

<<居家照顾一点通>>

图书基本信息

书名：<<居家照顾一点通>>

13位ISBN编号：9787561450086

10位ISBN编号：7561450087

出版时间：2011-3

出版时间：四川大学出版社

作者：宋锦平 等主编

页数：250

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<居家照顾一点通>>

### 内容概要

《居家照顾一点通》由宋锦平、成翼娟主编，主要介绍家庭服务员的基本素质要求、居家生活照顾的基本知识和基本技能等，旨在帮助家庭服务员全面提升自我，增强就业的竞争力，更好地为雇主服务。

本书的主要内容包括：家庭服务员必备的基本知识、健康与安全的家庭环境设置、营养常识与饮食准备、被服清洗和整理、常用家电设施使用和家庭保养常识、老年人的常规照顾、常见疾病症状的照顾要点、常见疾病及术后的照顾要点、常见家庭急救处理、临终关怀与照顾等。

本书既可作为家庭服务员的培训用书和自学教材，又可作为普通家庭居家照顾的参考用书，供读者在日常生活护理中使用，以扩展居家照顾知识，提高居家照顾能力。

## <<居家照顾一点通>>

### 书籍目录

#### 家庭服务员必备的基本知识

- 什么是公民道德规范？
- 公民道德规范有哪些？
- 家庭服务员的基本素质要求有哪些？
- 初次应聘要注意些什么？
- 家庭服务员需要签订劳动合同吗？
- 家庭服务员的主要职责是什么？

#### 健康与安全的家庭环境设置

- 如何向雇主提供有利于健康和安全的家庭环境设置建议？
- 家庭环境设置的基本要求有哪些？

#### 营养常识与饮食准备

- 什么叫低碳饮食？
- 如何准备日常饮食？
- 食物处理和烹饪的营养
- 老年人的营养与饮食
- 生病期间的营养与饮食

#### 被服清洗和整理

- 床上被单隔多长时间清洗一次为宜？
- 如何洗涤不同类型的衣物？
- 如何熨烫不同类型的衣物？
- 如何整理不同类型的衣物？
- 如何进行日常家具清洁？

#### 常用家电设施使用和家庭保养常识

- 电饭煲
- 空调
- 吸尘器
- 电熨斗
- 电暖器
- 洗衣机
- 天然气的正确使用

## <<居家照顾一点通>>

### 老年人的常规照顾

- 一般老年人的饮食照顾
- 一般老年人的排便照顾
- 一般老年人的穿着照顾
- 一般老年人的个人卫生照顾
- 一般老年人的休息与活动照顾
- 与老年人进行沟通
- 老年人的安全照顾
- 一般老年人的睡眠照顾
- 老年期痴呆的居家照顾
- 脑卒中后吞咽困难的进食训练

### 常见疾病症状的照顾要点

- 发热
- 腹痛
- 头痛
- 恶心、呕吐
- 咳嗽与咳痰
- 皮肤瘙痒
- 眼睛干涩
- 大小便失禁
- 便秘者的简易通便法

### 常见疾病及术后的照顾要点

- 冠心病
- 高血压
- 心力衰竭
- 风湿性心脏瓣膜病
- 心脏瓣膜置换术后
- 心律失常
- 安置人工心脏起搏器后
- 病毒性心肌炎
- 心肌病
- 脑血栓形成
- 脑出血
- 慢性阻塞性肺部疾病及肺源性心脏病
- 气胸
- 支气管哮喘
- 肺结核
- 肺癌
- 急性胃炎
- 慢性胃炎
- 消化性溃疡
- 溃疡性结肠炎
- 急性胰腺炎康复期
- 原发性肝癌
- 肝硬化
- 糖尿病
- 慢性肾小球肾炎

## <<居家照顾一点通>>

- 肾病综合征
- 肾盂肾炎
- 急性肾衰竭
- 慢性肾衰竭
- 腹膜透析
- 血液透析
- 艾滋病
- 慢性乙型病毒性肝炎
- 骨折急救
- 牵引
- 石膏绷带固定后
- 骨科外固定支架固定后
- 骨折康复期
- 骨折居家照顾常用功能锻炼技术
- 眼病
- 中耳炎
- 鼻炎及鼻窦炎
- 阻塞性睡眠呼吸暂停综合征
- 喉部手术及气管切开后
- 鼻出血
- 龋病
- 急性牙髓炎
- 牙周炎
- 口腔溃疡
- 口角炎
- 牙本质过敏症
- 口腔癌
- 牙列缺损

### 常见家庭急救处理

- 气道异物
- 食管异物
- 心脏病突发或心搏骤停
- 烫伤
- 摔倒及摔伤
- 晕厥

### 临终关怀与照顾

- 临终关怀的必要性
- 临终病人的生理特点
- 临终病人的心理特点
- 临终病人的特殊需求
- 临终关怀与照顾的基本原则
- 临终关怀的照顾措施
- 临终关怀的注意事项
- 临终者家属的心理反应
- 临终者家属的心理支持

章节摘录

版权页：随着年龄的增加，人体各种器官的生理功能都会有不同程度的减退，尤其是消化和代谢功能。

根据老年人的生理特性及营养需求，合理饮食，可以延缓衰老进程，预防各种老年常见病，达到健康长寿和提高生存质量的目的。

1. 食物种类要多样，注意粗细搭配人体必需的营养素多达四十余种，缺少其中任何一种，机体的健康状况都会受到不良影响。

对于老年人，食物应包括下述五大类：谷类及薯类，动物性食物，豆类和坚果，蔬菜、水果和菌类与藻类，纯能量食物如动植物油、淀粉、糖和酒等。

老年人在摄入谷类食物的时候一定要注意粗细搭配，经常吃一些粗粮、杂粮等。

谷物所含的维生素、矿物质等营养素和膳食纤维大部分都在糠麸的谷粒表层中。

2. 多吃蔬菜、水果和薯类蔬菜和水果中含有丰富的维生素、矿物质、膳食纤维及植物化学物质。

而老年人由于进食量减少、消化功能减退，容易出现维生素和矿物质缺乏。

多吃蔬菜和水果不仅可以保证维生素和矿物质的供应，而且可以摄入充足的膳食纤维。

为了方便老年人咀嚼，应尽量挑选质地比较软的蔬菜，如西红柿、丝瓜、冬瓜、南瓜、茄子及绿叶菜的嫩叶等，切成小丁块或是刨成细丝后再烹调。

薯类包括红薯、马铃薯、芋头、山药等。

薯类中的粗纤维有良好的润肠通便、降血脂、调节血糖、解毒抗癌、防胆结石、健美与减肥的生理功能。

<<居家照顾一点通>>

编辑推荐

《居家照顾一点通》：就业前技能培训丛书

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>