (A) 消极怠工 (B) 擅自使用雇主物品 (C) 尊重雇主，保守秘密 (D) 随意透露雇主隐私
- 48.“勤奋学习，开拓创新”对家政服务员的意义在于()。
- (A) 无需过多关注，家政服务没有太多创新空间 (B) 与雇主关系无关，仅涉及个人职业发展 (C) 提升专业素养，增强市场竞争力 (D) 为了提高个人收入
- 49.在家政服务团队中，团结协作对于解决工作中的难题的作用是()。
- (A) 无关紧要，个人能力强就能解决 (B) 有助于集思广益，共同寻找解决方案 (C) 导致意见不合，加剧矛盾 (D) 依赖团队领导，无需全员参与
- 50.遇到气体泄露不得开灯、()，应立即关闭气源阀门，打开门窗通风排气。
- (A) 走动 (B) 使用电器 (C) 划火柴 (D) 喝水
- 51.可能会导致食物在烹饪过程中被污染的行为是()。
- (A) 在烹饪前将食材彻底解冻 (B) 使用干净的锅具烹饪食物 (C) 用手接触已经烹饪好的食物 (D) 将烹饪好的食物立即放入干净的容器中
- 52.关于女性内衣的穿着，正确的建议是()。
- (A) 内衣越紧越好，可以塑造身材 (B) 选择纯棉或透气性好的材质，保持舒适 (C) 长时间不更换内衣，以节省开支 (D) 内衣颜色越深越好，显得时尚
- 53.不属于家政服务员文明礼仪和言行得体的具体表现的是()。
- (A) 保持工作区域整洁有序，体现专业素养 (B) 使用礼貌用语，尊重雇主和他人 (C) 在工作中随意谈论雇主私人生活 (D) 穿着整洁得体，符合职业形象
- 54.家政服务员在问候雇主或客户时，不恰当的行为是()。
- (A) 声音洪亮，清晰表达问候语 (B) 根据时间问候，如“早上好”、“晚上好” (C) 一边忙碌一边随口问候 (D) 保持微笑，目光注视对方
- 55.家政服务员在搬运大型家具时，正确的做法是()。
- (A) 用力推拉家具，使其在地面上滑动 (B) 与他人合作，共同抬起家具 (C) 一人尝试单独搬运 (D) 将家具倾斜，以便更容易提起
- 56.家政服务员不宜主动握手的情况是()。
- (A) 初次与雇主见面时 (B) 雇主主动伸出手表示友好时 (C) 雇主正在忙碌或表现出不便时 (D) 雇主对握手礼仪表示重视时
- 57.老年人日常口腔护理的正确做法是()。
- (A) 每天只刷牙一次 (B) 使用硬毛牙刷大力刷牙 (C) 选择适合老年人的软毛牙刷，每天至少刷牙两次 (D) 饭后立即用牙签剔牙

- 58.家政服务员在明确自己的职业定位后,为了提升竞争力,最应该做的是()。
- (A) 频繁更换雇主以积累更多经验 (B) 只接受轻松且工作时间短的工作 (C) 专注于提升与职业定位相关的专业技能 (D) 追求高工资而忽略与自身技能匹配的工作
- 59.“及时反馈,沟通顺畅”对家政服务员的意义在于()。
- (A) 提高个人工作效率,减少工作时间 (B) 展现专业素养,增强雇主信任 (C) 简化工作流程,降低服务标准 (D) 减轻雇主负担,无需过多关注自身工作
- 60.不属于家政服务员“严以律己,宽以待人”的具体表现是()。
- (A) 严格遵守工作时间和规定 (B) 在工作中始终保持专业、专注的态度 (C) 对雇主的私人生活进行干涉和评论 (D) 以积极的态度面对工作中的挑战和困难
- 61.对预防家中蚊虫滋生最为有效的方法是()。
- (A) 在室内放置蚊香或电蚊液 (B) 定期清理室内垃圾,保持环境整洁 (C) 使用杀虫剂频繁喷洒室内 (D) 将所有门窗紧闭,防止蚊子进入
- 62.与雇主家人建立良好人际关系是家政服务员取得良好业绩的()。
- (A) 社会保障 (B) 决定条件 (C) 重要保障 (D) 决定因素
- 63.不能有效避免食物污染的措施是()。
- (A) 在烹饪前彻底清洗食材 (B) 将熟食放在生食上方存放 (C) 定期清洁和消毒厨房表面 (D) 使用干净的餐具和厨具
- 64.家政服务员在工作中应遵循的首要原则是()。
- (A) 利益最大化 (B) 诚实守信 (C) 随意变通 (D) 高效快捷
- 65.用餐时应让()先动碗筷用餐,或听长辈说“大家一起吃吧”再动筷。
- (A) 孙辈 (B) 长辈 (C) 客人 (D) 家政服务员
- 66.职业道德的起源可以追溯到()时期。
- (A) 封建社会 (B) 奴隶社会 (C) 原始社会 (D) 资本主义社会
- 67.家政服务员在面对雇主的批评时,最恰当的反应是()。
- (A) 立即反驳,据理力争 (B) 沉默不语,消极抵抗 (C) 虚心接受,努力改进 (D) 置之不理,我行我素
- 68.不要用取暖器烘烤物品,尤其不要将()的衣物、鞋袜、手帕、尿布等挂在取暖器上烘烤。
- (A) 颜色各异 (B) 潮湿 (C) 不同形状 (D) 数量较多
- 69.在现代社会,职业道德的发展主要受到()的影响。
- (A) 个人兴趣爱好 (B) 经济发展水平 (C) 政治法律制度 (D) 科技进步的速度
- 70.职业道德发展的重要推动力是()。

- (A) 职业竞争的加剧 (B) 社会舆论的压力 (C) 个人利益的追求 (D) 科技进步的推动
71. 失能老年人不能自行饮水时，做法不妥的是 ()。
- (A) 用勺子进行喂水 (B) 用大口杯直接喂水 (C) 选择带有刻度且密封良好的吸管杯 (D) 用长嘴壶给老年人喂水
72. 对于患有心脏病的老年人，() 脂肪最应被优先选择。
- (A) 动物内脏脂肪 (B) 反式脂肪酸 (如部分氢化油) (C) 不饱和脂肪酸 (如橄榄油) (D) 饱和脂肪酸 (如黄油)
73. 老年人饮食应蛋白质摄入多样化，() 属于植物性蛋白。
- (A) 水产品 (B) 瘦牛肉 (C) 豆干 (D) 鱼肉
74. () 不属于吞咽功能训练中的基础训练。
- (A) 舌部运动训练 (B) 空吞咽法 (C) 控制一口量 (D) 鼓腮法
75. 中国老年人平衡膳食宝塔中，蔬菜类推荐量是 ()。
- (A) 200-300g (B) 300-500g (C) 50-100g (D) 120-200g
76. () 烹饪方法最适合希望保持食物营养成分最大化的老年人。
- (A) 煎炒 (B) 蒸煮 (C) 油炸 (D) 烤制
77. 老年人膳食指南推荐的做法不包括 ()。
- (A) 减少食用腌制和熏烤的食物 (B) 大量食用生冷食物 (C) 增加粗粮、杂豆等高纤维食物的摄入 (D) 选择易消化、软烂的食物
78. () 不能让失能老年人自行进水。
- (A) 老年人口渴时 (B) 老年人活动后 (C) 老年人咳嗽时 (D) 老年人进食前
79. 失能老年人餐后活动性义齿清洁错误的做法是 ()。
- (A) 义齿不用时需浸泡在酒精或热水中 (B) 义齿每天至少清洗 2 次 (C) 使用非研磨性的义齿清洁剂进行清洗 (D) 清洁时用义齿刷在流动水下刷洗
80. 老年人每天应至少摄入 () 种及以上的食物。
- (A) 20 (B) 12 (C) 8 (D) 25
81. 对失能老年人进行饮食习惯照护时，正确的做法是 ()。
- (A) 在无禁忌的前提下尊重老年人的口味 (B) 严格按照固定时间进餐 (C) 正餐之间不能吃零食 (D) 准备的餐食必须全部吃完
82. 老年人饮食配制要考虑季节因素，() 做法不妥。
- (A) 冬季温补肾阳、少食生冷食物 (B) 春季以高热量为主，多补充优质蛋白质 (C) 夏季应滋阴润燥、多食养肝食物 (D) 秋季应减少辛味、增加酸味食物
83. () 不符合失能老年人选择勺子的要求。
- (A) 材质轻便且防滑 (B) 容量为 10ml 以上 (C) 柄长、口浅、匙面小 (D) 边

