

요양보호사 국가 자격시험 대비



정답 및 해설

실전 모의고사

필기 / 실기

실전 모의고사(필기 / 실기시험) 정답

▼ 필기시험

1	2	3	4	5
③	⑤	②	③	①
6	7	8	9	10
②	④	①	③	④
11	12	13	14	15
⑤	③	①	①	⑤
16	17	18	19	20
③	⑤	⑤	④	①
21	22	23	24	25
①	④	④	②	③
26	27	28	29	30
④	⑤	①	②	②
31	32	33	34	35
②	⑤	④	⑤	④

▼ 실기시험

36	37	38	39	40
③	①	⑤	④	④
41	42	43	44	45
①	①	③	③	①
46	47	48	49	50
①	③	②	①	⑤
51	52	53	54	55
⑤	③	①	②	②
56	57	58	59	60
⑤	①	⑤	①	⑤
61	62	63	64	65
①	②	①	③	③
66	67	68	69	70
①	②	④	③	④
71	72	73	74	75
①	④	④	③	②
76	77	78	79	80
③	③	②	②	④

▼ 필기시험

1. ③ 13쪽

우울증에 빠진 노인은 불면증, 식욕부진, 체중감소 등과 같은 신체적인 증상을 호소하고, 기억력이 저하되기도 한다.

2. ⑤ 17쪽

- ① 부부간의 관계가 동반자로 전환된다.
- ② 노인은 젊은 사람보다 죽음에 대해 더 많이 생각한다.
- ③ 부모는 양육기 동안 자녀에게 많이 희생하고 투자하지만, 자녀의 결혼으로 부부만 남게 되면서 '빈둥지증후군' 을 겪게 된다.
- ④ 점점 사라지고 있다.

3. ② 24쪽

4. ③ 34쪽

- ① 65세 이상은 질병의 종류와 상관없이 거동만 불편하면 대상이 될 수 있다.
- ② 65세 미만은 노인성 질병으로 거동이 불편하면 대상이다. 따라서 혈관성 치매는 노인성 질병으로 대상이 된다.
- ④ 퇴행성 관절염은 노인성질환이 아니므로 대상이 아니다.
- ⑤ 뇌경색은 노인성 질병이나 신체 활동이 가능하므로 대상이 아니다.

5. ① 36쪽

② 신청서를 제출한 날로부터 ③ 4등급 ④ 2년 이상(2020. 7. 14. 법령 개정으로 변경) ⑤ 6개월

6. ② 38쪽

① 시설급여 ③ 기타 재가급여는 현재 복지 용구급여뿐이다. ④ 시설급여의 장점 ⑤ 특별현금급여

7. ④ 48쪽

〈표준서비스 분류〉

신체활동 지원	⑥ 목욕 도움 ⑩ 신체기능의 유지증진
일상생활 지원	① 취사 ② 세탁 ③ 청소 및 주변정돈 (※ 전업주부 역할)
개인활동 지원	① 외출 시 동행 ② 일상 업무 대행 (※ 외부활동)
정서지원	① 말벗, 격려, 위로 ② 생활상담 ③ 의사소통 지원 (※ 말로 하는 것)
방문목욕	① 방문목욕 (※ 신체활동 지원의 ⑥ 목욕 도움과 구분)
기능회복 훈련	① 신체·인지향상프로그램 (※ 끝에 훈련과 치료)
치매관리 지원	① 행동변화 대처
응급	① 응급상황 대처

시설환경 관리	※ 정리와 관리
간호처치	① 관찰 및 측정 (※ 간호와 관련)
※ 제한된 업무 : 기능회복훈련, 시설환경관리, 간호처치서비스는 요양보호사의 업무에서 제외	

8. ① 59쪽

또는 몸을 만지지 말라고 단호하게 말한다.

9. ③ 85쪽

10. ④ 93쪽

- ① 산재로 요양 중에 퇴직하거나 사업장이 부도, 폐업하여 없어진 경우에도 재요양, 휴업급여, 장애급여 지급에는 지장을 받지 않는다.
- ② 산재를 당했다는 이유로 해고할 수 없다. 산재요양으로 휴업하는 기간과 치료를 종결한 후 30일간은 해고하지 못하게 되어있으며, 요양이 끝난 30일 이후에 해고할 경우 해고 및 정리 해고의 요건을 충족해야 한다.
- ③ 조세 및 기타 공과금 부과가 면제되어 세금을 떼지 않는다.
- ⑤ 양도 또는 압류할 수 없어 채권자가 건드릴 수 없다.

