

요양보호사국가자격시험

족집게 모의고사

정답 및 해설

THE 고시뱅크

모의고사 제1회 정답 및 해설

1	표준 P.20	2	표준 P.27	3	표준 P.37	4	표준 P.52	5	표준 P.57
①		④		④		②		②	
6	표준 P.65	7	표준 P.81	8	표준 P.105	9	표준 P.107	10	표준 P.116
③		③		①		②		②	
11	표준 P.120	12	표준 P.123	13	표준 P.124	14	표준 P.128	15	표준 P.128
⑤		③		①		①		⑤	
16	표준 P.139	17	표준 P.148	18	표준 P.162	19	표준 P.170	20	표준 P.173
②		④		③		④		②	
21	표준 P.186	22	표준 P.187	23	표준 P.196	24	표준 P.203	25	표준 P.212
③		②		②		⑤		⑤	
26	표준 P.219	27	표준 P.245	28	표준 P.249	29	표준 P.255	30	표준 P.264
④		②		①		②		②	
31	표준 P.271	32	표준 P.318	33	표준 P.337	34	표준 P.631	35	표준 P.635
③		④		①		⑤		④	
36	표준 P.282	37	표준 P.288	38	표준 P.291	39	표준 P.293	40	표준 P.293
⑤		⑤		④		②		⑤	
41	표준 P.355	42	표준 P.355	43	표준 P.357	44	표준 P.366	45	표준 P.370
③		②		①		⑤		③	
46	표준 P.370	47	표준 P.372	48	표준 P.376	49	표준 P.377	50	표준 P.386
②		④		②		②		⑤	
51	표준 P.393	52	표준 P.395	53	표준 P.396	54	표준 P.400	55	표준 P.422
⑤		③		②		③		②	
56	표준 P.433	57	표준 P.440	58	표준 P.443	59	표준 P.454	60	표준 P.455
②		⑤		②		⑤		①	
61	표준 P.463	62	표준 P.478	63	표준 P.531	64	표준 P.544	65	표준 P.548
①		③		④		④		③	
66	표준 P.567	67	표준 P.578	68	표준 P.579	69	표준 P.580	70	표준 P.581
③		①		④		④		③	
71	표준 P.582	72	표준 P.584	73	표준 P.585	74	표준 P.586	75	표준 P.641
④		④		⑤		①		①	
76	표준 P.642	77	표준 P.658	78	표준 P.659	79	표준 P.661	80	표준 P.664
③		①		③		①		④	

요양보호론(필기시험)

1. ① P20 (심리적 특성)

우울증 경향 증가	<ul style="list-style-type: none"> • 불면증, 식욕부진, 체중감소 등과 같은 신체적인 증상 호소 • 기억력 저하, 흥미와 의욕상실 • 주변 사람들에게 적대적으로 대하거나 타인을 비난하는 행동
내향성 증가	<ul style="list-style-type: none"> • 사회적 활동 감소, 타인과 만나는 것을 기피
조심성 증가	<ul style="list-style-type: none"> • 질문이나 문제에 대해 대답을 망설이거나 하지 못하며, 때로는 중립 • 결단이나 행동이 느려지고 매사에 신중, 자신감 감퇴
경직성 증가	<ul style="list-style-type: none"> • 자신에게 익숙한 습관적인 태도나 방법 고수 • 융통성이 없고, 새로운 변화를 싫어하며, 도전적 일을 꺼리는 경향 • 새로운 기구 사용이나 새로운 방식으로 일을 처리하는데 저항
생에 대한 회고	<ul style="list-style-type: none"> • 자신이 지나온 일생의 여러 요인을 떠올려 보게 된다. • 응어리졌던 감정을 해소하고, 실패와 좌절에 담담해져 자아통합 가능 • 다가오는 죽음을 평온한 마음으로 맞을 수 있게 한다.
친근한 사물에 대한 애착심	<ul style="list-style-type: none"> • 오랫동안 자신이 사용해 오던 친근한 사물에 대해 애착 • 애착은 지나온 과거를 회상하거나 마음의 안락을 찾는 데 도움 • 자기 자신과 주변이 변하지 않고 유지되고 있다는 안도감, 정서적 안정감, 세월의 흐름 속에서 자기 정체감 유지
유산을 남기려는 경향	<ul style="list-style-type: none"> • 자신이 이 세상에 다녀갔다는 흔적을 후세에 남기고자 함 • 자신이 가치 있는 삶을 살았다는 것을 인정받고자 함 • 혈육, 물질적 재산, 창조적 업적, 전통과 가치 등을 남기고자 함

2. ④ P27

① 노년의 삶을 스스로 책임질 수 있도록 노력 ② 넓힌다. ③ 부부간의 관계 동반자로 전환 ⑤ 정기적인 건강검진을 받는다.

3. ④ P37

공적부조	<ul style="list-style-type: none"> • 생활 유지 능력이 없거나 생활이 어려운 국민의 최저생활을 보장하고 자립을 지원하는 제도 (국민기초생활보장제도)
사회보험	<ul style="list-style-type: none"> • 국민에게 발생할 수 있는 질병, 실업, 장애, 사망, 소득 상실 등의 사회적 위험을 보험의 방식으로 대처하는 제도
사회 서비스	<ul style="list-style-type: none"> • 도움이 필요한 모든 국민에게 복지, 보건, 의료, 교육, 고용, 주거, 문화, 환경 등의 분야에서 제공하는 상담, 재활, 돌봄, 정보, 관련 시설 이용, 역량 개발, 사회참여 지원 등의 개별 서비스

4. ② P52

① 등급판정위원회 ③ 공단 직원(사회복지사, 간호사 등)이 신청인의 거주지를 방문하여 심신 상태를 나타내는 장기요양인정조사 항목을 조사한다. ④ 본인이나 가족 등의 동의 필요 ⑤ 국민건강보험공단은 등급판정을 받은 대상자에게 장기요양인정서를 발급한다.

5. ② P57

① 공단에 장기요양급여비용을 청구한다. ③ 저소득층, 의료급여수급권자 등은 법정 본인부담금의 40~60%를 경감하여 준다. ④ 장기요양기관에 지급한다. ⑤ 공단은 장기요양보험료와 건강보험료를 통합하여 징수하고, 징수 후 장기요양보험료와 건강보험료는 각각 독립회계로 관리한다.