缘光滑、不粘食物

- 84.协助吞咽困难老年人进食过程时，错误的做法是（ ）。
- （A）控制进食速度，在前一口食物完全吞咽后再喂下一口食物（B）出现咳嗽、音质改变时应减慢喂食速度（C）协助病人取坐位或半卧位（D）将食物放于健侧舌的中后部或颊部
- 85.失能老年人进水风险评估最重要的是评估老年人的（ ）。
- （A）食物喜好（B）吞咽功能（C）兴趣爱好（D）居住环境
- 86.（ ）不属于缓慢进食预防误吸和噎食的原因。
- （A）减少一次吞咽的食物量（B）品尝食物的美味（C）使吞咽反射能更充分发挥作用（D）有足够时间协调口腔、咽喉肌肉的运动
- 87.（ ）不应配制给患糖尿病的老年人。
- （A）柚子（B）荔枝（C）苹果（D）橙子
- 88.老年人每日碳水化合物的摄入量应占总能量的（ ）。
- （A）60-65%（B）50-65%（C）10-15%（D）20-30%
- 89.失能老年人进餐后餐具的消毒方法不包括（ ）。
- （A）自然通风消毒（B）煮沸消毒（C）蒸汽消毒（D）浸泡消毒
- 90.（ ）不属于餐后口腔清洁的目的。
- （A）进行吞咽功能训练（B）预防口腔疾病（C）改善口腔异味（D）检查口腔内有无食物残留
- 91.中国老年人平衡膳食宝塔中，动物性食物推荐量是（ ）。
- （A）300-500g（B）120-200g（C）50-100g（D）200-300g
- 92.老年人饮食应餐餐有蔬菜，其中（ ）蔬菜占一半以上。
- （A）红色（B）白色（C）黄色（D）深色
- 93.（ ）不适宜轻度咀嚼困难的老年人。
- （A）去刺去骨的鱼虾肉（B）各类乳制品（C）未经研碎的豆类和坚果（D）煮烂的米面
- 94.（ ）不符合老年人饮食配制食物选择与搭配。
- （A）奶蛋搭配（B）生熟搭配（C）荤素搭配（D）粗细搭配
- 95.失能老年人餐后手部清洁不妥的是（ ）。
- （A）手部皮肤皲裂在清洁后可适当涂抹护手霜（B）进餐后如手部没有明显污垢不需要洗手（C）洗手后应准备柔软的毛巾或擦手纸擦干双手（D）洗手时应使用温和无刺激的洗手液
- 96.对于患有慢性阻塞性肺病（COPD）的老年人，（ ）调整有助于改善呼吸功能。
- （A）提供更多的固体食物以增强咀嚼能力（B）选择容易消化的食物（C）增加高

- 纤维食品的比例 (D) 增加油炸食品的比例以提高能量密度
97. 照护员在照顾失能老年人进水时, 手持吸管要保持合适的角度, 一般与老年人面部呈 () 较为合适。
- (A) 45°C-60°C (B) 30°C-45°C (C) 10°C-20°C (D) 20°C-30°C
98. 在为老年人设计膳食计划时, () 不是实现膳食平衡的关键。
- (A) 每日固定时间进食 (B) 确保足够的水分摄入 (C) 控制盐分和糖分的摄入 (D) 保持适当的热量摄入以维持体重
99. 高钙饮食并增加维生素 D 的摄入, 适合 () 患病老年人。
- (A) 冠心病 (B) 糖尿病 (C) 骨质疏松 (D) 肾结石
100. () 不属于患慢性疾病老年人饮食配制主食粗细搭配原则。
- (A) 尽量选择蒸、煮、炖等清淡的烹饪方式 (B) 比例控制 (C) 循序渐进 (D) 多样化选择
101. 余制的基本步骤 () 不正确。
- (A) 将原料改刀成大块状 (B) 选择质地细嫩、新鲜的动物性或植物性原料 (C) 锅中的清水或高汤, 烧开后, 将上好浆的原料逐片放入锅中 (D) 上浆, 使其入味, 加入蛋清和淀粉, 搅拌均匀
102. 老年人午餐摄入食物的热量一般占全天摄入量的 () 。
- (A) 60% (B) 40% (C) 30% (D) 50%
103. 缓慢进食对心理健康的主要益处是 () 。
- (A) 增加食物的口感 (B) 减少焦虑和压力 (C) 增强食欲 (D) 提高进食速度
104. 失能老年人餐前进行口腔清洁时, 正确的做法是 () 。
- (A) 用温水或专用口腔护理用品清洁 (B) 可以用餐巾纸擦拭口腔 (C) 不需要每天进行口腔清洁 (D) 口腔清洁时不用征求老年人感受
105. 失能老年人进食的并发症不包括 () 。
- (A) 误吸或吸入性肺炎 (B) 深静脉血栓 (C) 噎食 (D) 胃肠功能紊乱
106. () 最能有效预防噎食和呛食。
- (A) 严格控制每餐的进食量 (B) 提供老年人喜欢吃的食物 (C) 小口喂食, 确保食物被充分咀嚼和吞咽 (D) 避免食物过冷或过热
107. 老年人每日营养素钙的参考摄入量 () mg/d。
- (A) 500 (B) 800 (C) 600 (D) 1000
108. 给失能老年人喂食技巧错误的是 () 。
- (A) 对既往有呛咳史的老年人应用汤匙将食物送至舌根处 (B) 面瘫老年人喂食时食物应放在健侧舌后根或颊部 (C) 喂食时先喂固体食物, 喂完后再喂液体食物 (D) 偏瘫老年人健侧喂食

