



新北市政府職業訓練中心

Vocational Training Center, New Taipei City Government

新住民



E-learning for new immigrants

網上學



照顧服務員單一級證照

目錄

01 照顧服務員應考須知 P01	05 備餐、餵食及協助用藥 P09
02 生命徵象測量 P03	06 洗頭、衣物更換 P11
03 成人異物哽塞急救法 P05	07 會陰沖洗及尿管清潔 P13
04 成人心肺復甦術(CPR) P07	08 協助上下床及坐輪椅 P15



在現今高齡化的社會中
照護服務員是一項
非常值得投入的工作
它不僅不分性別
也不分國籍
大家都可以來學習
當你擁有一張合格的照顧證照之後
你就可以到醫療機構
長期照護體系
這些地方都可以讓我們
好好的發揮長才
現在老師就來教大家
如何取得這張證照
需要做什麼樣的準備
首先要成為照顧服務員
服裝儀容的正確性
會讓我们的工作更加方便
或是跟案主的接觸時
不要造成不必要的傷害
符合身形的短袖上衣
休閒長褲
以及圍裙
鞋子以包鞋為主
工作方便之餘
需要攜帶一只有秒針的手錶
放在口袋備用
儀容的部分
頭髮要梳理整齊
長髮收綁整潔
避免操作過程中

頭髮污染
反而被扣分
指甲的長度要適中
不要攜帶任何的裝飾品
或是手鐲
首先我們現在看到的是
成人哽塞模型
這個模型假人會使用在
成人異物哽塞急救法的試題中
模型的特點是
由口中到氣管之間
有一個通道
來模擬案主的氣管
異物哽塞了
那我們就要使用
正確的按壓方式
來排除異物
接著我們來認識
成人心肺復甦術的模型假人
這是使用在成人心肺復甦術
也就是CPR的考題中
模型的特點是
我們會有一個監視儀器
來辨識模型按壓的位置
以及力道是否正確
還有監測吹氣的量
是否足夠
然後我們要介紹備餐 餵食
以及協助用藥試題的假人
模型的特點是



假人的鼻孔裝有鼻胃管
這一條鼻胃管
可以直接通到胃部
提供考生實際操作
給藥的過程
最後是介紹
一般規格的假人模型
我們會在會陰沖洗
與尿管清潔
協助上下床
坐入輪椅的這兩項考題中使用
對於會陰沖洗
與清潔尿管的假人模型
我們會依考題供應
考場除了假人模型之外
還會提供不同試題要用的工具
其中
生命徵象測量的試題中
會由真人來擔任案主
我們要學習使用
血壓計跟耳溫槍
特別要注意在備餐
餵食以及協助給藥的試題中
會用很多的用具
就好像備餐時在用到的工具
都是我們在家裡廚房中常見到的
至於上下床



以及坐入輪椅的試題中
坐入輪椅之後
留意案主的保暖
記得襪子和鞋子
最後要提到的是
洗頭的試題
我們會使用到洗頭槽
特別注意到水的出口
要記得放水桶接水
相信大家在疫情期間
都已經培養了洗手的好習慣
除了落實之外
身為專業的照服員
正確的洗手方式
更是基本的條件
接下來我要特別針對
正確洗手的方式步驟來做說明
洗手的步驟
首先打開水龍頭
沾濕雙手
關掉水龍頭
擠壓一至兩滴的洗手乳在手心
接著雙手互相搓揉手心

兩隻手的手背
都需要搓洗5到10下
接下來是手指縫
同樣的來回搓洗5到10下
接著是大家比較容易忽略的
手指皺摺的地方
將手指彎曲
指背在手心來回搓揉5到10下
雙手互相交換清潔
接著大姆指的清潔
手要握著另外一隻手的大姆哥
來回搓洗5到10下
然後換手
一樣要來回搓洗5到10下
接著是指尖
將指尖立起
在另外一隻手的手心
來回搓揉5到10下
另外一隻手同樣的方式清潔
最後手腕上兩英寸的範圍內
要來回搓洗5到10下
兩手的洗手手腕
都要確實清潔

雙手捧水
將水龍頭上的泡沫沖洗沖掉
再關閉水龍頭
最後盡量把
雙手的水漬甩掉
甩的時候要很小心
不要碰到水槽壁
接著抽取擦手紙
原則上一次抽取一張
將手上的水漬充分的擦乾
丟入垃圾桶
特別要注意洗乾淨的雙手
要避免再碰到
其他不必要的東西
以免污染
最後老師要提醒各位同學
不論男女老少
都有可能是我們照顧的對象
安全 舒適以及關懷
是每位照顧服務員
必備的正確觀念





