

第一部分

常用护理技术操作规范

一、七步洗手法

【操作目的】

清除手部污垢、碎屑及致病微生物，切断通过手传播感染的途径。


【适用范围】


1. 所有医务人员。
2. 所有住院患者。
3. 所有住院患者的陪护人员。
4. 院内保洁人员。

【用物准备】

用物名称	数量
洗手池设备（宜配备非触式水龙头）	1
清洁剂（肥皂或皂液，以含杀菌成分的洗手液为佳）	1
干手物品（擦手纸或干手机）	1
护手液或速干手消毒剂（必要时）	按需

【操作步骤】

步骤及要点	注释及图解
<p>【操作前准备】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 修剪指甲，取下手表、饰物等，卷袖过肘。 2. 评估双手污染程度、洗手或卫生手消毒指征。 <p>【操作过程】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 打开水龙头，调节合适水流和水温（如为感应式水龙头，可免去此步骤）。 2. 在流动水下，使双手充分淋湿。 3. 取适量洗手液，均匀涂抹至整个手掌、手背、手指和指缝。 	

步骤及要点	注释及图解
<p>4. 认真揉搓双手至少 15 s ,应注意清洗双手所有皮肤，具体步骤如下：</p> <p>第一步：掌心相对，手指并拢，相互揉搓，主要清洗双手掌面皮肤。</p> <p>第二步：手心对手背沿指缝相互揉搓，交换进行，主要清洗双手手背皮肤。</p> <p>第三步：掌心相对、双手交叉，指缝相互揉搓，主要清洗双手指缝处皮肤。</p> <p>第四步：弯曲手指使关节在另一只手的掌心内旋转揉搓，交换进行，主要清洗双手指关节处皮肤。</p>	   

续表

第五步：右手握住左手大拇指旋转揉搓，交换进行，主要清洗双手大拇指处皮肤。



第六步：将五个手指尖并拢放在另一只手的掌心内旋转揉搓，交换进行，主要清洗双手指尖处皮肤及指甲。



第七步：右手握住左手腕部旋转揉搓，交换进行，主要清洗双手腕部皮肤。



- 5. 在流动水下彻底冲洗净双手。
- 6. 用擦手纸擦干双手或用干手机烘干双手。

【注意事项】

- 1. 当手部有血液或其他体液等肉眼可见污染时，应洗手；当手部没有肉眼可见污染时，可用速干手消毒液消毒双手（代替洗手），揉搓方法与洗手方法相同。
- 2. 认真揉搓双手至少 15 s，应注意清洗双手所有皮肤，包括指背、指尖和指缝。

“七步洗手法”操作质量及评分标准

操作质量及评分标准		标准分	得分	
操作前准备 (15分)	操作人员：修剪指甲、取下饰物。	5		
	用物：流动水洗手设备、洗手液、干手物品，必要时备护手液或速干手消毒剂。	5		
	环境：清洁、宽敞，温度光线适宜。	5		
操作流程 (55分)	1. 在流动水下，使双手充分淋湿。	3		
	2. 取适量清洁剂均匀涂抹至整个手掌、手背、手指和指缝。	7		
	3. 掌心相对，手指并拢，相互揉搓。	7		
	4. 手心对手背沿指缝相互揉搓，交换进行。	7		
	5. 掌心相对，双手交叉指缝相互揉搓。	7		
	6. 弯曲手指使关节在另一只手的掌心内旋转揉搓，交换进行。	7		
	7. 右手握住左手大拇指旋转揉搓，交换进行。	7		
	8. 将5个手指尖并拢在另一只手的掌心内旋转揉搓，交换进行。	7		
	9. 在流动水下彻底冲洗净双手，擦干，必要时取适量护手液护肤。	3		
质量评定 (20分)	洗手方法正确，全过程动作顺序正确。	10		
	遵循无菌技术操作原则。	10		
理论提问 (10分)		10		
总分		100		

二、皮下注射法

【操作目的】

1. 注入小剂量药物，用于不能或不宜经口给药而需在一定时间内发生药效时。
2. 预防接种。
3. 用于局部给药。

【操作部位】

上臂三角肌下缘、腹壁、大腿前侧及外侧等。

【用物准备】

用物名称	数量	用物名称	数量
治疗车、无菌治疗盘及弯盘、医嘱执行单	各 1	药物、速干洗手液	按需
1 ml/2 ml 一次性注射器	1~2	碘伏棉签、无菌干棉签	按需
锐器桶、垃圾桶	各 1	砂轮及纱布（必要时）	按需