- 109.老年人平衡膳食宝塔按照（ ）kcal / 天设计。
(A) 2400-3000 (B) 1600~2400 (C) 1800-2400 (D) 2000-2600
- 110.老年人饮食配制选择主食应当格外重视血糖指数的高低，（ ）的血糖指数较低。
(A) 富强面粉 (B) 米糕 (C) 糙米 (D) 年糕
- 111.不属于不良进食习惯的是（ ）。
(A) 平卧位进餐 (B) 一口量过大 (C) 进餐时注意力集中 (D) 进食刺激性食物
- 112.（ ）不属于缓慢进食的意义。
(A) 为了降低营养吸收，预防肥胖 (B) 减缓唾液分泌，使食物容易咀嚼 (C) 减缓胃肠道的蠕动，有助消化 (D) 让食物与唾液充分混合，增加食物与唾液接触面积，促进消化吸收
- 113.失能病人使用的喂食器，其主要功能不包括（ ）。
(A) 加热食物 (B) 精准定量 (C) 控制流速 (D) 方便喂食
- 114.在进食过程中，（ ）可以有效减少失能老年人的误吸风险。
(A) 快速喂食以减少进食时间 (B) 食物应细软、切碎煮烂，避免干、硬、脆 (C) 进食后立即让老年人躺下休息 (D) 进食时与老年人交谈，增加进食的愉悦感
- 115.对于完全不能自理的失能老年人，进食时应采用（ ）。
(A) 侧卧位，身体与床面呈 30° (B) 半卧位，床头抬高 30°~45° (C) 平卧位 (D) 站立位
- 116.不同颜色的蔬菜水果含有不同的营养素，（ ）的叙述不妥。
(A) 绿色的菠菜富含叶绿素等 (B) 红色的西红柿富含番茄红素 (C) 白果含有花青素 (D) 橙色的胡萝卜富含 β -胡萝卜素
- 117.（ ）是失能老年人衣物清洁的重要部位。
(A) 背面 (B) 领口 (C) 前襟 (D) 袖口
- 118.合理的膳食是老年人健康的重要组成部分，了解（ ）最有助于评估老年人的饮食健康状况。
(A) 老年人每周外出就餐的次数 (B) 老年人每餐的食物摄入量及种类多样性 (C) 老年人对食物的偏好和口味变化 (D) 老年人是否经常饮用含糖饮料
- 119.老年人饮食应主食多样化，做到粗细搭配，（ ）不属于粗粮。
(A) 玉米 (B) 精白米 (C) 小米 (D) 燕麦
- 120.吞咽反射改善训练中，错误的做法是（ ）。
(A) 用冰棉签在软腭上做缓慢摩擦 (B) 张口后用压舌板压舌 (C) 如出现呛咳、恶心，则停止刺激 (D) 嘱病人发出“啊”、“哦”声音
- 121.（ ）适合痛风患病老年人。
(A) 低嘌呤饮食 (B) 高钙饮食 (C) 高钠饮食 (D) 高脂饮食

- 122.为失能老年人清洁餐具首先应（ ）。
（A）用清洁剂清洗（B）用热水浸泡（C）将餐具中的食物残渣清理干净（D）用清水冲洗干净
- 123.（ ）不符合失能老年人餐前物品准备的要求。
（A）选择有扶手及椅背的餐椅（B）为上肢功能障碍的老年人准备特制餐具（C）不可调节高度的餐桌（D）有活动性义齿的老年人应准备好义齿清洁用品
- 124.对于患有高血压的老年人来说，（ ）饮食策略最有助于血压管理。
（A）增加盐分摄入（B）控制盐分摄入并增加钾的摄入（C）选择高钠食品（D）减少新鲜水果和蔬菜的食用
- 125.（ ）烹饪方法会破坏食物营养成分。
（A）蒸煮（B）油炸（C）氽制（D）烩制
- 126.缓慢进食时，唾液对食物消化吸收的作用不包括（ ）。
（A）刺激胃酸分泌（B）直接吸收营养物质（C）湿润食物，便于吞咽（D）初步分解淀粉
- 127.失能老年人进水风险除外的是（ ）。
（A）呛咳（B）过敏（C）烫伤（D）误吸
- 128.（ ）是失能老年人进水正确的做法。
（A）让失能老年人自行饮水，不用在旁看护（B）少量多次饮水，观察老年人反应（C）大口饮水，节约时间（D）饮水时与他多交流
- 129.老年人饮食配制要考虑季节因素，夏季应（ ）。
（A）温补肾阳、少食生冷食物（B）以高热量为主，多补充优质蛋白质（C）滋阴润燥、多食养肝食物（D）减少辛味、增加酸味食物
- 130.失能老年人使用的喂食器应（ ）清洁一次。
（A）每天（B）每周（C）每两周（D）每月
- 131.老年人早餐必须含有两大类物质，即碳水化合物类和（ ）。
（A）豆类（B）奶类（C）蛋白质类（D）果蔬类
- 132.失能老年人餐前环境准备错误的是（ ）。
（A）清理桌面杂物，餐具保持干净整洁（B）选择有扶手、靠背的座椅（C）电视机调大音量（D）拉开窗帘，房间内光线适宜
- 133.（ ）属于植物性蛋白。
（A）瘦牛肉（B）鱼肉（C）豆干（D）水产品
- 134.（ ）是评估老年人饮食健康状况的关键。
（A）老年人每周外出就餐的次数（B）老年人每餐的食物摄入量及种类多样性（C）老年人对食物的偏好（D）老年人是否饮用含糖饮料

135. () 做法会增加失能老年人误吸风险。
(A) 食物细软、切碎煮烂 (B) 快速喂食 (C) 小口喂食 (D) 进食后保持半卧位
136. () 是失能老年人选择进食辅助器具的关键。
(A) 价格低廉 (B) 防滑、易于握持 (C) 颜色鲜艳 (D) 重量轻
137. () 不属于老年人必需营养素的食物来源。
(A) 粮谷类、果蔬类 (B) 动物性食物、豆奶类 (C) 烹调油和食盐 (D) 营养补充剂
138. 长期不吃早餐会导致 () 。
(A) 低血糖 (B) 高血压 (C) 糖尿病 (D) 冠心病
139. () 适合糖尿病老年人。
(A) 全麦面包 (B) 白米饭 (C) 精制面条 (D) 甜点糕饼
140. 失能老年人餐后洗脸不妥的是 () 。
(A) 面部有伤口时尽量避开 (B) 使用碱性香皂洗脸 (C) 水温 40°C-43°C 为宜 (D) 毛巾沾湿并拧至半干

家政服务员（家庭照护员）（四级）理论知识试卷答案

一、判断题(第 1 题~第 60 题。将判断结果填入括号中。正确的填“√”，错误的填“×”。每题 0.5 分，满分 30 分)

1.	×	2.	√	3.	×	4.	×	5.	√	6.	×
7.	×	8.	√	9.	√	10.	√	11.	√	12.	√
13.	×	14.	√	15.	×	16.	×	17.	×	18.	√
19.	√	20.	×	21.	√	22.	√	23.	√	24.	√
25.	×	26.	×	27.	×	28.	×	29.	√	30.	×
31.	√	32.	×	33.	×	34.	√	35.	√	36.	√
37.	√	38.	√	39.	×	40.	×	41.	×	42.	√
43.	√	44.	√	45.	√	46.	×	47.	√	48.	√
49.	√	50.	×	51.	√	52.	√	53.	×	54.	×
55.	√	56.	√	57.	×	58.	×	59.	√	60.	×