最近天氣不穩定
有時熱 有時冷
血液循環不好的長輩
很有可能會有頭暈
不舒服的情形
相信家中有長輩的民眾
一定很有感觸
平時我們要如何
來了解自己的身體
今天我們要學習
照顧服務員檢定中
生命徵象測量的考題
這項測驗
會由考場的工作人員擔任案主
除了進行測量的工作之外
口頭問候
以及儀器狀態的說明
都要非常的準確
要做到
這項题目的情境是
陳太太睡醒後表示不舒服
照顧服務員來執行
生命徵象的測量
陳太太 我是照顧服務員
你身體不舒服嗎
現在覺得不舒服
好 我幫你測量一下生命徵象
我先去準備用物
你稍微休息一下
考試會場會使用的物品有

到了床邊的時候
要記得拉上圍簾
保護個案的隱私
然後
接著我們放下床欄
比較容易操作
陳太太 我先幫你量耳溫
耳溫槍外觀正常
確認電力充足
陳太太 我先把你的耳朵
往後上方拉
確認耳道有沒有乾淨
有耳垢的話
會幫你清除乾淨
耳道很乾淨
體溫37.1度正常
接下來要測量脈搏
找到了橈動脈
開始
在做測量脈搏的時候
要使用有秒針的手錶
測量一分鐘
結束
陳太太
我們再確認一次脈搏
測量呼吸的時候
我們都會說要再測一次脈搏
因為擔心被測量的對象
會知道我們在測量他的呼吸
因為呼吸是可以自己控制的

所以怕不精準
所以我們通常不會讓對方知道
我們在測量他的呼吸
測量一分鐘
結束
測量呼吸也要一分鐘
接下來我們要測量血壓的部分
找到肱動脈
血壓計外觀正常
確認電力充足
各位考生請注意
我們在測量這個血壓的時候
要注意到壓脈帶的記號標示線
記號標示線
要對準我們剛才找到的肱動脈
這樣才可以得到精準的數值
那在綁上壓脈帶之後
要確定我們的記號標示線
是直線的
而且要檢查有沒有
鬆緊兩橫指
而且要在手肘上的
兩橫指之間才可以
這是最標準的動作
在測量血壓的時候
等一下你會看到兩個數值
一個是收縮壓





一個是舒張壓
也就是一個是高的血壓
一個是低的血壓
等一下要寫在我們的記錄單上
那它的單位
就是mmHg
陳太太 我們血壓量完了
我先幫你把壓脈帶拆下來
如果需要第二次測量
需要先活動一下手臂
再進行第二次的測量
你的血壓收縮壓是132mmHg
舒張壓是72mmHg
是正常數值內
陳太太
剛剛幫你量了體溫是37.1度
脈搏是每分鐘70下
呼吸是每分鐘15次
血壓是收縮壓132mmHg
舒張壓72mmHg
都是在正常範圍內
這些數值我等下會報告給護理師
那我先去收拾用物

你先休息一下
我等下過來陪你
拉上床欄是非常重要的措施
各位考生要注意
這是保護我們的案主的安全
阿嬤 你看
血壓有點低
不能不吃早餐
愛漂亮
怕吃早餐會胖
不行 你要吃早餐
這樣頭暈不是更不舒服
好 下次再吃
而且吃早餐不會胖好不好
真的嗎
對
我以為會胖
不會
不然這樣你喝牛奶
喝牛奶多喝一杯
好
這樣子血糖不會低
然後也不會頭暈

好
就是早餐
也不會胖
大家在平時的生活中
可以藉由測量自己的
心跳 脈搏
呼吸 血壓
甚至是體溫
長期記錄下來之後
一旦發現變化
都可以作為大家對自己的
身體健康的參考值
相信大家經過今天的課程之後
對於自己的身體了解
會更進一步的認識
也能增進自己與家人的幸福