6. ③ P65 (노인장기요양보험 표준서비스 분류)

신체활동 지원	• 세면도움, 구강청결도움, 식사도움, 몸단장, 옷 갈아입기 도움, 머리감기 도움, 몸 씻기도움, 화장실 이용하기, 이동도움, 체위변경, 신체기능의 유지·증진
가사 및 일상생활 지원	• <u>개인활동지원</u> : 외출시 동행, 장보기, 산책, 은행·관공서·병원 등 방문시 부축 또는 동행 • <u>일상생활지원</u> : 식사 준비, 청소 및 주변정돈, 세탁
정서지원, 의사소통	• 의사소통 도움, 말벗, 격려 등
인지지원	• <u>인지관리지원</u> : 행동변화 감소 도움 및 대처, 수급자와 수발자 안전관리 도움, 정서적 안정과 생활의욕 향상 도움, 인지기능 향상을 위한 인지 활동 지원 • <u>인지활동지원</u> : 기억전략 훈련, 시간차 회상훈련, 실생활에서의 지각 기능훈련, 판단 및 집행기능훈련 • 인지행동 변화관리 등 인지자극 활동, 일상생활 함께하기
방문목욕	• 입욕준비, 입욕 시 이동 보조, 몸 씻기(샤워 포함), 지켜보기, 목욕 기계 조작, 욕실 정리 등
시설환경 관리	• 침구·린넨 정리, 환경관리, 물품관리, 세탁물관리

7. ③ P81 (요양보호사의 역할)

관찰자	• 맥박, 호흡, 체온, 혈압 등의 변화와 투약 여부, 질병의 변화에 대한 증상뿐만 아니라 심리적인 변화까지 관찰
정보전달자	• 대상자의 신체적 심리적인 정보를 가족, 시설장 등에게 전달 • 노인장기요양보험 급여서비스 제공 계획서 내용을 숙지하고, 서비스 내용변경이 필요할 때 기관에 보고
숙련된 수발자	• 숙련된 요양보호서비스에 대한 지식과 기술로 대상자의 불편함을 경감하기 위해 필요한 서비스 지원
말벗과 상담자	• 효율적인 의사소통 기법으로 대상자와 관계를 형성하고 필요한 서비스를 제공하여 대상자의 신체적, 정신적, 심리적 안위 도모
동기 유발자	• 대상자가 능력을 최대한 발휘하도록 동기를 유발하며 지지
옹호자	• 대상자 입장에서 편들어 주고 지켜주기

8. ① P105

신체적 학대	<ul style="list-style-type: none"> • 제한된 공간에 강제로 가두거나, 노인의 거주지 출입을 통제 • 신체적 해를 가져올 위험성이 큰 행위로 노인을 협박하거나 위협 • 약물을 사용하여 노인의 신체를 통제하거나 저해 • 노인이 원하지 않거나 수행하기 어려운 노동을 하게 한다. • 치료 및 생존 유지에 필요한 약물(당뇨, 혈압 등)로부터 단절 • 의료적으로 불필요한 약물이나 주사를 강제로 복용·투입 • 원치 않는 의사를 보였음에도 불구하고 일(노동)을 하도록 강요 • 강제로 수감하거나 위협하여 일(노동)을 강요 • 정신 및 신체적 악화를 가져올 수 있는 조건에서 일(노동)하도록 강요
--------	---

9. ② P107

① ⑤ 신체적 학대 ③ 성적 학대 ④ 경제적 학대

정서적 학대	<ul style="list-style-type: none"> • 말과 행동을 지속적으로 무시하고 반응을 보이지 않는다. • 일상생활(식사, 일상물품 사용 등)을 타 가구원과 별도로 하게 한다. • 친구나 친지들과 만나거나 연락하는 것을 방해 • 일상적인 사회활동이나 종교 활동을 노골적으로 방해 • 비방이나 유언비어로 노인의 경제활동 저해 • 이성교제를 방해하거나 죽이겠다고 협박 • ‘시설로 보낸다’ 또는 ‘집에서 나가라’ 등의 위협·협박 • 수치심을 느끼게 하는 모욕적인 말 • 재앙을 가져오는 사람으로 취급 • 소지품 처분을 결정할 때 노인의 의사를 반영하지 않는다. • 집안 경조사에 참여시키지 않는다.
--------	---

10. ② P116

노인장기요양보험법 제47조의2(장기요양요원지원센터의 설치 등)에 근거하여 지방자치단체는 장기요양요원지원센터를 설치하고, 장기요양요원의 권리침해 관한 상담 및 지원, 역량강화를 위한 교육지원, 건강검진 등 건강관리를 위한 사업 지원 등을 하고 있다.

11. ⑤ P120

장기요양 기관장	<ul style="list-style-type: none"> • 요양보호사들에게 성희롱 예방교육을 1년에 1번 이상 실시해야 한다. • 직원들 사이에 성희롱이 발생하였을 때는 행위자를 징계해야 한다. • 성희롱 처리지침을 문서화하여 기관 내에 두어야 한다. • 성희롱 시 가해자가 받을 수 있는 불이익과 향후 대처 계획을 명확히 설명한다. • 대상자 가족에게 사정을 말하고 시정해 줄 것을 요구한다. • 시정 요구에도 상습적으로 계속할 경우 녹취하거나 일지를 작성해 둔다.
----------	---

요양 보호사	<ul style="list-style-type: none"> • 감정적인 대응은 삼가고, 단호히 거부 의사 표현 • 모든 피해사실에 대하여 기관의 담당자에게 보고하여 기관에서 적절한 조치 요구 • 심리적 치유상담 및 법적 대응이 필요하다고 판단될 경우 외부의 전문기관(성폭력상담소, 여성노동상담소 등)에 상담하여 도움요청
-----------	---

12. ③ P123

① 요양보호사는 업무와 관련하여 대상자의 가족, 의사, 간호사, 사회복지사 등과 적극적으로 협력한다. ② 요양보호서비스 제공 시 정해진 원칙과 절차에 따른다. ④ 대상자의 자기결정을 최대한 존중한다. ⑤ 업무와 관련하여 대상자의 가족, 의사, 간호사, 사회복지사 등과 적극적으로 협력한다.

13. ① P124

② 장기요양서비스 제공에 따른 본인부담금을 할인하거나 추가로 부담하게 하는 행위를 할 경우 법적책임이 따른다. ③ 요양보호사는 업무 수행에 방해가 되지 않도록 건강관리, 복장 및 외모 관리 등을 포함하여 자기관리를 철저히 한다. ④ 사전에 보고한 후 시설장의 지시에 따른다.