二、单项选择题（第 1 题~第 140 题。选择一个正确的答案，将相应的字母填入题内的括号中。每题 0.5 分，满分 70 分）

1.	C	2.	C	3.	B	4.	B	5.	A	6.	C
7.	C	8.	D	9.	C	10.	C	11.	C	12.	C
13.	C	14.	C	15.	C	16.	B	17.	C	18.	C
19.	A	20.	B	21.	C	22.	C	23.	D	24.	D
25.	B	26.	B	27.	B	28.	C	29.	A	30.	C
31.	B	32.	A	33.	A	34.	C	35.	C	36.	B
37.	C	38.	B	39.	C	40.	C	41.	C	42.	A
43.	B	44.	C	45.	B	46.	C	47.	C	48.	C
49.	B	50.	C	51.	C	52.	B	53.	C	54.	C
55.	B	56.	C	57.	C	58.	C	59.	B	60.	C
61.	B	62.	C	63.	B	64.	B	65.	B	66.	B
67.	C	68.	B	69.	A	70.	A	71.	B	72.	C
73.	C	74.	C	75.	B	76.	B	77.	B	78.	C
79.	A	80.	B	81.	A	82.	C	83.	B	84.	B
85.	B	86.	B	87.	B	88.	B	89.	A	90.	A
91.	B	92.	D	93.	C	94.	B	95.	B	96.	B
97.	B	98.	A	99.	C	100.	A	101.	A	102.	B
103.	B	104.	A	105.	B	106.	C	107.	B	108.	A
109.	B	110.	C	111.	C	112.	B	113.	A	114.	B
115.	B	116.	C	117.	C	118.	B	119.	B	120.	B
121.	A	122.	C	123.	C	124.	B	125.	B	126.	B
127.	B	128.	B	129.	C	130.	A	131.	C	132.	C
133.	C	134.	B	135.	B	136.	B	137.	D	138.	A
139.	A	140.	B								

操作技能考核模拟试卷

注 意 事 项

- 1.考生根据操作技能考核通知单中所列的试题做好考核准备；
- 2.请考生仔细阅读试题单中具体考核内容和要求，并按要求完成操作或进行笔答或口答，若有笔答请考生在答题卷上完成。
- 3.操作技能考核时要遵守考场纪律，服从考场管理人员指挥，以保证考核安全顺利进行。

注：操作技能考核试题评分表及答案是考评员对考生考核过程及考核结果的评分记录表，也是评分依据。

家政服务员（家庭照护员）（四级）操作技能考核 通知单

姓名：

准考证号：

考核日期：

试题 1

试题名称：为老年人编制周饮食计划并运用余的技法制作饮食

考核时间：30 min

配分：20 分

试题 2

试题名称：照护轻度失能老年人进食

考核时间：10 min

配分：10 分

试题 3

试题名称：给卧床偏瘫病人喂食

考核时间：10 min

配分：10 分

试题 4

试题名称：与老年人愉快地沟通及阅读书报，并陪同开展书法活动

考核时间：10 min

配分：15 分

试题 5

试题名称：为卧床病人口腔清洁、生活环境及物品清洁消毒，并对垃圾进行分类

考核时间：10 min

配分：20 分

试题 6

试题名称：为卧床病人处置局部冻伤、制定安全防护措施

考核时间：10min

配分：10 分

试题 7

试题名称：照护留置导尿管的病人，留取尿标本

考核时间：10min

配分：15 分

家政服务员（家庭照护员）（四级）操作技能考核 试题单

试题名称：为老年人编制周饮食计划并运用余的技法制作饮食

考核时间：30 min

1. 场地设备要求

- （1）电磁炉或者煤气灶。
- （2）抽油烟机。
- （3）厨具：平底锅、蒸锅、炒锅、汤锅、砧板、2号批刀、炒勺、漏勺、6寸盘等。
- （4）食用油。
- （5）调料：盐、糖、味精、料酒、米醋、生抽、老抽、麻油、淀粉、胡椒粉等。
- （6）食材：
 - ①余小牛肉：小牛肉（里脊或腿肉）200g、嫩菠菜/娃娃菜 100g、胡萝卜片 50g、干木耳（泡发）20g、生姜2片（切细丝）、蛋清1个、淀粉1茶匙、枸杞10粒。
 - ②菌菇豆腐番茄汤：香菇、平菇、金针菇各100克、嫩豆腐200克、西红柿1个、葱花、蒜末、香菜、鸡蛋1个。

2. 工作任务

照护对象：张先生独居，78岁，健康老年人，起居尚能自理，由家庭照护员照护饮食。今天是周一，家庭照护员已上门准备提供服务。

考生需完成以下工作任务：

- （1）为张先生编制一周饮食计划。
- （2）为张先生制作余小牛肉、煮菌菇豆腐番茄汤。
- （3）口述制作余小牛肉、菌菇豆腐番茄汤的特殊要求和营养价值。
- （4）完成清理操作区域。

3. 技能要求

- (1) 能编制一周饮食计划。
- (2) 能制作氽小牛肉、煮菌菇豆腐番茄汤。
- (3) 能口述制作饮食的特殊要求和营养价值。
- (4) 能完成清理操作区域。

4. 质量指标

- (1) 规范、合理编制一周的饮食计划。
- (2) 规范制作氽小牛肉、煮菌菇豆腐番茄汤。
- (3) 正确口述制作饮食的特殊要求和营养价值。
- (4) 规范清理操作区域、卫生、安全。

