

未来5年,这个新职业至少缺口500万人

## 记者体验:健康照护师是干啥的

## 开栏语

陪诊师、健康照护师、网络配音员、直播销售员、上门厨师、上门遛狗师……这些新潮职业你了解吗?受产业结构调整、平台经济兴起和就业观念转变等因素影响,一大批新职业近年来层出不穷,广阔的发展前景吸引了一众年轻人加入。新职业“新”在哪?年轻人投身新职业,要做哪些准备?即日起,现代快报推出《新职业·新体验》栏目,揭秘背后的故事。

## 揭秘新职业

新职业  
新体验

**健康照护师:**应掌握基本医学护理和生活照料复合技能,可在家庭、医院、社区、养老机构等场所,承担老年人、孕产妇、婴幼儿、病患者和残障人士健康照护与生活照料双重职能。

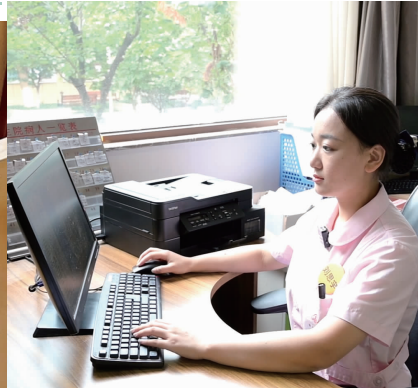
“健康照护师”作为新职业,已纳入我国职业分类大典。未来5年,我国健康照护人员市场需求量在500万以上。今年8月6日,江苏首届健康照护行业职业技能竞赛(初赛)在南京举行,吸引了社会的关注。



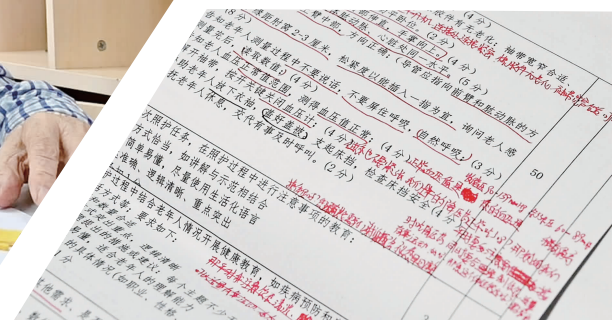
扫码看视频



记者带老人进行认知康复训练——绘画



健康照护师刘思宇



刘思宇的“课件”上,用红笔记着各项细节

“爷爷早上好,昨晚睡得怎么样?”  
“不太好,心口有点痒。”  
“胃口呢,饭吃得还好吗?”  
“一般吧。但昨天血糖高了。”  
“大便正常吗?”  
“嗯,但他们不让我自己走动。”  
……

这几句看似简单的对话,却透露了很多信息。健康照护师的职责,就是在这样的对话中挖掘出有效信息,并据此为对方提供、调整后续的健康照护计划。

作为新职业,健康照护师的工作内容有哪些?和护理员相比有什么不同?8月9日,现代快报记者跟随健康照护师刘思宇,沉浸式体验她的工作。

现代快报+记者 徐苏宁 王益/文 王曦/摄

## 新职业体验

准备工作十几项  
察言观色后给出健康照护计划

刘思宇,南京瑞芝康健老年公寓的护士长,从事健康照护工作已经三年。记者经过上岗前的“急”训,共体验两项工作,一是为老人测量血压,二是进行认知康复训练(当天的采访和拍摄都经过当事人及家属的同意)。

看似最基础的测血压,对于健康照护师而言,却要遵守整整两页纸的操作规范,光是准备工作就有十几项,比如对仪器、操作人员的着装卫生、测量环境等进行检查等。刘思宇的“课件”上,用红笔满满地记着各项细节,这些都结合了她平时工作得出的宝贵经验。