14. ① P128

노인장기요양보험법 제69조를 설명하고, 그런 불법행위를 신고하면 신고 포상금을 받을 수 있다고 정보를 제공한다.

15. ⑤ P128

대상자가 복지용구가 필요하다고 할 때는 대상자의 상태 등을 판단하여 신중하게 선택할 수 있도록 정보를 제공하는 것은 바람직하나 ‘유인·알선’에 의한 부당한 수익을 목적으로 했다면 요양보호사 윤리원칙에 어긋나며, 법적 처벌을 받게 된다.

16. ② P139 (수근관증후군)

증 상	<ul style="list-style-type: none"> • 수근관이 좁아지거나 내부 압력이 증가하여 신경 자극 • 손의 감각이상(감각저하), 저린 감각, 통증, 근력 약화 • 손목을 지나치게 손바닥 방향으로 힘을 주어 굽힐 때 악화 • 엄지손가락의 운동 기능장애, 밤에 통증 악화 • 손을 털게 되면 저림과 통증이 일시적으로 완화
자가 진단법	<ul style="list-style-type: none"> • 양측의 손등을 맞대고 미는 동작을 유지한 채 최소한 1분 정도 손목을 구부리면 손바닥과 손가락의 저린 증상이 심해지는지 확인 • 1분 정도 있을 때 손 저림이 심해지면 수근관증후군



17. ④ P148

② 사전에 예방접종을 받는다. ③ 따로 사용한다. ④ 풍진·수두 등 선천성 기형을 유발할 수 있는 감염성 질환을 가진 대상자와 접촉을 하지 않는다. ⑤ 흐르는 물에 깨끗이 씻는다.

18. ③ P162

특 성	<ul style="list-style-type: none"> • 단독으로 발생하는 경우는 드물다. • 하나의 질병에 걸리면 다른 질병 동반 • 증상이 거의 없거나 애매하여 정상적인 노화과정과 구분 곤란 • 원인이 불명확한 만성퇴행성 질환이 대부분 • 경과가 길고, 재발이 빈번하며, 합병증이 생기기 쉽다. • 약물에 민감하게 반응(신장의 소변 농축능력과 배설능력 저하로 약물중독) • 초기 진단이 매우 어렵다. (질환에 민감하기 때문) • 질환 자체가 비교적 가벼워도 의식장애를 일으키기 쉽다. • 혈액순환 저하로 욕창이 잘 발생 • 골격근의 수축력 감소로 관절이 쉽게 뻣뻣해진다 • 일상생활 수행능력이 저하되면 질환이 치유된 후에도 의존상태 지속 • 신체적 측면뿐만 아니라 심리적, 사회적, 경제적, 영적측면이 모두 연관
-----	---

19. ④ P170

매운 후추나 카페인이 든 음료수, 술, 고섬유소, 고지방 음식 등 장운동을 증가시키는 음식의 섭취를 피한다.

20. ② P173

① 자제한다. ③ 필요시 해열진통제나 처방받은 항바이러스제를 복용한다. ④ 천식 환자 ⑤ 결핵 환자의 경우

21. ③ P186

빈혈은 적혈구나 헤모글로빈이 부족하여 혈액이 몸에서 필요한 만큼의 산소를 공급하지 못하는 상태를 말한다. 노인에게는 철분이 부족하여 생기는 빈혈이 흔하다.

22. ② P187

① 어깨는 좁아지고 골반은 커진다. ③ 근긴장도와 근육량이 저하되어 신체적 활동과 운동능력이 감소된다. ④ 인대 등이 탄력을 잃음에 따라 관절운동이 제한된다. ⑤ 팔, 다리의 지방은 감소하고 엉덩이와 허리의 피하지방은 증가한다.

23. ② P196

① 기저귀는 대소변을 전혀 가리지 못하는 경우, 배설 욕구를 느끼지 못하는 경우, 치매 등으로 실금이 빈번해서 부득이한 경우에만 사용 ④ 식이섬유소가 풍부한 채소와 과일 섭취로 변비를 예방한다.

24. ⑤ P203

① 바이러스 ② ④ 항바이러스제, 항염증제, 진통제와 냉찜질, 칼라민로션과 같은 국소치료제를 사용하여 통증을 줄이고, 수포가 빨리 건조되게 한다. ③ 격리까지는 필요하지 않다.

25. ⑤ P212

① 결막은 얇아지고 ② 동공의 지름이 줄어들어 60세 노인은 20대보다 1/3 정도밖에 빛을 받아 들이지 못하므로 밝은 것을 좋아하게 된다. ③ 각막반사가 저하되어 손상이나 감염에도 둔감해진다. ④ 눈물 양이 감소하여 건조해지고 눈이 뻑뻑하여 불편감이 있다.

26. ④ P219

27. ② P245

① ③ ④ 치매 ⑤ 파킨슨질환

28. ① P249 (파킨슨질환)

의 의	• 안정 시 떨림, 행동 느려짐 (서동), 경직 등의 증상을 특징으로 하는 신경퇴행성 질환	
증 상	운 동	• 떨림(진전), 행동 느려짐, 경직, 자세 불안정
	비운동	<ul style="list-style-type: none"> • 신경 정신 증상 : 파킨슨 환자에서는 우울, 불안, 피로, 환각, 망상 • 수면 이상 : 과도한 주간 졸림, 기면증 등도 발생 • 자율신경계 증상 : 기립성저혈압, 변비, 성기능 장애, 소변 증상(야간뇨, 빈뇨) • 감각 이상 : 통증이나 후각 기능저하 등이 발생 • 인지기능 장애 : 기억력 저하 • 기타 : 변비, 피로

29. ② P255 (운동)

관 리	<ul style="list-style-type: none"> • 현재 운동수준 평가 • 운동 금기 질환 및 투약상황 확인 • 시원하고 바람이 잘 통하고 땀을 흡수하는 옷을 입고 운동 • 낮은 수준으로 운동을 시작하여 상태를 보면서 점차 강도를 올린다. • 적어도 10분 이상 준비운동 실시로 유연성을 높이고 근육손상 방지 • 저강도 운동으로 시작하고, 근육피로, 호흡곤란, 혈압 변화 등에 주의 • 운동의 강도, 기간, 빈도를 서서히 증가 • 최소한 5~10분 동안 안정 시의 심박동수로 돌아올 때까지 마무리 운동 • 운동하는 중간중간에 충분한 휴식 • 개인의 능력에 맞는 운동실시 • 빠르게 방향을 바꾸어야 하는 운동이나 동작은 금한다. (태권도, 농구, 탁구, 배드민턴, 스쿼시, 테니스)
-----	---