11. ⑤ 96쪽

- ① 대상자의 자기 결정을 최대한 존중한다.
- ② 대상자의 사생활을 존중하고 업무상 알게 된 개인정보를 비밀로 유지한다.
- ③ 학대를 발견하면 반드시 신고해야 한다. (노인보호전문기관이나 경찰관서)
- ④ 수직적인 관계가 아닌 함께하는 상호 대등한 관계임을 인식해야 한다.

12. ③ 100쪽

13. ① 112쪽

- ② 물체는 최대한 몸 가까이 위치하도록 하여 들어올린다.
- ③ 허리가 아닌 다리를 펴서 들어올린다.
- ④ 몸의 무게중심을 낮춘다.
- ⑤ 지지면을 넓힌다

14. ① 117쪽

- ① 그 외 근육의 긴장을 완화하고 작업이나 운동 시 부상을 예방한다. 유연성을 증진하여 관절의 가동 범위를 넓힌다. 격렬하고 빠른 운동에 반응할 수 있게 운동신경을 촉진한다. 혈액 순환을 촉진한다.
- ② 호흡은 편안하고 자연스럽게 한다.
- ③ 스트레칭 된 자세로 10~15초 정도 유지해야 근섬유가 충분히 늘어나 효과를 볼 수 있다.
- ④ 천천히 안정되게 한다.
- ⑤ 오랫동안 서 있거나 앉아 있고 난 뒤에는 꼭 해야 한다.

15. ⑤ 122쪽

16. ③ 126쪽

- ① 약물에 더욱 민감하게 반응하기 때문에 약물을 사용할 때 더욱 신중해야 한다.
- ② 초기 진단이 매우 어렵다.
- ④ 단독으로 발생하는 경우는 드물고, 하나의 질병에 걸리면 다른 질병을 동반하기 쉽다.
- ⑤ 원인이 불명확한 만성 퇴행성 질환이 대부분이다.

17. ⑤ 128쪽

- ① 짠맛과 단맛에 둔해지고 쓴맛과 신맛은 잘 느끼게 된다.
- ② 타액과 위액분비 저하 및 위액의 산도 저하로 소화능력이 저하된다.
- ③ 췌장에서의 소화효소 생산이 감소하여 지방의 흡수력이 떨어진다.
- ④ 췌장에서의 호르몬 분비 감소로 당내성이 떨어져 당뇨병에 걸리기 쉽다.
- ⑤ 소화능력의 저하로 가스가 차고, 변비, 설사, 구토 등이 생긴다.

18. ⑤ 135쪽

※ 장운동을 증가시키는 음식
 매운 후추나 카페인이 든 음료수, 술, 고섬유소, 고지방 음식

19. ④ 140쪽

- ① 지나치게 뜨겁거나 차가운 음식, 자극적인 음식은 기관지 경련을 일으킬 수 있으므로 피한다.
- ② 습기가 많은 기후에 노출되지 않게 함으로써 기관지 자극을 감소시킨다.
- ③ 심호흡과 기침을 하여 기관지 내 가래를 배출한다.
- ⑤ 공기청정기를 설치하여 기관지 자극을 감소시킨다.

20. ① 149쪽

- ① 남성은 하루 기준 두 잔 이하, 여성은 한 잔 이하로 음주를 제한한다.
- ② 저염식이, 저지방식을 한다.
- ③ ④ 저지방 유제품을 많이 먹고 포화지방산과 지방이 많은 음식을 피한다.
- ⑤ 걷기, 빨리 걷기, 조깅, 자전거 타기, 계단 오르기, 등산, 수영 등은 고혈압 완화에 좋은 운동이다.

