凤网e家·家政
湖南省商务厅 湖南省妇联 指导
今日女报社 湖南省家协 主办
今日女报

这个岗位太抢手，无学历也可入职

3 年培养 200 万名！养老护理员有了“新国标”

文：今日女报 / 凤网记者 史超　供图：受访者

日前，人力资源与社会保障部、民政部联合颁布实施《养老护理员国家职业技能标准（2019 年版）》，围绕放宽入职条件、拓宽职业空间、缩短晋级时间等方面作出重大修改：将从业人员受教育程度由“初中毕业”调整为“无学历要求”，同时还新增养老护理员在居家、社区养老服务中应具备的技能要求。

而在此之前，民政部印发的《关于进一步扩大养老服务供给 促进养老服务消费的实施意见》也提出，要在 2022 年底前，培训 1 万名养老院院长、200 万名养老护理员、10 万名专兼职老年社会工作者。

养老服务，正从普通护理向养老照护升级。养老护理员，这个职业正在不断升温。如何才能吸纳和留住更多的养老护理人才？一起去听听来自养老服务行业专家的看法。

除了日常护理，心理照护也是养老护理员的工作内容。

缺口：
4000 万失能老人仅有 30 万护理员

据全国老龄办的数据显示，截至 2018 年底在我国 2.49 亿老年人中，失能和部分失能的老人超过 4000 万。而全国养老院服务质量建设专项行动统计数据表明，我国养老护理员仅有 30 万，远远无法满足市场的需求。

“专业照护人才短缺是制约养老照护体系建设的一大瓶颈。”长沙市老年协会常务理事李美华介绍，目前她正在参与商务部关于养老护理培训教材的编辑工作，希望通过完善养老护理职业技能培训，进一步推动“养老照护师”的职业设立，从而吸纳更多人参与养老服务工作。

招聘：
从大叔阿姨转向小哥哥小姐姐

“随着行业的发展和长者们的需求深入，对养老护理员的要求也在提高。”李美华介绍，养老企业在人员招聘方面，逐渐由以前招大叔、阿姨过渡到招小哥哥小姐姐，“尤其以 70 后、80 后、90 后的小哥哥小姐姐为主。”

来自长沙市岳麓区桐梓坡红枫养老中心的 90 后养老护理员周杨康就是其中一员。周杨康大学所学的专业并非护理学，而是和护理“八竿子都打不着”的电脑信息技术。但他从求学时代就开始关注养老行业。毕业半年后，周杨康尝试性地加入湖南万众和社区服务管理有限公司。“我的目标是要成为一名养老服务行业的职业经理人，将来能够独自运营一个项目。”为了这个理想，周杨康从营销行政到技术后勤，把养老服务工作上的每一个环节工种都轮了个遍，今年 3 月，他主动提出要在养老护理员岗位历练一年，“养老照护，已经成为了我的职业发展方向。”

培训：
不止管“吃喝拉撒”，关爱与护理同样重要

“养老护理员并非只是一份照顾老人‘吃喝拉撒’的工作，除了要具备专业的照料及护理技能外，性格要好，心理素质要高，要有好的体力，还有很重要的一点，那就是能坚持。”凤网 e 家家庭服务平台合作商——湖南万众和社区服务管理有限公司的介护部经理张秋玲认为，养老护理员，不是机械地完成各项护理“任务”，而是要在护理过程中传递更多的关爱和善意。

在她看来，培养一位养老护理员通常需要从三方面着手。首先，要培养学员的爱心和耐心，让他对未来苦、脏、累的工作做好心理准备，从心里接受、认可这份工作；其次，面对老人的一些突发情况要有一定的认识，了解一些基本的急救方法和护理禁忌；第三，就是专业技能的培训，这也是培训的核心和重中之重。

企业：
“福报计划”解护理员后顾之忧

长沙市岳麓区桐梓坡红枫养老中心院长李静认为，要想留住护理人员，除了提高相应的工资待遇外，更要关心和重视他们。“除了物质上的奖励、福利外，关心护理员的家属，为护理员们提供晋升阶梯，提供减压的环境和方法，让护理员有归属感，这样能让留存率大大提高。”

“我们还为养老护理员量身推出了一个专属‘福报计划’。万众和益阳共创天亿养老服务有限公司负责人丁旭东介绍，养老护理员们可以根据自己的工作年限长短，进而享受相应折扣的养老服务，让他们对自己的未来无后顾无忧。

小科普 >>

孩子鼻塞莫轻视

文 / 戴阳（湖南省儿童医院心胸外科）

孩子感冒引起鼻塞，2 岁以下儿童常推荐的是非药物的方式缓解鼻塞，如在室内选择使用加湿器或者蒸汽机，吸入水蒸气可以滋润鼻腔，也可降低气道的过度反应，缓解咳嗽。有的孩子睡眠时往往张口呼吸，打呼噜，家长误以为鼻塞，其实是阻塞性呼吸睡眠暂停，又称为通气综合征。患通气综合征的孩子，出汗多，肥胖儿多，往往容易夜间惊醒，是因为缺氧造成的。长期缺氧会造成孩子学习差、智力减退还认知功能缺陷或者心血管疾病。所以，建议患患通气综合征的孩子，要改变睡眠姿势，多采用侧身或俯卧位，以减轻呼吸道的阻力。另外，要及早去医院就诊。