30. ② P264 (약물사용)

복용원칙	<ul style="list-style-type: none"> • 건강기능식품 등 비처방약도 복용하기 전에 의사와 상담해야 한다. • 복용하던 약을 의사의 처방 없이 중단하면 안 된다. • 증상이 비슷하다고 해서 다른 사람에게 처방된 약을 먹어서는 안 된다. • 단골 병원과 약국을 지정하여 다니는 것이 좋다. • 진료 후 이전 처방약을 이어서 복용하지 않는다. • 가장 최근의 처방약을 복용해야 한다. • 약이 쓰다고 다른 것과 함께 복용하면 안 된다. • 약 삼키는 것이 힘들다고 쪼개서 복용하면 안 된다. • 분할선이 있는 약만 쪼개서 복용할 수 있다. • 분할, 분쇄 불가 약제 : 장용 코팅제(약효 저하), 서방제(부작용 증가) • 약 복용을 잊어버렸다고 그 다음 복용시간에 2배로 복용하면 안 된다. • 약 복용시간을 놓쳤다면, 생각난 즉시 복용한다. • 다음 복용시간에 가까워진 때는 다음 복용시간에 복용한다.
------	--

31. ③ P271

대 상	50~59세	60~64세	65세 이상
독감(인플루엔자)	매년 1회		
파상풍/디프테리아 /백일해	10년마다 1회		
폐렴구균	위험군만 1회~2회		건강상태에 따라 1~2회
대상포진	위험군만 1회		
	• 60세 이상 성인은 1회 접종 (1회 접종 후 추가접종 불필요)		

32. ④ P318

애매한 표현은 피하고 구체적으로 기록한다.

33. ① P337

대상자의 상태를 관찰하면서 서비스를 제공하여야 하며, 대상자의 상태가 평상시와 다를 때는 관리책임자와 가족에게 신속하게 보고한다.

34. ⑤ 631

① 혈압 감소 ② 피부 전체가 하얗게 또는 파랗게 변화할 수 있다. ③ 손과 발이 점차 싸늘해지면서 피부 전체가 하얗게 또는 파랗게 변화 ④ 소변량 감소

35. ④ P635 (사전연명의료의향서)

내 용	<ul style="list-style-type: none"> • 작성자 : 말기환자나 임종과정 전 19세 이상 / 본인 직접 서면 작성 • 등록기관에 등록하면 효력 발생 • 언제든지 내용을 변경하거나 철회 가능 • 등록했어도 의료기관과 연동되는 것은 아님, 가족에게 알려야 함 • 연명의료정보시스템 확인하면 작성여부 열람 가능 • 의향서를 작성했다는 이유만으로 일반적인 진료과정에서 최선의 치료를 받지 못하는 것은 아니다. • 존엄사, 소극적 안락사와 유사, 의사의 도움을 받아 죽도록 하는 안락사와 차이
중단가능	• 심폐소생술, 혈액투석, 항암제 투여, 인공호흡기 착용
중단 불가능	• 통증완화를 위한 의료행위, 영양분 공급, 물 공급, 산소의 단순공급

실기시험

36. ⑤ P282

① 대상자 중심 ② 팔과 손을 자연스럽게 놓고 상황에 따라 적절한 자세 ③ 대상자와 나란히 걸어가면서 대화 ④ 대상자와 같은 눈높이

37. ⑤ P288

나-전달법은 상대방을 비난하지 않고 상대방의 행동이 나에게 미친 영향에 초점을 맞추어 이야기하는 표현법이다.

38. ④ P291

공감이란 상대방이 하는 말을 상대방의 관점에서 이해하고, 감정을 함께 느끼며, 자신이 느낀 바를 전달하는 것을 의미한다. 즉 공감능력은 ‘나는 당신의 상황을 알고, 당신의 기분을 이해한다’ 처럼 다른 사람의 상황이나 기분을 같이 느낄 수 있는 능력을 말한다.

39. ② P293

시각장애	<ul style="list-style-type: none"> • 대상자의 정면에서 이야기한다. • 여기, 이쪽 등의 지시대명사를 사용하지 않고, 사물의 위치를 시계 방향으로 설명 • 대상자를 중심으로 오른쪽, 왼쪽을 설명하여 원칙을 정해 둔다. • 대상자를 만나면 신체 접촉을 하기 전에 먼저 말을 건네어 알게 한다. • 이미지가 전달하기 어려운 형태나 의류 등은 촉각으로 이해시킨다. • 보행 시 요양보호사가 반보 앞으로 나와 대상자의 팔을 끄는 듯한 자세가 좋다.
------	--

40. ⑤ P293

노인성 난청	<ul style="list-style-type: none"> • 대상자의 눈을 보며 정면에서 이야기한다. • 어깨를 다독이거나 눈짓으로 신호를 주면서 이야기를 시작한다. • 입을 크게 벌리며 정확하게 말한다. • 몸짓, 얼굴표정 등으로 이야기 전달을 돕는다. • 말의 의미를 이해할 때까지 되풀이하고 이해했는지 확인한다. • 보청기를 착용할 때는 입력은 크게, 출력은 낮게 조절한다. • 원활한 의사소통이 되도록 정보를 충분히 제공한다.
-----------	--

41. ③ P355

① 왼쪽 ② ⑤ 오른쪽

42. ② P355

또는, 다양한 음식을 조금씩 준비하여 반찬의 색깔을 보기 좋게 담아내 식욕을 돋운다.

43. ① P357

① 거동이 가능한 대상자는 앉게 하고 거동이 어려운 대상자는 오른쪽으로 눕힌다. ② ④ 대상자가 토하거나 청색증이 나타나면 비위관의 튜브를 잠근 후 바로 시설장이나 관리책임자 등에게 알린다. ③ 영양액은 체온 정도의 온도로 데워 준비한다. ⑤ 비위관이 막히거나 새거나 역류하면 간호사에게 즉시 연락한다.