21. ① 155쪽

퇴행성 관절염	• 관절에 부담을 주지 않는 규칙적인 운동		
	• 수영, 평평한 흙길 걷기, 체조		
	X	• 계단 오르내리기	• 등산 • 에어로빅
골다공증	• 체중부하운동		
	• 걷기, 산책, 등산 등 체중이 실리는 운동 (가볍게 걷는 것)		
	X	• 수영	

22. ④ ⇨ 164쪽

- ① 표피가 얇아져서 탄력성이 감소하고 쉽게 손상되는 경향이 있다.
- ② 발톱이나 손톱이 딱딱하고 두꺼워지며 세로줄이 생기고 잘 부서진다.
- ③ 전반적으로 가늘어지고 모근의 멜라닌생성 세포가 소실되어 탈색된다.
- ⑤ 상처회복이 지연되고 궤양이 생기기 쉽다.

23. ④ ⇨ 179쪽

- ① 다뇨증 (소변량이 늘고 자주 보게 됨) ② 다식증 (배가 자주 고프고 많이 먹게 됨)
- ③ 체중감소 ④ 다음증
- ⑤ 질 분비물 및 질 감염의 증가

24. ② ⇨ 185쪽

- ① 친숙한 환경을 유지해준다.
- ③ 밤에는 창문을 닫고 커튼을 치고 불을 켜 둔다.
- ④ ⑤ 대상자와 접촉하는 사람의 수를 줄이고 가족 구성원이 자주 방문하도록 격려한다.

25. ③ ⇨ 192쪽

기억력장애 증상을 보이는 경우 치매안심센터를 통해 조기 검진을 받는다.

26. ④ ⇨ 195쪽

전구증상	<ul style="list-style-type: none"> • 한쪽 팔다리가 마비되거나 감각이 이상하다. • 말할 때 발음이 분명치 않거나, 말을 잘 못 한다. • 일어서거나 걸으려 하면 자꾸 한쪽으로 넘어진다. • 주위가 뱅뱅 도는 것처럼 어지럽고, 갑자기 눈이 안 보이거나, 둘로 보인다. • 갑자기 벼락 치듯 심한 두통이 오거나, 의식장애로 깨워도 깨어나지 못한다.
------	--

27. ⑤ ⇨ 201쪽

수분섭취	제 한	• 간경화, 심부전, 신부전증, 부신기능저하증, 심한 갑상선기능저하증
	권 장	• 염증성 비뇨기 질환(요로감염, 방광염, 전립선염), 폐렴·기관지염, 고혈압·협심증, 당뇨병

28. ① ⇨ 205쪽

- ① 자궁적출술과 유방절제술을 한 여성 노인은 성기능이 변화되지는 않는다.
- ② 통증을 완화하기 위한 항염증성 약물도 성적 욕구를 감소시킬 수 있다.
- ③ ④ 강심제, 이뇨제, 항고혈압제, 신경안정제, 항진정제 등은 남성과 여성 모두에게 성 문제를 유발할 수 있다.
- ⑤ 과도한 알코올 섭취는 여성에게는 오르가슴 지연, 남성에게는 발기 지연이 나타난다.

29. ② 209쪽

- ① 약을 술과 함께 먹으면 효과가 떨어지거나 부작용이 있을 수 있다.
- ③ 진료 후 이전 처방약을 이어서 복용하지 않는다.
- ④ 약을 자몽주스와 함께 먹으면 고혈압, 고지혈증의 부작용이 증가한다.
- ⑤ 철분제는 오렌지주스와 함께 복용하면 흡수가 잘된다.

30. ② 214쪽

대 상	50~64세	65세 이상
파상풍/디프테리아 /백일해	1차 기본접종은 모두 이후 10년마다 파상풍, 디프테리아 추가접종	
인플루엔자	매년 1회	
폐렴구균	위험군에 대해 1회~2회 접종	1회
대상포진	1회	1회

31. ② 418쪽

장기요양급여 제공기록지	• 요양보호사가 대상자에게 제공한 서비스의 내용과 시간, 특이사항 기입
상태기록지	• 배설, 목욕, 식사섭취, 체위변경, 외출 등의 상태 및 제공 내용 기록
사고보고서	• 관리책임자 또는 경우에 따라 요양보호사가 작성 • 사고가 발생한 시점에서 시간의 흐름에 따라 사고의 내용, 경과, 결과에 대해 정확하게 기록
인수인계서	• 요양보호사가 퇴직, 휴직 등으로 인하여 업무를 그만둘 때 작성 • 인수인계서는 수급자명, 급여제공내용, 유의 사항 등이 포함