相信在我们的生活当中
大家多多少少都有被哽到的经验
今天我们来学习的是
照顾服务员检定中
成人的异物哽塞急救法
这项测量的对象会使用
特殊的假人来模拟
大家特别要注意
按压的位置以及力道
虽然这项的测量
会以假人来模拟
但是口述的表达
也是其中很重要的要点
在各种琳琅满目的糖果与零食中
有时候会忽略掉
Q弹的果冻 麻糬
甚至是坚果
这些食物很容易造成
异物哽塞的情形
尤其是牙齿不好的人
吃这一类食物的时候
往往会直接吞嚥
那就容易造成卡在喉咙中
甚至哽塞到气管
所以我们在吃这些食物的时候
可以切小块小块的
就可以大大的降低哽塞的风险
这道考题的情境是
案主王先生坐在椅子上吃午餐
突然间发生异物哽住的情形

虽然意识清楚
但是无法说话
也没有办法咳出异物
照顾服务员怀疑
发生了异物哽塞的情形
各位同学大家要注意
我们在介绍这个
异物哽塞的急救法的时候
记得刚开始是不可以洗手的
如果一洗手就不及格
结束后才可以洗手
王先生 你怎麼了
你是不是哽到了
我来帮你排除
我把你搬到没有扶手的椅子上
这个时候要注意的是
施救者要将案主上腹部环抱
而且要小心
不可以在这个过程中
不可以让我们的模型摔倒在地板上
若摔倒在地板上就不会及格
当我们抱模型到了
没有扶手椅子上的时候
施救者要採的是
高跪姿式
或是双跪姿式都可以
依照考生的习惯就可以
施救者找到案主的肚臍
然后在另外一隻手
沿线找到剑突

肚臍的那一隻手的拇指与食指
要侧顶住上腹部
另外一隻手
覆盖在拳头之上时
我们的拳头握在
剑突跟肚臍之间
同时我们的考生
要把下巴卡住
这个案主的肩上
紧密贴合
以保持这个稳定度
接著我们会瞬间用力
用的是由内往上压数次
我们把模型的上衣脱去
再示范一次挤压的位置
各位考生我们注意到
看到模型的肚臍
找到两隻手都同时在肚臍的上面
那另外一隻手
任由你的任何一隻手都可以
惯用手就可以
往上延伸
找到我们的剑突
那剑突是在哪裡
就是在两侧的肋骨的最上方
那裡有一个比较凹槽的地方
那个就是剑突





靠近肚臍的這一隻手
就要把它握拳起來
握好之後
拇指跟食指緊貼在腹部上
確定好位置之後
我們的另外一隻手
覆蓋在這一隻手上面
我們要採的是瞬間用力
而每一次的往內上方施壓力量
這個時候要確定
下巴是不是已經卡住了
這個模型的肩膀
好 瞬間用力的方式
各位考生
每一回擠壓
如果沒有把異物排擠出來
不用擔心
我們可以先喘口氣
重新再確定施壓的位置
我們的下巴是否扣住案主的肩膀
這樣施壓才有效果
王先生
異物已經幫你排除

我現在把你抱回
你原來的椅子上面
這個時候同學要注意
我們起身的时候要小心
不要把我們的模型
摔在地板上
若摔在地板上就不能通過
那輕輕的把我們的模型
放在椅子上
放妥之後
我們必須給我們的模型
做一些衛教指導
王先生 異物已經把你排除
那你以後吃東西
要特別注意
要把它切成小塊再吃
尤其是軟Q的東西
要切成更小塊
慢慢的吞嚥
你在這邊休息一下
我去洗手再來陪你
阿嬤 對不起
以後這些東西

我會幫你切小塊小塊的
這樣你就可以吃到很好吃的東西
你吃的時候
我也會比較安心
好
我會小口吃
慢慢的吃
剛剛真是嚇死我
真的
我也嚇一跳
可能我吃得太大口
所以我要幫你切小
覺得太好吃
就吃太大口了
吃下去才會這樣
讓你嚇一跳
我也會怕
最後提醒各位學員
在進行這項成人坐姿腹戳法時
需要瞬間施壓
才有辦法將氣管中的異物
給擠壓出去
雖然這項考題是使用假人

但是在異物排出後
一樣是要有同理心
去關心我們的案主的情況





在氣溫驟降的情形下
有心血管疾病的人
常常會有突然昏厥的情況
當我們身邊
有遇到這種情形的人
我們該怎麼處理
今天我們要學習
照顧服務員檢定中
成人心肺復甦術
也就是CPR
我們這項測量的對象
會使用特殊的假人來模擬
大家特別要注意按壓的位置
只要確實做到每一個動作
才能夠順利通過考核
這項题目的情境是
照顧服務員進到陳太太的臥室發現
久病在床的陳太太
口脣發紫
好像沒有呼吸
陳太太 你今天好嗎
陳太太
陳太太嘴脣發紫
好像沒有呼吸
請幫我打119
並準備AED
因為陳太太家裡是彈簧床
無法實施CPR
所以移置平坦的地面
找到正確位置