家政服务员（家庭照护员）（四级）操作技能考核

试题评分表

试题名称：为老年人编制周饮食计划并运用余的技法制作饮食

考核时间：30 min

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1. 职业素养（1分）			
M1	1	（1）自身准备：穿工作衣或围裙，发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰。（0.5分） （2）七步洗手法洗净双手。（0.5分）			
		2. 为老年人编制一周饮食计划（口述）（5分）			
M2	2	（1）实现全谷物轮换机制；实现每日补充膳食纤维，促进肠道健康。（1分） （2）实现优质蛋白交替摄入（鱼类、禽肉、豆制品、奶类）。（1分）			
M3	2	（3）实现彩虹色蔬菜搭配。（1分） （4）实现分餐制设计，3主餐+2加餐，符合老年人胃肠功能的生理特征。（1分）			
M4	1	（5）一周饮食计划中需尽量避免的食材：高盐食品如咸菜、腊肉、加工罐头；高糖食品如含糖饮料、蜜饯；高脂肪及油炸食品如炸鸡、肥肉、油条、动物内脏；生冷或未煮熟的食物如生鱼片、半熟鸡蛋、未灭菌乳制品。 （6）一周饮食计划中不推荐的烹调方式：高温油炸或煎烤、腌制、熏制食品、过于坚硬或黏腻的食物、过量使用调味品、隔夜剩菜反复加热等。			
		3. 为老年人制作余小牛肉（6分）			
M5	2	（1）制作步骤 ①食材预处理：牛肉逆纹切薄片（约2mm厚），加蛋清、淀粉、少许盐抓匀腌制10分钟；胡萝卜切菱形薄片，木耳撕小朵，菠菜去根洗净，枸杞温水浸泡。（0.5分） ②余煮汤底：清水加姜丝煮沸，转中小火保持微沸状态，避免滚水破坏肉质；先下胡萝卜片、木耳煮2分钟至半软。（0.5分）			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		③分次余肉：将牛肉片逐片展开放入汤中，保持中小火（约 85℃），待肉片边缘泛白即关火，用余温浸泡 30 秒至全熟（防止肉质变老）。（0.5 分） ④蔬菜增色：加入菠菜烫 10 秒，撒白胡椒粉、盐调味，撒枸杞点缀。（0.5 分）			
M6	2	（2）成品评价 ①色泽：汤色清透微黄（姜丝与胡萝卜释放天然色素），肉片粉嫩，绿叶菜翠绿，枸杞红亮。（1 分） ②口感：牛肉嫩滑无纤维粗糙感，入口即化；汤底清鲜回甘，姜丝微辛驱寒，无油腻负担；胡萝卜软糯带甜，木耳脆爽，菠菜柔嫩易嚼。（1 分）			
M7	2	（3）特殊要求和营养价值（口述） ①高蛋白低脂：小牛肉富含优质蛋白（每 100g 约 20g），脂肪含量仅为普通牛肉 1/3。（1 分） ②膳食纤维：木耳与菠菜促进肠道蠕动，预防便秘；胡萝卜 β -胡萝卜素、菠菜叶黄素，延缓老年黄斑病变。（1 分）			
		4. 为老年人制作菌菇豆腐番茄汤（6 分）			
M8	2	（1）制作步骤 ①菌菇处理：将菌菇洗净，用开水焯烫 30 秒，去除杂质和生味，沥干备用。（0.5 分） ②炒香底料：热锅倒入适量食用油，加入葱花和蒜末，中小火煸炒至香味四溢，加入西红柿块，中火翻炒至软化，加一勺盐帮助出汁，炒至汤汁浓郁。（0.5 分） ③煮汤底：倒入滚烫的开水，水量根据需求调整，加入焯好的菌菇，大火煮沸 5-7 分钟，直至菌菇软化。（0.5 分） ④加入豆腐、勾芡与蛋花：倒入豆腐块，加入一勺生抽和适量胡椒粉调味，慢慢倒入水淀粉，迅速搅拌至汤汁浓稠。将打散的鸡蛋液缓缓倒入，顺时针搅拌形成蛋花，最后点缀：撒上香菜段，淋上一圈芝麻油，提升香气。（0.5 分）			
M9	2	（2）成品评价 ①色泽：西红柿的橙红、菌菇的柔白、蛋花的金黄与香菜的翠绿，色彩丰富。（1 分） ②口感：汤底酸甜开胃，菌菇鲜美滑嫩，豆腐柔软细腻，蛋花与淀粉的融合让口感更加顺滑，适合老年人清淡的口味。（1 分）			
M10	2	（3）特殊要求和营养价值（口述） ①菌菇富含膳食纤维和多糖，帮助增强免疫力，改善消化；豆腐提供植物蛋白和钙质，有助于骨骼健康；西红柿富含维生素 C，具有抗			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		氧化作用；鸡蛋提供优质蛋白，增强体质。（1分） ②整体功效：这道汤低脂低盐，适合老年人食用，有助于增强免疫力、改善消化、补充钙质和蛋白质。（1分）			
		5. 环境卫生、餐厨具清洗（2分）			
M11	2	（1）工作区域：厨房台面、炉灶、冰箱等设备表面干净整洁，无残留食物或油腻。（0.5分） （2）地面状况：地板干燥、无垃圾杂物，烹饪过程中产生的废料及时清理。（0.5分） （3）刀具、砧板、锅碗瓢盆等器具经过彻底清洗和消毒。（0.5分） （4）刀具、砧板、锅碗瓢盆等器具放置有序。（0.5分）			
合计配分	20	合计得分			

考评员（签名）：

日期：

家政服务员（家庭照护员）（四级）操作技能考核 试题单

试题名称：照护轻度失能老年人进食

考核时间：10min

1. 场地设备要求

- （1）带扶手的椅子 1。
- （2）食物图片各 1（米饭、荤菜、蔬菜、菜汤）。
- （3）餐具各 1（带吸盘的防摔硅胶碗、可调节角度的汤匙）。
- （4）小毛巾 1、围兜 1、水杯 1、可调节高度的餐桌 1。
- （5）手消洗手液 1、脸盆 1。
- （6）真人模特 1、生活垃圾桶 1。

2. 工作任务

工作情境：照护对象杨奶奶，脑梗后轻度失能，通过使用辅助工具能缓慢行走、辅助餐具能完成自主进食。

考生需完成以下工作任务：

- （1）完成对杨奶奶椅上坐位用餐前的评估和沟通。
- （2）完成为杨奶奶椅上坐位用餐前的准备工作。
- （3）完成照护杨奶奶自主用餐过程。
- （4）完成为杨奶奶做餐后清洁整理。

3. 技能要求

- （1）能完成对轻度失能老年人椅上坐位用餐前的评估和沟通。
- （2）能为轻度失能老年人椅上坐位用餐前的准备工作。
- （3）能照护轻度失能老年人自主用餐过程。
- （4）能为轻度失能老年人做餐后清洁整理。

4. 质量指标

- (1) 规范完成对轻度失能老年人椅上坐位用餐前的评估和沟通。
- (2) 规范为轻度失能老年人椅上坐位用餐前的准备工作。
- (3) 规范照护轻度失能老年人自主用餐过程。
- (4) 规范为轻度失能老年人做餐后清洁整理。

家政服务员（家庭照护员）（四级）操作技能考核 试题评分表

试题名称：照护轻度失能老年人进食

考核时间：10 min

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1分）			
M1	1	（1）自身准备：着装整洁大方、不穿响底鞋和高跟鞋、不佩戴首饰、无长指甲、不涂指甲油、微笑礼貌问候。（0.5分） （2）七步洗手法洗净双手。（0.5分）			
		2.评估和沟通（1分）			
M2	1	（1）评估：既往食量、饮食习惯、有无活动性义齿及口腔溃疡，手部活动及协调能力。（0.5分） （2）沟通：向老年人介绍本餐的主食和副食，以及辅助餐具的作用及使用方法。（0.5分）			
		3.餐前准备（2分）			
M3	2	（1）环境调整：确保餐桌光线充足，减少眩光或阴影干扰；移除无关物品，保持桌面整洁，避免分散注意力。（0.5分） （2）食物处理：提前将大块食物切成小块，避免老年人费力咀嚼或切割；流质食物使用防洒杯，减少泼洒风险。（0.5分） （3）协助老年人排泄、洗手后坐在有扶手的椅子上，将餐桌调整到适合进食的高度，固定台面，防止滑动，取舒适的坐位，使身体与餐桌之间没有空隙，围兜垫于颌下及胸前，将餐桌表面擦拭干净，确保无灰尘和水渍。（0.5分） （4）选择老年人够得着的位置，将防摔硅胶碗的吸盘对准桌面按压下去，排出空气，使吸盘紧紧吸附在桌面上。（0.5分）			
		4.协助自主进食过程（4分）			
M4	2	（1）测试食物温度适宜（口述：手腕内侧轻触碗壁以不烫手为宜），然后将盛有食物的防摔硅胶碗放置在已吸附好的吸盘上，宽柄餐具便于抓握，鼓励老年人自主进食。（1分）			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		分) (2) 情绪调动: 简单介绍菜品名称和味道, 如“今天有您喜欢的南瓜粥”, 激发食欲, 同时观察老人对食物的反应, 及时调整。(1 分)			
M5	2	(3) 分步引导: 用简短清晰的指令分步指导(如“拿勺子→舀饭”), 避免同时处理多项任务, 必要时示范动作。(1 分) (4) 观察老人进食速度, 避免催促; 分小口喂食或提醒咀嚼, 吞咽困难时暂停并检查口腔残留。(1 分)			
		5.餐后清洁整理 (2 分)			
M6	2	(1) 口腔清洁: 协助老人用温水漱口保持口腔卫生, 预防感染。(0.5 分) (2) 面部与手部清洁: 用温热湿毛巾轻柔擦拭面部、嘴角及双手, 避免食物残留, 注意动作舒缓。(0.5 分) (3) 衣物与围兜整理: 检查并清理衣物上的食物残渣, 若使用围兜, 及时取下并清洁, 保持衣着整洁; 环境整理与体位调整, 移走餐具、擦拭桌面, 确保周围干净, 协助老年人保持坐姿 30 分钟, 必要时在腰背部垫软枕支撑, 避免久坐疲劳。(0.5 分) (4) 用物归位, 照护员洗手。(0.5 分)			
合计配分	10	合计得分			