44. ⑤ P366

대상자를 갑자기 침대에서 일으키면 혈압이 떨어지고 어지러울 수 있다. 대상자의 안전을 위해 잠시 침대에 앉아 있게 한다.

45. ③ P370

① 간이변기를 사용한 대상자는 요양보호사의 도움이 필요한 대상자이다. ② 안전을 위해 변기 밑에 미끄럼방지매트를 깔아주어, 대상자가 변기에 앉을 때 흔들리지 않게 한다. ④ 침대를 올려주어 대상자가 배에 힘을 주기 쉬운 자세를 취하게 한다. ⑤ 편마비의 경우 이동변기는 건강한 쪽으로 침대 난간에 빈틈없이 붙이거나, 30~45° 비스듬히 붙인다.

46. ② P370

① 물기가 남아 있으면 대상자의 피부가 짓무르거나 피부 손상을 일으킬 수 있으므로, 마른 수건으로 물기를 닦아 준다. ③ 머리 부분 ④ 따뜻한 수건 ⑤ 대상자가 변의를 호소할 때 즉시 배설할 수 있도록 도와준다.

47. ④ P372

① 화장실 밖에서 기다릴 때 요양보호사는 중간중간 대상자에게 말을 걸어 상태를 살핀다. ② 변기 밑에 ③ 대상자의 다리를 내려 두 발이 바닥에 닿게 한다. 다리가 바닥에 닿지 않으면 불안정하여 넘어질 수 있다. ④ 움직이기 힘들어하는 대상자인 경우 안아서 옮겨야 하므로 힘이 덜 들도록 침대 난간에 이동변기를 빈틈없이 붙인다. ⑤ 배설 시 소리가 나는 것에 부담을 느끼지 않도록 변기 밑에 화장지를 깔고 텔레비전을 켜거나 음악을 틀어놓아 심리적으로 안정된 상태에서 용변을 보게 한다.

48. ② P376

① 대상자의 프라이버시 보호를 위해 불필요한 노출은 피한다. ④ 둔부 주변부터 꼬리뼈 부분까지 피부의 발적, 상처 등을 세심하게 살펴보고 가볍게 두드려 마사지한다. ⑤ 면 덮개의 밑에서 윗옷을 허리까지 올리고 바지를 내린다.

49. ② P377

① 소변이 도뇨관 밖으로 새는 경우에는 시설장이나 간호사에게 보고한다. ③ 금기 사항이 없는 한 수분섭취를 권장한다. ④ 유치도뇨관을 삽입하고 있어도 침대에서 자유로이 움직일 수 있으며 보행도 할 수 있음을 대상자에게 알려준다. ⑤ 시설장이나 간호사에게 보고한다.

50. ⑤ P386

① 거즈를 바꾸어 아랫니를 닦는다. ② 상반신을 높여 준다. ③ 입안 닦기 대상자 ④ 마비된 쪽은 음식 찌꺼기가 끼거나 상처가 있어도 본인이 느끼지 못하므로 항상 점검한다.

51. ⑤ P393

① 시설장 등에게 보고 ② 공복, 식후는 피하고 추울 때는 따뜻한 낮 시간대를 이용 ③ 두피에서부터 모발 끝쪽으로 빗는다. ④ 면봉으로 귀 입구의 귀지를 닦아낸다. 귀속은 의료기관에서

52. ③ P395

드라이샴푸
이용하기

- 물을 사용할 수 없거나 신체적으로 움직이기 힘들 때 사용
- 머리카락이 충분히 적셔지도록 드라이샴푸를 바른 후 거품이 나도록 머리를 마사지한다
- 마른 수건으로 충분히 닦아낸다.

53. ② P396

① 따뜻한 물을 대야에 담은 후 손과 발을 10~15분간 담근 후 ③ 면양말 ④ 염증이나 감염 등 이상이 있을 경우 시설장이나 간호사 등에게 보고한다. ⑤ 노인의 피부는 건조하여 각질이 생기기 쉬우므로 오일이나 로션 등을 발라주어야 한다.

54. ③ P400

① 시계 방향 ② 유방은 원을 그리듯이 닦는다. ④ 회음부는 요도, 질, 항문 순서 ⑤ 손목 쪽에서 팔 쪽으로 닦는다.

침상목록	<ul style="list-style-type: none"> • <u>몸 닦는 순서</u> : 얼굴 → 목 → 가슴 → 배 → 팔 → 손 → 손가락 → 등 → 둔부 → 발 → 발가락 → 음부 • 눈 주변에는 비누를 사용하지 않는다. • <u>얼굴</u> : 이마 → 뺨 → 코 → 입 주위 → 턱 → 귀 뒤쪽 → 귓바퀴 → 목 • <u>양쪽 상지</u> : 손끝에서 겨드랑이 쪽으로 닦는다. • <u>양쪽 하지</u> : 발끝에서 허벅지 쪽으로 닦는다. • <u>유방</u> : 원을 그리듯이 닦는다. • <u>복부</u> : 배꼽 중심으로 시계 방향(장운동을 활발하게 하여 배변 도움) • <u>목 뒤에서 둔부까지</u> 닦는다. • 둔부의 마사지는 원을 그리는 것처럼 둥글게 닦는다.
------	--

55. ② P422

수액 있는 대상자	상의	<ul style="list-style-type: none"> • <u>벗길 때</u> : 건강한 쪽 → 수액 → 마비 쪽 • <u>입힐 때</u> : 마비 쪽 → 수액 → 건강한 쪽
	순서 (입힐 때)	<ol style="list-style-type: none"> ① 마비된 쪽 팔에 소매 끼우기 ② 등 뒤쪽에 계단식으로 소매 접어놓기 ③ 수액을 소매 안에서 밖으로 통과시키기 ④ 건강한 쪽 팔에 소매 끼우기

56. ② P433

엎드린 자세에서 아랫배와 발목 밑에 작은 배게 등을 받치면 허리와 넓다리의 긴장을 완화할 수 있다.

57. ⑤ P440

58. ② P443

59. ⑤ P454

올라갈 때	지팡이 없을 때	• 건강한 손 계단잡기 → 건강한 다리 → 불편한 다리
	지팡이 있을 때	• 건강한 손 지팡이 → 건강한 다리 → 불편한 다리
내려갈 때	지팡이 없을 때	• 건강한 손 계단잡기 → 불편한 다리 → 건강한 다리
	지팡이 있을 때	• 건강한 손 지팡이 → 불편한 다리 → 건강한 다리

60. ① P455

보행 보조차	다리 모두 불편	• 보행기 → 오른발 → 왼발(오른발이 나간 지점까지)
	한쪽 다리만 약한 경우	• 보행기와 약한 다리 함께 → 건강한 다리

61. ① P463

요실금 팬티는 일반 섬유 팬티에 방수패드가 부착된 형태이며 세탁 후 반복 사용이 가능해 경제적이다.

