

全国巾帼家政服务职业技能大赛
湖南省选拔赛暨湖南省第四届巾帼家政服务
技能大赛技术工作文件

母婴护理员项目
市州组

2024 年湖南省巾帼家政服务职业技能大赛组委会竞赛组
2024年9月

目 录

一、技术描述	1
(一) 项目概要	1
(二) 基本知识与能力要求	2
二、竞赛试题与评判标准	5
(一) 竞赛试题	5
(二) 竞赛时间及试题具体内容	7
(三) 评判标准	8
三、竞赛细则	10
(一) 赛事安排	10
(二) 裁判员组成及分工	11
(三) 裁判员纪律	11
(四) 选手纪律	11
(五) 赛场纪律	12
(六) 申诉与仲裁	12
四、竞赛场地、设施设备等安排	13
(一) 赛场规格要求	13
(二) 场地布局	13
(三) 基础设施清单	14
五、安全、健康要求	15
附件:1. 理论知识竞赛样题	16
2. 实操技能知识赛题	26
3. 设施、设备清单表	27

一、技术描述

（一）项目概要

全国巾帼家政服务职业技能大赛湖南省选拔赛中的母婴护理员项目是指为需要照护的孕产妇、新生儿和婴幼儿提供生活照料、身心保健护理、配置营养膳食、辅助婴幼儿启蒙教育等专业服务工作的竞赛项目，全面考察参赛选手理论知识、实操技能、职业素养和人文关怀等职业胜任能力。

为家庭提供服务的母婴护理员应具有良好的职业道德，遵守相关法律法规和职业规范，掌握母婴护理基础知识，具备专业的母婴护理技能，在满足产妇、新生儿和婴幼儿家庭护理服务需求的基础上，运用母婴护理相关理论、知识、技能，为家庭中的孕产妇、新生儿和婴幼儿提供生活起居照料，配制营养膳食，进行保健护理；为孕妇制订、实施胎儿教育计划；指导产妇形体恢复训练，进行产妇心理卫生疏导；喂养新生儿；辅助婴幼儿启蒙教育。并能持续提升母婴护理服务质量，满足孕产妇、新生儿和婴幼儿在生活、生理、心理等方面的整体服务需求，提升家庭成员的生活质量。

母婴护理员项目以个人赛方式进行，包括理论知识、实操技能两部分。

(二) 基本知识与能力要求

相关要求		权重比例 (%)
1	照护孕妇	15
理论知识	参赛选手需要掌握和理解： • 孕期营养的重要性、基本要求及饮食禁忌 • 不同体质孕妇饮食调理常识及孕期常见病营养配餐常识 • 妊娠反应孕妇饮食要求及注意事项 • 产前高能饮食制作方法 • 孕妇起居常识及安全注意事项 • 孕妇出行准备及安全注意事项 • 孕检准备常识与孕检服务内容 • 孕妇预产期计算方法 • 孕期常见疾病预防和照护方法 • 产前焦虑、紧张情绪疏导方法及注意事项 • 助产运动方法及注意事项 • 不同胎教的方法及注意事项 • 不同分娩方式的优点与缺点 • 分娩前兆特征及羊水早破孕妇照护要点 • 临产孕妇照护要点、注意事项及分娩注意事项	
技能应用	参赛选手应能够做到： • 为孕妇配制均衡饮食 • 为孕妇编制体质调理饮食计划 • 遵医嘱为患者常见病孕妇配制营养饮食 • 指导备孕夫妇做好孕前保健及营养准备 • 指导孕妇开展自我保健 • 指导孕妇做好胎心、胎动监测 • 指导孕妇进行孕期运动锻炼 • 指导孕妇进行正确的胎教 • 指导孕妇选择适宜的分娩方式 • 识别分娩前征兆 • 照护羊水早破孕妇 • 照护临产孕妇 • 配合医护人员指导孕妇分娩	
2	照护产妇	30
理论知识	参赛选手需要掌握并理解： • 产妇居室清洁卫生要求 • 卧床产妇会阴清洁方法及注意事项 • 产妇侧切伤口护理方法	

	• 腹带捆绑、拆卸、清洗、晾晒方法 • 恶露观察要点及异常恶露的主要特点 • 尿潴留、便秘的预防与护理方法 • 卧床产妇进餐照护方法及注意事项 • 产妇营养饮食特点及饮食禁忌 • 剖宫产产妇饮食要求及配制方法 • 少奶、无奶产妇营养饮食配制方法 • 准备离乳产妇饮食配制方法 • 乳头凹陷、平头乳产妇哺乳方法 • 乳头皲裂的照护方法与哺乳技巧 • 新生儿低血糖的特点、喂养方法 • 乳汁淤积、乳腺炎防护方法及注意事项 • 离乳的方法及注意事项 • 产后塑身保健按摩手法及注意事项 • 产后恢复操运动方法及注意事项 • 产后运动锻炼方法及注意事项 • 产妇瑜伽运动锻炼方法及注意事项 • 产妇工作日志工作要求	
技能应用	参赛选手应能够做到： • 卧床产妇进餐照护方法及注意事项 • 根据产妇体质编制调理饮食计划 • 为素食产妇编制营养配餐计划 • 为少奶、无奶产妇制订营养配餐计划 • 配制促进乳汁分泌的饮食 • 为准备离乳产妇配制饮食 • 指导产妇进行正确的母乳喂养 • 正确地识别与处理产妇在母婴喂养中出现的问题 • 能测量并记录产妇体温、血压 • 能给产妇擦浴及洗头 • 给产妇进行腹部、乳房等部位塑身保健按摩 • 指导产妇做产后恢复操 • 协助产妇开展运动锻炼 • 指导产妇进行瑜伽运动	
3	照护新生儿	
理论知识	参赛选手需要掌握和理解： • 新生儿日常清洁护理方法 • 新生儿人工喂养方法及注意事项 • 早产儿、巨大儿喂养方法及注意事项 • 新生儿呕吐与溢奶的区别与照护方法 • 乳头混淆矫正方法及注意事项 • 新生儿消化系统特点及喂养知识 • 新生儿喂养不足或喂养过度表征及矫正方法 • 新生儿安全照顾常识及注意事项	25

	• 新生儿睡眠照护方法及注意事项 • 新生儿异常大小便特征及原因 • 新生儿脐部护理方法及异常表现的护理注意事项 • 发热、肠胀气、肠绞痛、呼吸道感染、消化道感染新生儿照护方法及注意事项 • 新生儿“马牙”、鹅口疮、臀红、尿布疹、黄疸、痱子、湿疹等的照护方法 • 多胎、唇腭裂、舌系带短与足内、外翻新生儿的照护技巧及注意事项 • 新生儿生理反射、视觉、听觉、触觉训练方法 • 新生儿护理日志工作要求	
技能应用	参赛选手应能够做到： • 为新生儿冲调配方奶粉 • 给新生儿人工喂奶、喂水、拍嗝 • 清洁消毒奶具 • 给新生儿洗澡 • 给新生儿穿、脱衣服 • 照顾新生儿二便并进行臀部护理 • 给新生儿做抚触 • 识别新生儿饥饿、饱腹 • 照护多胎新生儿、唇腭裂新生儿、舌系带短的新生儿及足内、外翻新生儿 • 观察照护发热、肺炎新生儿、患呼吸道疾病新生儿、患消化道疾病新生儿 • 遵医嘱给新生儿用药	
4	照护婴幼儿	
理论知识	参赛选手需要掌握并理解： • 婴幼儿生长特点及监测常识 • 婴幼儿囟门护理方法及注意事项 • 婴幼儿预防接种疫苗常识及护理方法 • 婴幼儿常见异常与处置方法 • 患消化道常见疾病、患呼吸道常见疾病的婴幼儿照护方法及注意事项 • 不同生长阶段婴幼儿喂养方法 • 拒食配方奶婴儿喂养方法 • 婴幼儿良好饮食习惯、良好睡眠习惯、良好卫生习惯、良好排便习惯、生活自理能力、生活秩序的培养方法 • 婴幼儿大动作能力发展、精细动作能力发展、认知能力发展、语言能力发展、情绪和社交能力发展的训练方法及注意事项 • 婴幼儿生理发育、心理发育的特征 • 婴幼儿感统失调的表现及训练方法 • 婴幼儿前庭失调、触觉失调、听知觉统合、视知觉统合、	30

	本体感失调的训练方法 • 婴幼儿训练方法 • 婴幼儿常见病饮食照护方法 • 母乳的储存解冻方法、喂哺方法 • 婴幼儿乳食计量常识 • 婴幼儿安全照护常识 • 婴幼儿日常护理照护的方法及注意事项 • 婴幼儿玩具、用具清洁消毒的方法及注意事项 • 婴幼儿出行物品及准备常识 • 作息计划编制常识及合理安排婴幼儿一日活动 • 母婴护理员各级技能培训计划大纲的编制方法 • 培训PPT 课件的制作方法 • 培训组织与实施的方法及注意事项 • 问题导向、案例分析等不同教学方法的应用常识	
技能应用	参赛选手应能够做到： • 根据不同月龄婴幼儿的营养需求编制饮食计划和食谱 • 根据婴幼儿月龄添加制作辅食 • 为婴幼儿冲调、调换奶粉 • 照护婴幼儿三浴 • 给婴幼儿开展被动操、主动操、模仿操锻炼 • 训练婴幼儿大动作能力、精细动作能力、认知能力语言能力 • 进行婴幼儿本体感失调训练	
合计		100

二、竞赛试题与评判标准

（一）竞赛试题

1. 试题命制依据

内容依据：《家政服务员-母婴护理员国家职业标准（2019年版）》三级/高级工知识和技能要求（涵盖低级别要求），及中国劳动社会保障出版社 2020 年出版的《家政服务员（基础知识）》《家政服务员（高级）》《家政服务员（中级）》《家政服务员（初级）》等国家职业技能等级认定培训系列教

材，并参考《母婴护理员（月嫂）（第2版）——家庭服务业规范化服务就业培训指南》、《母婴护理——专项职业能力考核培训教材》等书籍。

方法依据：国家题库开发技术规程。

2. 试题命制

专家工作组严格按照公平、公正、公开的原则，开展科学、规范、有针对性的命题及评判标准制定工作。理论知识竞赛试题主要为客观题和主观题。实操技能竞赛以综合性案例题为主，参赛选手在既定场景中进行现场操作。

3. 样题与正式赛题

理论知识竞赛题参考附件 1。

实操技能竞赛题参考附件 2。

正式赛题在公开样题的基础上依据标准和教材内容形成，其中，实操技能竞赛的正式赛题变化限定在30%以内。

4. 赛项范围

（1）理论知识竞赛：职业道德与职业守则、礼仪常识、择业与就业、安全常识、卫生常识、相关法律法规、母婴家庭照护、母婴营养饮食知识等。

（2）实操技能竞赛：主要涉及照护孕妇、照护产妇、照护新生儿、照护婴幼儿等4个职业功能模块，共含14个职业技能单元，具体范围如下：

照护孕妇：1）照护孕妇饮食；2）孕妇妊娠保健；3）指

导孕妇胎教；4) 识别孕妇分娩前兆，配合医护人员指导孕妇分娩并照护不同情况孕妇。

照护产妇：1) 为产妇制作饮食并为不同情况的产妇编制饮食计划；2) 指导产妇母乳喂养；3) 乳房护理；4) 照护产妇身心健康；5) 照护产妇产后康复。

照护新生儿：1) 不同类型情况的新生儿生活照护；2) 新生儿照护技术的应用。

照护婴幼儿：1) 婴幼儿喂养照护；2) 婴幼儿生活能力、良好生活习惯培养；3) 婴幼儿发育促进及感统训练。

(二) 竞赛时间及试题具体内容

1. 理论知识竞赛采取纸笔方式进行，考核时间为120分钟，试卷题型、题量与配分情况如下：

题型	题量	配分	总分
单项选择题 (B)	20 题	每题 1 分	20 分
多项选择题 (G)	10 题	每题 2 分	20 分
判断题 (C)	10 题	每题 1 分	10 分
简答题 (D)	4 题	每题 5 分	20 分
综合题 (F)	1 个案例 2 题	每题 15 分	30 分
合计	46 题		100 分

2. 实操技能竞赛采取现场操作方式进行，竞赛模块设置情况如下：

序号	竞赛模块名称	竞赛时间 (min)	配分	权重比例	备注
1	照护孕妇/产妇模块	10	40分	40%	
2	照护新生儿/婴幼儿模块	10	40分	40%	
3	月子餐及婴儿餐制作	30	20分	20%	
合计		50	100分	100%	

(三) 评判标准

1. 分数权重

竞赛总成绩采用百分制，分别由理论知识、实操技能两部分成绩组成。

分数权重：理论成绩占比 30%，实操成绩占比 70%。

计算方式：总成绩=理论成绩×30%+实操成绩×70%。

竞赛总成绩四舍五入，保留小数点后 2 位。参赛选手按总成绩依次排列名次，若总分相同则按实操技能竞赛成绩的分数高低排列名次。

2. 评判方法

理论知识竞赛由组委会竞赛组指定的评分小组按照统一的评分标准进行评分。评分小组应由 3 名（含）以上单数裁判员组成。

实操技能竞赛的每个赛室分别由不少3名裁判员组成一个裁判组，裁判员按照统一的评分标准独立评分。评分裁判所打分数的平均值即为选手得分。

3. 评判标准（通用版）

评判标准采用测量评分（用字母M代表，意为依据客观的标准或数据进行评判）和评价评分（用字母J代表，意为依据主观方式进行评判）相结合的方法。

（1）实操技能竞赛模块1与模块2评分标准（通用版）

项目	类型	操作技能要求	分值
工作准备	M1	物品准备：根据具体要求	4
	M2	环境准备：根据具体要求	3
	M3	个人准备：根据具体要求	3
关键操作技能	M4	操作完成程度：主要步骤完整；不违反基本原则。	5
	M5	操作准确程度：操作准确率或满意度较高；操作细节处理得当；操作流畅、熟练、规范。	5
	M6	操作流畅程度：动作流畅、协调，能达到较好效果；操作灵活，根据实际情境调整；具有为客户从事家务服务的真实感。	5
	M7	操作效果：作品完成效果良好；作品完美、恰当，具有美感和寓意；具有个性和创造性。	5
综合评判	J1	沟通力：形象朴素大方，举止端庄，符合家务服务员要求；语言顺畅自然，语调平和，能有效沟通；非语言沟通良好。	5
	J2	人文关怀：态度专业诚恳，能针对客户的心理和情绪做出恰当的反应；尊老爱幼，使用礼貌用语，言行举止符合家务服务员礼仪。	5
合计			40

（2）实操技能竞赛模块3评分标准（通用版）

项目	类型	操作技能要求	分值
作品描述	M1	1. 命名恰当，符合主题，名实相副。 2. 特点描述清楚、准确。 3. 健康、积极、向上。	2
形态与色泽	M2	1. 形态美观，构图比例、布局关系合理，汁芡适量。 2. 色泽明亮、色彩鲜明，各种色彩搭配和谐。 3. 具有现代艺术观赏性，富有食欲和视觉冲击力。	5
口味与质感	M3	1. 口味适当、主味突出，富有层次感，无焦糊、腥膻等异味与作品说明表描述一致。 2. 火候适当、成熟度恰当，质感鲜明，符合应有的口感特点，无过生或过火焦糊不能食用，与作品说明表描述一致。 3. 符合“减油、减盐、减糖”理念。	8
食材与组配	M4	1. 主辅料配比合理，搭配科学，营养健康。 2. 分量适当，符合餐标。	3
装盘与卫生	J1	1. 自然美观，摆盘简洁，干净卫生，便于服务人员传送。 2. 无盘中盘，装饰或点缀物干净卫生可食用。	2
合计			20

三、竞赛细则

（一）赛事安排

1. 理论知识竞赛日程安排

竞赛时间	参赛选手	竞赛模块	竞赛赛室	竞赛时间
C1 下午	全体参赛选手	理论知识	理论知识竞赛赛室	120 分钟

2. 实操技能竞赛日程安排

竞赛时间	参赛选手	竞赛模块	竞赛赛室	竞赛时间
C2 全天	全体参赛选手	照护孕妇/产妇模块	赛室 1	10 分钟
		照护新生儿/婴幼儿模块	赛室 2	10 分钟
		月子餐及婴儿餐制作	家庭餐赛室	30 分钟

（二）裁判员组成及分工

设裁判长 1 名，全面负责赛项的裁判与管理工作。经培训合格的裁判员，由裁判长根据工作要求分配到相应的工作岗位。各模块裁判组组长及裁判员由组委会选派的第三方裁判担任。

（三）裁判员纪律

1. 裁判员必须严格遵守裁判员守则，充分体现“公平、公正、公开”的原则，秉公执裁。

2. 裁判员必须严格执行大赛规则，按大赛有关规程、评分标准和评分细则进行评分，不得向参赛选手暗示或解答与竞赛有关的内容。

3. 裁判员必须严守保密规定，不得互相交流赛事须保密的相关信息，整个竞赛期间严禁使用任何通讯工具，不得与任何参赛方领队、教练、参赛选手等私下交流。

4. 裁判员必须佩戴裁判员胸牌，仪表整洁，举止文明礼貌，互相尊重，互相支持，服从裁判长的统一指挥。

（四）选手纪律

发现参赛选手不符合报名规定条件的、冒名顶替和弄虚作假的、交换选手号的，报大赛组委会核实批准后，一律取消该选手参赛资格，追究有关领导责任并通报批评。参赛选手有下列情节之一的，竞赛成绩计零分：

1. 竞赛期间违规翻阅书籍、笔记、纸条等资料者；
2. 在服装等任何地方做标识身份的任何记号或暗示；
3. 在考场内交头接耳、偷看、暗示等作弊行为者；
4. 竞赛期间使用通讯工具与他人联系者；
5. 裁判根据大赛要求宣布竞赛结束后，仍强行作答或操作者；
6. 不服从裁判员的裁决，扰乱竞赛秩序，影响竞赛进程，情节恶劣者；
7. 其他违反竞赛规则不听劝告者。

（五）赛场纪律

1. 赛场内除必要的赛务人员外，其他人员未经允许不得进入赛场。
2. 新闻媒体等进入赛场必须经竞赛组委会允许，并听从现场工作人员安排和管理，不得影响赛事。
3. 各参赛领队和无关随从人员一律不得进入赛场，否则按作弊处理。

（六）申诉与仲裁

本赛项在竞赛过程中若出现有失公正或有关人员违规等现象，代表队领队可在竞赛结束后 2 小时之内向仲裁组提出书面申诉。竞赛采用两级仲裁机制，即设赛项仲裁工作组和大赛仲裁委员会。赛项仲裁工作组接受由代表队领队提出的对裁判结果的申诉。赛项仲裁工作组在接到申诉后的 2 小时内组织复议，并及时反馈复议结果。申诉方对复议结果仍有异议，可由代表队领队向大赛仲裁委员会提出申诉。大赛仲裁委员会的仲裁结果为最终结果。

四、竞赛场地、设施设备等安排

（一）赛场规格要求

本项目场地总体面积不少于 300 平米。赛场要为选手留有集合准备的室内空间，要为裁判员留有执裁空间。赛场必须备有通风设备，保证赛场内空气流通和清洁。场地照明应充足、柔和。赛场必须留有安全通道。竞赛前必须明确告诉选手和裁判员安全通道和安全门位置。赛场必须配备灭火设备，并置于显著位置。

（二）场地布局

赛前将根据参赛选手人数实际配置设备数量和实操竞赛工位数，并根据场地实际情况进行布局设计。

（三）基础设施清单

1. 赛场设施、设备

根据《家政服务员国家职业技能标准（2019 年版）》提出的相应技能要求，以及采购的条件和实际情况，提交设施设备物品清单和落实要求。专家工作组在赛前确认设施设备和物品是否符合竞赛要求。母婴护理员项目赛场提供设施、设备清单表参考附件 3，具体以竞赛现场实际提供物品为准。

2. 选手自备设备和物品

（1）本赛项参赛选手无需自备设备和物品。除身份证件外，选手不得携带任何物品进入赛场，赛场配发的各类工具、材料，选手一律不得带出赛场。

（2）选手竞赛服（上衣）由赛场统一提供，裤子和鞋由选手自备，颜色为黑色。选手禁止穿戴有任何可能显示选手信息的标志衣帽，长发需要盘在发网中，统一黑色。

五、安全、健康要求

（一）人员安全、健康要求

组委会、各执委会为全体参赛人员提供安全、健康服务保障，全体参赛人员须遵守竞赛安全、健康有关规定。在竞赛现场设置急救站，配备专业医务人员和设备，做好医疗应急准备。所有的操作物品符合安全要求，参赛者保持赛区场地卫生，无任何遗留物品，以免影响后续参赛选手的竞赛。

（二）场地安全、健康要求

竞赛各区域设置合理，符合安全、健康和环保要求。竞赛场地具有良好的照明和通风设施设备，有安全疏散通道；配备完备的灭火等应急处理设施；张贴安全信息，如操作流程、现场紧急疏散指示图等。

（三）卫生防疫要求

按照国家及当地卫生防疫的相关规定，对赛前集中技术工作对接、竞赛报到、住宿、交通，以及赛场人流控制、卫生防疫等各方面提出明确要求和具体措施安排。各参赛选手及各类相关人员必须遵照执行。

附件 1

母婴护理员项目理论知识竞赛样题

一、单项选择题（共 20 题，每题 1 分，共 20 分，每题请选出一个最佳答案）

1. 母婴护理员在客户家中的服务时间要（ ）。
 - A. 严格按服务合同执行
 - B. 上下班时间可随意
 - C. 超过合同规定的时间收取加班费
 - D. 当天工作要当天完成，不要影响第二天工作
2. 母婴护理员在客户家中工作时应（ ）。
 - A. 饮食方面可自己习惯制作
 - B. 可以自行更改房间布置
 - C. 根据雇主要求购买生活用品
 - D. 严格执行自己的作息时间
3. 孕妇孕 7 周出现妊娠反应，恶心、呕吐频繁，应指导孕妇（ ）。
 - A. 保持正常饮食状态
 - B. 协助孕妇多饮水
 - C. 进餐后协助孕妇卧床休息
 - D. 少食多餐且餐后适当散步
4. 当孕妇出现便秘时，不正确的措施是（ ）。

- A. 让孕妇每天坚持适当运动
 - B. 协助孕妇使用缓泻剂
 - C. 鼓励孕妇多吃纤维素含量高的食物
 - D. 保证孕妇每日摄入足够的液体
5. 孕妇自孕中期开始，每天应增加优质蛋白（ ）克。
- A. 5
 - B. 9
 - C. 15
 - D. 20
6. 孕妇不能食用过多的含（ ）高的食物，会导致早产和胎儿发育不健全。
- A. 维生素 A
 - B. 维生素 C
 - C. 钙
 - D. 维生素 D
7. 在孕后期，给予孕妇穿鞋的建议中，（ ）是错误的。
- A. 孕妇应穿鞋跟在4cm 以下的鞋
 - B. 孕妇最好选择鞋跟在 2~3cm 的鞋
 - C. 孕妇应选择平跟鞋
 - D. 孕妇的选择鞋时要防滑、弹性好

8. 给予妊娠合并糖尿病的孕妇调配饮食中的热量，应按（ ）分配，还要限制食用含糖多的薯类和水果。

- A. 早餐 25%，中餐 30%，晚餐 30%，加餐 15%
- B. 早餐 25%，中餐 35%，晚餐 20%，加餐 20%
- C. 早餐 20%，中餐 30%，晚餐 30%，加餐 20%
- D. 早餐 25%，中餐 35%，晚餐 25%，加餐 15%

9. 分娩后，产妇子宫底每天大约下降（ ）厘米，（ ）周后进入盆腔，与耻骨联合平齐，这时腹部便摸不到了。

- A. 1~2，1
- B. 1~2，2
- C. 1~2，3
- D. 1~2，4

10. 在进行产后会阴护理时，如有产妇外阴伤口肿胀疼痛，可用（ ）乙醇纱布或（ ）的硫酸镁外阴湿热敷。

- A. 75%，50%
- B. 50%，50%
- C. 95%，30%
- D. 95%，50%

11. 婴儿的吸吮刺激可以传导至母亲下丘脑，可触发释放（ ），加强母亲子宫收缩，从而防止产妇因子宫收缩乏力导致产后出血。

- A. 雌激素

B. 催产素

C. 孕激素

D. 泌乳素

12. 如采取节育环避孕，自然分娩后（ ）个月、剖宫产的（ ）月之后，女性可以选择上节育环。

A. 1、3

B. 3、6

C. 2、4

D. 6、12

13. 若遇自己家中有事或其他原因要求辞工，母婴护理员应（ ）。

A. 可以立即结束工作

B. 一般至少要提前一周通知客户和家政公司

C. 一般至少要提前二周通知客户和家政公司

D. 一般至少要提前一月通知客户和家政公司

14. 当孕妇出现便秘时，不正确的措施是（ ）。

A. 让孕妇每天坚持适当运动

B. 协助孕妇使用缓泻剂

C. 鼓励孕妇多吃纤维素含量高的食物

D. 保证孕妇每日摄入足够的液体

15. 孕妇不能食用过多的含（ ）高的食物，会导致早产和胎儿发育不健全。

- A. 维生素 A
 - B. 维生素 C
 - C. 钙
 - D. 维生素 D
16. 当孕妇出现便秘时，不正确的措施是（ ）。
- A. 让孕妇每天坚持适当运动
 - B. 协助孕妇使用缓泻剂
 - C. 鼓励孕妇多吃纤维素含量高的食物
 - D. 保证孕妇每日摄入足够的液体
17. 产妇访视至少 3 次，第一次，在产妇出院后（ ）内，第二次在产后（ ）内，第三次在产后（ ）。
- A. 3 日， 7 日， 42 日
 - B. 2 日， 10 日， 28 日
 - C. 3 日， 14 日， 28 日
 - D. 3 日， 10 日， 28 日
18. 在客户家中服务时，母婴护理员正确的做法是（ ）。
- A. 可以随意翻看客户家的物品
 - B. 可以不经客户同意处理一些物品
 - C. 出现一些差错时私自解决
 - D. 不挥霍浪费雇主财务
19. 母婴护理员在客户家中的服务时间要（ ）。
- A. 严格按服务合同执行

- B. 上下班时间可随意
- C. 超过合同规定的时间收取加班费
- D. 当天工作要当天完成，不要影响第二天工作

20. 乙肝疫苗第一针接种的时间是（ ）。

- A. 出生后立即
- B. 出生后 6 小时内
- C. 出生后 12 小时内
- D. 出生后 24 小时内

二、多项选择题（共 10 题，每题 2 分，共 20 分，每道题至少有 2 个或 2 个以上的正确答案，错选、少选、多选均不得分）

1. 母婴护理员在客户家中工作时要有良好的环境适应能力体现在（ ）。

- A. 尊重客户的生活习惯
- B. 要有一定的亲和力
- C. 要考虑雇主提出的一些要求
- D. 要客户按照行规去做

2. 孕妇常见的心理障碍表现有（ ）。

- A. 激动型心理表现
- B. 依赖型心理表现
- C. 紧张焦虑型心理表现
- D. 抑郁型心理表现

3. 根据妊娠早期的营养需要， 建议孕妇早餐时可以选择的食物有（ ）。

- A. 鸡蛋
- B. 炸油条
- C. 苹果
- D. 猪肉包

4. 为保证孕妇妊娠期饮食营养健康， 不宜或不建议孕妇食用的食物是（ ）。

- A. 浓咖啡
- B. 薯片儿
- C. 长期食用鱼肝油
- D. 提味香料，如八角、胡椒

5. 在采用音乐胎教法时，正确的方法是（ ）。

- A. 每日安排相对固定的胎教时间
- B. 录音或音响设备应放置在距孕妇 0.5 米
- C. 为保证胎教质量，音乐的音量要调制最大
- D. 孕妇从 17 周开始可以听胎教音乐

6. 乳腺炎的正确护理措施是（ ）。

- A. 频繁的吸乳，随时喂奶
- B. 哺乳前热敷
- C. 先喂患侧乳房
- D. 变换体位

7. 母婴护理员在客户家中工作时，面对于客户家的内部矛盾，正确的做法是（ ）。

- A. 不评论、不参合
- B. 打探事情原委
- C. 需要劝解时点到为止
- D. 帮助协调

8. 母婴护理员在客户家中说话要轻柔一点，保证对方能听清即可。这样的言谈方式便于（ ）。

- A. 体现雇佣关系
- B. 不会影响母婴休息
- C. 不会吓到母婴
- D. 利于早期教育

9. 对于孕妇产生的激动型心理，母婴护理员应采取的措施是（ ）。

- A. 指导孕妇的丈夫及家人适时的关心鼓励和支持孕妇
- B. 告知孕妇的丈夫孕妇这是正常表现，其情绪会自然平稳的
- C. 引导孕妇及时将不良的情绪发泄出来
- D. 调节孕妇情绪，丰富孕妇生活

10. 维生素 A 对胎儿的生长发育及嗅觉的正常发育有良好作用，孕妇每天适当吃一些（ ）等食物即可。

- A. 蛋黄儿

- B. 猪肝
- C. 富含胡萝卜素的深色蔬菜
- D. 坚果

三、判断题(共 10 道题，每题 1 分，共 10 分，正确的打“√”，错误的打“×”)

1. () 从事母婴护理工作的人员只需要身体健康、无传染病即可。
2. () 母婴护理工作内容是合同事先约定好的，母婴护理服务的知识与技能是规范化的、模式化的，所以可以忽略不同的家庭环境不同的服务要求。
3. () 孕妇发生下肢水肿时，要建议少吃或不吃不易消化和容易产气的食物，以免引起腹胀，导致血液回流不畅而加重水肿。
4. () 雌激素在妊娠数周后由胎盘产生，其作用是可以减少平滑肌张力，减低血管阻力，升高体温，促进乳腺发育。
5. () 妊娠末期，胎儿生长很快，其中又以 37 到 40 周生长最快。
6. () 整个孕期需要做 B 超检查的次数不是绝对的，根据孕妇的具体情况而定，一般整个孕期至少要做 2 次。
7. () 孕妇发生胎膜早破是正常分娩开始的一个比较可靠征象。

8. () 产后第 5~10 天，恶露血量逐渐减少，颜色也逐渐变成褐色或浅褐色，有较多的子宫颈粘液及阴道的渗出液，还有坏死的蜕膜、白细胞等称为白色恶露。
9. () 发生乳腺炎时，应采取正确的哺乳方法，先喂健侧乳房，在催产素反射形成后，在喂受累侧，以免疼痛抑制催产素反射。
10. () 产妇沐浴时，沐浴的水温要保持在 40° 左右，夏天可用凉水冲澡。

四、简答题（共 4 道题，每题 5 分，共 20 分）

1. 简述纠正乳头凹陷的措施。
2. 简述多胎妊娠的护理要点。
3. 简述妊娠合并贫血的护理要点。
4. 简述指导家长的方法和技巧。

五、综合题（共 2 道题，每题 15 分，共 30 分）

产妇王女士自然分娩后 3 天出院回家，一直母乳喂养，但婴儿每次吸吮时间不长，且间隔哺乳时间短，王女士在喂奶时总感觉乳头疼痛感强，今日发现乳头处皮肤产生裂口，不愿再喂奶。

1. 你作为第一天入户的母婴护理员，你如何与产妇进行有效沟通？
2. 如何指导产妇正确哺乳？

附件 2

母婴护理员项目实操技能竞赛赛题

模块一：照护孕妇/产妇模块

试题名称：母乳喂养指导

（1）案例描述

王女士，剖宫产术后第 3 天，王女士自感喂奶时乳头疼痛。

（2）任务要求

请护理员指导王女士采取正确的母乳喂养姿势。

（3）任务说明

①请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

②竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

③请模拟真实情况，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。

④竞赛时间：10分钟。

模块二：照护新生儿/婴幼儿模块

试题名称：婴儿抚触

（1）案例描述

张可可，女，23天，身高56厘米，体重4.2公斤。

（2）任务要求

请护理员为张可可进行沐浴后的抚触。

（3）任务说明

①请在备物区准备物品，进入竞赛场景后不可再次取用；赛后物品在竞赛场景中进行处置，无需归还至备物区。

②竞赛过程中不得邀请裁判参与或与裁判沟通交流；裁判员不得干预竞赛。

③请模拟真实情况，除标明可口述或可假设部分，其他尽可能真实操作。竞赛中无需穿脱衣服及纸尿裤。

④竞赛时间：10分钟。

模块三：月子餐及婴儿餐制作模块

试题名称：为产妇制作月子餐

（1）案例描述

刘女士，24岁，产后20天，纯母乳喂养，请以现场提供的粉丝（1把，已泡发）、娃娃菜（1颗）为主料以及其他常用调味料（食用油、芝麻油、盐、白糖、白醋、生抽、老抽、蚝油、鸡精、葱末、姜末、蒜蓉、蒜头、蒜苗、桂皮、八角、花椒、本地青红椒）辅料为净料，制作一款适合刘女士食用的月子菜肴。

（2）任务要求

烹调方法不限，菜名自拟。

（3）竞赛时间：30分钟

附件 3

母婴护理员项目赛场提供设施、设备清单表

序号	名称	规格和要求	单位	数量	
1	婴儿模型	全搪胶仿真婴儿模型，软性环保搪胶可沐浴，身高50cm左右	个	6	
2	婴儿床		个	2	
3	婴儿床上用品	床上四件套含被子枕头，与婴儿床配套	个	2	
4	婴儿包单		个	6	
5	婴儿服	系带衣服，52码	套	6	
6	隔尿垫		个	6	
7	浴巾	纱布浴巾90*90cm	条	6	
8	成人毛巾	长毛巾、普通、白色	条	6	
9	纯棉小方巾	25*25cm, 100%棉，吸水泡泡纱鼓包设计，6层棉纱	条	12	
10	婴儿抚触油		瓶	3	
11	免洗手消毒液	75%酒精、医用、免洗、500毫升	瓶	6	
12	操作台（台布）	180cm*90cm*80cm	个	1	
13	抽纸	抽纸家用大包、纸巾卫生纸餐巾纸、3层150抽	包	6	
14	垃圾桶		个	2	
15	抱奶枕	四季护腰哺乳枕垫	个	3	
16	靠背垫		个	1	
17	脚凳	加厚防滑凳凳面直径23*凳脚直径29*高22.5cm	把	3	
18	纸尿裤	NS	片	42	
19	湿纸巾	80抽	包	6	
20	靠背椅	成人椅子，带靠背	把	2	
21	乳房模型	可佩戴	个	2	

22	标准化产妇		位	1	
23	无菌棉签		包	42	
24	小塑料盆	小号洗脸盆26*18*9cm	个	6	
25	记录本	A5、30页	本	6	
26	签字笔	黑色0.5m	支	6	
27	产妇衣裤	开襟，L码	套	1	
28	产妇拖鞋	38码	双	1	
29	小茶几		个	1	
30	温水壶		个	1	
31	一次性水杯		个	42	
32	木案板	60*40CM	1	个	
33	不锈钢菜板	双面、不锈钢、PP、中号	1	个	
34	刀具	普通家用	1	套	
35	炒锅、锅铲	适于电磁炉	1	套	
36	平盘	8 寸	1	个	
37	一次性抹布	普通家用	2	块	
38	一次性筷子	普通家用	1	双	
39	一次性品尝盘	普通家用	1	个	
40	围裙	普通家用	1	条	
41	帽子	普通家用	1	个	
42	厨房用口罩	普通家用	1	个	
43	电子秤	最大量程3kg	1	个	
44	汤碗	8 寸	1	个	
45	多功能调味盒	三格	1	个	
46	电磁炉	普通家用	1	个	
47	垃圾桶	普通	1	个	
48	垃圾袋	普通家用	1	卷	

49	一次性手套	普通家用	1	双	
50	纯净水	普通，10L	1	桶	
51	压水器	手压式	1	个	
52	保鲜膜	普通家用	1	卷	
53	洗菜篮	洗菜篮、双层、可沥水	1	个	