考评员 (签名):

日期:

家政服务员（家庭照护员）（四级）操作技能考核 试题单

试题名称：给卧床偏瘫病人喂食

考核时间：10min

1. 场地设备要求

- （1）护理床 1，床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- （2）床头桌、椅子各 1。
- （3）食物图片各 1（米饭、荤菜、蔬菜、菜汤）、餐具各 1（碗、筷、汤匙）。
- （4）小毛巾 1、围兜 1、水杯 1、可调节高度的餐桌 1、三角枕 1、软垫 1。
- （5）手消洗手液 1、脸盆 1、生活垃圾桶 1。
- （6）护理模拟人 1。

2. 工作任务

工作情境：照护对象苏奶奶，因脑卒中导致右侧肢体瘫痪，长期卧床中，能正常沟通，无明显吞咽障碍，有活动性义齿，三餐均需家庭照护员喂食。

考生需完成以下工作任务：

- （1）完成对苏奶奶喂食前的评估和沟通。
- （2）完成为苏奶奶做喂食前的准备工作。
- （3）完成照护苏奶奶喂食过程。
- （4）完成为苏奶奶做喂食后清洁整理。

3. 技能要求

- （1）能完成对卧床偏瘫病人喂食前的评估和沟通。
- （2）能为卧床偏瘫病人做喂食前的准备工作。
- （3）能照护卧床偏瘫病人喂食过程。
- （4）能为卧床偏瘫病人做喂食后清洁整理。

4. 质量指标

- (1) 规范完成对卧床偏瘫病人喂食前的评估和沟通。
- (2) 规范为卧床偏瘫病人做喂食前的准备工作。
- (3) 规范照护卧床偏瘫病人喂食过程。
- (4) 规范为卧床偏瘫病人做喂食后清洁整理。

家政服务员（家庭照护员）（四级）操作技能考核 试题评分表

试题名称：给卧床偏瘫病人喂食

考核时间：10 min

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（1分）			
M1	1	（1）自身准备：着装整洁大方、不穿响底鞋和高跟鞋、不佩戴首饰、无长指甲、不涂指甲油、微笑礼貌问候。（0.5分） （2）七步洗手法洗净双手。（0.5分）			
		2.评估和沟通（1分）			
M2	1	（1）评估：既往食量、饮食习惯、有无口腔溃疡、能否自行进食。（0.5分） （2）沟通：向病人介绍本餐的主食和副食。（0.5分）			
		3.喂食前准备（2分）			
M3	2	（1）体位调整：将床头抬高 30-45° 呈半卧位，取健侧卧位，头颈部稍前屈，用枕头垫起偏瘫侧肩部，背后垫三角枕；围兜垫于颌下及胸前，（口述：给患者佩戴活动性义齿）。（0.5分） （2）环境准备：确保用餐环境安静、光线适宜，减少干扰；检查餐具（如防滑垫、弯柄勺等）便于病人使用或喂食。（0.5分） （3）食物选择：选择软食、糊状或细碎食物，避免干硬、黏稠或易呛咳的食物，温度适宜（40℃左右）。（0.5分） （4）口腔清洁：喂食前检查口腔卫生，清除分泌物或残留食物；可协助病人进行简单口腔运动训练（如鼓腮、伸舌），以刺激吞咽反射（0.5分）。			
		4.给病人喂食过程（4分）			
M4	2	（1）喂食技巧：照护员先给病人喂 2 口汤，湿润口腔，随后将食物放于健侧舌的中后部或颊部，从 2~3 ml 开始，逐渐增加至适合病人的一口量，固体食物与液体食物交替食用，等病人完全咽下后再喂第二口。（1分）			

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		(2) 注意力集中：喂食时减少干扰（如关掉电视），引导病人专注进食，避免分心导致误吸。（1分）			
M5	2	(3) 观察吞咽反应：喂食前检查口腔肌肉是否松弛，吞咽时观察喉结是否上下移动，若频繁咳嗽或声音嘶哑，需暂停进食。（1分） (4) 心理支持：喂食时保持耐心，用鼓励性语言（如“慢慢来”）减轻患者焦虑，避免催促或责备。（1分）			
		5.喂食后清洁整理（2分）			
M6	2	(1) 口腔清洁：协助病人漱口或使用湿纱布清洁口腔，避免食物残留引发感染，注意偏瘫侧颊部清洁，面部与手部清洁：用温水毛巾擦拭面部及进食侧手部，尤其注意偏瘫侧嘴角可能残留的食物。（0.5分） (2) 体位调整：喂食后保持坐位或抬高床头30分钟，防止误吸；若需卧床，协助翻身至健侧，避免压迫患侧。（0.5分） (3) 环境整理：及时清理餐具和食物残渣，更换污染的衣物或围兜，保持床单及周围环境干燥整洁；清洗活动性义齿应使用非研磨性义齿清洁剂或液体肥皂，用义齿刷在流动水下刷洗后晾干，保存在清洁的义齿盒内备用。（0.5分） (4) 用物归位，照护员洗手。（0.5分）			
合计配分	10	合计得分			

考评员（签名）：

日期：

家政服务员（家庭照护员）（四级）操作技能考核 试题单

试题名称：与老年人愉快地沟通及阅读书报，并陪同开展书法活动

考核时间：10min

1. 场地设备要求

- （1）桌子 1、床旁椅 1。
- （2）毛笔 1、墨汁 1、宣纸若干、老花眼镜 1、书法作品（图片）1、书报（若干）1。
- （3）手消洗手液 1、生活垃圾桶 1。
- （3）真人模特 1。

2. 工作任务

- （1）完成操作前的评估和沟通。
- （2）完成为老年人阅读书报及与老年人愉快沟通。
- （3）完成陪同老年人开展书法休闲娱乐活动。
- （4）完成口述操作的注意事项。

3. 技能要求

- （1）能完成操作前的评估和沟通。
- （2）能为老年人阅读书报及与老年人愉快沟通。
- （3）能陪同老年人开展书法休闲娱乐活动。
- （4）能口述操作的注意事项。

4. 质量指标

- （1）规范完成操作前的评估和沟通。
- （2）规范为老年人阅读书报及与老年人愉快沟通。
- （3）规范陪同老年人开展书法休闲娱乐活动。

(4) 正确口述操作的注意事项。

家政服务员（家庭照护员）（四级）操作技能考核 试题评分表

试题名称：与老年人愉快地沟通及阅读书报，并陪同开展书法活动

考核时间：10 min

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（2分）			
M1	2	（5）仪容仪表：妆容恰当，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（1分） （6）七步洗手法洗净双手。（1分）			
		2.解释沟通（2分）			
M2	2	（3）解释操作目的。（1分） （4）与老年人沟通，并取得同意。（1分）			
		3.评估、安置体位（2分）			
M3	2	（4）身体状况评估：评估老年人身体及精神状况、饮食、睡眠、排泄需求等。（0.5分） （5）专项需求评估：评估老年人四肢活动度、视力及兴趣和阅读取向。（1分） （6）安置老年人体位：协助老年人坐于椅子上。（0.5分）			
		4.为老年人阅读书报（2分）			
M4	2	（4）选择高度适宜的桌、椅。（0.5分） （5）选择老年人感兴趣的书报内容阅读。（0.5分） （6）阅读速度缓慢，并不时询问老年人需求。（0.5分） （4）阅读声音响亮、口齿清晰，让老年人能清晰听清。（0.5分）			
		5.与老年人愉快沟通（2.5分）			
M5	2.5	（4）话题选择：选择老年人感兴趣的內容，如家庭、健身、过去的经历等，避			