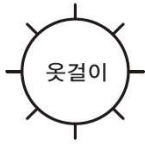

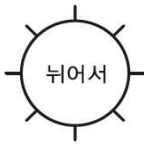

62. ③ P478

① 편안한 자세로 목욕할 수 있도록 등받이 각도가 조절되어야 한다. ② 높낮이가 자동으로 조정되어야 한다. ④ 물속에서 사용되므로 녹이 슬지 않는 재질이어야 한다. ⑤ 특히 다리가 불편한 대상자가 목욕할 때 편리하다.

63. ④ P531

① 찬물에 담가 냉장 보관한다. ② 10℃ 이하 냉장 보관한다. ③ 열대과일은 실온에 보관하고, 대부분 과일은 냉장실에 보관한다. ⑤ 내장을 제거하고 흐르는 물로 씻은 후 물기를 제거하고 냉장·냉동 보관한다.

64. ④ P544

건조표시				
	• 햇빛에 건조 • 옷걸이에 걸어서 건조	• 그늘에 건조 • 옷걸이에 걸어서 건조	• 햇빛에 건조 • 뉘어서 건조	• 그늘에 건조 • 뉘어서 건조
	흰색 면직물	합성섬유 의류	흰색 니트류	색상 있는 니트류

65. ③ P548

① 대상자에게 ② ④ 불만족하여 재요청할 때에는 충분히 상의하여 진행한다.

66. ③ P567

① 대상자의 생활자세를 소중히 여기고 환경을 바꾸지 않는다. ② 의사에게 보고하여 지시에 따른다. ④ 아주 사소한 것이라도 본인이 할 수 있는 것은 하게 해야 한다. ⑤ 치매가 있다고 모든 것을 못하는 것은 아니라고 안내한다.

67. ① P578

반복 질문이나 반복 행동에 대한 관심을 다른 곳으로 돌린다.

68. ④ P579 (음식섭취 관련 행동심리증상)

기본원칙	<ul style="list-style-type: none"> • 배회 등이 심하여 활동이 많은 경우 섭취량을 늘려 열량 섭취와 배설의 균형을 맞춘다. • 화를 내거나 대립하지 않는다. ☞ 치매 대상자가 식사했음에도 밥을 달라고 하는 경우 → “지금 준비하고 있으니깐 조금만 기다리세요.”라고 얘기한다. • 서두르지 않고 천천히 먹게 한다.
돕는방법	<ul style="list-style-type: none"> • 그릇의 크기를 조절하여 식사량을 조정한다. • 치매 대상자가 좋아하는 대체식품을 이용한다. • 식사하는 방법을 자세히 가르쳐 준다. • 식사 도구를 사용하지 못할 경우 → 손으로 집어 먹을 수 있는 음식 제공 • 치매 말기 → 음식을 으개거나 갈아서 걸쭉하게 만들어 준다. • 위험한 물건을 빼앗기지 않으려고 하는 경우 → 대상자가 좋아하는 다른 간식과 교환한다. • 금방 식사한 것을 알 수 있도록, 먹고 난 식기를 그대로 두거나 매식사 후 달력에 표시하게 한다.

69. ④ P580 (수면장애)

기본원칙	<ul style="list-style-type: none"> • 대상자의 수면 상태 관찰 • 대상자에게 알맞은 하루 일정을 만들어 규칙적으로 생활 • 일과 안에 휴식시간과 가능하면 집 밖에서의 운동 포함 • 수면에 좋은 환경을 만든다.
돕는방법	<ul style="list-style-type: none"> • 산책과 같은 야외활동을 통해 신선한 공기를 접하면서 운동하도록 돕는다. • 밤낮이 바뀌어 낮에 꾸벅꾸벅 조는 경우 → 말을 걸어 자극을 준다. • 소음을 최대한 없애고 적정 실내온도 유지 • 오후와 저녁에는 커피나 술과 같은 음료를 주지 않는다. • 잠에서 깨어나 외출하려고 하면 요양보호사가 동행

70. ③ P581

① 집 안에서 배회하는 경우 배회코스를 만들어 둔다. ② 낮에 단순한 일거리를 주어 에너지를 소모하게 하여 야간배회 증상을 줄인다. ③ 단순한 일거리를 주어 배회 증상을 줄인다. ⑤ 배회 예방을 위해 현관이나 출입문에 벨을 달아 놓아 대상자가 출입하는 것을 관찰한다. 창문 등 출입이 가능한 모든 곳의 문을 잠근다.

71. ④ P582

치매 대상자가 보고 들은 것에 대해 아니라고 부정하거나 다투지 않는다.

72. ④ P584

온화하게 이야기하고, 치매 대상자가 당황하고 흥분되어 있음을 이해한다는 표현을 한다.

73. ⑤ P585 (석양증후군)

특 징	<ul style="list-style-type: none"> • 해질녘이 되면 더욱 혼란해지고 불안정하게 의심 및 우울 증상을 보이는 것
기본원칙	<ul style="list-style-type: none"> • 해질녘에는 대상자와 함께 있다. • 좋아하는 소일거리를 주거나 애완동물과 함께 즐거운 시간을 갖게 한다. • 낮 동안 움직이거나 활동하게 한다.
돕는방법	<ul style="list-style-type: none"> • 인형, 애완동물, 익숙한 소리를 듣거나 좋아하는 일을 하게 한다. • 대상자를 밖으로 데려가 산책을 한다. • 따뜻한 음료수, 등 마사지, 음악듣기 등이 잠드는 데 도움 • TV를 켜놓거나 밝은 조명이 도움

74. ① P586 (부적절한 성적 행동)

기본원칙	<ul style="list-style-type: none"> • 보통 성 자체에는 관심이 없음을 인식 • 부적절한 성적 행동관련 요인 관찰 • 때때로 행동교정이 도움 • 노출증을 감소시키기 위해 벌과 보상을 적절히 사용 • 이상한 성행위가 약물복용 때문에 유발될 수 있음을 이해
돕는방법	<ul style="list-style-type: none"> • 의복으로 인한 불편감이나 대소변을 보고 싶은 욕구가 있는지 확인 • 옷을 벗거나 성기를 노출한 경우 → 당황하지 말고 옷을 입혀준다. • 성적으로 부적절한 행동을 할 때 → 즉각 멈추지 않으면 치매 대상자가 좋아하는 것을 가져간다고 경고 • 성적 관심을 보일 경우 → 공공장소 출입을 삼가고, 방문객 제한

75. ① P641

② 엘리베이터(승강기)가 아닌 계단으로 이동해야 한다. ③ 대피할 때를 대비하여 문을 등지고 사용 ④ 연기를 들이마시면 위험하므로 숨을 참고 이동 ⑤ 연기로 시야가 확보되지 않는다면 한 손을 벽에 짚으면서 이동한다.