32. ⑤ 437쪽

- ① 보고할 때 개인적인 의견, 예를 들어 “생각이 들었다.”, “느꼈다” 등으로 표현하면 보고 받는 사람이 잘못 판단할 수 있으므로 이러한 표현은 피한다.
- ② 보고내용이 중복되지 않게 한다.
- ③ 구두보고는 상황이 급하거나 사안이 가벼울 때 많이 이용한다.
- ④ 구두보고는 신속하게 보고할 수 있다는 장점은 있으나 정확한 기록을 남길 수 없다는 단점이 있다.

33. ④ 500쪽

- 심폐소생술, 혈액투석, 항암제 투여, 인공호흡기 착용 등 치료 효과 없이 임종 과정의 기간만을 연장하는 의학적 시술은 가능
- 통증 완화를 위한 의료행위와 영양분 공급, 물 공급, 산소의 단순 공급은 보류하거나 중단할 수 없다.

34. ⑤ 504쪽

부정(고립)	• “아니야, 나는 믿을 수 없어”
분노(반항)	• “나는 아니야, 왜 하필이면 나야!” , 혹은 “왜 지금이야.”
타협	• “그래, 내게 이런 일이 벌어졌어. 인정해. • 우리 아이가 시집갈 때까지만 살게 해 주세요.”
우울	• 말보다는 손동작이나 접촉이 훨씬 더 필요하다.
수용	• “나는 지쳐서”

35. ④ 505쪽

호흡양상	• 호흡수와 깊이가 불규칙하고 무호흡과 깊고 빠른 호흡이 교대로 나타난다. ↳ 상체를 높여 주고 손을 잡아주며, 부드럽게 이야기
체 온	• 대상자의 손발부터 시작해서 팔다리로 점차 싸늘해지면서 피부의 색깔도 하얗게 혹은 파랗게 변하게 된다. ↳ 담요를 덮어서 따뜻하게 해준다. 보온을 위해서 전기기구는 사용하지 않는다.
수면양상	• 대상자는 점점 잠자는 시간이 길어진다. ↳ 손을 잡은 채 흔들거나 큰 소리로 말하지 말고 부드럽고 자연스럽게 이야기 ↳ 대상자가 없는 것 같이 말하지 말고, 반응하지 못한다 하더라도 정상인에게 말하는 것과 같이 이야기
정신기능	• 시간, 장소, 자기 주위에 있는 사람이 누구인가에 대해 혼돈을 일으킨다. ↳ 내가 누구냐고 묻기보다는 내가 누구라고 이름을 밝혀 주는 것이 좋다.
배설기능	• 실금 또는 실변하게 된다. ↳ 흡이불 밑에 방수포를 씌우고 기저귀를 채워준다.
배액기능	• 대상자의 가슴에서 돌 구르는 것 같은 가래 끓는 소리가 들린다. ↳ 고개를 옆으로 부드럽게 돌려주고, 젖은 헝겊으로 입안을 닦아준다.
정신기능	• 불안정하므로, 같은 동작 반복한다. ↳ 움직이지 못하게 억제하는 것은 좋지 않다 ↳ 이마를 가볍게 문질러 주거나 책을 읽어 주며, 진정시킬 수 있는 음악을 들려준다.
소화기능	• 음식이나 수분을 잘 먹지 않으려고 한다. ↳ 억지로 먹이려고 하지 말아야 한다.

▼ 실기시험

36. ③ 220쪽

- ① 아무 말도 안 하는 대상자에게도 말을 건다.
- ② 항상 긍정형 문장으로 이야기한다.
- ④ 봐야 할 것을 눈높이에서 보여주며 말을 한다.
- ⑤ 대상자가 졸고 있거나 아직 잠에서 덜 깨었을 때는 침대판을 두드리고, 대답이 없으면 약 3초간 잠시 기다렸다가 다시 한번 두드려 대상자를 깨운 뒤 말을 시작한다.

37. ① 223쪽

영양 부족 위험요인	<ul style="list-style-type: none"> • 너무 적은 식사량, 영양적으로 불균형적인 식사, 약물사용, 인지장애, 오심 • 급성 또는 만성질환, 사회적 고립, 빈곤, 우울, 알코올 중독, 식욕부진, 연하곤란
영양 부족 확인지표	<ul style="list-style-type: none"> • 체중감소, 신체기능 저하, 마르고 약해 보임 • 배변양상 변화, 피로, 무감동, 인지수준 변화, 상처 회복 지연, 탈수

38. ⑤ 227쪽

- ① 질문하지 않는다.
- ② 건강한 쪽을 밑으로 하여 약간 옆으로 누운 자세를 취한다.
- ③ 신맛이 강한 음식은 침을 많이 나오게 하여 사례들릴 수 있으니 주의한다.
- ④ 음식물을 다 삼킨 것을 확인한 후에 음식물을 다시 넣어준다.

39. ④ 231쪽

- ① 대상자가 의식이 없어도 식사 시작과 끝을 알린다. 청각 기능이 남아있어 들을 수 있기 때문이다.
- ② 매번 깨끗이 씻어서 말린 후 사용한다.
- ③ 너무 진한 농도의 영양을 주입하거나 너무 빠르게 주입하면, 설사나 탈수를 유발할 수 있다. 너무 천천히 주입하는 경우 음식이 상할 수 있다.
- ⑤ 콧속에 분비물이 축적되기 쉬우므로 비위관 주변을 청결히 하고 윤활제를 바른다.

40. ④ 234쪽

- ① 손으로 만진 약은 약병에 다시 넣지 않는다.
- ② 약을 삼키기 쉽게 해주고 위장관에서의 흡수가 잘되도록 충분히 물을 준다.
- ③ 약을 따르기 전에 약물을 흔들어 섞고, 색이 변하거나 혼탁한 약물은 버린다.
- ⑤ 바늘을 제거한 후에는 1~2분간 알코올 솜으로 지그시 누르고, 절대 비비지 않는다.

41. ① 241쪽

배설요구 표현	언어적	• 화장실에 가고 싶다고 말함
	비언어적	<ul style="list-style-type: none"> • 끄끙거림, 안절부절못함, 손으로 배 또는 엉덩이를 가리킴 • 얼굴표정이 일그러짐, 허리를 들썩임, 바지를 내리려고 함 등

42. ① 245쪽

- ② 침대를 올려주어 대상자가 배에 힘을 주기 쉬운 자세를 취하게 한다.
- ③ 앞에서 뒤로
- ④ 변기는 따뜻한 물로 데워서 침대 옆이나 의자 위에 놓는다.
- ⑤ 옷을 입힌 후 스크린을 치운다.

43. ③ 248쪽

- ① 침대 높기와 이동변기의 높이가 같도록 맞춘다.
- ② 변기 밑에 미끄럼방지매트를 깔아주어, 대상자가 변기에 앉을 때 흔들리지 않게 한다.
- ④ 움직이기 힘들어하는 대상자면 안아서 옮겨야 하므로 힘이 덜 들도록 침대 난간에 이동변기를 빈틈없이 붙인다.
- ⑤ 등받이가 있는 것이 좋다.

44. ③ 249쪽

- ① 기저귀의 바깥 면(깨끗한 부분)이 보이도록 말아 넣는다.
- ② 무릎을 세우고 똑바로 누운 상태에서 허리를 들게 하여 대상자의 협조하에 기저귀를 교환할 수 있다.
- ④ 허리를 들 수 없거나 협조할 수 없는 경우 대상자를 옆으로 돌려 눕혀 기저귀를 교환한다.
- ⑤ 기저귀를 사용하면 피부 손상과 욕창이 잘 생긴다.

45. ① 251쪽

- ① 소변주머니를 방광(아랫배) 위치보다 높게 두지 않는다.
- ② 금기 사항이 없는 한 수분섭취를 권장한다.
- ③ 소변량과 색깔을 2~3시간마다 확인한다.
- ④ 요양보호사는 유치도뇨관의 교환 또는 삽입, 방광 세척 등은 절대로 하지 않는다.
- ⑤ 유치도뇨관을 삽입하고 있어도 침대에서 자유로이 움직일 수 있으며 보행도 할 수 있음을 대상자에게 알려준다.

46. ① 257쪽

- ② 위쪽 의치를 먼저 빼서 의치 용기에 넣는다.
- ③ 잇몸 압박자극을 해소하기 위해 자기 전에는 의치를 빼서 보관한다.
- ④ 의치를 세척할 때는 의치 세정제를 사용하고, 주방세제를 대신 사용할 수 있다.
- ⑤ 의치 삽입 전에 구강세정제와 미온수로 입을 충분히 헹군다.

47. ③ 259쪽

- ① 귀에 물이 들어가지 않도록 귀막이 솜으로 양쪽 귀를 막는다.
- ② 마른 수건으로 물기를 제거한 후 헤어드라이어로 머리를 말린다.
- ④ 문과 창문을 닫고 실내온도를 따뜻하게 한다.
- ⑤ 머리카락이 엉겼을 때는 물을 적신 후에 손질한다

48. ② 264쪽

- ① 일회용 장갑을 착용한다.
- ③ 앞쪽에서 뒤쪽으로 닦아낸다.
- ④ 둔부 밑에 방수포와 목욕수건을 겹쳐서 깔고 변기를 밀어 넣는다.
- ⑤ 마른 수건으로

49. ① 270쪽

- ② 요양보호사의 손등으로 물의 온도를 확인한다.
- ③ 발, 다리, 팔, 몸통의 순서로 물로 행구고 회음부를 닦아낸다.
- ④ 5분 정도로 한다. 일반적인 목욕시간은 20~30분 이내
- ⑤ 욕조에서 나오게 하여 목욕의자에 앉히고 머리를 감긴다.

50. ⑤ 279쪽

51. ⑤ 283쪽

- ① 돌려 눕히려고 하는 쪽(왼쪽)에 선다.
- ② 돌려 눕히려고 하는 쪽으로 머리를 돌린다.
- ③ 어깨와 엉덩이
- ④ 한꺼번에 많이 이동하려고 하지 말고 조금씩 나누어 이동한다.
- ⑤ 눕히려는 쪽의 손을 위로 올리거나 양손을 가슴에 포개놓는다.

52. ③ 288쪽

바로 누운 자세

53. ① 292쪽

- 지그재그 : 막길 / 경사길 / 비탈길 / 언덕길 → ‘길’
- 뒤로 이동 : 무조건 내려갈 때
- 앞바퀴 들어 올린 경우 : ‘ㅌ’ (턱, 텡) → 문턱, 도로턱, 울퉁불퉁
- 엘리베이터 : 뒤로 들어가서 앞으로 나온다(주차와 같은 방법).

54. ② 299쪽

55. ② 304쪽

계단 오를 때	① 지팡이 ② 건강한 다리 ③ 마비된 다리
계단(평지)내려갈 때	① 지팡이 ② 마비된 다리 ③ 건강한 다리

56. ⑤ ㉸ 309쪽

- ① 일정량의 항균 액체비누를 바른다. 일반적인 바 형태의 고체 비누는 세균으로 감염될 수 있다.
- ② 찬물로 닦고 더운물로 헹구며 필요시 소독해야 한다.
- ③ 사용한 후에는 일회용 보호 장구는 재사용하지 말고 버린다.
- ④ 배설물 처리 후에는 장갑을 착용하였더라도 물과 비누로 손을 씻는다.

57. ① ㉸ 316쪽

- ② 사용하지 않을 때는 높낮이를 가장 낮은 위치에 오도록 한다.
- ③ 대상자가 침대에 누워 있을 때는 항상 침대 난간은 올려놓아야 한다. 내려놓으면 침대 낙상 사고의 원인이 된다.
- ④ 침체난간을 잡고 침대를 움직이지 않는다.
- ⑤ 전동침대의 조절 부위는 물이 들어가지 않게 한다.

58. ⑤ ㉸ 331쪽

- ① 가급적 계단보다는 엘리베이터를 이용한다.
- ② 취침 시 침대 높이를 최대한 낮춘다.
- ③ 욕조의 안팎, 화장실 근처에 손잡이를 설치한다.
- ④ 가능하다면 모든 방과 현관의 문턱을 제거한다.

59. ① ㉸ 333쪽

- ② 계단을 이용해 이동한다(엘리베이터 사용 금지).
- ③ 뜨거운 연기는 천장으로 올라가고 차가운 공기는 아래로 내려오므로 최대한 자세를 낮춘다.
- ④ 연기가 많은 경우 기어서 이동하되 배는 바닥에 닿지 않게 한다.
- ⑤ 젖은 수건 등으로 코와 입을 감싸 뜨거운 공기가 코와 폐로 들어가지 않게 한다.

60. ⑤ ㉸ 365쪽

- ① 밥을 국이나 물에 말아 먹지 않는다.
- ② 유제품류는 마시는 형태보다 떠먹는 형태를 선택한다.
- ③ 한 번에 조금씩 먹고 여러 번 삼키는 연습을 한다.
- ④ 작은 손가락을 사용하여 천천히 식사하고 식사 도중에 이야기하지 않는다.

61. ① ㉸ 369쪽

- ② 잎채소는 눅혀 놓으면 빨리 시들므로 세워서 보관한다.
- ③ 냉장보관을 피하고, 신문지와 고구마를 층층이 쌓아 올려 통풍이 잘되도록 서늘하고 어두운 곳에 두어야 세균번식을 막는다.
- ④ 뽕족한 부분이 아래로 향하게 놓는다.
- ⑤ 복숭아는 차게 보관하면 단맛이 떨어지고 퍼석퍼석해진다.

62. ② ⇨ 393쪽

- ① 환기할 때는 바람이 대상자에게 직접 닿지 않도록 주의한다.
- ③ 국소난방보다는 전체난방이 바람직
- ④ 습도는 40~60%가 적합하다.
- ⑤ 간접 조명보다는 배설물 확인이 쉬운 직접조명으로 전체를 환하게 한다.

63. ① ⇨ 403쪽

64. ③ ⇨ P409쪽

65. ③ ⇨ 411쪽

- ① 보청기를 착용할 때는 입력은 크게, 출력은 낮게 조절한다.
- ② 주의력결핍장애
- ④ ⑤ 판단력, 이해력장애

66. ① ⇨ 444쪽

치매 대상자가 식사하지 않으려고 할 때 확인할 사항

- 입안의 상처가 있는가?
- 틀니가 잘 맞지 않는 거?
- 복용하는 약의 부작용으로 식욕이 떨어진 것인가?
- 대상자가 수저의 사용법을 잊었는가?
- 시력에 문제가 있어 음식에 혼란을 느끼는가?
- 음식에 대한 인식이 불가능한 상태인가?

67. ② ⇨ 447쪽

- ① 낮에는 가능하면 기저귀를 사용하지 않는 것이 좋다.
- ③ 쿠션이 있고 시트나 등받이가 있는 이동변기를 사용하게 한다. 바퀴가 달린 변기는 위험하다.
- ④ 낮에는 2시간, 밤에는 4시간 간격으로 배뇨하게 한다.
- ⑤ 벨트나 단추 대신 조이지 않는 고무줄 바지를 입도록 하고 세탁하기 편하고 빨리 마르는 옷감이 좋다.

68. ④ ⇨ P451쪽

- ① 대상자의 이름
- ② 속옷부터 입는 순서대로 옷을 정리해 놓아준다.
- ③ 혼란을 예방하기 위해 색깔이 요란하지 않고 장식이 없는 옷을 선택한다.
- ⑤ 몸에 꼭 끼지 않고, 빨래하기 쉬운 옷을 제공한다.

69. ③ P452쪽

- ① 균형을 잡을 수 있으면 앉은 자세보다 선 자세에서 운동하는 것이 효과적이다
- ② 매일 같은 시간대에 같은 길을 걸으면서 일정한 순서대로 풍경들을 말해주면 혼란을 막고 초조감을 줄일 수 있다.
- ④ 운동량은 점차 늘린다.
- ⑤ 대상자가 즐거워하는 운동을 한다.