兩乳頭連線中點
胸骨正上方
一下 二下 三下
四下 五下 六下
七下 八下 九下
十下 十一 十二
十三 十四
考生請注意
在我們的雙手固定在案主的胸口上
不可彈跳
不可移動
雙手手臂不可彎曲
操作的時候
身體不可以搖擺
接觸案主的手掌 五指
不能完全貼在案主的胸口上
下壓的深度
用背部跟肩膀的力量
垂直往下壓
約5到6公分
壓力的平穩
不可使用瞬間壓力
然後放鬆
放鬆時
應該給胸腔充分回彈
使手臂不可離開胸骨
胸外按摩的次數
每分鐘100到120下的速率
慢壓的時候要30下
一下 二下 三下

四下 五下 六下
七下 八下 九下
十下 十一 十二
十三 十四 十五
十六 十七 十八
十九 二十 二一
二二 二三 二四
二五 二六 二七
二八 二九 三十
壓額抬下巴
確認有無呼吸
確認無呼吸
確認口中有無異物
口中有異物要做清除
口中無異物
壓額抬下巴
捏緊案主的鼻子
將面膜放在案主的口中
面膜上面有不織布
不織布要對準模型的嘴巴
考生要張大嘴
罩住案主的嘴
吹兩口氣
每口氣一秒鐘
這兩口氣要間接
不可連續吹入
如果發現胸口無起伏





就是表示口腔有異物
要重新再檢查
口腔有無異物
測量頸動脈
頸動脈無搏動
繼續做人工心肺
就是三十比二
三十下心外按摩
跟人工呼吸兩次
總共要做五個循環
這五個循環過程中
必須要有三次的循環
每次循環要有
二十個綠燈才能夠通過
胸外按摩的目的
是要透過我們的按壓
讓我們的心臟能夠
把我們的血液輸送到我們全身
老師在這裡特別要提醒大家
在做這個CPR的時候
只針對心肺停止的個案
對於生命徵象正常的人
我們不可以對他施行這個技術

那是危害到這個
被我們施救的人的生命
所以各位同學
如果你要練習
只能找我們的模型來練習
不可以找真人來做練習
測量頸動脈
確認有無呼吸
確認四肢是不是有微微會動
確認有無脈搏
無脈搏則繼續實施CPR
有脈搏無呼吸
則實施人工呼吸
每分鐘十二次
無意識採復甦的姿勢
各位同學
如果把這個技術做好
不但可以通過你的考試
而且學會這個技術
你可以去幫助其他
有生命危險的個案
各位考生
我們要稍微注意一下

當我們考完CPR之後
最後要來採一個叫做
復甦的姿勢
那復甦的姿勢
接觸地面上的手跟腳
都要伸直
手肘要貼在地板上
沒有接觸到地面的
上面的手臂要彎曲
手肘要平貼在地板上
嘴巴要貼在手背上
那腳
腳的膝關節要貼平在地板上
腳踝要跨在另外一隻平面上的腿上
這樣可以維持一個
叫做復甦的姿勢
是要讓我們急救的這個個案
能夠保持一個
呼吸能夠順暢
這個時候
接著我們就是要等著
救護車來接走我們這個
被我們急救的個案

保暖送醫
送醫過程中
留意呼吸及脈搏
這邊要特別提醒大家
當我們懷疑有人需要執行CPR前
必須先進行意識的評估
確實對方的意識不清楚
或是呈現休克
才可以進行CPR的操作
切記不可對
生命徵象正常的人施作





在面對家中有長輩
無法正常吞嚥
甚至裝有鼻胃管時
你是不是對於
如何準備餐點覺得苦惱
今天我們要學習
照顧服務員檢定中
備餐 餵食
協助用藥的測驗
影片中有很多細節
大家要注意看
孫奶奶
我是你的照顧服務員
今天要來幫你做備餐
我會煮你喜歡吃的魚菜粥
我先去準備東西
你先在這邊稍等一下
我們首先
先把我們的食材
跟我們的器皿
全部都要清洗
才可以使用
我們的鍋子
要放到鍋爐上
裡面要放一碗半的水
就是要放清水下去先清煮
然後我們取我們的米
考試單位會為我們準備
我們不用自己準備
讓我們的米