76. ③ P642

지 진	<ul style="list-style-type: none"> • 집이 흔들리기 시작하면 탁자 아래로 들어가 몸을 보호한다. • 탁자가 없을 경우 머리를 팔로 감싼 자세로 웅크린 채로 대기한다. • 창문 근처 등 깨지거나 떨어지기 쉬운 곳은 피한다. • 집이 흔들리는 동안에는 대피를 시도해서는 안 된다. • 흔들림이 멈추면 전기와 가스를 차단하고 문을 열어 출구를 확보한다. • 계단을 이용하여 신속하게 건물 밖으로 이동 • 운동장이나 공원 등 넓은 공간으로 이동
-----	---

77. ① P658

경 련	<ul style="list-style-type: none"> • 주변에 뺏죽한 물건 등을 치운다. • 경련이 발생한 시각을 기록해 둔다. • 대상자를 침대나 바닥에 눕히고 베개를 받쳐 머리의 손상을 보호한다. • 호흡을 편하게 할 수 있도록 상의를 느슨하게 한다. • 질식을 예방하기 위하여 고개를 가만히 옆으로 돌린다. • 경련을 멈추기 위해 억제를 시도해서는 안 된다. • 대상자의 입 무언가를 물리는 어떠한 행위도 금지된다. • 상황이 종료될 때까지 물이나 음식을 주어서는 안 된다. • 저절로 경련이 멈출 때까지 옆에 가만히 있어 준다.
-----	--

78. ③ P659

화 상	<ul style="list-style-type: none"> • 화상 부위의 통증이 없어질 때까지 15분 이상 찬물에 담근다. • 화상 부위에 얼음이나 얼음물을 직접 대는 것은 권장하지 않는다. • 화상 부위에 간장, 기름, 된장, 핸드크림 등은 절대 바르면 안 된다. • 화상 부위에 반지, 팔찌, 귀고리 등이 있다면 신속하게 미리 벗겨낸다. • 화상이 경미하다면 멸균 드레싱을 실시한다. • 화상이 어느 정도 심한지 모르겠다면 병원 진료를 받도록 한다.
-----	--

79. ① P661

가. 반응확인 나. 가슴압박 다. 도움요청 라. 인공호흡 마. 자동심장충격기 사용

80. ④ P664

① 전원 켜기 → 패드부착 → 심장 리듬 분석 → 심장충격 시행 ② 분석 중이라는 음성 지시가 나오면 심폐소생술을 멈추고 대상자에게서 손을 떼다. ③ 심장충격을 실시한 뒤에는 즉시 가슴 압박을 다시 시작한다. ⑤ 오른쪽 빗장뼈 아래와 왼쪽 젖꼭지 아래 중간 겨드랑선

모의고사 제2회 정답 및 해설

1 ⑤	표준 P.19	2 ④	표준 P.26	3 ⑤	표준 P.39	4 ③	표준 P.49	5 ④	표준 P.57
6 ①	표준 P.66	7 ③	표준 P.63	8 ③	표준 P.107	9 ①	표준 P.113	10 ④	표준 P.119
11 ③	표준 P.120	12 ②	표준 P.123	13 ②	표준 P.123	14 ①	표준 P.124	15 ②	표준 P.129
16 ③	표준 P.139	17 ④	표준 P.149,174	18 ⑤	표준 P.162	19 ②	표준 P.166	20 ①	표준 P.173
21 ④	표준 P.181	22 ⑤	표준 P.190	23 ②	표준 P.194	24 ④	표준 P.198	25 ③	표준 P.200
26 ②	표준 P.212	27 ⑤	표준 P.219	28 ⑤	표준 P.224	29 ①	표준 P.257	30 ②	표준 P.266
31 ②	표준 P.271	32 ④	표준 P.310	33 ⑤	표준 P.338	34 ③	표준 P.631	35 ②	표준 P.635
36 ⑤	표준 P.286	37 ③	표준 P.288	38 ②	표준 P.292	39 ②	표준 P.294	40 ②	표준 P.355
41 ③	표준 P.361	42 ③	표준 P.368	43 ④	표준 P.370	44 ③	표준 P.372	45 ①	표준 P.373
46 ②	표준 P.377	47 ②	표준 P.386	48 ④	표준 P.388	49 ⑤	표준 P.389	50 ③	표준 P.394
51 ①	표준 P.395	52 ①	표준 P.397	53 ⑤	표준 P.398	54 ③	표준 P.400	55 ③	표준 P.406
56 ③	표준 P.416	57 ④	표준 P.429	58 ①	표준 P.439	59 ②	표준 P.454	60 ⑤	표준 P.459
61 ④	표준 P.526	62 ③	표준 P.539	63 ③	표준 P.545	64 ⑤	표준 P.547	65 ④	표준 P.579
66 ③	표준 P.578	67 ③	표준 P.579	68 ④	표준 P.580	69 ⑤	표준 P.581	70 ③	표준 P.582
71 ①	표준 P.584	72 ②	표준 P.586	73 ③	표준 P.586	74 ⑤	표준 P.603	75 ④	표준 P.642
76 ②	표준 P.641	77 ①	표준 P.655	78 ③	표준 P.659	79 ④	표준 P.661	80 ③	표준 P.664

요양보호론(필기시험)