【操作步骤】

步骤及要点	注释及图解
<p>【操作前准备】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 双人核对医嘱，询问、了解患者身体状况，向患者解释操作目的，取得患者配合。 2. 评估患者病情、注射部位皮肤状况，了解患者有无药物过敏史。 <p>【操作过程】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 按规定着装，洗手、戴口罩。 2. 准备用物，“三查七对”，按规范配制药液，放入无菌盘内。 3. 携用物至床旁，再次核对患者信息、药物、剂量、浓度、时间、方法，调节室内温度至适宜，拉好床帘，协助患者取适当体位并暴露合适的注射部位。 4. 洗手、戴手套，碘伏棉签消毒注射部位皮肤，待干，再次核对，按无菌技术操作原则排尽注射器内空气。 5. 左手绷紧皮肤，右手持注射器，以食指固定针栓，使针头与皮肤呈 30°~40° 角（消瘦者可捏住注射部位皮肤，同时角度减小），迅速刺入针头的 1/2~2/3，固定针栓，左手抽吸无回血即可推入药液。 6. 注射完毕以棉签轻压针刺处，快速拔针后按压片刻。 7. 再次核对，协助患者取舒适体位，整理床单元，观察患者用药反应。 8. 规范清理用物，洗手并记录。 	<div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <div style="text-align: center; margin: 10px 0;">  <p>双人核对</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> • 上臂三角肌下缘、腹壁、大腿前侧及外侧等。 • 消毒范围：大于 5 cm × 5 cm。 <div style="text-align: center; margin: 10px 0;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> • “两快一慢”：进针、拔针快，推药慢。 <div style="text-align: center; margin: 10px 0;">  <p>皮下注射</p> </div>

【注意事项】

1. 尽量避免用刺激性较强的药物作皮下注射。
2. 选择注射部位时应当避免炎症、破溃或有肿块的部位。
3. 经常注射者应每次更换注射部位。
4. 针头刺入角度不宜超过 45°，以免刺入肌层。

“皮下注射法”操作质量及评分标准

操作质量及评分标准		标准分	得分	
操作前准备 (15分)	操作人员：着装整洁规范，洗手，戴口罩。	3		
	患者：评估患者合作程度、病情、用药史、过敏史、注射部位皮肤状况等；操作告知，取得患者配合。	4		
	用物：治疗车，无菌治疗盘，1 ml/2 ml 一次性注射器，药物，速干洗手液、碘伏棉签，无菌干棉球，弯盘，医嘱执行单，锐器桶和垃圾桶，必要时备砂轮及纱布。	5		
	环境：温度适宜、光线充足，必要时为患者进行遮挡。	3		
操作流程 (50分)	1. 核对医嘱：用药的剂量、时间及用法。	3		
	2. 检查药物：查看剂量、浓度、有效期、有无变质及安瓿有无裂痕。	5		
	3. 准备药物：按无菌技术操作原则备好药物。	5		
	4. 携用物至床旁：核对患者信息及医嘱。	4		
	5. 选择注射部位：取合适体位。	4		
	6. 洗手，戴手套，消毒皮肤，消毒范围大于 5 cm × 5 cm。	4		
	7. 再次核对药物，排尽注射器内空气。	3		
	8. 绷紧消毒区外皮肤：右手持注射器，以食指固定针栓，使针头与皮肤呈 30° ~ 40° 角（过瘦者可捏起注射部位皮肤，同时角度可减小）迅速刺入针头的 1/2 ~ 2/3。	5		
	9. 注射：固定针栓，抽吸活塞，无回血即可以匀速缓慢推药。	4		
	10. 注射完毕：以棉签轻压针刺处，快速拔针后按压片刻。	2		
	11. 将针头放入锐器盒，注射器及干棉球放于医疗垃圾桶内。	3		
	12. 协助患者取舒适体位；整理床单元及用物，告知患者注意事项。	2		
	13. 核对，洗手，记录；注意观察患者用药反应。	6		
质量评定 (25分)	关爱患者，隐私保护，有效沟通。	7		
	遵循查对、标准预防原则及无菌技术原则。	6		
	操作熟练、规范，动作轻柔。	6		
	用物备齐，处置规范，一人一具一用一处理。	6		
理论提问 (10分)		10		
总分		100		

三、皮内注射法

【操作目的】

用于药物过敏试验、预防接种及局部麻醉的前驱步骤。

【操作部位】

1. 预防接种在三角肌外侧。
2. 药物过敏试验在前臂掌侧下 1/3 处。
3. 局部麻醉前驱步骤时，在需要麻醉的局部皮内注射一皮丘，然后进行麻醉。

【用物准备】

用物名称	数量	用物名称	数量
1 ml/20 ml 一次性注射器	各 1	无菌治疗盘及弯盘	各 1
75% 乙醇或碘伏棉签	按需	砂轮或启瓶器	1
无菌干棉签	按需	垃圾桶和锐器桶	各 1
药物	按需	抢救药品	按需
速干洗手液	1	医嘱执行单	1
治疗车	1	砂轮及纱布（必要时）	按需

【操作步骤】

步骤及要点	注释及图解
<p>【操作前准备】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 双人核对医嘱，至患者床旁询问、了解患者身体状况，向患者解释操作目的，取得患者配合。 2. 评估患者病情、注射部位皮肤状况，了解患者有无药物过敏史。 <p>【操作过程】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 按规定着装，洗手、戴口罩。 2. 准备用物，“三查七对”，按规范配制药液，放入无菌盘内。 	