全部都溶在水裡面煮
在煮飯的這一道題目裡面
要依序先放米
再放我們的魚
再放菜
魚要使用之前
也要稍微做一個清洗
然後將這個魚肉
切成直徑0.2公分
當我們放入魚肉的時候
要注意魚肉要在鍋子裡面
要稍微做一個攪拌
之後
我們接著就要來準備清洗蔬菜
考場裡面
通常會準備的是青江菜
青江菜要洗的時候
同學們要注意
我們在洗青江菜的時候
要從梗先洗
之後再清洗葉子的部分
而且每一個菜都要單獨洗
不可以一起洗
先切梗或先切葉
這沒有一定的規定
同學這時候要很小心
你一面要注意切菜
一面要注意你的鍋子
煮的時候有沒有溢出
當我們的青菜

都切成細碎的時候
我們就可以準備入鍋了
這個在放到鍋底的時候
也要小心
不要把蔬菜切到旁邊
各位同學要小心
我們在給鹽巴的時候
要非常小心
不要給太多或是太少
孫奶奶血壓高 血糖高
要吃清淡一點
當我們煮好之後
調味也準備好之後
我們就開始要試吃
試吃
各位同學你們要記得
我們現在的考試
是希望同學要
真的吃這個食物
確定我們的食物
我們就會幫孫奶奶
提供他這一餐的食量
大概就是八分滿為原則
我們會拿水杯
水杯裡面要裝水
另外是我們還要準備
孫奶奶要用的圍兜兜





孫奶奶 我們要來開始吃飯
今天煮的是你喜歡吃的魚菜粥
這個溫度剛好 我們要開始吃飯
我先來幫你圍這個圍兜兜
好 小心吃 不要噎到
我們在考試的時候
各位同學要注意一下
我們在挖這個飯的時候
通常都挖一半 湯匙的一半
在考試的時候 會用五口
來作為一個考試的評分
奶奶 我們現在已經吃完了
奶奶 我們現在來漱口一下
好 奶奶可以吐在這個碗裡
奶奶 我們吃完的話
三十分鐘要休息一下
不要平躺 你在這邊坐著一下
我現在會去
幫你準備飯後的維他命
你圍兜兜先穿著 等一下我再來
幫你餵維他命
通常我們在做藥物的時候
要從外觀看 有沒有變質

然後有沒有正常 有沒有潮濕
確定藥物是安全的時候
就會把這個藥物搗碎
在這個過程中 要非常小心
不要讓我們的藥物
掉到圓鉢的外面 當藥粉已經
磨成粉狀的時候
就會拿起我們的藥杯
跟我們的藥勺 然後小心的把這個
圓鉢的圓匙上面的
這個藥粉要把它清除乾淨
接著打開水龍頭
雙手在水槽下互相搓揉
將雙手的泡沫清洗乾淨 清洗乾淨後
老師會來檢查這個圓鉢 跟圓匙上面
有沒有殘留的藥物 裝好之後
我們就會裝開水 大概八分滿左右
讓這個藥物完全能夠溶解 就可以
我們要準備給孫奶奶
服藥的時候 要準備灌食器
還有藥物 還有藥勺 還有我們的水壺
一起帶到孫奶奶的床邊
然後提供給孫奶奶這個

藥物的照顧
孫奶奶 我們要來吃維他命C
我先幫你這個鼻胃管拿下來
首先我們要注意 在鼻胃管要灌藥之前
要用灌食器先做反抽
確定這個鼻胃管的功能 是不是正常的
確定鼻胃管的功能之後 先倒30cc的水
確定它是通暢的時候
我們才可以提供藥物
我們在提供藥物的時候
案主要對 時間要對
劑量要對 用法要對
這個是三讀五對的 很重要的一個技巧
最後還要再灌至少30cc的水份
讓這個藥物
完全溶解在我們的胃裡面
確定之後 把灌食器拔開
然後將我們的鼻胃管
再回收好
然後固定在我們的衣領上
孫奶奶
我們現在已經吃完維他命C
我幫你把你的圍兜兜拿起來

各位同學
我們在這個主題
善後處理
會在最後的時候才做
我們
這樣才能夠把握我們的時間
然後把東西拿回來復原
還有桌面要擦拭乾淨之後
才可以跟老師說
老師 我考完這個主題
相信學完今天的課程
大家對於為長輩準備餐點
有更多的認識
也讓你在備餐時
比較不會再手忙腳亂