		免敏感话题，如经济状况等。（0.5 分） （5） 耐心尊重：耐心倾听，避免打断老年人的话语，尊重老年人的意见，避免争论或强行说服。使用语言与肢体语言相结合，通过点头、微笑、或简单的回复，表示认真在听。（0.5 分） （6） 简单清晰：与老年人交谈时，使用简单清晰的语言，避免复杂或长句，语速、音量适中，句子结构简单明了，必要时用例子帮助解释。（1 分） （4）辅助沟通：如听力或视力不佳的老年人，可使用助听器或老花眼镜等工具，或通过书写辅助沟通。（0.5 分）			
		6.陪同老年人开展书法休闲娱乐活动（2.5）			
M6	2.5	（9）选择高度适宜的桌、椅，并准备笔墨和宣纸。（0.5 分） （10）助老年人舒适坐于桌椅间，端正坐姿，必要时协助调整坐姿。（0.5 分） （11）帮助老年人换纸、蘸墨，及时欣赏老年人的作品，鼓励老年人。（1 分） （12）完毕收拾笔墨，清洗毛笔，擦拭桌子，保持环境整洁。（0.5 分）			
		7. 口述注意事项（2 分）			
M7	2	（1）活动场所地面清洁干燥无湿滑，防止老年人跌倒。（1 分） （2）阅读材料应选择老年人感兴趣的内容，阅读时声音清晰。（0.5 分） （3）陪同老年人书法时注意安全，活动时间适宜，不可过长。（0.5 分）			
合计配分	15	合计得分			

考评员（签名）：

日期：

家政服务员（家庭照护员）（四级）操作技能考核 试题单

试题名称：为卧床病人口腔清洁、生活环境及物品清洁消毒，并对垃圾进行分类

考核时间：10min

1. 场地设备要求

- （1）护理床 1，床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- （2）床旁桌 1、床旁椅 1。
- （3）可回收垃圾（图片）1、有害垃圾（图片）1、干垃圾（图片）1、湿垃圾（图片）1。
- （4）水杯 1、长棉棒 18 根、压舌板 2、弯盘 1、纱布若干、手电筒 1、中毛巾 1、纸巾 1。
- （5）抹布 1、水桶 1、生活垃圾桶 1、手消洗手液 1。
- （6）护理模拟人 1、口腔牙齿模型 1。

2. 工作任务

- （1）完成操作前的评估和沟通。
- （2）完成为卧床病人采用棉棒法进行口腔清洁。
- （3）完成为病人生活环境及物品进行清洁消毒。
- （4）完成对各类垃圾进行分类。
- （5）完成口述操作的注意事项。

3. 技能要求

- （1）能完成操作前的评估和沟通。
- （2）能为卧床病人采用棉棒法进行口腔清洁。
- （3）能为病人生活环境及物品进行清洁消毒。
- （4）能对各类垃圾进行分类。
- （5）能口述操作的注意事项。

4. 质量指标

- (1) 规范完成操作前的评估和沟通。
- (2) 规范为卧床病人采用棉棒法进行口腔清洁。
- (3) 规范为病人生活环境及物品进行清洁消毒。
- (4) 规范对各类垃圾进行分类。
- (5) 正确口述操作的注意事项。

家政服务员（家庭照护员）（四级）操作技能考核 试题评分表

试题名称：为卧床病人口腔清洁、生活环境及物品清洁消毒，并对垃圾进行分类

考核时间：10 min

测量评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1.职业素养（2分）			
M1	2	（1）仪容仪表：妆容恰当，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（1分） （2）七步洗手法洗净双手。（1分）			
		2.解释沟通（3分）			
M2	3	（1）解释操作目的。（1.5分） （2）与病人沟通，并取得同意。（1.5分）			
		3.评估、安置体位（3分）			
M3	3	（1）身体状况评估：评估病人身体及精神状况、饮食、睡眠、排泄需求等。（1分） （2）专项需求评估：评估病人牙齿、牙龈情况。（1分） （3）安置病人体位：协助病人取平卧位，头偏向操作者一侧。（1分）			
		4.棉棒法口腔清洁（3分）			
M4	3	（1）清洁前准备：用温水倒入口杯使棉棒湿润；铺毛巾于病人颌下，并放置弯盘。（0.5分） （2）用棉棒擦拭口唇并助病人漱口，并用压舌板、手电筒检查口腔。（0.5分） （3）有义齿用纱布包裹取下，并在流动水下清洗，放于冷开水中备用（口述）。（0.5分） （4）棉棒纵向擦拭左右上、下侧牙至门齿；螺旋形擦拭左右上下咬合面；擦拭左右颊部；上腭、舌面前 1/3 处“Z”形向门齿擦拭；擦拭舌下舌系带。（0.5分） （5）观察口腔助漱口，擦净病人口周水迹，清点棉棒数量。			

		(6) 撤用物, 助病人卧位舒适。用物归位, 照护员洗手。(0.5 分)			
		5.空气、桌椅清洁消毒 (3 分)			
M5	3	(4) 开窗通风 30 分钟 (口述)。(1 分) (5) 取水桶配制 250mg/L 含有效氯消毒液, 将抹布浸湿。(1 分) (6) 用湿润抹布擦拭消毒桌子、椅子, 30 分钟后再用清水擦拭。(1 分)			
		6.垃圾进行分类 (3 分)			
M6	3	(1) 可回收垃圾 (图片) 分类放置正确。(1 分) (2) 有害垃圾 (图片) 分类放置正确。(1 分) (3) 干垃圾 (图片) 分类放置正确。(1 分)			
		7. 口述注意事项 (3 分)			
M7	3	(1) 口腔清洁棉棒不过湿, 口腔内无棉絮遗漏。(1 分) (2) 物品消毒浓度准确。(1 分) (3) 了解垃圾分类标准, 正确投放, 避免混放。(1 分)			
合计 配分	20	合计得分			

考评员 (签名):

日期:

家政服务员（家庭照护员）（四级）操作技能考核 试题单

试题名称：为卧床病人处置局部冻伤、制定安全防护措施

考核时间：10 min

1. 场地设备要求

- （1）护理床 1，床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- （2）床头桌、椅子各 1。
- （3）压疮保护垫 5、润肤霜 1、浴巾 1。
- （4）水龙头（图片）1、热水（贴标签）1、冷水（贴标签）1、脸盆 1、毛巾 1、水温计 1。
- （5）冻伤膏（标签）1、棉签 1、纱布 1、胶布 1。
- （6）生活垃圾桶 1、手消洗手液 1。
- （7）记录单（图片）1、水笔 1。
- （8）护理模拟人 1。

2. 工作任务

工作情境：李奶奶，87 岁，有糖尿病和脑梗死病史，左侧肢体偏瘫，已卧床十余年。最近连续几天发热，家属自行用冰袋降温。因冰袋使用不当，今右侧肘窝处出现一处皮肤冻伤，局部出现苍白，伴有刺痛感及局部肿胀。

