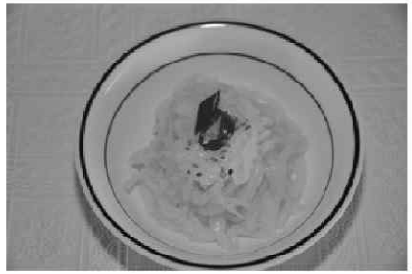
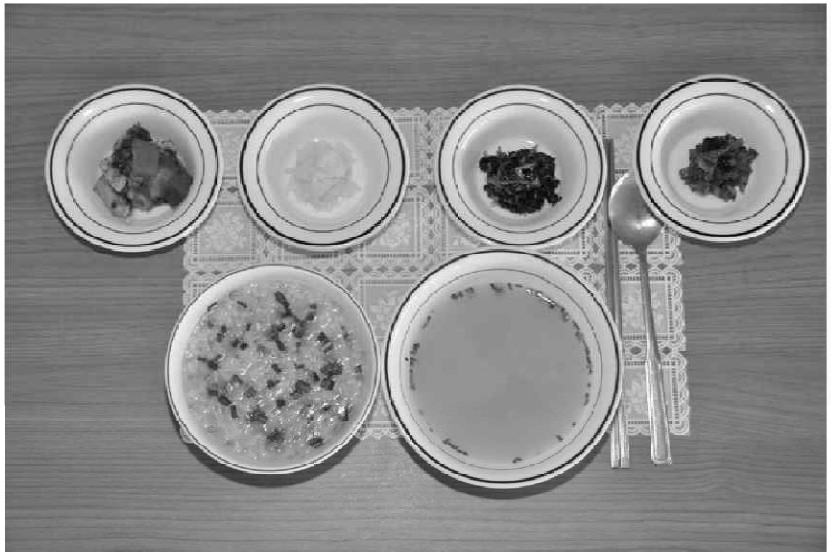
요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p224

일반식



요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p224

잘게 썬 음식



요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p225

갈아서 만든 음식

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p225

경구 유동식

영양죽, 물

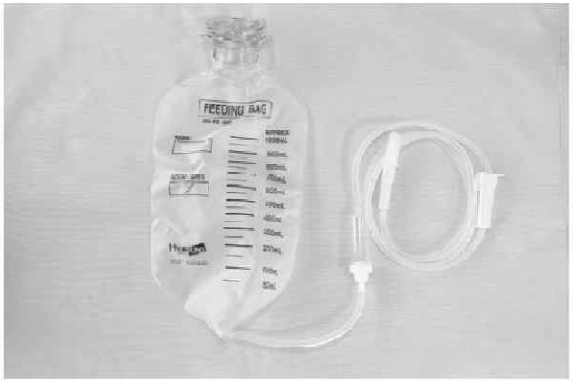
선식가루 + 물

경관 유동식

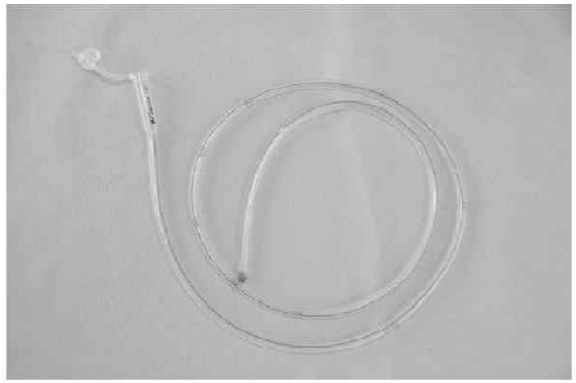
시판되는 영양액

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p226

경관영양 도구



영양주머니

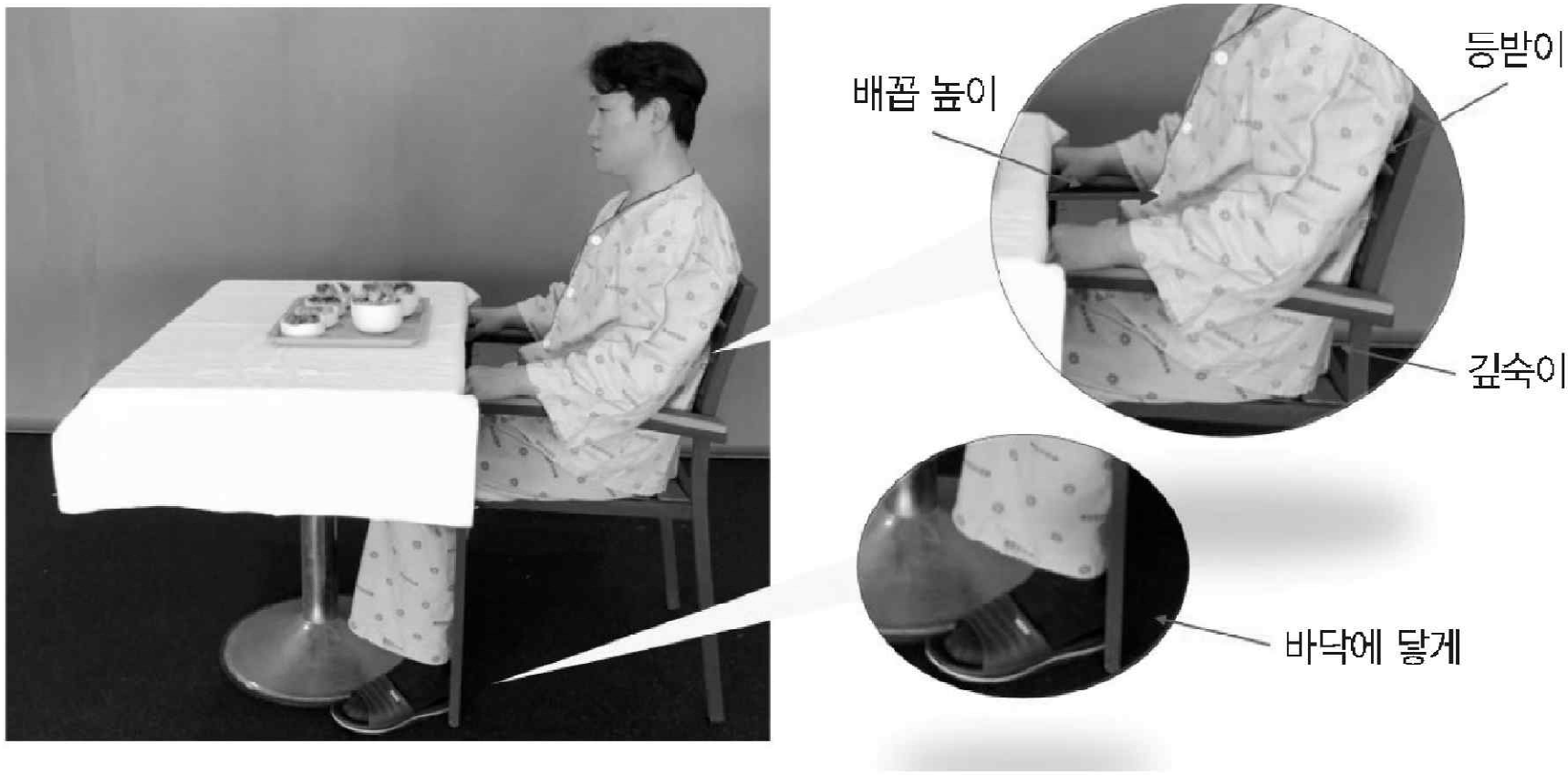


비위관

주사기

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p226

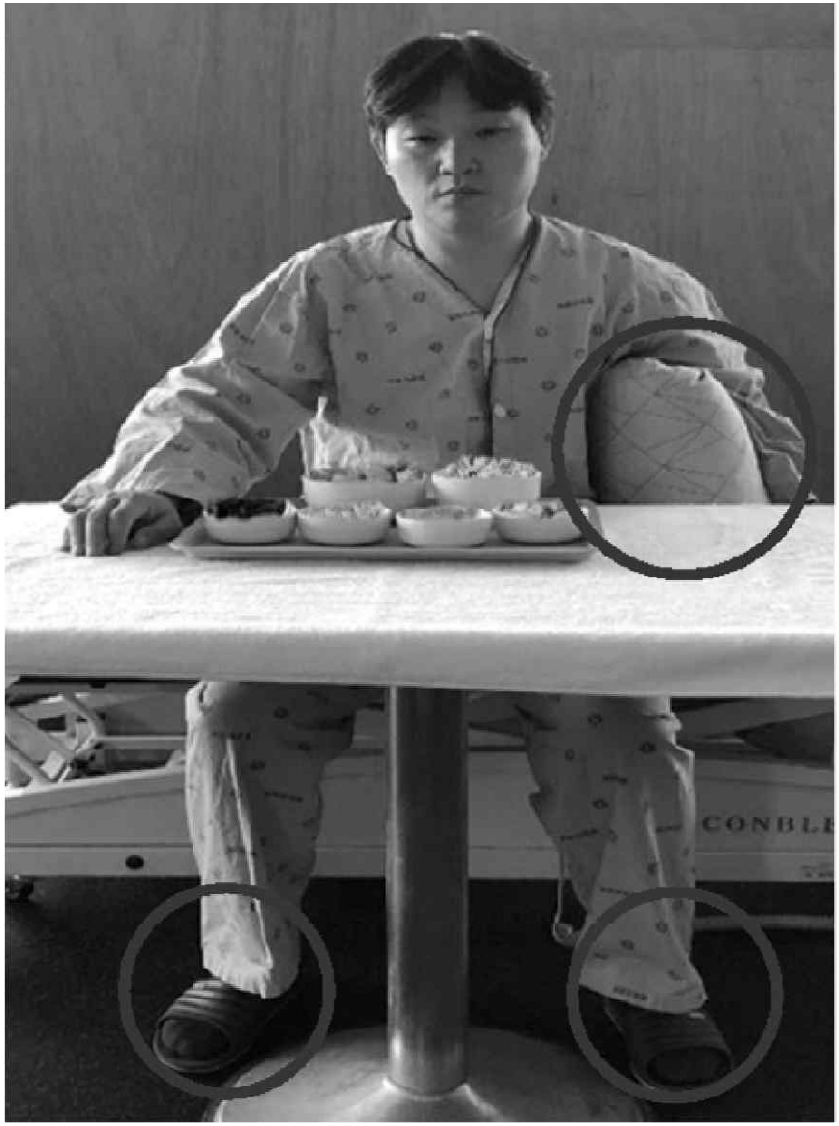
올바른 식사자세



올바른 식사자세

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p227

침대에 걸터앉은 자세



요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p227

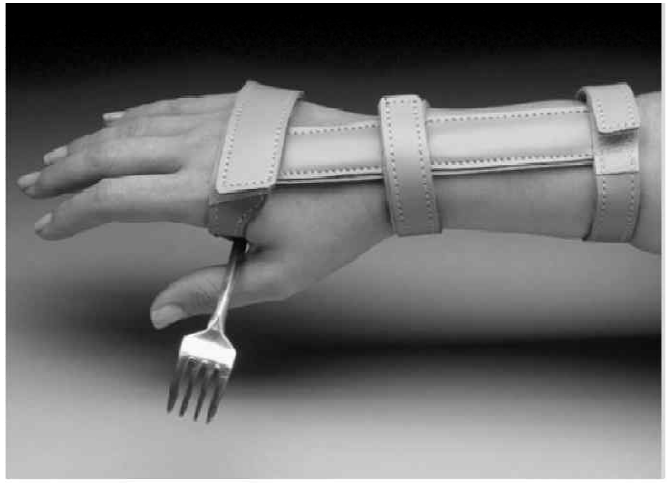
침대머리를 올린 자세

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p227

편마비대상자의 식사 자세(좌측 편마비 대상자)

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p229

다양한 식사보조도구



손목형 유니버셜 커프 식사도구

손떨림, 관절염 노인용 컵

디용노 식사노구홀더(식사보조노구) – 핸드그립

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p234

경구 약 복용 시 주의점

■ 가루약

가루약은 숟가락을 사용하여 약간의 물에 녹인 후 투약하거나, 바늘을 제거한 주사기를 이용하여 녹인 가루약을 흡인하여 입 안으로 조금씩 주입한다.

■ 알약

알약은 약병에서 약 뚜껑으로 옮긴 후에 손으로 옮긴다. 손으로 만진 약은 약병에 다시 넣지 않는다.

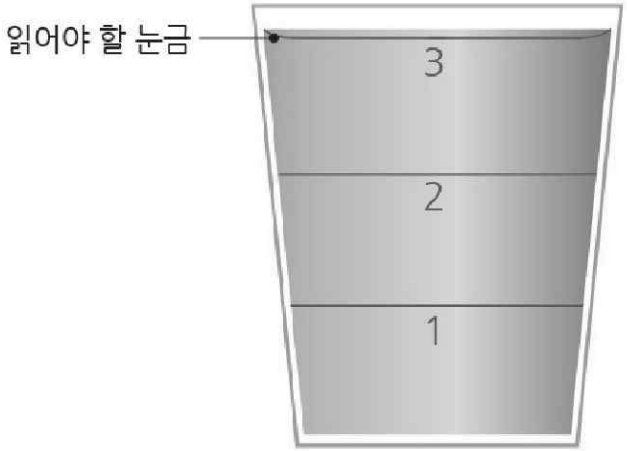
- 알약의 개수가 많은 경우에는 2~3번으로 나누어 투약한다. 대상자가 손을 떨거나 입 안에 넣다가 떨어뜨려 약을 잃어버릴 우려가 있으면 직접 입 안에 넣어준다.
- 약을 삼키기 쉽게 해주고 위장관에서의 흡수가 잘되도록 충분히 물을 준다.

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p235

■ 물약

- 물약은 뚜껑을 열어 뚜껑의 위가 바닥으로 가도록 놓고 계량컵을 눈높이로 들고 처방된 양만큼 따른 후 대상자에게 투약한다.
- 약을 따르기 전에 약물을 흔들어 섞고, 색이 변하거나 혼탁한 약물은 버린다.
- 라벨이 젖지 않도록 용액병의 라벨이 붙은 쪽을 잡고, 라벨의 반대쪽 방향으로 용액을 따른다.

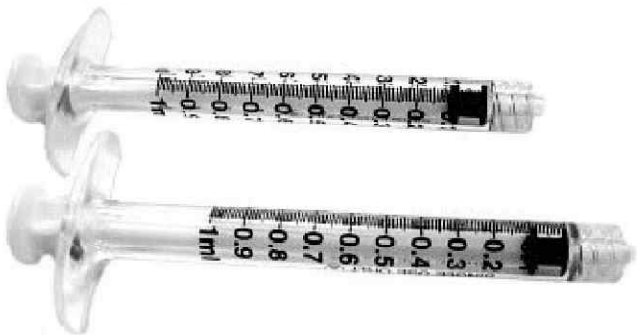
용기에 담긴 물약의 눈금 읽기



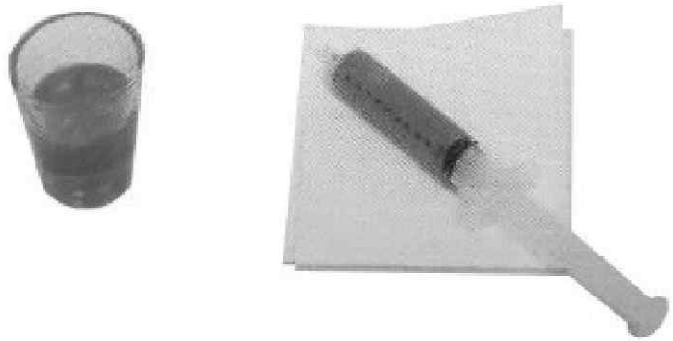
요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p235

- 병뚜껑을 닫기 전에 입구를 깨끗이 닦는다.
- 약의 용량이 적을 때는 바늘을 제거한 주사기(무침 주사기)를 이용하여 정확한 양을 복용하게 한다.

무침 주사기



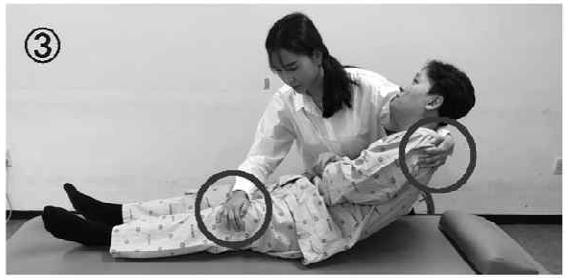
약컵과 주사기에 재어놓은 약물



요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p242

화장실 이용돕기 1~14

침대 옆에 휠체어를 비스듬히 붙여 놓기



요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p243

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p245

간이변기

간이변기

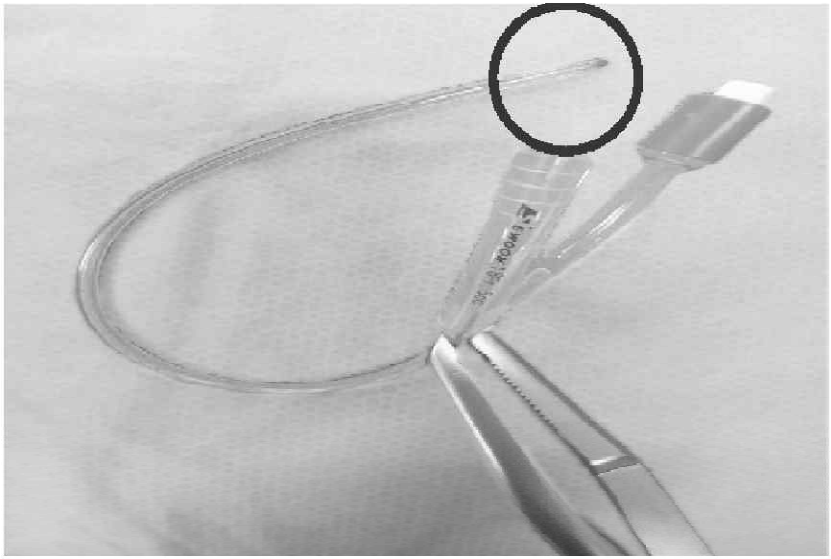
요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p247

이동변기

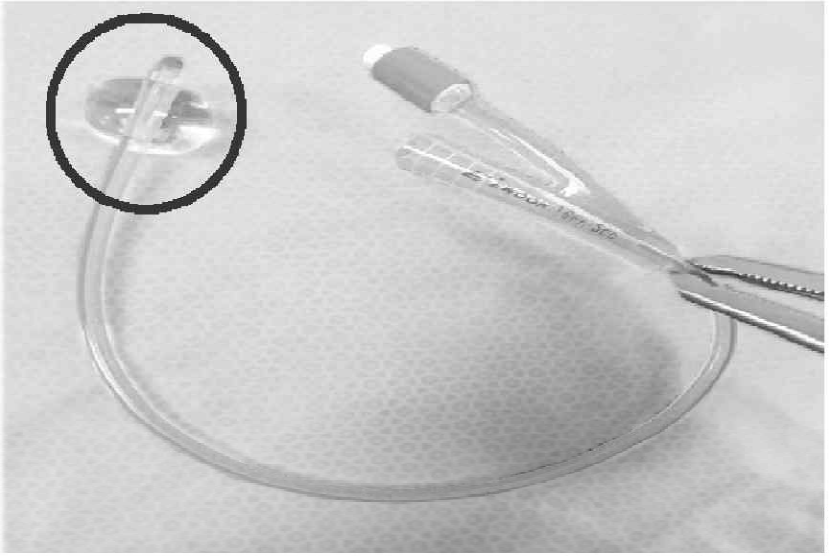
이동변기

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p252

유치도뇨관



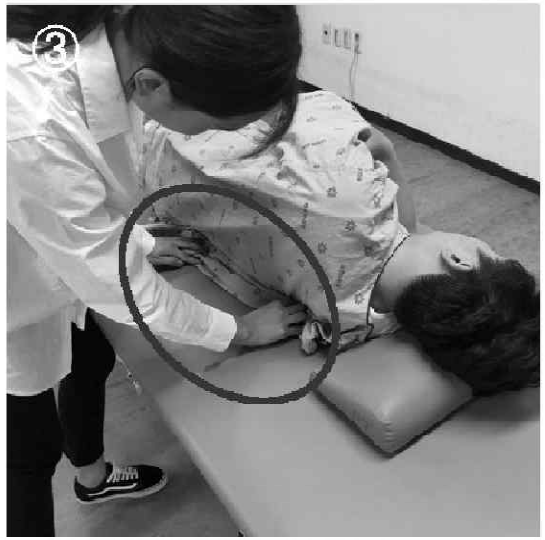
유치도뇨관에 증류수를 주입하기 전

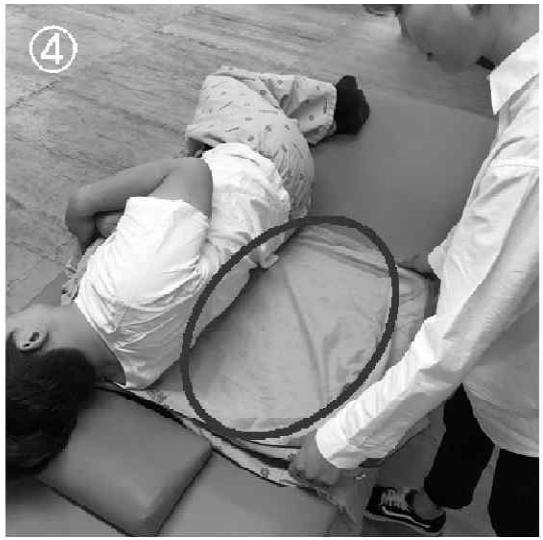


유치도뇨관에 증류수를 주입하면
풍선이 부풀어 방광 안에 고정된다.

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p276

단추 있는 옷 입히기





요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p277

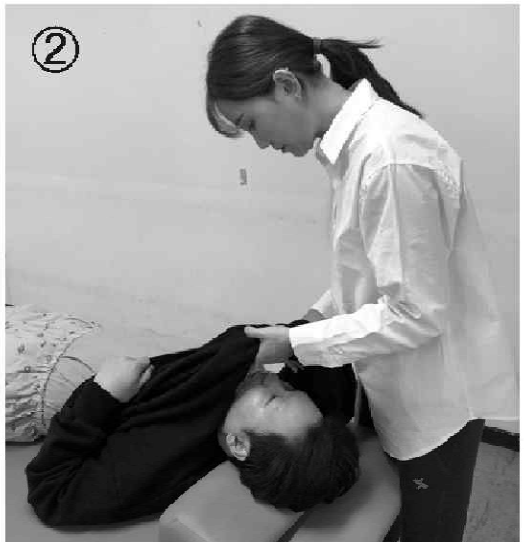
단추 없는 옷 입히기

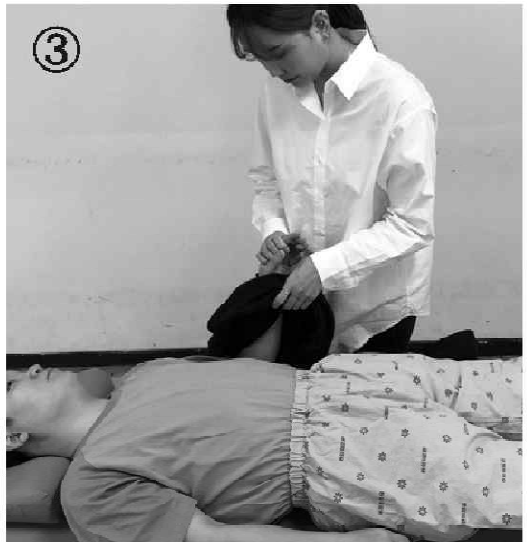
요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p278

수액이 있는 대상자 - 단추있는 옷 입히기

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p278

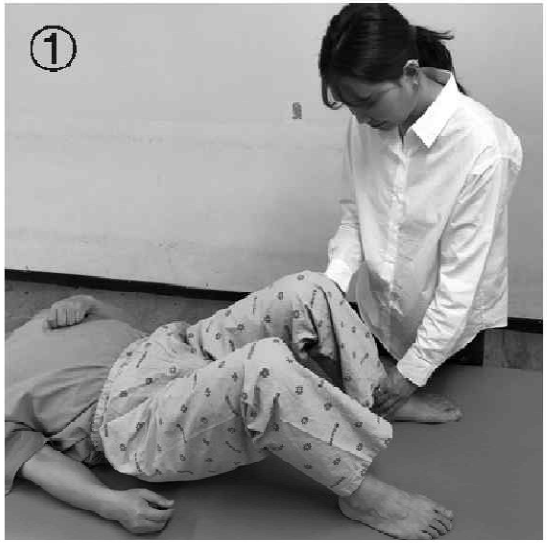
상의 벗기기





요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p279

하의 벗기기



요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p280

하의 입히기

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p273

<표 3-1> 쾌적한 환경 유지방법

온도	• 적정 실내 온도 유지 • 땀과 손발온도를 확인하여 의복과 실내 온도를 조절한다. • 방, 복도와 화장실의 온도는 일정하게 유지한다(혈압상승 예방).
습도	• 쾌적한 습도를 유지한다(40~60%). • 물은 공기보다 냉온에 대한 전도력이 커서 습도가 높으면 더욱 덥게 또는 춥게 느껴지므로 상황에 따라 습도를 적절히 조절한다.
환기	• 공기가 피부에 직접 닿아 피로나 한기를 느끼지 않게 주의한다. • 드레싱, 폐기물, 변기, 배설물 등의 냄새가 있을 때 반드시 환기한다.
채광	• 피로감과 불쾌감을 줄 수 있는 직사광선을 조절한다.. • 스크린, 커튼을 이용하여 밝기를 조절한다.

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p273

<표 3-1> 계속

조명	• 시력, 초점 조절력, 식별력, 어두운 곳에서의 적응력이 떨어지므로 조명은 밝게 한다. • 복도, 화장실, 계단에 밝은 조명을 사용하여 사고를 예방한다. • 다른 사람의 숙면을 위해 밤에는 개인등을 사용한다.
소음	• 수면장애, 불안과 흥분이 유발되지 않도록 소음을 줄인다.
실내구조	• 휠체어, 보행기, 지팡이를 사용할 수 있는 공간을 확보한다. • 현관이나 화장실의 문턱을 없앤다. • 문턱이 있으면 경사로를 설치하여 휠체어가 다닐 수 있게 한다. • 계단, 화장실, 복도에는 미끄럼방지 매트, 안전손잡이를 설치한다. • 헛딛거나 넘어지지 않게 바닥, 벽, 마루, 문, 선반에 색깔을 칠해 구분한다. • 복도 벽에 손잡이를 설치한다.

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p284

옆으로 눕히기

무릎을 세우고 팔을 가슴 위에 놓기

엉덩이 와 어깨를 지지하여 돌려 눕히기

엉덩이를 뒤로 이동시키기

아래쪽 어깨를 살짝 뒤로 옮식이기

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p284

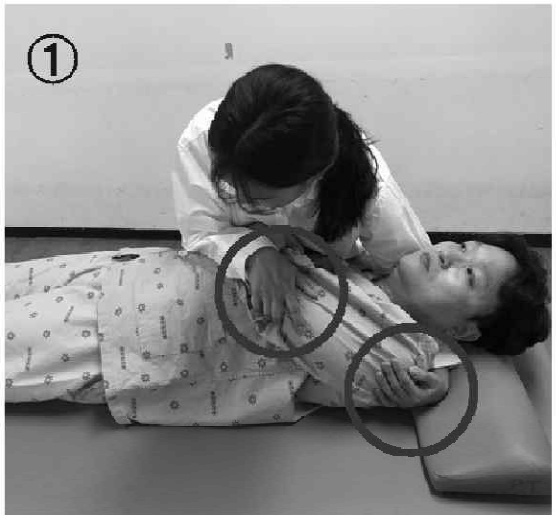
일어나 앉기

대상자의 건강한 손 사용

편마비대상자 앉히는 동작

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p285

사지마비 대상자인 경우



요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p286

침대에 걸터앉기

놀려 눕힌 자세에서
목과 어깨, 무릎을 지지한다.

다리를 침대 아래로 내리면서
어깨를 들어 올린다.

양쪽 발이 바닥에 닿도록
지지하여 자세가 안정되게 한다.

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p286

앞에서 보조하는 경우

앞에서 보조하기

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p287

옆에서 보조하기

옆에서 보조하기

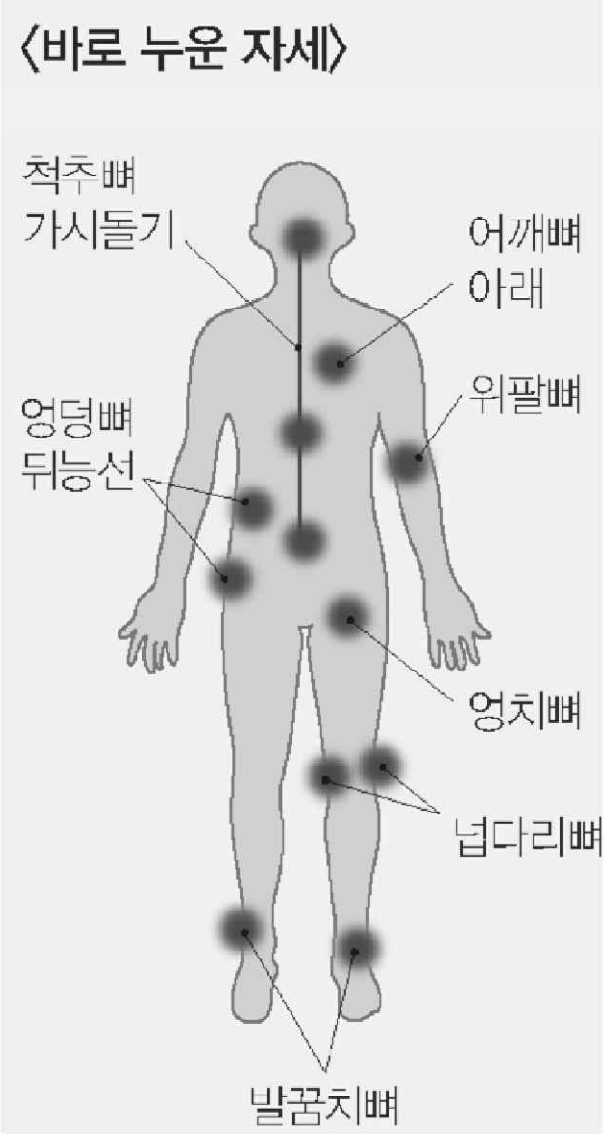
요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p288

똑바로 누운 자세

똑바로 누운 자세

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p288

욕창 발생 부위

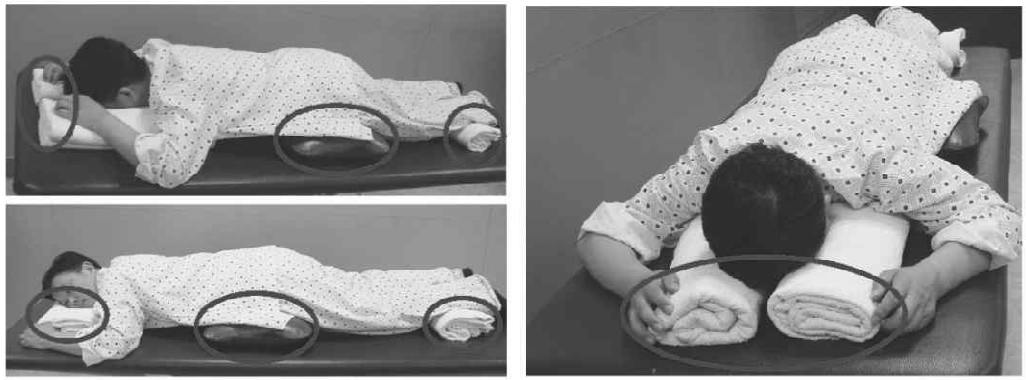


요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p289

반 앉은 자세

반 앉은 자세

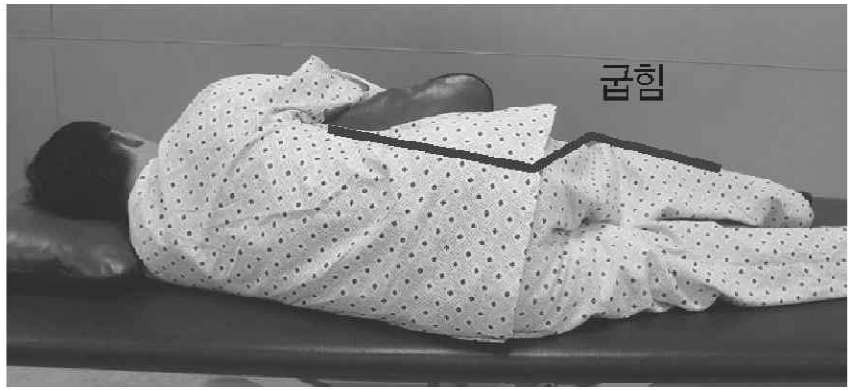
엎드린 자세



엎드린 자세

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p290

옆으로 누운 자세



옆으로 누운 자세

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p291

휠체어 다루는 법

휠체어 접는 법

휠체어 펴는 법

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p292

휠체어에서의 바른 자세와 휠체어에서의 나쁜 자세

휠체어에서의 바른 자세

휠체어에서의 나쁜 자세

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p292

휠체어 이동 시 작동법

문턱(도로턱) 오르는 방법

문턱(도로턱) 내려가는 방법

오르막길가는 방법

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p293

휠체어 이동 시 작동법

내리막길 가는 방법

울퉁불퉁한 길 가는 방법

엘리베이터 타고 내리기

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p294

침대에서 휠체어로 옮기기

건강한 쪽에 휠체어가 오도록 침대에 붙여 놓는다.

침대에서 휠체어로 옮기기

침대에서 휠체어로 이동할 때 마비 측에 휠체어를 놓으면
넘어져서 부상을 입을 수 있다.

잘못된 예

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p295

휠체어에서 침대로 옮기기

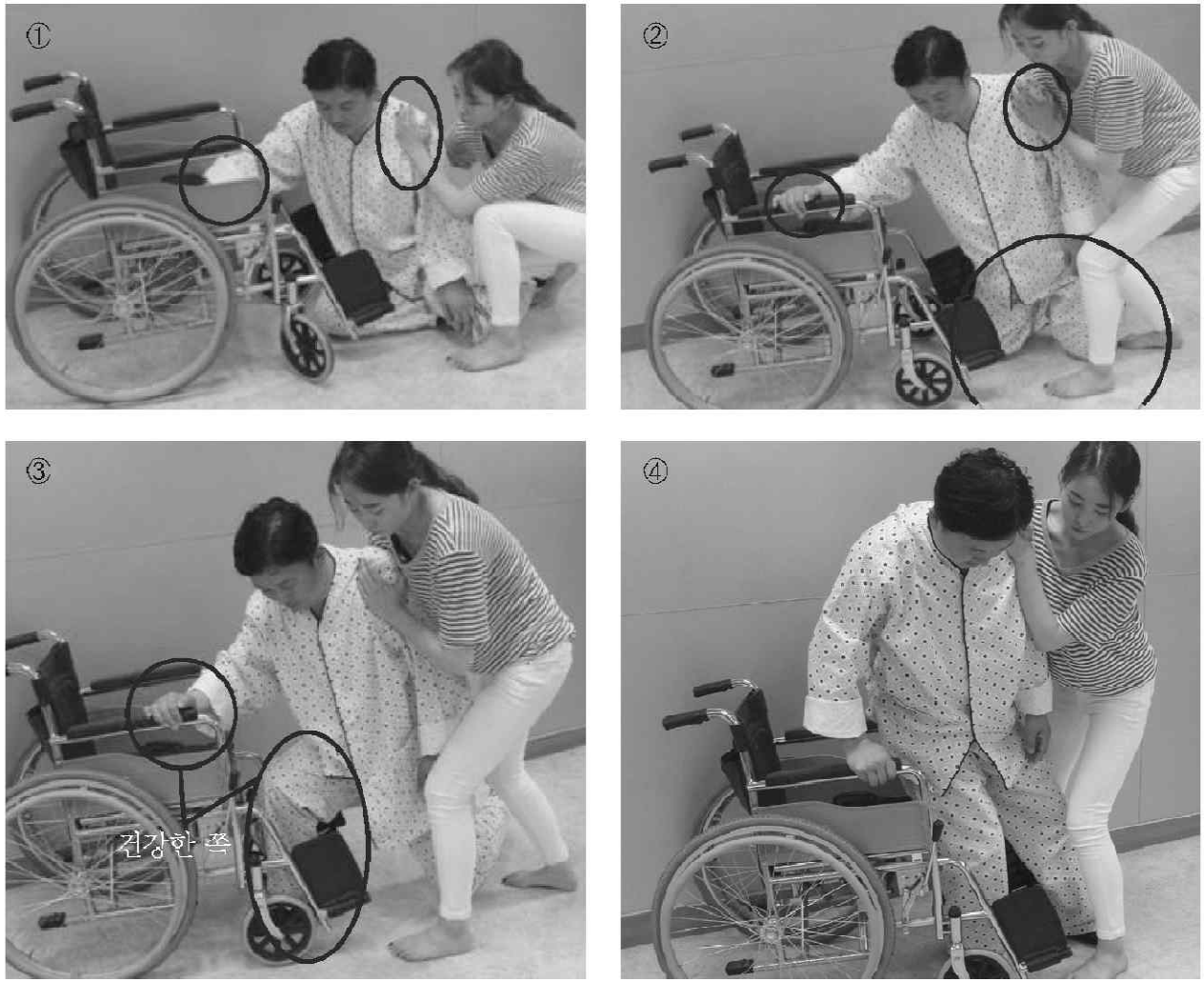
휠체어에서 침대로 옮기기

휠체이에서 침대로 이동할 때 미비 측이 침대 쪽으로 향하던 넘어져
부상을 입을 수 있으며, 침대로 올라가는 것이 힘들어진다.

잘못된 예

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p296

바닥에서 휠체어로 옮기기



바닥에서 휠체어로 옮기기

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p297

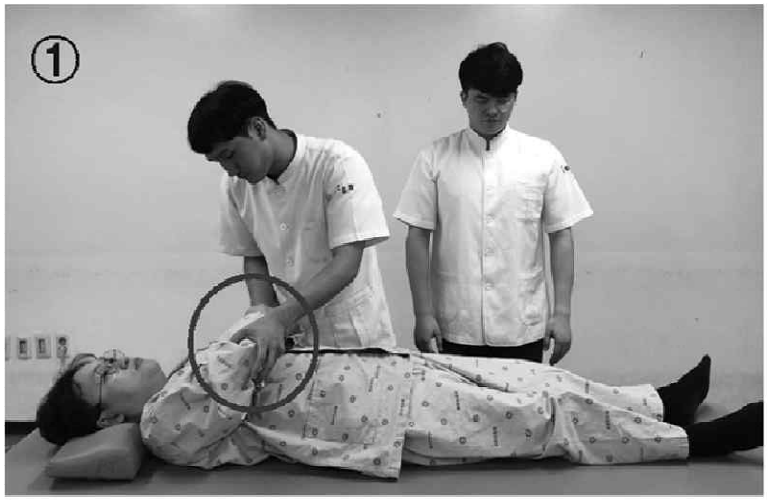
휠체어에서 바닥으로 옮기기

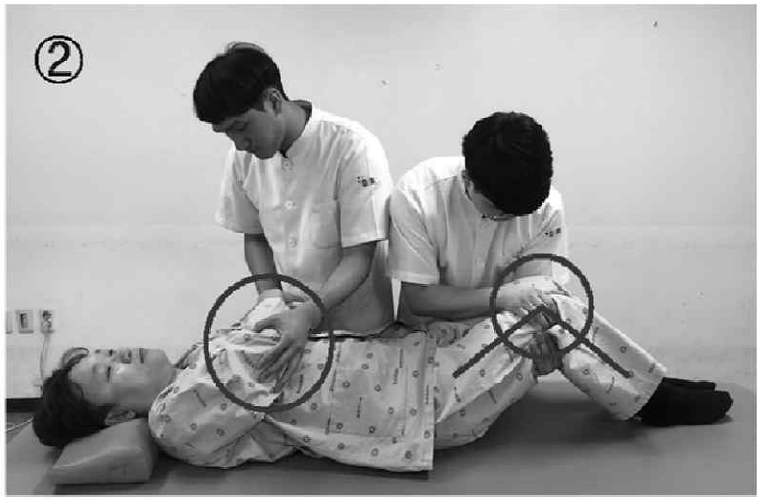
요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p297

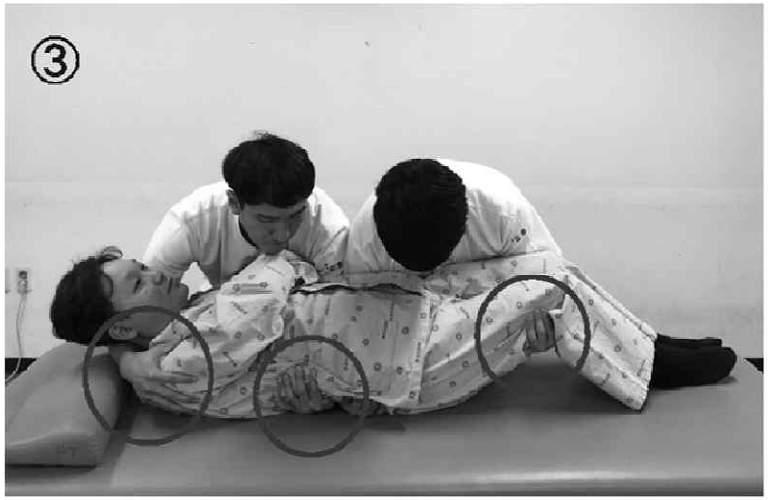
두 사람이 휠체어에서 침대로 옮기기

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p298

두 사람이 침대에서 침대로 옮기기







요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p298

휠체어에서 이동변기로 옮기기

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p299

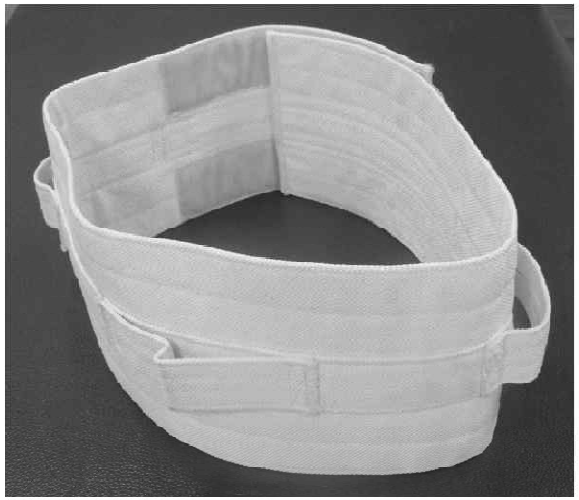
휠체어에서 자동차로 옮기기

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p299

자동차에서 휠체어로 옮기기

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p301

보행 벨트와 보행 벨트 착용과 사용법



보행 벨트

보행 벨트 착용과 사용법

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p301

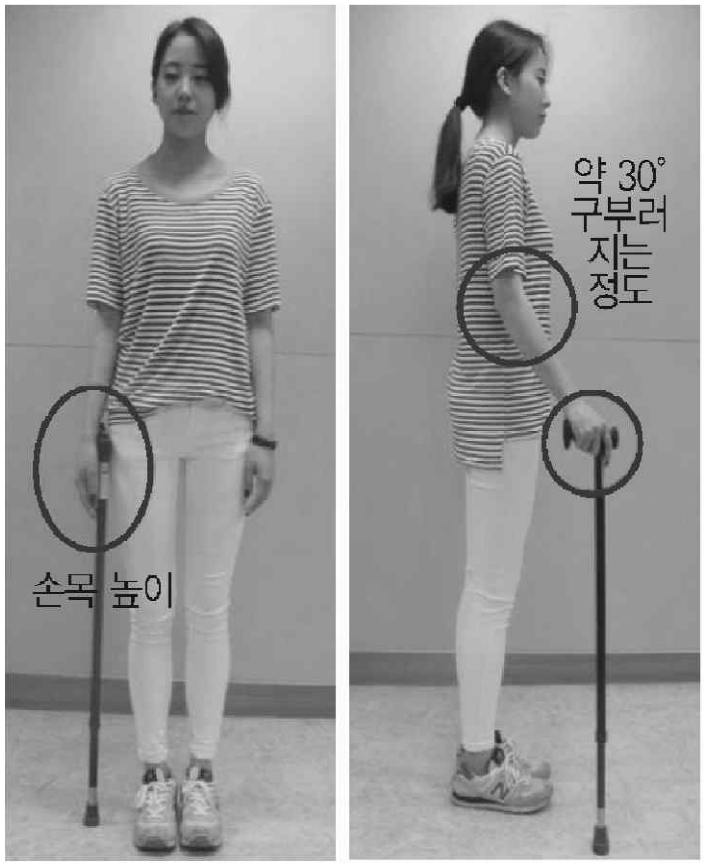
보행기 사용의 바른 자세와 보행기 사용의 나쁜 자세

보행기 사용의 바른 자세

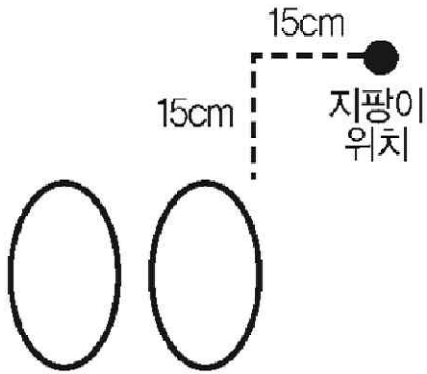
보행기 사용의 나쁜 자세

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p302

지팡이 길이와 지팡이의 바른 위치



지팡이 길이



지팡이의 바른 위치

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p303

지팡이 이용 보행 돕기

겨드랑이 보조하기

허리와 겨드랑이 보조하기

지팡이를 이용하여 보행(옆에서 보조)

허리와 어깨 지지

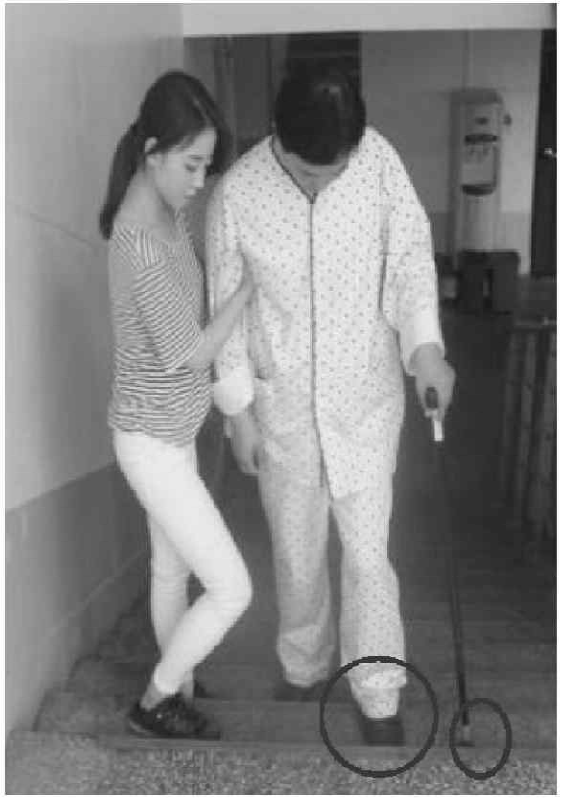
양쪽 허리 지지

지팡이를 이용하여 보행(뒤에서 보조)

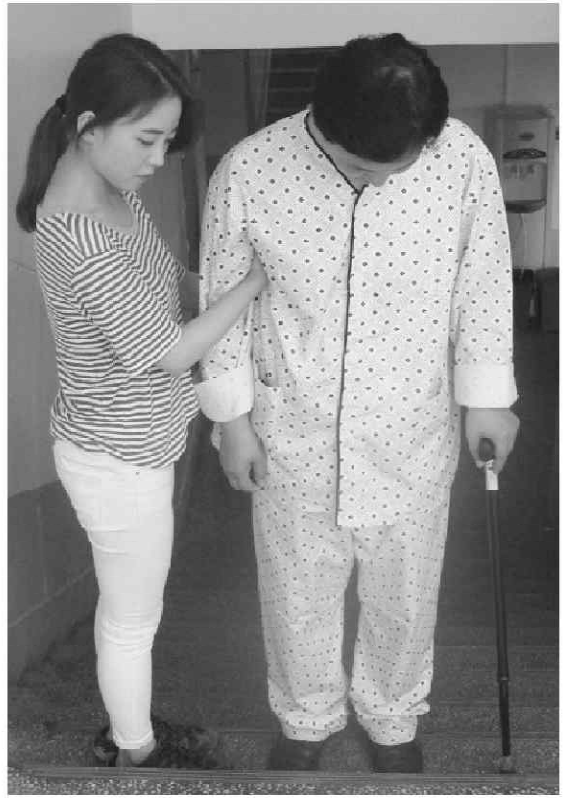
요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p304

지팡이를 이용하여 계단 오르기

지팡이 이동



건강한 다리 이동



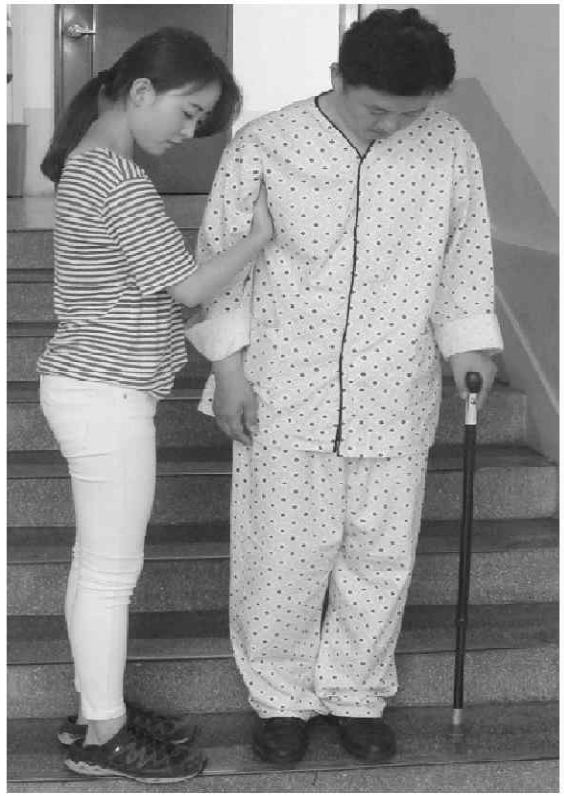
마비된 다리 이동

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p304

지팡이를 이용하여 계단 내려가기

지팡이 이동

마비된 다리 이동



건강한 다리 이동

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p307

올바른 손 씻기 6단계

※ 올바른 손씻기 6단계

- 준비: 흐르는 물로 양 손을 적신 후, 손바닥에 충분한 양의 비누를 묻혀 줍니다.
- 손씻기 6단계
  - 제1단계 : 손바닥과 손바닥을 마주대고 문질러 줍니다.
  - 제2단계 : 손등과 손바닥을 마주대고 문질러 줍니다.
  - 제3단계 : 손바닥을 마주대고 손깍지를 끼고 문질러 줍니다.
  - 제4단계 : 손가락을 마주잡고 문질러 줍니다.
  - 제5단계 : 엄지손가락을 다른 편 손바닥으로 돌려주면서 문질러 줍니다.
  - 제6단계 : 손바닥을 반대편 손바닥에 놓고 문지르며 손톱 밑을 깨끗하게 합니다.
- 마무리: 흐르는 물로 비눗물을 닦아내고, 깨끗한 수건 또는 핸드드라이기로 손을 건조해 줍니다.

출처: 보건복지부/질병관리본부, 올바른 손씻기 홍보리플렛(2016)

보건복지부 대한의학회

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p330

낙상 유발 위험 요인

- 보행 장애가 있는 질환을 앓고 있는 사람
- 기립성 저혈압이 있는 경우
- 4가지 이상 약물을 복용하고 있는 사람
- 발에 이상이 있거나 적절한 신발을 착용하지 않는 사람
- 시력이 떨어져 있는 사람
- 집안에 낙상 위험 요인이 있는 경우
  - · 집안이 정리가 안 되어 어지럽거나 전등이 희미한 경우
  - · 보조기구(지팡이, 목발 등)들의 크기나 형태가 맞지 않을 때
  - · 공간들의 디자인이 손상을 유발하도록 디자인 된 경우

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p331

낙상을 예방하는 방법

- 약물 복용에 대해 의사에게 확인받고, 과음 삼가기
- 시력이 나빠지면 자신에게 맞는 안경 쓰기
- 집 안 환경을 안전하게 만들기
- 하지 근력 강화를 위해 꾸준히 운동하기

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p331

가정에서의 낙상 예방 주의사항

- 화장실의 타일바닥, 방과 거실의 장판, 마룻바닥에서 미끄러지지 않도록 주의해야 한다.
- 화장실에서 나올 때 물기가 있으면 바로 닦아 제거한다.
- 변기 옆과 욕조 벽에 손잡이를 설치한다.
- 화장실 문 앞 카펫이나 깔개는 밑부분에 미끄럼방지가 되어 있는 것을 사용한다.
- 방이나 거실, 주방의 물기나 기름기 등을 바로 닦아 제거한다.
- 부엌싱크대나 가스레인지 근처의 바닥에는 미끄러지지 않도록 고무매트를 깔아 놓는다.
- 바닥 타일과 장판은 미끄럼방지 처리가 되어 있는 제품만을 사용한다. 욕조와 샤워실에는 미끄럼방지 스티커를 붙이거나 바닥 미끄럼방지 매트를 사용할 수 있다.

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p331

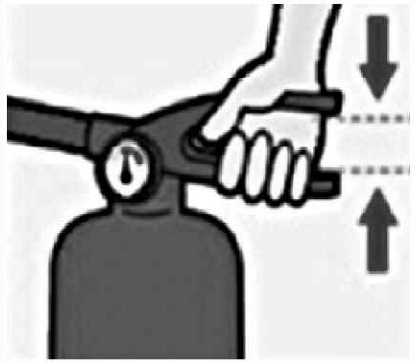
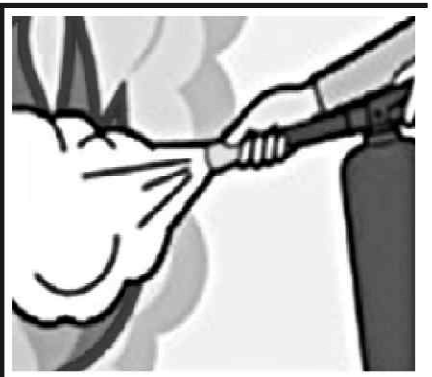
- 가능하면 모든 방과 현관의 문턱을 제거한다.•바닥에 전선, 물체, 헝겊, 수건, 이불, 박스, 높이가 낮은 가구 등이 있으면, 보행 시 발에 걸리적거리지 않게 치운다.
- 침실, 욕실, 모서리 등을 어둡지 않게 한다.
- 조명이 어둡거나 전구가 나가면 바로 교체하며, LED 등의 밝은 조명으로 교체한다.
- 가급적 계단보다는 엘리베이터를 이용한다.
- 계단 주위에는 물체나 장해물이 없도록 깨끗이 치우고, 조명을 밝게 한다.
- 취침 시 침대높이를 최대한 낮춘다.
- 침대에서 취침할 때 바로 옆에 바로 조명을 켤 수 있도록 준비해 둔다.
- 침대는 난간이 있는 노인용 침대를 이용하여 난간을 올리고 취침하게 한다.
- 갑자기 자세를 바꾸거나 움직이지 말고 천천히 움직이는 것을 생활화한다.
- 발에 꼭 맞는 신발, 바닥에 미끄럼방지 처리가 된 신발을 신게 한다.

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p331

- 욕실에서 신발을 신게 하고, 샤워기, 욕조의 안팎, 화장실 근처에 손잡이를 설치한다.
- 발에 맞는 낮고 넓은 굽과 고무바닥으로 된 신발을 신고, 헐겁게 늘어지거나 긴 옷은 가구나 문고리 등에 걸릴 수 있으므로 피한다.
- 현기증이나 정신 혼란을 일으킬 수 있는 약물의 복용은 피한다.
- 균형을 유지하고 근력을 강화할 수 있는 운동을 하고 고관절 보호대를 착용한다.

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p333

화재 시 대처하는 방법 - 소화기

			
안전핀을 뽑는다.	노즐을 잡고 불쪽을 향한다.	손잡이를 움켜쥔다.	분말을 고루 쏜다.

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p335

태풍예보 시 행동

자주 물에 잠기는 지역, 산사태 위험지역 등의 위험한 곳은 피하고, 안전한 곳으로 대피합니다.

실내에서는 문과 창문을 닫고, 외출을 하지않고, TV, 라디오, 인터넷 등을 통해 기상 상황을 확인합니다.

개울가, 하천변, 해안가 등 침수 위험지역은 급류에 휩쓸릴 수 있으니 가까이 가지 않습니다.

산과 계곡의 등산객은 계곡이나 비탈면 가까이 가지 않고, 안전한 곳으로 대피합니다.

공사자재가 넘어질 수 있으니 공사장 근처에 가까이 가지 않습니다.

농촌에서는 논둑이나 물꼬의 점검을 위해 나가지 않습니다.

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p311

<표> 복지용구 대여 품목 및 구입 품목

대여 품목(8종)	구입 품목(11종)
가. 수동휠체어 나. 전동침대 다. 수동침대 라. 이동욕조 마. 목욕리프트 바. 배회감지기 사. 경사로 아. 욕창예방 매트리스	가. 이동변기 나. 목욕의자 다. 성인용 보행기 라. 안전손잡이 마. 미끄럼방지용품(미끄럼방지매트, 미끄럼방지액, 미끄럼방지양말) 바. 간이변기(간이대변기·소변기) 사. 지팡이 아. 욕창예방방석 자. 자세변환용구 차. 요실금팬티 카. 욕창예방매트리스

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p315

욕창예방 방석, 수동 침대, 전동 침대

욕창예방 방석

수동 침대

전동 침대

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p318

지팡이의 종류

① 사점 지팡이 ② T자형지팡이 ③ 접이형지팡이 ④ 캐나디안팔꿈치 신전목발 ⑤ 겨드랑이목발

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p319

일반 보행기

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p320

보행보조차(실버카), 보행차

보행보조차(실버카)

보행차

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p321

이동변기

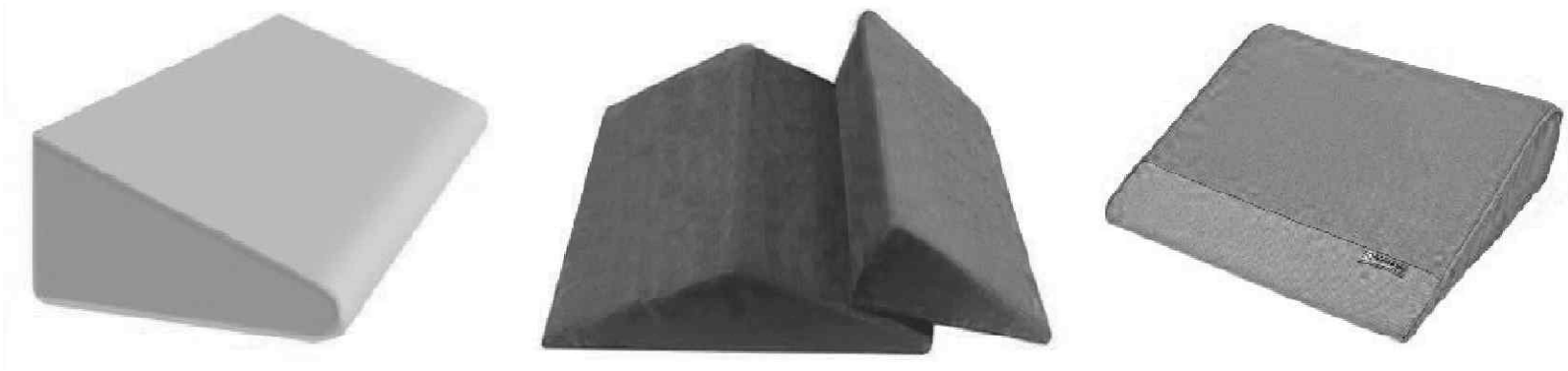
요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p324

목욕의자

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p325

자세변환용 시트

자세변환용 쿠션



요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p326

목욕리프트

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p327

미끄럼방지매트

미끄럼방지양말

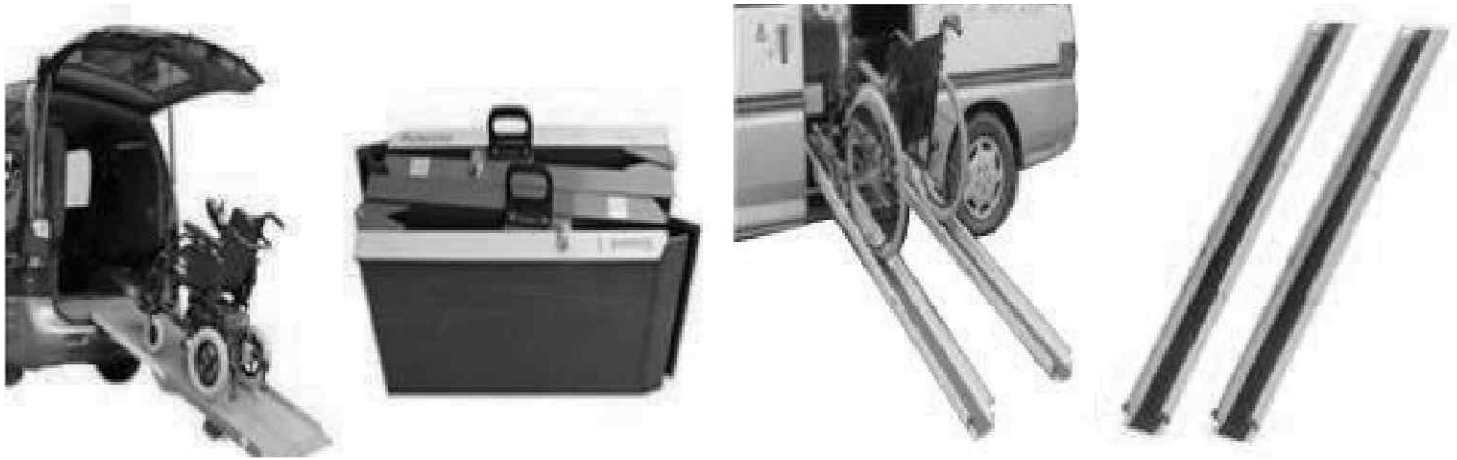
미끄럼방지액

요실금 팬티

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p328

배회감지기

휴대용 경사로



요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p348

65세 이상 노인이 가장 많이 앓은 질병

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p350

<표 3-2> 65세 이상 노인의 에너지 및 다량영양소 섭취 기준

구분	신장(㎝)	체중(㎏)	에너지(㎉)	단백질(g)		식이섬유(g)	수분(㎖)
				평균	권장	충분	충분(액체)
65세 이상 남자	164	59.2	2,000	45	55	25	2,100(1,000)
65세 이상 여자	151	50.2	1,600	40	45	20	1,800(900)

자료: 보건복지부, 한국영양학회, 한국인영양소섭취 기준, 2015

요양보호사 표준교재 요양보호 각론

p351

<표 3-3> 노인의 주요 비타민과 무기질의 영양소섭취 기준

성별	연령(세)	비타민A (μgRE)		비타민D (μg)		비타민E (α-TE)		비타민C (mg)		엽산 (μgDFE)		칼슘 (mg)		철분 (mg)		아연 (mg)	
		평균	상한	충분	상한	충분	상한	평균	상한	평균	상한	평균	상한	평균	상한	평균	상한
남자	65-74세	500	3,000	15	100	10	540	75	2,000	320	1,000	570	2,000	7	45	7	35
	75 이상	500	3,000	15	100	10	540	75	2,000	320	1,000	570	2,000	7	45	7	35
여자	65-74세	410	3,000	15	100	10	540	65	2,000	320	1,000	560	2,000	6	45	6	35
	75 이상	410	3,000	15	100	10	540	65	2,000	320	1,000	560	2,000	5	45	6	35

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p351

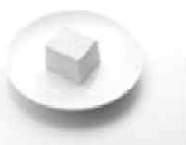
<표 3-3> 계속

- 평균: 평균필요량(건강한 인구집단의 50%에 해당하는 사람들의 영양필요량을 충족하는 값)
- 권장: 권장섭취량(개인차를 감안하여 건강한 인구집단의 97.5%의 영양필요량을 충족시키는 값)
- 충분: 충분섭취량(평균필요량에 대한 자료가 부족하여 권장섭취량을 정하기 어려운 영양소의 경우 건강한 인구집단의 섭취량을 토대로 추정하거나 관찰하여 정한 값)
- 상한: 상한섭취량(인체에 유해한 영양이 나타나지 않는 최대 영양소 섭취 수준으로 필요한 영양소라도 너무 많은 양을 섭취할 경우 독성을 일으킬 가능성이 있은 영양소를 대상으로 정한 값)

자료: 보건복지부, 한국영양학회, 한국인영양소섭취 기준, 2015

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p354

<표 3-4> 식품군별 대표식품의 1인 1회 분량

식품군	1인 1회 분량						
곡류 (300kcal)	쌀밥(210 g)	보리밥(210 g)	백미(90 g)	가래떡(150 g)	국수 말린 것(90 g)	감자(140 g)*	식빵(35 g)*
고기 · 생선 · 달걀 · 콩류 (100kcal)	쇠고기(60 g)	닭고기(60 g)	고등어(60 g)	달걀(60 g)	 두부(80 g)	대두(20 g)	
채소류 (15kcal)	콩나물(70 g)	풋고추(70 g)	상추(70 g)	시금치(70 g)	배추김치(40 g)	느타리버섯(30 g)	미역(30 g)
과일류 (50kcal)	참외(150 g)	사과(100 g)	귤(100 g)	감(100 g)	포도(100 g)	과일주스(100 mL)	

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p354

<표 3-4> 계속

우유 · 유제품류 (125kcal)	우유(200 mL) 호상요구르트(100 g) 액상요구르트(150 mL) 아이스크림(100 g) 치즈(20 g)*
유지 · 당류 (45kcal)	깨(5 g) 콩기름(5 g) 마요네즈(5 g) 버터(5 g) 설탕(10 g)

*표시는 0.3회(1회 분량이 식단 작성 시 약 1/3회로 간주됨)

자료: 보건복지부 · 한국영양학회(2015)

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p355

<표 3-5> 남녀 노인(65세 이상)의 권장식사패턴

대상	곡류	고기·생선·달걀·콩류	채소류	과일류	우유 유제품류	유지·당류
남자 (2,000kcal)	3.5	4	8	2	1	4
여자 (1,600kcal)	3	2.5	6	1	1	4

요양보호사 표준교재 요양보호 각론

p355

<표 3-6> 65세 여성 하루 1,600kcal 섭취를 위한 식품군별 섭취횟수 및 배분(예)

식품군	섭취횟수	아침	점심	저녁	간식
곡류 고기·생	3	1	1	1	
선·달걀·콩류	2.5	0.5	1	1	
채소류	6	2	2	2	
과일류 우유·	1				1
유제품류	1				1

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p356

<표 3-7> 65세 이상 남자 2,000kcal 식단(예)

메뉴	분량	아침	점심	저녁	간식
		쌀밥, 육개장, 조기구이, 콩자반, 실파무침	잔치국수, 동태전, 느타리버섯볶음, 시금치나물, 가지나물	잡곡밥, 미역국, 수육, 모듬쌈&쌈장, 도토리묵무침, 배추김치	시리얼, 우유, 배, 단감, 사과, 군고구마, 녹차
곡류	4회	쌀밥210g(1)	국수(생명) 210g(1)	잡곡밥 201g(1) 도토리묵 70g(0.1)	시리얼 30g(0.3) 고구마 140g(0.6)
고기·생선 달걀·콩류	5회	소고기 30g(0.5) 조기 60g(1) 검정콩 20g(1)	동태, 달걀 60g(1)	돼지고기 90g(1.5)	

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p356

<표 3-7> 계속

메뉴	분량	아침	점심	저녁	간식
		쌀밥, 육개장, 조기구이, 콩자반, 실파무침	잔치국수, 동태전, 느타리버섯볶음, 시금치나물, 가지나물	잡곡밥, 미역국, 수육, 모듬쌈&쌈장, 도토리묵무침, 배추김치	시리얼, 우유, 배, 단감, 사과, 군고구마, 녹차
채소류	8회	숙주, 고사리, 무 70g(1) 실파 70g(1)	애호박 70g(0.25) 김 0.5g(0.25) 느타리버섯 30g(1) 시금치 70g(1) 가지 70g(1)	미역 15g(0.5) 상추, 고추, 깻잎 70g(1) 배추김치 40g(1)	
과일류	3회				배100g(1) 단감 100g(1) 사과 100g(1)
우유·유제품류	1회				우유 200mL(1)

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p356

<표 3-7> 계속

구분	아침식사	점심식사	저녁식사	간식		
				시리얼, 우유, 배	단감, 사과	군고구마, 녹차

자료: 2015 한국인 영양소섭취 기준, 보건복지부 · 한국영양학회(2015)

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p357

<표 3-8> 65세 이상 여자 1,600kcal 식단(예)

메뉴	분량	아침	점심	저녁	간식
		쌀밥, 시래기된장국 갈치무조림 도라지나물 열무물김치	현미밥, 콩나물국 간장게장 취나물볶음 오이무침	보리밥, 미역국 두부양념조림 브로콜리초회 깻잎김치	백설기 우유 단감
곡류	3회	쌀밥 170g(0.8)	현미밥 170g(0.8)	보리밥 190g(0.9)	백설기 75g(0.5)
고기·생선 달걀·콩류	2.5회	갈치 60g(1)	꽃게 80g(1)	두부 40g(0.5)	
채소류	6회	시래기 35g(0.5) 무 35g(0.5) 도라지 40g(1) 열무김치 20g(0.5)	콩나물 35g(0.5) 취나물 35g(0.5) 오이 35g(0.5)	미역 15g(0.5) 양파 14g(0.2) 브로콜리 70g(1) 깻잎 21g(0.3)	
과일류	1회				단감 100g(1)
우유·유제품류	1회				우유 200mlL(1)

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p357

<표 3-8> 계속

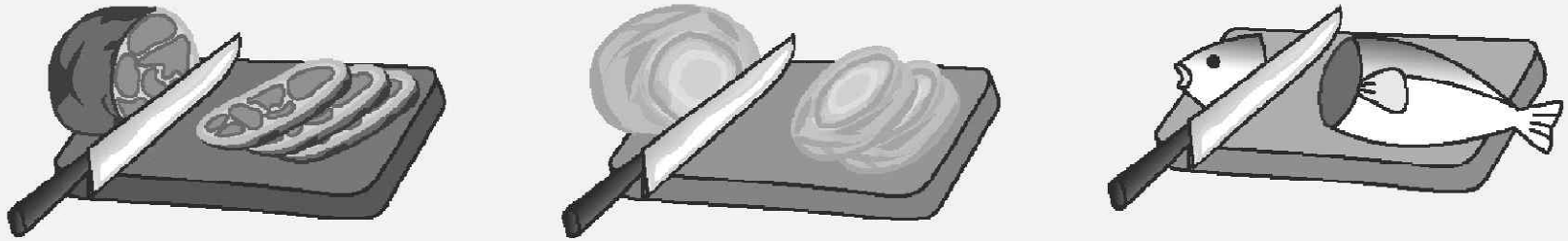
구분	아침식사	점심식사	저녁식사	간식	
				백설기, 우유	단감

자료: 2015 한국인 영양소섭취 기준, 보건복지 부 · 한국영양학회(2015)

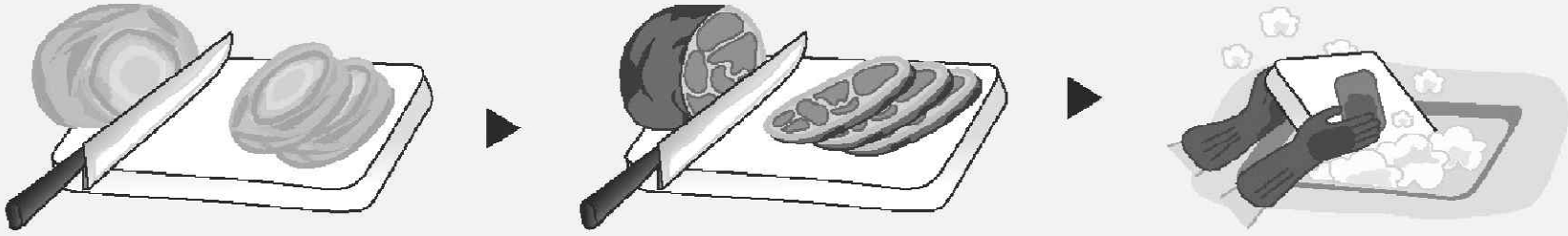
요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p373

도마와 칼 구분 사용

도마와 칼은 어류용, 육류용, 채소 과일용으로 구분하여 사용한다.



도마와 칼이 1개씩밖에 없을 경우에는 과일→육류→생선류→닭고기 순으로 사용한다.



요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p374

식품별 냉장고의 보관위치

냉장식품 보관기간

- 조리한 식품(반찬, 국) ▶ 3~5일 이내
- 육류 ▶ 2~3일
- 생선 ▶ 1~2일

냉동식품 보관기간

- 만두, 떡, 육류, 생선 ▶ 6개월 이내

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p375

식중독 예방 방법

① 손 씻기 등 개인위생을 철저히 관리한다.

② 조리에 사용된 기구 등은 세척, 소독하여 2차 오염을 방지한다.

③ 육류의 생식을 자제하고 충분히 가열한다.

④ 생육과 조리된 음식을 구분하여 보관한다.

⑤ 도마, 칼 등의 조리기구를 구분 사용 하여 2차 오염을 방지한다.

⑥ 어패류는 수돗물로 잘 씻는다.

⑦ 오염된 조리 기구는 10분간 세척, 소독하여 2차 오염을 방지한다.

⑧ 조리된 음식은 장시간 실온에 방치하지 않는다.

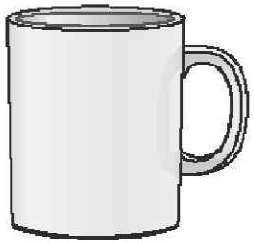
⑨ 음식물이 남지 않도록 적당량만 조리한다.

⑩ 살균이 안 된 우유는 마시지 않는다.

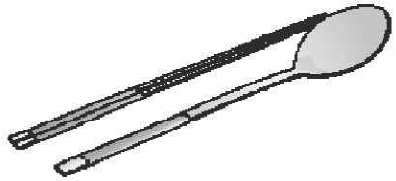
⑪ 고기, 생선류는 충분히 가열, 조리한다.

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p377

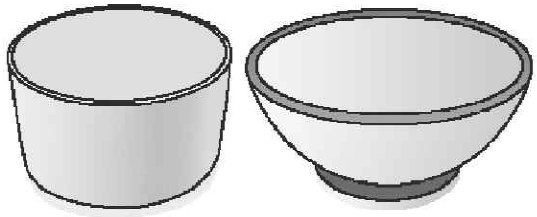
설거지



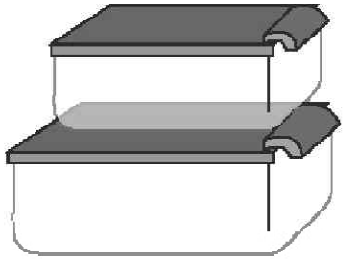
유리컵



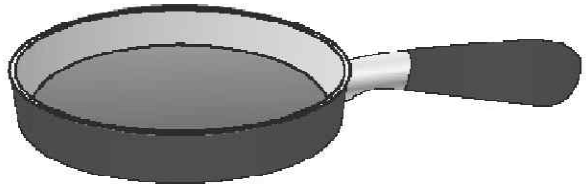
수저류



밥그릇, 국그릇



반찬 그릇

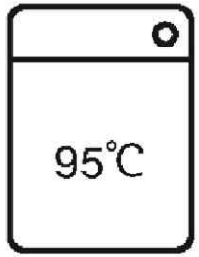
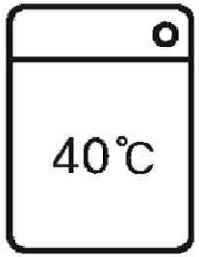
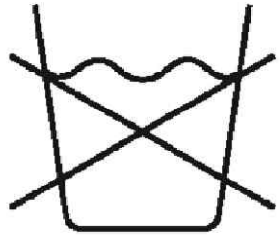


프라이팬

유리컵 → 수저류 → 밥그릇, 국그릇 → 반찬 그릇 → 프라이팬 순으로 설거지한다.

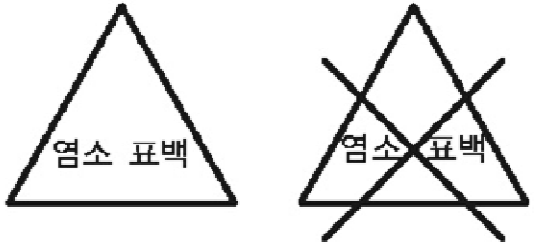
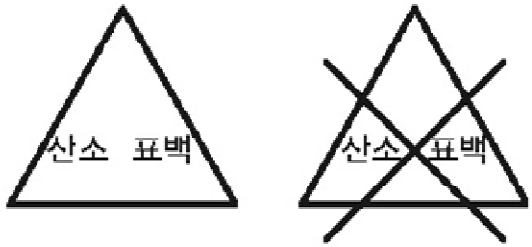
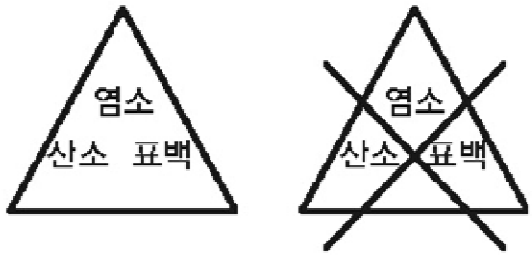
요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p383

<표 3-9> 물세탁 기호

				
•95℃ 물로 세탁 •세탁기, 손세탁 가능 •삶을 수 있음 •세제 종류 제한 없음	•40℃ 물로 세탁 •세탁기로 약하게 세탁 또는 약하게 손세탁 가능 •세제 종류 제한 없음	•30℃ 물로 세탁 •세탁기로 약하게 세탁 또는 약하게 손세탁 가능 •중성세제 사용	•30℃ 물로 세탁 •세탁기 사용 불가 •약하게 손세탁 가능 •중성세제 사용	•물세탁 안 됨

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p383

<표 3-10> 염소표백 기호

	•염소계 표백제로 표백할 수 있음 •염소계 표백제로 표백할 수 없음
	•산소계 표백제로 표백할 수 있음 •산소계 표백제로 표백할 수 없음
	•염소계, 산소계 표백제로 표백할 수 있음 •염소계, 산소계 표백제로 표백할 수 없음

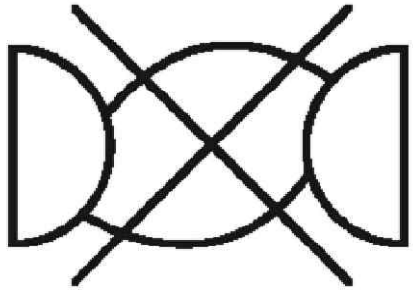
요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p383

<표 3-11> 드라이클리닝 표시

•드라이클리닝 가능	•석유계용제로 드라이클리닝 가능	•드라이클리닝 불가함

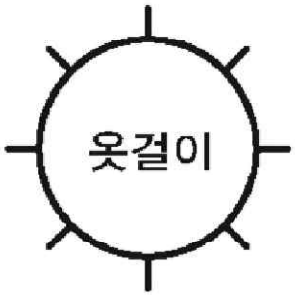
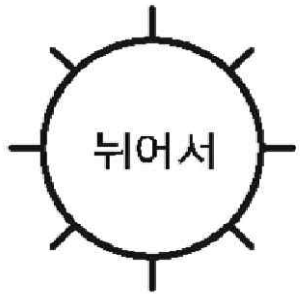
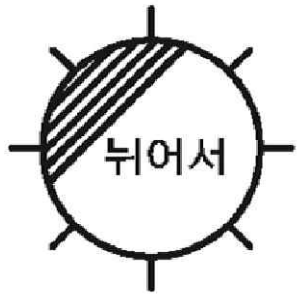
요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p383

<표 3-12> 탈수 표시

	
손으로 약하게 짬 세탁기에서는 단시간에 짜야 함	짜면 안 됨

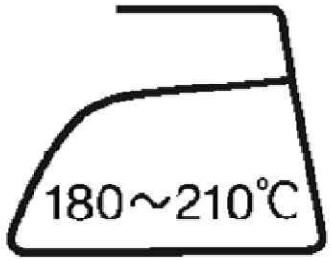
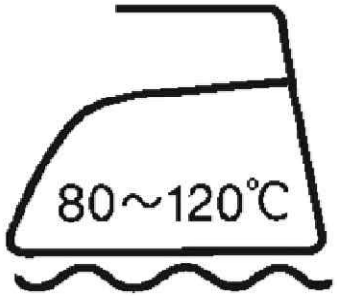
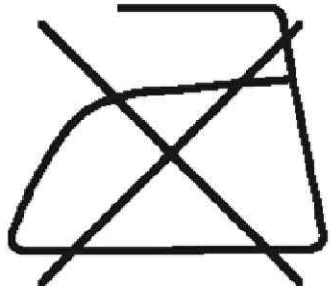
요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p385

<표 3-13> 건조 표시

			
•햇볕에 건조 •옷걸이에 걸어서 건조	•그늘에서 건조 •옷걸이에 걸어서 건조	•햇볕에 건조 •뉘어서 건조	•그늘에서 건조 •뉘어서 건조

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p386

<표 3-14> 다림질 표시기호

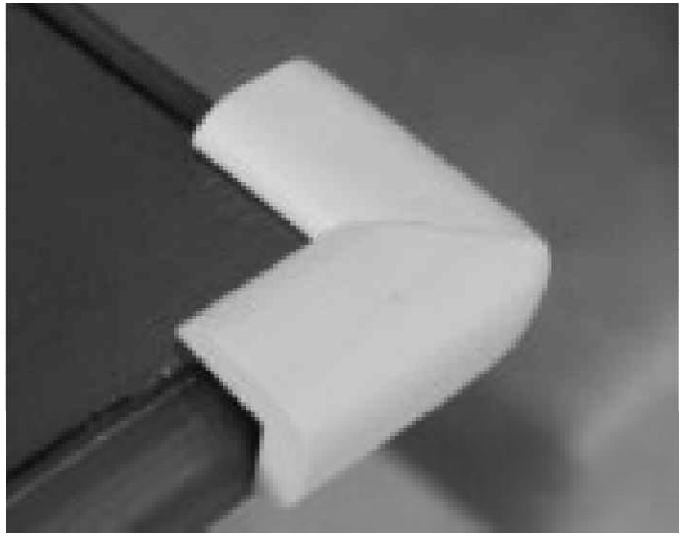
		
•180~210℃로 다림질	• 원단 위에 천을 덮고, 80~120℃로 다림질	•다림질할 수 없음

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p390

막대형 문고리 - 현관문을 열고 닫기가 용이하다.

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p391

가구모서리 덧대기



요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p392

안전손잡이

욕조 내 미끄럼방지매트

계단

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p401

<표 3-15> 비언어적 의사소통기법

	바람직한 태도	바람직하지 않은 태도
얼굴 표정	•따뜻하고 배려하는 표정 •다양하며 생기있고 적절한 표정 •자연스럽고 여유있는 입모양 •간간히 적절하게 짓는 미소	•눈썹 치켜세우기 •하품 •입술을 깨물거나 꼭 다문 입 •부적절하고 희미한 미소 •지나친 머리 끄덕임
자세	•팔과 손을 자연스럽게 놓고 상황에 따라 적절한 자세 •대상자를 향해 약간 기울인 자세 •관심을 보이며 편안한 자세	•팔짱끼기 •대상자로부터 비껴 앉는 자세 •계속해서 손을 움직이는 태도 •의자에서 몸을 흔드는 태도 •몸을 앞으로 구부리는 태도 •입에 손이나 손가락을 대는 것 •손가락으로 지적하는 행위

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p401

<표 3-15> 계속

	바람직한 태도	바람직하지 않은 태도
눈맞춤	•눈맞춤 •대상자와 같은 눈높이 •적절한 시선의 움직임	•눈을 마주하기를 피하는 것 •대상자보다 높거나 낮은 눈높이 •시선을 한 곳에 고정하는 것
어조	•크지 않는 목소리 •분명한 발음 •온화한 목소리 •대상자의 느낌과 정서에 반응하는 어조 •적절한 말속도	•우물대거나 너무 작은 목소리 •주저하는 어조 •너무 잦은 문법적 실수 •너무 긴 침묵 •들뜬 듯한 목소리 •너무 높은 목소리 •너무 빠르거나 느린 목소리 •신경질적인 웃음 •잦은 헛기침 •큰 소리로 말하기

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p414

<표 3-16> 장기요양 대상자의 여가활동 유형과 내용

유형	내용
자기계발 활동	책읽기, 독서교실, 그림그리기, 서예교실, 시낭송, 악기연주, 백일장, 민요교실, 창작활동
가족중심 활동	가족 소풍, 가족과의 대화, 외식나들이
중교참여 활동	교회, 사찰, 성당 가기
사교오락 활동	영화, 연극, 음악회, 전시회
운동 활동	체조, 가벼운 산책
소일 활동	텃밭 야채 가꾸기, 식물가꾸기, 신문 보기, 텔레비전 시청, 종이접기, 퍼즐놀이

요양보호사 표준교재 제1편 요양보호 개론
p43

장기요양인정서

■ 노인장기요양보험법 시행규칙 [별지 제6호서식] <개정 2019. 6. 12.>

발급번호 :　　발행일 :

장기요양인정서

성 명		생 년 월일	
장기요양 인정번호		장기요양등급	
유효기간		장기요양급여의 종류 및 내용	
장기요양등급 판정위원회 의견			

관리지사	전화 번호
주소	홈페 이지　www.longtermcare.or.kr

국민건강보험공단 이사장　직인

수급자 안내사항

1. 수급자가 장기요양급여를 받기 위해서는 장기요양기관에 장기요양인정서를 제시하여야 합니다.
2. 「노인장기요양보험법」 제40조에 따라 「의료급여법」 제3조제1항제1호에 따른 의료급여를 받는 사람은 본인부담금이 면제되고, 「의료급여법」 제3조제1항제1호 외의 규정에 따른 의료급여를 받는 사람은 본인부담금이 60% 경감됩니다.
3. 장기요양급여는 월 한도액 범위 내에서 이용이 가능하며, 이를 초과하는 비용 및 비급여비용은 본인이 전액 부담합니다.
4. 장기요양보험료를 6회 이상 납부하지 아니하면 장기요양급여를 받을 수 없습니다.
5. 장기요양인정 등급판정결과에 대해 이의가 있는 경우 통보를 받은 날로부터 90일 이내에 공단에 증명서류를 첨부하여 심사청구할 수 있습니다.
6. 장기요양인정의 갱신신청을 하려는 경우에는 유효기간이 끝나기 90일 전부터 30일 전까지의 기간 동안에 공단에 신청하여야 합니다.
7. 장기요양급여의 종류 및 내용이 "가족요양비"인 경우 「노인장기요양보험법」 제27조의2 및 같은 법 시행규칙 제21조의3에 따라 지급계좌를 특별현금급여수급계좌로 신청·변경 할 수 있습니다.
8. 「노인장기요양보험법」 제15조제4항에 따라 거짓이나 그 밖의 부정한 방법 등으로 장기요양인정을 받은 것으로 의심되는 경우 공단은 인정조사를 실시하여 다시 등급판정을 할 수 있습니다.

210mm × 297mm[백상지 80g/㎡]

요양보호사 표준교재 제1편 요양보호 개론
p44

표준장기요양이용계획서

■ 노인장기요양보험법 시행규칙 [별지 제7호서식] (개정 2017. 12. 28.)

장기요양인정번호 L0000000000 (이용계획서번호)

표준장기요양이용계획서

본 서식은 수급자가 장기요양급여를 원활히 이용할 수 있도록 발급하는 이용계획서로 장기요양기관과 급여계약 체결 시 제시하시기 바랍니다.

성명					생년월일		
장기요양등급			등급		인정유효기간		
재가급여(월 한도액)			1개월당	원			
시설급여	노인요양시설	일반	1일당	원	본인부담율(%) ※ 발급일 기준	재가	%
		치매전담실 가형	1일당	원			
		치매전담실 가형	1일당	원		시설	%
	노인요양공동생활가정	일반	1일당	원			
		치매전담형	1인당	원			

장기요양 문제	장기요양 목표	장기요양 필요영역	장기요양 필요내용

수급자 희망급여	
유 의 사 항	

장기요양 이용계획 및 내용 (급여비용 적용일 : 0000-00-00)

급여종류				장기요양급여비용	본인부담금
	주		회	원	원
	월		회	원	원
합계				원	원
복지용구					

☎ 000-0000-0000 지사 담당자

국민건강보험공단 이사장 직인

210mm×297mm[백상지 80g/㎡]

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p418

<표 3-17> 요양보호 기록의 종류

구분	주요기록	관련직종	
		요양보호사	타 전문직
상담일지	상담내용 및 결과		○
욕구사정	대상자의 욕구사정		○
급여제공계획서	서비스의 목표, 내용, 횟수등		○
장기요양급여 제공기록지	서비스 제공내용 및 시간	○	○
상태기록지	섭취, 배설, 목욕 등 상태	○	○
사고보고서	사고내용과 대응 결과	○	○
방문일지	대상자 방문시 각종 상담내용		○
사례회의록	사례회의 검토내용 및 결과		○
인수인계서	인수인계업무 내용	○	○
간호일지	대상자 상태평가 및 간호처치		○

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p427

3. 각종 기록지 양식

장기요양급여 제공기록지(방문요양)

(앞쪽)

수급자 성명	생년월일	장기요양등급	장기요양인정번호
장기요양기관명		장기요양기관기호	

일정관리	( )년 월/일		/	/	/	/	/	/	/
	제공시간	총시간	분	분	분	분	분	분	분
		시작시간	:	:	:	:	:	:	:
		종료시간	:	:	:	:	:	:	:
서비스 제공	신체활동 지원	세면 · 구강관리, 머리감기 · 목욕 · 옷갈아입히기 · 화장실이용하기 · 식사 · 이동도움 · 체위변경 등	분	분	분	분	분	분	분
	인지활동 지원	인지자극활동	분	분	분	분	분	분	분
		일상생활 함께하기	분	분	분	분	분	분	분
	정서 지원	말벗, 격려	분	분	분	분	분	분	분
	가사 및 일상생활지원	식사준비, 청소, 세탁 등	분	분	분	분	분	분	분
변화상태	신체기능	1 호전 2 유지 3 악화	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3
	식사기능	1 호전 2 유지 3 악화	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3
	인지기능	1 호전 2 유지 3 악화	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3
	배변변화	대변 실수 횟수	회	회	회	회	회	회	회
		소변 실수 횟수	회	회	회	회	회	회	회
특이사항	/								
	/								
	/								
	/								
	/								
	/								
	/								
서명		장기요양요원 성명(서명)							
		수급자 또는 보호자 성명 (서명)							

노인장기요양보험법 시행규칙 [별지 제12호서식] 〈개정 2015.12.31.〉

요양보호사 표준교재 요양보호 각론 p428

(뒤쪽)

구분	세부내용	구분	세부내용
신체활동 지원		인지활동 지원	
세면도움	얼굴과 목, 손 씻기 등, 사용 물품 정리, 세면대까지의 이동 포함	인지자극 활동	인지자극 프로그램 준비, 교재 또는 도구를 활용하여 프로그램 실행, 준비물품 정리
구강관리	구강청결(양치질 등), 양치 지켜보기, 가글액 · 물 양치, 틀니손질, 필요물품 준비 및 사용물품의 정리	일상생활 함께하기	잔존기능 유지 · 향상을 위한 수급자와 함께 신체활동, 개인활동 및 가사활동을 수행
식사도움	식사 차리기, 식사보조, 구두물 정리		
몸단장	머리단장, 손발톱 깎기, 면도, 면도 지켜보기, 화장하기, 필요물품 준비 및 사용물품의 정리	정서 지원	
옷갈아 입히기	의복준비(양말, 신발 포함), 지켜보기 및 지도, 겉옷 및 속옷 갈아입히기, 의복정리	말벗, 격려	안부확인을 위한 방문 및 생활상의 문제 상담, 대화 · 편지 · 전화 등의 방법으로 수급자의 욕구 파악 및 의사 전달 대행
		가사 및 일상생활지원	
머리 감기기	세면대까지의 이동보조 포함, 머리감기, 머리 말리기, 필요물품 준비 및 사용물품의 정리	외출 시 동행	장보기, 은행, 관공서, 병원 등 방문 시 부축 또는 동행(차량 이용 포함)하고 책임 귀가
목욕도움	입욕준비, 입욕 시 이동보조, 몸 씻기(샤워 포함), 옷 갈아 입히기, 사용물품 정리	일상 업무 대행	수급자가 원하는 식료품 구매와 은행 · 관공서 업무 대행 등
화장실 이용하기	화장실 이동지원, 배뇨 · 배변도움, 지켜보기, 기저귀 교환, 용변 후 처리지원, 필요물품 준비 및 사용물품의 정리	식사준비	수급자를 위한 식재료의 준비, 밥 짓기, 국 · 반찬하기, 식탁청소, 설거지, 행주 삶기, 음식물쓰레기 정리 등
이동도움	침대에서 휠체어로 옮겨 타기, 보행도움, 산책	청소 및 주변정돈	수급자가 주로 거주하는 장소(방, 거실), 화장실 청소, 쓰레기 분리배출, 내부정리, 이부자리 정돈, 옷장 · 서랍장 등 정리
체위변경	체위변경, 일어나 앉기 도움		
신체기능의 유지 · 증진	관절구축 예방활동, 보행 및 서있기 연습 보조, 기구사용운동보조, 보장구 이용 도움	세탁	수급자의 옷, 양말, 수건, 침구류, 걸레 등 세탁과 삶기 등
유의사항			

1. 일정관리란, 서비스제공란에 날짜 및 급여제공시간을 기록합니다.
2. 변화상태란에 √표를 하고, 배변변화란은 실수횟수를 기록합니다(기저귀를 사용하는 경우 교환 횟수를 기록합니다).
3. 특이사항란은 급여제공 시 확인한 사항 및 조치사항 등을 기록합니다(여백 부족 시 별지를 사용할 수 있습니다).
   예) 엉덩이 짓물러 피우다 비름, 혈액투석 받으러 병원 동행함 등
4. 장기요양 5등급 수급자에게 방문요양을 제공하는 경우 인지활동지원란에 급여제공시간을 기록하고 특이사항란에 프로그램 운영내용을 자세히 기록합니다.

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p429

장기요양급여 제공기록지(방문목욕)

(앞쪽)

수급자 성명	생년월일	장기요양등급	장기요양인정번호
장기요양기관명		장기요양기관기호	

( )년 월 일	총시간	분	시작시간	:	종료시간	:

차량	차량 이용 ※차량번호 ( )	[ ] 차량내 목욕		[ ] 가정내 목욕
	차량 미이용	[ ] 가정내(이동식)욕조	[ ] 장기요양기관	[ ] 대중목욕탕
제공 방법		[ ] 전신 입욕	[ ] 침상	[ ] 목욕의자
상태 확인	목욕 전	[ ] 배뇨 · 배변	[ ] 욕창	[ ] 얼굴색 · 피부색
	목욕 후	[ ] 얼굴색 · 피부색	[ ] 몸단장	[ ] 주변정리
특이사항				
서명	장기요양요원 성명	(서명) (서명)	수급자 또는 보호자 성명	(서명)

( )년 월/일	총시간	분	시작시간	:	종료시간	:

차량	차량 이용 ※차량번호 ( )	[ ] 차량내 목욕		[ ] 가정내 목욕
	차량 미이용	[ ] 가정내(이동식)욕조	[ ] 장기요양기관	[ ] 대중목욕탕
제공 방법		[ ] 전신 입욕	[ ] 침상	[ ] 목욕의자
상태 확인	목욕 전	[ ] 배뇨 · 배변	[ ] 욕창	[ ] 얼굴색 · 피부색
	목욕 후	[ ] 얼굴색 · 피부색	[ ] 몸단장	[ ] 주변정리
특이사항				
서명	장기요양요원 성명	(서명) (서명)	수급자 또는 보호자 성명	(서명)

( )년 월/일	총시간	분	시작시간	:	종료시간	:

차량	차량 이용 ※차량번호 ( )	[ ] 차량내 목욕		[ ] 가정내 목욕
	차량 미이용	[ ] 가정내(이동식)욕조	[ ] 장기요양기관	[ ] 대중목욕탕
제공 방법		[ ] 전신 입욕	[ ] 침상	[ ] 목욕의자
상태 확인	목욕 전	[ ] 배뇨 · 배변	[ ] 욕창	[ ] 얼굴색 · 피부색
	목욕 후	[ ] 얼굴색 · 피부색	[ ] 몸단장	[ ] 주변정리
특이사항				
서명	장기요양요원 성명	(서명) (서명)	수급자 또는 보호자 성명	(서명)

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p431

장기요양급여 제공기록지(주 · 야간보호)

(앞쪽)

수급자 성명	생년월일	장기요양등급	장기요양인정번호
장기요양기관명		장기요양기관기호	

( )년 월/일			/	/	/
총시간			분	분	분
시작시간 / 종료시간			/	/	/
이동서비스 제공여부 (차량번호)			□( )	□( )	□( )
신체 활동 지원	세면, 구강, 머리 감기, 몸 단장, 옷 갈아입히기		□	□	□
	목욕	소요시간	분	분	분
		방법	□ 전신입욕 □ 샤워식	□ 전신입욕 □ 샤워식	□ 전신입욕 □ 샤워식
	식사	종류	□ 일반식 □ 죽 □ 유동식(미음)	□ 일반식 □ 죽 □ 유동식(미음)	□ 일반식 □ 죽 □ 유동식(미음)
		섭취량	□ 1 □ 1/2이상 □ 1/2미만	□ 1 □ 1/2이상 □ 1/2미만	□ 1 □ 1/2이상 □ 1/2미만
	화장실이용하기 (기저귀 교환)		회	회	회
	이동도움 및 신체기능유지 · 증진		□	□	□
	특이사항				
	작성자 성명		(서명)	(서명)	(서명)
간호 및 처치	혈압/체온		/	/	/
	욕창관리		□	□	□
	투약관리		□	□	□
	특이사항				
	작성자 성명		(서명)	(서명)	(서명)
기능 회복 훈련	신체 · 인지기능 향상 프로그램				
	신체기능, 기본동작, 일상생활동작훈련		□	□	□
	인지 · 정신기능훈련		□	□	□
	물리(작업)치료		□	□	□
	특이사항				
	작성자 성명		(서명)	(서명)	(서명)

노인장기요양보험법 시행규칙 [별지 제5호서식] 〈개정 2015.12.31.〉

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p432

(뒤쪽)

구분	세부내용	구분	세부내용
신체활동지원		간호 및 처치	
세면도움	얼굴, 목, 손 씻기, 세면장까지의 이동보조, 세면동작지도, 세면 지켜보기	관찰 및 측정	혈압, 체온, 맥박, 호흡 측정, 신장, 체중, 흉위 등 측정
구강관리	구강청결(양치질 등), 양치 지켜보기, 가글액 · 물 양치, 틀니손질, 필요물품 준비 및 사용물품의 정리	투약 관리	경구약 투여 및 도움 · 확인, 외용제 도포 및 좌약삽입, 자가주사 교육 및 관찰
머리감기기	세면장까지의 이동보조 포함, 머리감기, 머리말리기, 필요물품 준비 및 사용물품의 정리	호흡기간호	흡인실시, 가습기, 네뷸라이저(nebulizer) 제공, 산소공급
몸단장	머리 단장, 손발톱 깎기, 면도, 면도 지켜보기, 화장하기, 필요물품 준비 및 사용물품의 정리	피부간호	위상처치, 붕대교환, 연고 바르기, 욕창간호, 약욕 제공 등
옷갈아 입히기	의복준비(양말, 신발 포함), 지켜보기 및 지도, 속옷 · 겉옷 갈아입히기, 의복정리	통증간호	온 · 냉습포 제공
목욕도움	입욕준비, 입욕 시 이동보조, 몸 씻기(샤워 포함), 지켜보기, 욕실정리	배설간호	방광훈련 실시, 유치도뇨관 유치 및 교환, 단순 도뇨 실시, Finger evacuation 실시, 관장, 장루간호
식사도움	아침, 점심, 저녁 및 간식포함 식사 도움, 지켜보기, 경관영양실시, 식사준비 및 정리	그 밖의 처치	복막투석, 기관절개관 간호, 위독 시 간호 등
		의사진료보조 등	진찰, 투약처방, 타 병원진료 의뢰 등에 대한 보조
이동도움	침대에서 휠체어로 옮겨 타기 등, 시설 내 보행 지켜보기, 보행도움, 산책 시 부축 및 동행 (차량 이용 포함), 병원 동행 등	기능회복훈련	
		신체 · 인지기능 향상프로그램	면손체조, 타월체조, 세라밴드 운동, 발마사지, 회상훈련, 음악활동, 원예활동, 종이접기, 은행 · 관공서 등 방문, 야외 나들이, 영화감상
신체기능의 유지 · 증진	관절구축예방, 일어나 앉기 연습 도움, 보행, 서있기 연습 보조, 기구사용 운동보조, 보장구 이용 도움(지켜보기 포함)	신체기능의 훈련	관절운동범위 평가, 근력증강운동, 인하운동, 상지기능 · 손가락정교성운동, 조화운동, 지구력 훈련
화장실 이용하기	화장실이동보조, 배뇨 · 배변도움, 지켜보기, 기저귀교환, 용변 후 처리, 필요물품 준비 및 사용물품의 정리	기본동작 훈련	기본동작 평가, 뒤집기, 일어나기, 앉아있기, 일어서기, 서있기, 균형, 이동, 휠체어 조작 및 이동, 보행, 보장구 장착 등 지켜보기, 도움 제공
		인지 및 정신기능 훈련	기억전략 훈련, 시간치 회상훈련, 실생활에서의 지각 기능훈련, 판단 및 집행기능훈련 등
기타서비스		일상생활 동작훈련	식사동작, 배설동작, 옷 갈아입기동작, 목욕동작, 몸단장동작, 이동 동작, 요리동작, 가사동작 등 훈련
응급서비스	의식소실, 호흡곤란, 출혈, 외상, 화상 등 응급상황에 대한 대처		
치매관리 지원	배회 · 불결행위 · 폭력행위 · 폭언대처 격리, 강박 등 그 밖에 문제행동 대처	물리치료	온열치료, 전기치료, 수치료, 견인요법 등
의사소통 도움	책읽기, 편지 대필, 의사전달 대행, 일상회화, 불쌍(편지, 신문 등 배포), 콜벨 대처	작업치료	운동놀이, 미술활동, 놀이지도, 도구적 일상생활 수행동작 훈련, 타이핑 등
언어치료	발성연습, 구음연습 등		
유의사항			

1. 이동서비스를 제공한 경우 √표를 하고 차량번호를 기록합니다.
2. 목욕을 제공한 경우 소요시간을 분단위로 기록하고 제공방법 해당 번호에 √표를 합니다.
3. 식사는 종류 및 섭취량 해당 번호에 √표를 합니다.
4. 화장실 이용하기는 급여제공시간 동안의 소변 · 대변 총 횟수를 기록합니다(기저귀를 사용하는 경우, 기저귀 교환 횟수를 기록합니다).
5. 신체 · 인지기능 향상 프로그램은 제공한 프로그램명을 기록합니다.
6. 특이사항은 수급자의 상태변화 등이 있을 경우 조치사항 등을 기록합니다(여백 부족 시 별지를 사용할 수 있습니다).
   예) 설사를 해서 엉덩이 짓물러 과우더 바름, 미열이 있어 냉찜질함, 산책을 하고 나서 기분이 좋아짐 등
7. 각 항목별 서비스를 제공한 종사자가 작성자 란에 서명을 합니다.

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p433

장기요양급여 제공기록지(시설급여/단기보호)

(앞쪽)

수급자명	생년월일	장기요양등급	장기요양인정번호	침실 호(실)
장기요양기관명		장기요양기관기호		

수급자 상태	□ 와상 □ 준와상 □ 지팡	□ 치매 □ 중풍 □ 고혈압 □ 당뇨 □ 관절염 □ 기타 ( )
	□ 기관지절개관 □ 들니(부분/전체) □ 비위관 □ 유치도뇨관 □ 방광루 □ 요루 □ 장루 □ 기저귀 □ 욕창(부위) □ 욕창방지 보조도구( )	

( )년 월/ 일			/	/	/
신체활동지원	세면 구강, 머리감기, 몸단장, 옷 갈아입히기		□	□	□
	목욕		□( )	□( )	□( )
	식사	종류	①일반식 ②죽 ③유동식(경관식)	①일반식 ②죽 ③유동식(경관식)	①일반식 ②죽 ③유동식(경관식)
		섭취량	①1 ②1/2이상 ③1/2미만	①1 ②1/2이상 ③1/2미만	①1 ②1/2이상 ③1/2미만
	체위변경 (2시간마다)		□	□	□
	화장실이용하기 (기저귀 교환)		회	회	회
	이동도움 및 신체기능유지·증진		□	□	□
	산책(외출) 동행		□ 산책 / □ 외출	□ 산책 / □ 외출	□ 산책 / □ 외출
	특이사항				
	작성자 성명		(서명)	(서명)	(서명)
간호 및 치치	혈압/체온		/	/	/
	욕창관리		□	□	□
	투약관리		□	□	□
	특이사항				
	작성자 성명		(서명)	(서명)	(서명)
기능회복훈련	신체·인지기능향상 프로그램				
	신체기능, 기본동작, 일상생활동작훈련		□	□	□
	인지·정신기능훈련		□	□	□
	물리(작업)치료		□	□	□
	특이사항				
	작성자 성명		(서명)	(서명)	(서명)
수급자의 입·퇴소시간, 외박 및 복귀시간, 외출시간					

노인장기요양보험법 시행규칙 [별지 제6호서식] <개정 2015.12.31.>

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p434

(뒤쪽)

구분	세부내용	구분	세부내용
신체활동지원		**간호 및 처치**	
세면도움	얼굴, 목, 손 씻기, 세면장까지의 이동보조, 세면동작지도, 세면 지켜보기	관찰 및 측정	혈압, 체온, 맥박, 호흡 측정, 신장, 체중, 흉위 측정
구강관리	구강청결(양치질 등), 양치 지켜보기, 가글액 · 물 양치, 틀니손질, 필요물품 준비 및 사용물품의 정리	투약관리	경구약 투여 및 도움 · 확인, 오용제 도포 및 좌약삽입, 자기주사 교육 및 관찰
머리감기기	세면장까지의 이동보조 포함, 머리감기, 머리말리기, 필요물품 준비 및 사용물품의 정리	호흡기간호	흡인실시, 가습기, 네뷸라이저(nebulizer) 제공, 산소공급
몸단장	머리단장, 손발톱 깎기, 면도, 면도 지켜보기, 화장하기, 필요물품 준비 및 사용물품의 정리	피부간호	의상처치, 붕대교환, 연고 바르기, 욕창간호, 약욕 제공 등
옷갈아 입히기	의복준비(양말, 신발 포함), 지켜보기 및 지도, 속옷 · 겉옷 갈아입히기, 의복정리	영양간호	중심정맥영양 준비 및 실시와 관찰
목욕도움	입욕준비, 입욕 시 이동보조, 몸 씻기(샤워 포함), 지켜보기,욕실정리	통증간호	온 · 냉습포 제공
식사도움	아침, 점심, 저녁 및 간식포함 식사 도움, 지켜보기, 경관영양실시, 구토물 정리, 식사준비 및 정리	배설간호	방광훈련 실시, 유치도뇨관 유치 및 교환, 단순 도뇨 실시, Finger evacuation 실시 관장, 장루간호 등
체위변경	체위변경, 일어나 앉기 도움		
이동도움	침대에서 휠체어로 옮겨 타기 등, 시설 내 보행 지켜보기, 보행도움, 산책시 부축 및 동행	그 밖의 처치	복막투석, 기관절개관 간호, 위독 시 간호 등
		의사진료보조 등	진찰, 투약처방, 타 병원진료 의뢰 등에 대한 보조
신체기능의 유지 · 증진	관절구축예방, 일어나 앉기 연습 도움, 보행, 서있기 연습 보조, 기구사용 운동보조, 보장구 이용 도움(지켜보기 포함)	**시설환경관리**	
		침구 · 리넨 정리	침구 준비와 정리, 침구 · 리넨 교환
외출 시 동행	은행, 관공서, 병원 등 동행(차량이용 포함), 산책 시 부축		
화장실이용하기	화장실이동보조, 배뇨 · 배변도움, 지켜보기, 기저구교환, 용변후 처리, 필요물품 준비 및 사용물품의 정리	환경관리	침대주변 정리정돈, 병실 내 환기, 온도조절, 채광, 방음조정, 전등과 TV 켜고 끄기, 병실 내 청소, 병실 · 세면대 소독, 병실 쓰레기 버리기
기능회복훈련			
신체 · 인지기능 향상프로그램	먼손체조, 타월체조, 세타밴드 운동, 발마사지, 회상훈련, 음악활동, 원예활동, 종이접기, 은행 · 관공서 등 방문, 야외 나들이, 영화감상 등	물품관리	의복, 일용품 정리정돈, 의복수선, 환자보조기구의 관리, 입소자의 용돈관리
신체기능의 훈련	관절운동범위 평가, 근력증강운동, 연하운동, 심지기능 · 손기력정교성운동, 조화운동, 지구력 훈련	세탁물관리	세탁물 정리정돈, 세탁물 빨기, 널기, 개키기, 배포, 사용물품의 소독
		기타 서비스	
기본동작훈련	기본동작 평가, 뒤집기, 일어나기, 앉아있기, 일어서기, 서있기, 균형, 이동, 휠체어 조작 및 이동, 보행, 보장구 장착 등 지켜보기, 도움 제공	응급서비스	의식소실, 호흡곤란, 출혈, 화상, 화상 등 응급상황에 대한 대처
일상생활동작 훈련	식사동작, 배설동작, 옷 갈아 입기동작, 목욕동작, 몸단장동작, 이동 동작, 요리동작, 가사동작 등 훈련	치매관리 지원	배회 · 불결행위 · 폭력행위 · 폭언대처 격리, 징벌 등 그 밖에 문제행동 대처
인지 및 정신기능 훈련	기억전략 훈련, 시간차 회상훈련, 실생활에서의 지각 기능훈련, 판단 및 집행기능훈련 등		
물리치료	온열치료, 전기치료, 수치료, 견인요법 등	의사소통 도움	책읽기, 편지 대필, 의사전달 대행, 일상회화, 물품(편지, 신문 등 배포), 콜벨 대처
작업치료	운동놀이, 미술활동, 놀이지도, 도구적 일상생활 수행동작 훈련, 타이핑 등		
		언어치료	발성연습, 구음 연습 등

유의사항

1. 수급자의 현재 상태를 확인하고 해당 사항에 √표를 합니다.
2. 목욕은 제공 전 · 후 상태를 확인하고 그 결과를 기록합니다. 예) 이상무, 얼굴창백함, 오한있음 등
3. 식사는 식사종류 및 섭취량 해당 사항에 √표를 합니다.
4. 체위변경은 2시간마다 제공한 경우 √표를 합니다.
5. 화장실 이용하기는 소변 · 대변 총 횟수를 기록합니다(기저귀를 사용하는 경우 기저귀 교환 횟수를 기록합니다).
6. 산책, 외출동행을 제공한 경우 해당사항에 √표를 합니다.
7. 신체 · 인지기능 향상 프로그램은 제공한 프로그램명을 기록합니다.
8. 특이사항은 수급자의 심태변화 등이 있을 경우 조치사항 등을 기록합니다(여백 부족시 부족 시 별지를 사용할 수 있습니다).
   예) 설사를 해서 엉덩이 짓물러 파우더 바름, 미열이 있어 냉찜질함, 산책을 하고 나서 기분이 좋아짐 등
9. 각 항목별 서비스를 제공한 종사자가 작성자란에 서명을 합니다.

요양보호사 표준교재 요양보호 각론
p435

장기요양급여 제공기록지(복지용구)

※ 아래의 유의사항을 읽고 작성하여 주시기 바라며, [ ]에는 해당되는 것에 ✓표를 합니다.

수급자 성명	생년월일	장기요양등급	장기요양인정번호
장기요양기관명		장기요양기관기호	

[ ] 구입 [ ] 대여

품목명	제품명	제품코드	제공일자 또는 대여기간	급여비 내역(원)		
				총액	수급자 부담액	공단 부담액

특이사항		
확인자	사업소 담당자	(서명 또는 인)
	수급자 또는 보호자	(서명 또는 인)
		수급자와의 관계: [ ] 본인 [ ] 가족 [ ] 친족 [ ] 기타 ( )

확인일시	년 월 일	확인방법	[ ] 방문 [ ] 유선

유의사항

* 장기요양급여 제공기록지(복지용구)는 구입제품은 제공할 때, 대여제품은 최초 제공할 때와 매월 기록합니다.
* 급여비 내역의 총액은 제품가격(월대여료)의 합계를 기록하고 공단 부담액은 공단에 청구한 급여비용을 기록합니다.
  다만, 제품가격에서 10원 미만의 금액은 절사합니다.
* 의료기관 입원, 시설 입소, 복지용구 점검 사항 등은 특이사항에 기록합니다.

노인장기요양보험법 시행규칙 [별지 제16호의2서식] <개정 2010.12.31.