照顧長期臥床的人
常常會需要更換衣物 洗頭
今天我們要學習
照顧服務員檢定中
洗頭 更換衣物的試題
這項試題會以真人來模擬案主
所以切記口述
以及隨時注意案主的狀態
是取得分數的重點
考試會場會使用的物品有
今天這道題目的情境是
王奶奶多年中風
左側偏癱臥床
已經有多天沒有洗頭
而且有潤髮的習慣
奶奶 你好
我是你的照服員
因為你很多天沒有洗頭
我要來幫你洗頭
還有潤髮
順便幫你把衣服更換
更換新的衣服
我去準備一下
等我一下
拉上圍簾
記得在準備用物之前
要先清洗我們的雙手
再來將捲好的大浴巾
塑膠布
鋪在頭部的下方

可以避免床單弄濕
在放置洗頭槽的時候
我們為了讓污水
可以順利流到污水桶
所以會在洗頭槽的一側
我們會採用毛巾
把它折成長方形墊高
我們的洗頭槽
可以讓水比較容易順利地流出
水溫剛好
水溫大概控制在41到43度
奶奶 這樣水溫可以嗎
我要用水
先把你的頭髮打濕
頭髮都弄濕之後
我們取適量的洗髮精
在手掌上來回搓到起泡沫
就可以開始洗頭
大家在洗頭的過程中要記得
用我們的指腹來搓揉頭皮
不可以用指甲
然後要注意到
先左邊然後再洗右邊
之後再洗後腦勺
在整個頭部
都要洗得乾淨
同時我們要觀察
頭皮的健康狀態
奶奶你頭皮
沒有頭皮屑

頭皮沒有破皮
頭皮很健康
請問你還有
哪個地方要加強的嗎
可以
我們先將自己的
手上的泡沫先沖洗乾淨之後
在幫案主頭上的泡沫
沖洗乾淨
在沖洗的過程中要注意
適當的水溫
跟適當的水量
不要濺濕到案主的臉上
或是他的身體
或是額頭
如果有水花濺出來的時候
記得要幫忙擦拭乾淨
也要開始注意
洗頭槽內的水
不可以溢出來
要隨時注意到
污水口流到污水桶裡面
沒有泡沫了
那我要幫你潤絲
泡沫沖洗乾淨後
要取少量的潤髮乳
在手上搓揉





搓揉之後
再塗抹在案主的頭髮上
那稍微輕輕的搓揉之後
將潤髮乳沖洗乾淨
同樣的我們要先將自己的
手上的泡沫清洗乾淨之後
再幫案主清洗它的泡沫
在沖洗的過程中
額頭 耳朵的周圍
都要特別留意
可以用手來阻擋這些水漬
預防水流到案主的眼睛
跟耳道裡面
這樣會造成我們的案主不舒服
清潔的過程
不要著急
要確實的把泡沫沖洗乾淨
如果清水不夠的時候
可以再去取水
但是記得
要注意我們案主的安全
沖洗完也要確認
沒有泡沫之後

我們要拿取一條毛巾
先包住案主的頭
預防著涼
再把洗頭槽移開
接著我們用毛巾擦拭
案主的頭髮
要盡量把水分都擦乾
同學們可以搭配吹風機來
幫忙案主吹乾頭髮
但要注意溫度不可太燙
而且我們要吹乾的是
案主的髮根
不要讓案主覺得頭皮發熱
這是不好的
整理完案主的頭髮之後
再將大浴巾和塑膠布移開
我們會從健康的一側
開始更換衣服
在更換的過程中
要隨時注意案主的保暖
而且要避免曝露案主
要注意他的隱私
來把身體翻過去

你把手抓住這邊
穿衣服的方式
我們會從受傷的手開始穿
在幫案主翻身時
記得動作要輕柔一點
把釦子扣起來
最後記得要將枕頭
放回我們原來的地方
就是讓我們的案主躺回枕頭
奶奶 我們頭髮也洗好了
衣服也換好了
舒不舒服
好 那你休息一下
我去把東西整理整理
再來陪你
拉開圍簾
最後的時候
當我們所有的技術都做完了
我們要用拖把確認
地板是否擦乾
也將所有的物品歸位
就完成了這項的測試
在床上洗頭是不容易的工作