孩子需要做窝沟封闭吗

文 / 彭程纬（湖南省儿童医院口腔科）

窝沟封闭是世界卫生组织向全世界儿童推荐的一种保护新生恒牙的方法。做窝沟封闭前，牙面一定要进行彻底清洗，将积留的食物残渣及细菌清洗干净，然后再进行牙齿酸蚀，彻底吹干，除去窝沟内滞留的水分，以免影响树脂的固化和与牙表面的黏接强度。最后，涂上窝沟封闭剂，并用光固化灯在口腔内照射固化。窝沟封闭剂固化后与沟壁紧密贴合，可以对抗咀嚼的压力，对进食没有妨碍。需要提醒的是，孩子如果在操作过程中口水多或者封闭后窝沟封闭剂脱落，家长又没有及时发现，仍然可能出现龋齿。因此，建议家长平时要多注意观察，间隔半年到一年定期去医院复查。

别给宝宝喂葡萄糖水

文 / 胡晓姣（湖南省儿童医院新生儿四科）

预防新生儿低血糖发生而喂糖水的说法并不对。2015 年中国营养学会颁布的《中国 0~6 月龄婴儿喂养指南》明确提出“婴儿出生后第一口食物应是母乳，有利于预防婴儿过敏，并减轻新生儿黄疸、体重下降和低血糖的发生”。如果孩子生后第一口食物是葡萄糖水的话，便错失了获得初乳的机会，也失去了人生第一次免疫的机会。如果孩子一出生就喝葡萄糖，葡萄糖水进入肠道很快就被吸收，不能很好地刺激肠蠕动，会延迟大便排出。虽然其代谢后一部分液体可以通过肾脏排泄，但是尿中的胆红素极其微少，所以不利于消退黄疸，且更容易发生高胆红素血症。

按摩宝宝胸腹部好处多

文 / 谢笑容（湖南省儿童医院心胸外科）

宝宝胸腹按摩可以降低某些压力激素（ACTH），并且增加宝宝抵抗力。当宝宝哭闹时，身体会产生压力激素，这时宝宝免疫力会下降。通过按摩，可以让宝宝的压力激素降低，宝宝恢复免疫力，放松宝宝情绪。此外，还可促进宝宝情商发展。同时可以促进宝宝血液循环，紧实宝宝皮肤组织，使宝宝皮肤变得光滑细致。活化宝宝淋巴组织，提升宝宝身体免疫力。促进肠胃蠕动，改善便秘情形，消除胀气，增进食欲。活络宝宝肌肉组织，使宝宝肌肉平稳发展。不过，做按摩不仅要注意手法，更要控制时间，一般不要超过 30 分钟；当宝宝不配合按摩时，应马上让宝宝休息。

接种乙肝疫苗有讲究

文 / 夏梦青（湖南省儿童医院肝病中心）

乙肝的传染性与不可治愈性，使得人一旦传染乙肝病毒，感到无力，不仅要与身上疾病对抗，还要承受别人歧视的目光。因此，如何避免乙肝病毒传染呢？目前最好的方式便是进行乙肝疫苗接种，那么乙肝疫苗怎么接种？如今，乙肝疫苗接种可以从宝宝出生时就进行，尤其是对于乙肝妈妈的宝宝而言，出生时进行乙肝疫苗接种需特别及时。宝宝进行乙肝疫苗接种需遵循“016”原则，即在宝宝出生 24 小时内进行第一针乙肝疫苗接种，出生 1 个月后进行第二针疫苗接种，出生六个月进行第三针疫苗接种。一般而言，三针乙肝疫苗过后，多数宝宝体内都会形成正常的乙肝抗体。

宝宝抓脸，别戴手套

文 / 董彩霞（湖南省儿童医院检验中心）

宝宝的生长发育非常迅速，手指甲的迅速长出会特别容易抓伤自己的小脸。有些妈妈给宝宝戴手套，可这样会影响宝宝的手部活动，影响宝宝正常发育。如果手套中有线头缠手指，会使宝宝手部的血液循环受影响，还可能会使手指头因缺血而坏死。那么宝宝抓脸的原因是什么呢？如果宝宝经常抓自己的脸，妈妈就需要特别注意，是不是宝宝衣服穿得太多，或者是不是宝宝的头上有湿疹，是不是起痱子或被蚊子咬了。找到原因后，再做好相应的处理。那么如何预防宝宝抓脸伤到自己？最好的办法是将宝宝的指甲剪短并磨圆滑，这样宝宝就抓不伤脸了。