对于健康照护师来说,和老人们聊天实则是在给他们做“体检”。测量血压中的沟通解释评估环节,就像是孙女和老人拉家常一样,询问饮食、二便、睡眠等情况,并且每次都是等老人讲完了再继续下一个话题。这个过程中,刘思宇给记者透露了一个小“秘密”:“老人说的话不能都采信,因为他们有时候会记不清之前的事。爷爷刚刚说他胃口不好,其实他昨天还吃了西瓜,吃得还很香。”而这就需要健康

照护师平日里细致入微地观察。

对老人的身体情况有了一定的了解后,才真正进入测量血压环节。测量不是目的,给出更好的康养计划才是。测量出结果后,刘思宇会给出老人在饮食、睡眠等方面的建议。“血压在正常范围内,您做得很好。血糖有点高了,您得注意了,少吃盐、糖,我也会提醒护理员注意的……”老人有时也是小孩,也需要鼓励。之后,刘思宇也会把老人的相关情况反馈给医生。

健康照护师还要带着老人做康复训练,比如认知康复训练。通过让老人涂鸦、自由创作美术作品,促进老人提升认知。眼部训练,避免、减缓思维迟滞,同时对老人心理进行调节、舒缓。比如说填色,别看很简单,但健康照护师通过提问树叶的颜色,可以让老人去观察,判断现在的季节,对时间、周围环境有一个认知的过程。

康复训练的过程也是发现问题的过程。“比如这位老人自述看不清浅色,我会及时反馈给医生,后续安排进一步检查,看是老花、白内障还是其他原因造成的。”刘思宇说。

## 新职业前景

既掌握基本医学护理,又懂生活照料  
照护市场需要复合型人才

数据显示,当前我国老龄人口已达2.6亿多,其中失能半失能老人4700多万;同时,残疾人有8000多万,每年孕产妇新生儿有千万,还有大量慢病患者、术后康复患者,这五类人群本身蕴含着海量的健康照护需求。

健康照护师这一新职业主要面向老年人、孕产妇、婴幼儿和病人,提供生活照料、预防保健、营养改善、康复护理、心理慰藉等服务。与传统具有生活照料单一技能的保姆和护工相比,健康照护师需要掌握基本医学护理和生活照料复合技能,是既懂健康维护又懂生活照料的照护职业人才,更加专业化、精细化。从服务群体、经济收入支撑、人才供给现状等角度来看,健康照护师市场需求巨大,发展前景广阔。

作为新职业,“健康照护师”已被正式纳入我国职业分类大

典。刘思宇正是看中这一职业的前景。她今年29岁,从事健康照护师已经3年多,目前是三级工。她告诉现代快报记者,健康照护师需要对医学各大学科有知识和技能储备,这个职业也更加全面地锻炼了她的专业素养,以后如果转行到进一步细分的行业市场,这份职业经历会提供很多帮助。

南京健康高级技工学校康养产业系主任张婷婷介绍,健康照护师服务的范围涉及全生命周期,设立健康照护师职业,不管从提升从业人员个人和家庭的生活水平,还是提升被服务家庭生活品质,提高人民群众的获得感和幸福感,都具有积极的意义。张婷婷认为,一个职业想要稳定、快速、健康发展,需要有相对应的主管部门,在行业自律、技术规范、技能提升、技能竞赛、校企合作、社会影响等方面给予支持。

## 记者手记

体验前,我对健康照护师的概念和定位是有些模糊的。这几年,各种新兴职业如雨后春笋,专业化、细分化是它们的特征。通过这一天的职业体验,我发现,一个好的健康照护师既是健康评估师,又是护理员,还是营养师。

我们假设,当一名独居人士突然遭受车祸,从医院治疗结束转至家里休养时,健康照护师可以上门对其的恢复情况进行综合

研判,指导用药、换药、到医院就诊等。如果无法自主行动,也可以为其提供生活上的便利,同时为其制订康复锻炼计划,并科学地参与其中。

这次的体验,我还发现,健康照护师往往还是福尔摩斯、心理咨询师。当然,这是职业要求,他们不仅要有耐心要细心,还要具备细致的观察能力、心理学知识储备。