提醒大家動作要輕柔
如果水濺出來了
很容易被扣分





今天我們要學習
照顧服務員檢定中
會陰沖洗以及尿管清潔
我們會使用不同性別的假人
來做模擬
這項檢定的內容
是我們照顧服務中
相當重要工作之一
唐爺爺
因為你都用導尿管
我今天來幫你做
會陰的清潔
跟尿管的消毒
向案主說明
今天的工作事項後
先將雙手洗乾淨
再開始準備用物
我們需要口述
有效日期的物品有
大棉織棒製造日期
2022年5月2號
有效期限3年
在有效期限內
當所有的物品準備妥當之後
移到案主的床邊
然後拉上圍簾
拉上圍簾
搖下床欄
防水中單放在
腰與臀之間

爺爺 我現在幫你脫褲子
脫除案主的褲子
到膝蓋的位置
先將尿袋的尿管反折
連同尿袋 尿管
一起穿越過右側褲管
我們將便盆放置在
案主的臀部位置
注意上衣要壓在便盆的下方
將枕頭拿起
支撐左腳
再調高床頭
將案主的右腳彎曲
在小腿部分上
包裹毛巾後
將彎盆放置在
便盆的旁邊
然後撕取四段透氣膠帶
黏貼在床尾備用
並移除固定在尿管上的膠布
再抽取適當的衛生紙
鋪放在會陰之上
才可以帶上手套
準備開始清潔
由大棉織棒末端打開
取出一支棉織棒
沾取臉盆水和肥皂後
開始清潔
輕拉包皮露出龜頭
清洗龜頭一圈

接著再用新的棉織棒
沾取清水清潔
注意
棉織棒不可以重複使用
接著將毛巾在臉盆中
沾濕後擰乾
將毛巾折成手掌的寬度
沾取香皂
一邊口述一邊擦拭
清洗陰莖
上左右下
左陰囊 右陰囊 至肛門
清潔後
再配合沖洗尿壺
沖洗乾淨一次
這裡要特別注意
不可以來回的擦拭
最後再使用衛生紙擦拭
大腿內水漬
接著換上新手套
將小棉織包 從末端打開
我們先取出五至六支棉織
沾取優碘 以環狀的方式
每次使用一支棉織棒
沿著尿管從尿道口
延伸五公分的地方
用優碘消毒尿管





接著再取出
五至六支的棉織棒
小棉織要沾濕
生理食鹽水
用同樣的方式
沿著尿管
到尿道口延伸五公分的地方
爺爺 我現在幫你拿便盆起來
消毒完畢後
移除便盆時
再用衛生紙
擦拭臀部的水漬
接著將尿管
固定在案主的身上
記得要把手套脫除
透氣膠帶才不會
沾黏在手套上
妨礙操作
固定完畢後
放下床頭
枕頭歸位
取走彎盆以及毛巾
最後幫案主穿回褲子

蓋上棉被 拉開圍簾
並記錄案主的情形
最後將便盆內污染物
以及手套
丟入感染垃圾桶
所有物品歸位之後
還要記得洗手
接著示範女性會陰清潔
以及尿管清潔
同樣的要與案主說明
今天要執行的工作
確認水溫在41到43度
奶奶 我們現在確認一下水溫
這個水溫可以嗎
確認水溫沒有問題後
以沖洗的方式進行
由上往下沖洗
第一支棉織棒
由尿道口到肛門
第二支由
遠側小陰唇到肛門
第三支由
近側小陰唇到肛門

第四支棉織棒
由遠側大陰唇到肛門
第五支棉織棒
由近側大陰唇到肛門
注意使用過的棉織棒
不可重複使用
接著取新的棉織棒
重複同樣的順序
輕輕的擦乾會陰部
檢查尿袋後
將小棉織棒末端打開
取出五到六支棉織棒
沾濕優碘
接著輕拉出尿管約0.5公分
以環狀的方式消毒
接著由尿管到尿道口
延伸五公分
每次使用一支棉織棒
重複五至六次
結束後
以同樣的方式
五至六支棉織棒
放入生理食鹽水內沾濕

將殘餘的優碘清除
兩隻大腿內側的水漬
擦拭乾淨
注意要以
單一方向擦拭
最後記得
尿管以透氣膠帶採
井字方式固定
固定完畢後
放下床頭 枕頭歸位
取走彎盆與毛巾
最後幫案主穿回褲子
蓋上棉被 拉開圍簾
並記錄案主的情況
奶奶 我們今天
會陰沖洗結束
我先去收拾用具
等一下再過來陪你
這項檢定
在執行過程比較複雜
大家在練習的過程中
很多細節務必要做到
這樣才能夠順利通過考試





今天我們要來學習的是
照顧服務員檢定中
協助上下床
以及坐入輪椅
這項的考試重點是
輪椅的正確使用方式
以及如何安全的
協助案主上下床
王先生 你好
我是你的照服員
今天天氣很好
我想推你出去外面曬曬太陽
你先等一下
我去準備用具
打開輪椅
總共有五個步驟要做檢查
第一個是要做試推
確定沒有問題
第二 煞車
兩邊的煞車要把它煞住
再來檢查第三個是胎壓
兩側的胎壓
都應該確定是有胎壓的
第四個步驟
我們自己要來試坐看看
看看這個坐墊是不是平穩的
好 坐得很好之後
我們來檢查腳踏板
那這腳踏板是不是安全的
確定功能都很好的時候

我們就會提供
我們外出的鞋子
跟外出的衣服
接著我們就到這個
我們服務對象的床邊
通常我們會在他的
健側邊的床尾
確定好位置之後
也把我們的物品放到適當
等一下要使用的位置之後
我們必須去洗手
洗完手後
王先生
我已經東西都準備好了
我現在要準備把你抱下床
我要把棉被往旁邊翻
王先生
我把你移到床邊
好 我把你手指扣在一起
通常都會請我們的照顧對象
好 手握著他的受傷的手
好 手要握緊
當我們把長輩移到
坐起來的姿勢的時候
這個要非常小心
避免撞到跟跌倒
王先生 我們先坐好
那我看一下
你臉色紅潤
脈搏平順

呼吸很規律
我要準備把你移到
輪椅上去了
環抱住我的頭
這個時候的照服員
要非常小心
有可能我們的長輩手會鬆開
然後會掉落 跌倒
所以要很注意
在抱起來的時候要注意
腳不可以撞到地板上
要非常小心的
在過程裡面
腳也不可以撞到輪椅
王先生 你臉色紅潤
脈搏規律
呼吸平順
確定位置之後
要把這個輪椅的踏板
把它放下來
爺爺 我來幫你穿衣服
穿外套
穿衣服的時候
我們會先從受傷的邊先穿
就是左側先穿
穿完了左側之後
才會穿右側 穿健側





穿妥衣服之後
要先把後面的
背後的衣服拉平整
我們會扣上他的拉鍊
或是他的釦子
讓我們的模型
能夠穿妥這個保暖的衣物
當衣服平整之後
我們會在模型的上面
放一顆枕頭
以這個來固定
這個模型的穩定度
確定好位置之後
我們就開始給這個
外出的這個模型穿上鞋襪
爺爺 我們鞋襪都穿好了
我們要出去曬太陽
鬆開剎車
爺爺
你看今天太陽出來了
花也開了
樹上小鳥在叫
還有蝴蝶飛來飛去

還有小朋友在沙灘上玩
爺爺 你累了嗎
累了
我們回去休息
等一下
把你抱上床
通常回來床位的時候也是一樣
採的是輪椅跟床尾是
四十五度或是平行的角度放好
爺爺 我先幫你把手套脫下來
在脫衣服的時候
我們會先從健側先脫
就是活動自主的手先脫
受傷的這一邊的手
會比較晚再脫
爺爺 我們要準備上床
我們先把兩手交叉扣在一起
各位同學請小心注意
我們在這裡
這個模型的手指頭是很脆弱的
不可以用拉的
等一下把它拉斷
用指壓的方式

讓它的十指可以緊扣
十指緊扣的動作要確實
不然等一下它在
移動的時候會掉下來
收腳踏板
這個是一個非常重要的動作
要把腳踏板收起來
才可以移動
我們要上床了
這個時候的照顧服務員要非常小心
避免把我們的模型掉落在地上
腳也不可以撞到地板上
一手在上一手在下
往後退
退了兩步之後
轉身到床邊
確定好安全位置之後
放上模型
爺爺 我們已經坐到床上
看你臉色紅潤
呼吸也很平順
我量量看你的脈搏
脈搏也很規律

好 那我們要躺到床上
然後會脫掉鞋襪
爺爺 我們已經躺在床上
我把你的棉被蓋好
我去把東西放好
洗洗手 再來陪你
考生要把用過的物品
到我們的廢物區去整理
整理完成之後
再去洗手
在這裡老師要提醒大家
協助案主上下床
動作務必要確實
以及預防不慎跌倒
或是用力過猛
讓自己受傷了