70. ④ P453쪽

- ① 방을 화장실 가까운 곳으로 정한다.
- ② 밤에 갑자기 잠에서 깨서 화장실을 갈 수 있으므로 화장실 전등은 밤에도 켜둔다.
- ③ 냉장고에 부착하는 과일이나 채소 모양의 자석은 치매 대상자가 먹을 수 있으므로 사용하지 않는다.
- ⑤ 2층보다는 1층이 좋다.

71. ① P456쪽

반복 질문이나 반복 행동에 관한 관심을 다른 곳으로 돌린다.

72. ④ P460쪽

- ① 신체적 욕구를 우선적으로 해결해 준다.
- ② 집 안을 어둡게 하지 않는다.
- ③ 텔레비전이나 라디오를 크게 틀어놓지 않는다.
- ⑤ 집 안에서 배회하는 경우 배회코스를 만들어 둔다.

73. ④ P463쪽

- ① 난폭한 행동이 오래 지속되지 않는다.
- ② ⑤ 질문하거나 일을 시키는 등의 자극을 주지 말고 조용한 장소에서 쉬게 한다.
- ③ 치매 대상자가 당황하고 흥분되어 있음을 이해한다는 표현을 한다.

74. ③ P464쪽

- ② 낮 동안 움직이거나 활동하게 한다.
- ④ 치매 대상자를 관찰할 수 있는 곳에서 활동하게 하고, 친구가 되어 준다.
- ⑤ 텔레비전을 켜놓거나 조명을 밝게 하는 것이 도움이 된다.

75. ② 465쪽

- ① 당황하지 말고 옷을 입혀준다.
- ③ 공공장소에 가는 것을 삼가고, 방문객을 제한하여 사고를 예방한다.

76. ③ 469쪽

- ① 명령하는 투로 말하지 않으며 부정형 문장보다는 긍정형 문장을 사용한다.
- ② 대상자의 요구를 알기 위해서는 막연하게 ‘어디 불편한 곳이 있으세요’ 보다는 신체 부위를 짚어가며 ‘여기가 아프세요’ 와 같이 구체적으로 질문하여야 한다.
- ④ 유행어나 외래어를 사용하지 말고, 일상적인 어휘를 사용한다.
- ⑤ 과거를 회상하게 유도한다.

77. ③ P517쪽

- ① 입에 손수건 등 이물질을 넣어서는 안 된다. 이물질은 혀나 입 안에 상처를 내거나 호흡곤란을 일으킬 수 있다.
- ② 대상자를 꼭 붙잡거나 억지로 발작을 멈추게 하려고 하지 말고 조용히 기다린다.
- ④ 얼굴을 옆으로 돌리거나 돌려 눕혀 기도를 유지한다.
- ⑤ 머리 아래에 부드러운 것을 대주고 위험한 물건을 치운다.

78. ② P520쪽

- ① 반지, 팔찌, 귀고리와 같은 장신구는 최대한 빨리 빼다. 시간이 지체될수록 부종이 심해져 빼기 힘들기 때문이다.
- ③ 흐르는 수돗물을 환부에 직접 대면 물의 압력으로 인해 화상 입은 피부가 손상을 입을 수 있다.
- ④ 감염의 위험이 있으므로 화상 부위를 만지거나 물집을 터뜨리면 안 된다.
- ⑤ 몸에 붙어 있는 옷은 옷 위로 찬물을 부어 식히며 벗기기 힘든 의복은 벗기지 말고 잘라낸다.

79. ② P524쪽

- ① 겉으로 드러난 증상이 없고 복용량이 적더라도 반드시 병원에 방문해야 한다.
- ③ 의식이 없는 대상자에게는 마실 것을 주지 않는다.
- ④ 복용한 약물의 설명서에 구토를 유도하라는 지시사항이 없을 땐 구토시키지 않는다.
- ⑤ 토사물을 모아 두었다가 의료진이 분석할 수 있게 한다.

80. ④ P531쪽

- ① 하임리히법(의식 있는 질식 대상자) ② 반응 확인 ③ 인공호흡 ④ 회복자세 ⑤ 가슴압박