考生需完成以下工作任务：

- （1）完成操作前对病人进行评估和沟通。
- （2）完成为卧床病人处置局部冻伤的操作。
- （3）演示预防卧床病人发生压力性损伤的护理措施。
- （4）口述预防卧床病人冻伤的防护措施。

3. 技能要求

- （1）能在操作前对病人进行评估和沟通。

- (2) 能演示为卧床病人处置局部冻伤的操作。
- (3) 能演示预防卧床病人发生压力性损伤的护理措施。
- (4) 能口述预防卧床病人冻伤的防护措施。

4. 质量指标

- (1) 在操作前对病人进行正确的评估和沟通。
- (2) 规范演示为卧床病人处置局部冻伤的操作。
- (3) 规范演示预防卧床病人发生压力性损伤的护理措施。
- (4) 正确口述预防卧床病人冻伤的防护措施。

家政服务员（家庭照护员）（四级）操作技能考核 试题评分表

试题名称：为卧床病人处置局部冻伤、制定安全防护措施

考核时间：10 min

测量评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1. 职业素养（2分）			
M1	2	（1）自身准备：穿工作服，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰。（1分） （2）七步洗手法洗净双手。（1分）			
		2. 评估与沟通（1分）			
M2	1	（1）观察病人、评估状况：意识状态、配合能力、营养状况、进食、二便情况以及皮肤完整性、颜色、温度、肢体活动度。（0.5分） （2）解释操作目的，并取得配合。（0.5分）			
		3. 处置局部冻伤（2分）			
M3	2	（1）评估局部冻伤程度：局部苍白，有刺痛感，属于轻度冻伤，迅速取下冰袋，脱离低温环境。准备 38-42℃ 的温水，浸湿小毛巾后覆盖在冻伤部位，复温 15-30 分钟，直至皮肤出现温热感。（1分） （2）清洁创面，涂抹冻伤膏，纱布宽松包扎。（0.5分） （3）用物处理、归位，照护员洗手，做好记录。（0.5分）			
		4. 演示预防卧床病人发生压力性损伤的护理措施（3分）			
M4	1	（1）定时（每 2 小时）为卧床老年人翻身，检查受压部位的皮肤，如耳廓、后枕部、肩胛部、肘部、尾骶部、足跟等。（0.5分） （2）保持老年人衣裤平整、床单位清洁干燥。翻身过程中禁止出现拖、拉、推的动作，防止对皮肤造成损伤。（0.5分）			

M5	2	(3) 正确摆放体位，使用合适软垫，减轻受压部位的压力。(1 分) (4) 每日清洁皮肤，涂润肤霜，加强营养支持。(1 分)			
		5. 口述冻伤的防护措施 (2 分)			
M6	2	(1) 局部使用冰袋时间不超过 30 分钟。(0.5 分) (2) 注意保暖，冬季室内温度应保持在 18-22℃。(0.5 分) (3) 冻伤后切忌用雪搓、热水烫或直接用火烤等方法，以免加重病情。(0.5 分) (4) 如果出现冻伤症状，如皮肤苍白、麻木等，应立即处理。(0.5 分)			
合计配分	10	合计得分			

考评员（签名）：

日期：

家政服务员（家庭照护员）（四级）操作技能考核 试题单

试题名称：照护留置导尿管的病人，留取尿标本

考核时间：10 min

1. 场地设备要求

- （1）护理床 1，床垫 1、含床上用品（床褥、床单、盖被、枕头加套）。
- （2）床头桌、椅子各 1。
- （3）导尿管 1、集尿袋 1、安全别针 1、橡皮筋 1。
- （4）一次性手套 1、便盆 1、尿杯 1、试管 1、生活垃圾桶 1。
- （5）记录单（图片）1、水笔 1、手消洗手液 1。
- （6）护理模拟人 1。

2. 工作任务

工作情境：照护对象王奶奶，77 岁，一月前因膀胱手术留置导尿，现在家休养。今家庭医生上门查看后需化验尿常规。

考生需完成以下工作任务：

- （1）口述留置导尿管的日常照护。
- （2）口述观察尿液色、质、量并记录。
- （3）完成为留置导尿管的病人留取尿标本。

3. 技能要求

- （1）能口述留置导尿管的日常照护。
- （2）能口述观察尿液色、质、量并记录 。
- （3）能演示为留置导尿管的病人留取尿标本。

4. 质量指标

- （1）正确口述留置导尿管的日常照护。
- （2）正确口述观察尿液色、质、量并记录 。
- （3）规范演示为留置导尿管的病人留取尿标本。

家政服务员（家庭照护员）（四级）操作技能考核

试题评分表

试题名称：照护留置导尿管的病人，留取尿标本

考核时间：10 min

测量评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
		1. 职业素养（1分）			
M1	1	（1）自身准备：穿工作服，衣着、发饰整洁，不佩戴首饰，指甲修整得当，无染色或配饰，微笑礼貌问候。（0.5分） （2）七步洗手法洗净双手。（0.5分）			
		2. 解释沟通（1分）			
M2	1	解释操作目的并取得同意。（1分）			
		3. 口述留置导尿管日常照护（3分）			
M3	2	（1）保持管道通畅：避免导管受压、打折、扭曲，防止堵塞。（1分） （2）避免导管滑出与倒流：集尿袋固定妥善，留出一定的长度，集尿袋应低于耻骨联合。（0.5分） （3）鼓励多饮水，每日1500-2000ml以上，冲洗尿路，减少感染。（0.5分）			
M4	1	（4）用消毒棉球擦拭尿道口每日2次。（0.5分） （5）定时夹闭和开放导尿管，以训练膀胱功能。（0.5分）			
		4. 观察尿液色、质、量（口述），并记录（4分）			
M5	2	（1）观察尿液颜色、透明度、状态、量，识别异常情况。正常尿液呈黄色、清晰透明。（0.5分） （2）深黄色：可能饮水过少，尿液浓缩。也可能服用核黄素等药物；或服用大量胡萝卜、南瓜等食物。红色：可能有泌尿系统损伤或出血。浓茶色或酱油色：可能存在溶血。（0.5分）			

		分) (3) 尿液浑浊: 可能存在感染、结晶或乳糜尿。(0.5 分) (4) 24 小时尿量>2500ml 为多尿, 可能为糖尿病、尿崩症或使用利尿剂; <400ml 为少尿, 常见于肾脏疾病、休克、脱水。(0.5 分)			
M6	2	(7) 填写记录单: 尿液色、质、量。(1 分) (8) 有异常及时报告给医生。(1 分)			
		5. 为留置导尿管的病人留取尿标本 (6 分)			
M7	2	(1) 夹闭导尿管 30 分钟, 使膀胱充盈。(口述)(1 分) (2) 松开导尿管夹子, 弃去前端尿液, 再次夹闭。(1 分)			
M8	2	(3) 戴手套, 集尿袋下方放置便盆, 打开集尿袋下端出尿口夹子, 清空集尿袋内尿液。(2 分)			
M9	2	(4) 再次松开导尿管夹子, 将尿液引流入集尿袋内。从集尿袋下端取尿液留取标本。(1 分) (5) 处理用物、物品归位。脱手套、照护员洗手。(1 分)			
合计配分	15	合计得分			

考评员 (签名):

日期: