

T/GXAS

团 体 标 准

T/GXAS 1322—2026

医疗护理员辅助偏瘫患者翻身技术 操作规范

Technical specification for hemiplegic patients with turning over
of medical nursing assistants

2026 - 05 - 26 发布

2026 - 06 - 02 实施

广西标准化协会 发布

目 次

前言	II
1 范围	1
2 规范性引用文件	1
3 术语和定义	1
4 评估	1
5 操作前准备	1
6 操作方法	2
7 注意事项	3
附录 A（资料性） 从健侧卧位翻身至仰卧位完整演示视频二维码	4
附录 B（资料性） 从患侧卧位翻身至仰卧位完整演示视频二维码	5
附录 C（资料性） 翻身取健侧卧位完整演示视频二维码	6
附录 D（资料性） 翻身取患侧卧位完整演示视频二维码	7
参考文献	8

前 言

本文件参照GB/T 1.1—2020《标准化工作导则 第1部分：标准化文件的结构和起草规则》的规定起草。

请注意本文件的某些内容可能涉及专利。本文件的发布机构不承担识别专利的责任。

本文件由广西护理学会提出、归口并宣贯。

本文件起草单位：广西中医药大学第二附属医院、广西医科大学第一附属医院、中山大学附属第一医院广西医院（广西壮族自治区人民医院东院）、广西壮族自治区江滨医院、深圳市罗湖区中医院、柳州市人民医院、南宁市第二人民医院。

本文件主要起草人：涂惠琼、凌艳燕、蒋娟、杨甜甜、赵婷婷、周晓燕、李雪娟、马梦晖、唐富平、邱小芬、张琰、韦瑞丽、唐山丹、梁黎黎、银星凤、黄美迁、范葵钰、李江兰、黎瑜、高春霞、谭智容、王观丽。

医疗护理员辅助偏瘫患者翻身技术操作规范

1 范围

本文件界定了医疗护理员辅助偏瘫患者翻身技术操作涉及的术语和定义，规定了医疗护理员辅助偏瘫患者翻身技术操作的评估、操作前准备、操作方法、注意事项的要求。

本文件适用于医疗机构医疗护理员辅助偏瘫患者翻身技术操作。

2 规范性引用文件

下列文件中的内容通过文中的规范性引用而构成本文件必不可少的条款。其中，注日期的引用文件，仅该日期对应的版本适用于本文件；不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本文件。

- WS/T 313 医务人员手卫生规范
- T/GXAS 1033 医疗护理员服务操作规范
- T/GXAS 1226 医疗护理员骨科患者照护规范

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

3.1

健侧卧位 lateral decubitus position on the healthy side

患者朝向身体功能正常一侧（健侧）侧卧，健侧在下，患侧在上的体位。

3.2

患侧卧位 lateral decubitus position on the affected side

患者朝向身体功能障碍一侧（患侧）侧卧，患侧在下，健侧在上的体位。

4 评估

4.1 评估患者的翻身需求、配合程度、进食时间、偏瘫肢体及肢体活动度、体型、皮肤情况、气道通畅性、管道留置情况等。

4.2 评估床的制动状态。

5 操作前准备

5.1 用物准备

楔形垫1~2个，大中小型号软枕各1~3个。

5.2 医疗护理员准备

5.2.1 医疗护理员应符合 T/GXAS 1033 的要求。

5.2.2 手卫生应符合 WS/T 313 的要求。

5.2.3 必要时佩戴护腰带并运用借力原则保护自身腰部。

5.3 患者准备

医疗护理员向患者讲解步骤流程后，立于患者患侧，固定病床，根据病情调节床高度，拉下近侧床栏，移枕、松被，如有导管应妥善固定。

6 操作方法

6.1 翻身取仰卧位

6.1.1 从健侧卧位翻身至仰卧位

从健侧卧位翻身至仰卧位完整演示视频二维码见附录A，操作方法如下：

- a) 协助患者将患侧上肢交叉放于胸前，取出腰背部及下肢垫枕，健侧腿屈膝；
- b) 一手扶住患侧肩部，另一手托住患侧髋部；
- c) 缓慢将患者身体转向患侧方调整为仰卧位，同时引导患者头部随身体同步转动；
- d) 患侧肩胛和上肢下垫一长枕，上臂旋后，肘与腕均伸直，掌心向上，手指伸展位，整个上肢平放于枕上；患侧髋下、臀部、大腿外侧放垫枕；
- e) 膝下稍垫起，保持伸展微屈，足部保持功能位。

6.1.2 从患侧卧位翻身至仰卧位

从患侧卧位翻身至仰卧位完整演示视频二维码见附录B，操作方法如下：

- a) 取出腰背部及下肢垫枕；
- b) 一手扶住患者健侧肩部，另一手托住健侧髋部，缓慢将患者身体转向健侧方调整为仰卧位，同时引导患者头部随身体同步转动；
- c) 患侧肩胛和上肢下垫一长枕，上臂旋后，肘与腕均伸直，掌心向上，手指伸展位，整个上肢平放于枕上；患侧髋下、臀部、大腿外侧放垫枕；
- d) 膝下稍垫起，保持伸展微屈，足部保持功能位。

6.2 翻身取健侧卧位

翻身取健侧卧位完整演示视频二维码见附录C，操作方法如下：

- a) 协助患者取仰卧位；
- b) 指导患者健侧下肢屈髋屈膝，健侧上肢屈肘撑于床面，用健足从患侧腘窝处插入并沿患侧小腿下滑至患侧踝关节，借助健侧下肢力量移动患侧下肢到患侧床沿，协助患者抬起臀部、肩部，移动臀部、肩部及头部到健侧床沿；
- c) 协助患者十指交叉相握，患侧拇指在上，借助健侧手臂力量使双上肢上举 $80^{\circ} \sim 90^{\circ}$ ，头转向健侧方；
- d) 健侧腿屈膝，足平放于床面，用健侧上肢的力量借助惯性作用以及医疗护理员力量辅助，带动患侧上肢来回摆动 2~3 次后，借助双上肢摆动的惯性翻身至健侧；
- e) 背部放楔形垫支撑，患侧上肢伸展，掌心向下、五指自然伸展，前臂手掌置于大软枕上，患侧下肢微屈，患侧膝、踝关节置于软枕上。

6.3 翻身取患侧卧位

翻身取患侧卧位完整演示视频二维码见附录D，操作方法如下：

- a) 协助患者取仰卧位；
- b) 协助患侧上肢放于胸前，健侧下肢屈髋屈膝，健侧上肢屈肘撑于床面，用健足从患侧腘窝处插入并沿患侧小腿下滑至患侧踝关节，借助健侧下肢力量移动患侧下肢到健侧床沿，协助患者抬起臀部、肩部，移动臀部及头部到健侧床沿；
- c) 健侧腿屈膝，足平放于床面，协助患者十指交叉相握，患侧拇指在上，借助健侧手臂力量使双上肢上举 $80^{\circ} \sim 90^{\circ}$ ，头转向患侧方；
- d) 用健侧上肢的力量借助惯性作用以及医疗护理员力量辅助，带动患侧上肢来回摆动 2~3 次后，借助双上肢摆动的惯性翻身至患侧；
- e) 整理头部垫枕，背部放楔形垫支撑；
- f) 患臂外展，肘与腕均伸直，掌心向上；
- g) 患侧膝关节屈曲位，健侧下肢屈膝于大软枕上；
- h) 健侧上肢取舒适体位。

7 注意事项

- 7.1 同一卧位保持时间不宜超过 2 h。
- 7.2 不宜在进食后半小时内翻身。
- 7.3 翻身前确认床边有足够的空间。
- 7.4 翻身动作应轻柔，不应对身体进行拖拉或硬拽。
- 7.5 翻身过程中，观察患者皮肤颜色、温度、有无红肿、破损等，如有异常，应及时报告医护人员。
- 7.6 对留置有管道的患者，翻身时注意保护管道。翻身后检查管道固定情况及有无打折受压等。
- 7.7 偏瘫合并有骨折相关疾病的患者翻身按 T/GXAS 1226 的要求进行操作。



附录 A
(资料性)

从健侧卧位翻身至仰卧位完整演示视频二维码

通过以下方式观看医疗护理员辅助偏瘫患者从健侧卧位翻身至仰卧位完整演示视频：二维码访问：
使用移动设备扫描图A. 1直接观看。



图A. 1 从健侧卧位翻身至仰卧位完整演示视频二维码

附录 B

(资料性)

从患侧卧位翻身至仰卧位完整演示视频二维码

通过以下方式观看医疗护理员辅助偏瘫患者从患侧卧位翻身至仰卧位完整演示视频：二维码访问：使用移动设备扫描图B.1直接观看。



图B.1 从患侧卧位翻身至仰卧位完整演示视频二维码

附录 C
(资料性)

翻身取健侧卧位完整演示视频二维码

通过以下方式观看医疗护理员辅助偏瘫患者翻身取健侧卧位完整演示视频：二维码访问：使用移动设备扫描图C.1直接观看。



图C.1 翻身取健侧卧位完整演示视频二维码

附录 D
(资料性)

翻身取患侧卧位完整演示视频二维码

通过以下方式观看医疗护理员辅助偏瘫患者患侧卧位完整演示视频：二维码访问：使用移动设备扫描图D.1直接观看。



图D.1 翻身取患侧卧位完整演示视频二维码

参 考 文 献

- [1] 王泠, 胡爱玲. 压力性损伤临床防治国际指南2019[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2021:101.
 - [2] 刘楠, 李卡. 康复护理学(第五七版)[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2022.
 - [3] 医疗护理员培训大纲(国卫医发〔2020〕59号)
-



中华人民共和国团体标准
医疗护理员辅助偏瘫患者翻身技术操作规范
T/GXAS 1299—2026
广西标准化协会统一印制
版权专有 侵权必究