1. ⑤ P19

신체적 특성	<ul style="list-style-type: none"> • 세포의 노화(피하지방 감소) : 뼈와 근육 위축, 피하지방 감소 • 면역능력의 저하 : 질병이 발생한 경우 급격하게 상황 악화 • 잔존능력의 저하 : 적응력이 떨어져 일상생활에서 어려운 상황 발생 • 회복능력의 저하 : 합병증이 쉽게 올 수 있어 사소한 원인으로도 중증 • 비가역적 진행 : 노화는 점진적으로 일어나는 진행성 과정, 인간 노력으로 노화 진행을 막을 수 없다.
-----------	---

2. ④ P26

노인 부모가 자녀와 근거리에 살면서 자녀의 보살핌을 받는 가족 형태

3. ⑤ P39 (노인복지 원칙)

독립의 원칙	<ul style="list-style-type: none"> • 언제, 어떻게 직장을 그만둘 것인지에 대한 결정에 참여 • 적절한 교육과 훈련 프로그램에 접근할 수 있어야 한다. • 안전하게 적응할 수 있는 환경에서 살 수 있어야 한다. • 가능한 한 오랫동안 가정에서 살 수 있어야 한다.
참여의 원칙	<ul style="list-style-type: none"> • 지식과 기술을 젊은 세대와 공유하여야 한다. • 지역사회를 위한 봉사 기회를 갖고 개발, 흥미와 능력에 맞는 자원봉사 • 노인들을 위한 사회운동을 하고 단체를 조직할 수 있어야 한다.
보호의 원칙	<ul style="list-style-type: none"> • 최적의 신체적, 정신적, 정서적 안녕을 유지하거나 되찾도록 도움을 받고, 질병을 예방하거나 지연하는 건강보호 서비스를 이용할 수 있어야 한다. • 자율과 보호를 높이는 사회적, 법률적인 서비스를 이용할 수 있어야 한다. • 보호 및 치료시설에서 기본적인 인권과 자유를 누릴 수 있어야 한다.
자아실현의 원칙	<ul style="list-style-type: none"> • 노인의 잠재력을 완전히 계발할 기회가 있어야 한다. • 사회의 교육적, 문화적, 정신적 자원과 여가서비스를 이용
존엄의 원칙	<ul style="list-style-type: none"> • 착취와 육체적, 정신적 학대로부터 자유로워야 한다. • 공정하게 대우받아야 하며, 경제적 기여와 관계없이 평가되어야 한다.

4. ③ P49 (노인장기요양보험제도)

목 적	<ul style="list-style-type: none"> • 신체활동 또는 가사활동 지원 • 노후의 건강증진 및 생활안정 도모 • 가족의 부담을 덜어줌으로써 국민의 삶의 질 향상
-----	---

5. ④ P57

① 20% ② 대상자(수급자) ③ 해당 장기요양기관에 지급한다. ⑤ 저소득층, 의료급여수급권자 등은 법정 본인부담금의 40~60%를 경감하여 준다.

재원조달	보험료	<ul style="list-style-type: none"> 건강보험료액에 장기요양보험료율을 곱하여 산정 건강보험료와 통합하여 고지하고, 징수 후 독립회계로 관리
	국가지원	<ul style="list-style-type: none"> 보험료 예상 수입액의 20%를 국가에서 부담
	본인부담금	<ul style="list-style-type: none"> 시설급여 20%, 재가급여 15%, 복지용구 15% 부담 저소득층, 의료급여수급권자 등은 법정 본인부담금의 40~60% 경감 국민기초생활수급권자는 무료 (단, <u>비급여 항목은 전액 본인 부담</u>)

6. ① P66

7. ③ P63

요양보호서비스의 목적은 65세 이상 노인 또는 노인성 질병을 가진 65세 미만인 자에게 계획적이고, 전문적인 요양보호서비스를 제공하여 장기요양 대상자들의 신체기능 증진 및 삶의 질 향상에 기여하는 것이다.

8. ③ P107

정서적 학대

9. ① P113

③ 장기요양요원의 권리침해 관한 상담 및 지원, 역량강화를 위한 교육지원, 건강검진 등 건강관리를 위한 사업 지원 ⑤ 노인학대 신고사례에 대한 현장조사, 노인학대행위자의 형사재판을 요하는 사례에 대한 수사 전달, 응급조치를 요하는 노인 학대사례를 일시보호시설 또는 의료기관에 의뢰

10. ④ P119

산업재해 보상 보험법	<ul style="list-style-type: none"> 산재로 요양 중 퇴직하거나 사업장 부도, 폐업하여 없어진 경우도 보상 가능 산재를 당했다는 이유로 해고할 수 없다. 산재요양으로 휴업하는 기간과 치료를 종결한 후 30일간은 해고하지 못함 보험급여는 조세 및 기타 공과금 부과가 면제되어 세금을 떼지 않는다. 보험급여를 받을 권리는 급여내용에 따라 3년 혹은 5년간 유효하며 퇴직 여부와 상관없이 받을 수 있다. 보험급여는 양도 또는 압류할 수 없어 채권자가 건드릴 수 없다.
-------------------	--

11. ③ P120 (성희롱 행위)

언어적	<ul style="list-style-type: none"> • 음란한 농담, 음탕하고 상스러운 이야기 • 외모에 대한 성적인 비유나 평가 • 성적 관계를 강요하거나 회유하는 행위 • 음란한 내용의 전화통화 • 성적 사실관계를 묻거나 성적인 정보를 의도적으로 유포하는 행위 • 회식자리 등에서 옆에 앉아 술을 따르라고 함
육체적	<ul style="list-style-type: none"> • 입맞춤, 포옹, 뒤에서 껴안기 등의 신체 접촉 • 가슴, 엉덩이 등 특정 신체부위를 만지는 행위 • 안마나 애무를 하거나 신체일부를 밀착하거나 잡아당김
시각적	<ul style="list-style-type: none"> • 음란한 사진, 그림, 낙서, 음란출판물 등을 게시하거나 보여주는 행위 • 직접 또는 팩스나 컴퓨터 등을 통해 음란한 편지, 사진, 그림을 보내는 행위 • 성과 관련된 자신의 특정 신체부위를 고의적으로 노출하거나 만짐

12. ② P123

직업윤리	<ul style="list-style-type: none"> • 인종, 연령, 성별, 종교, 경제적 지위 등 이유로 대상자 차별금지 • 인권을 옹호하고 대상자의 자기결정을 최대한 존중 • 업무의 경과와 결과를 시설장 또는 관리책임자에게 보고 • 업무를 수행하기 위해 지속적으로 지식과 기술 습득 • 건강관리, 복장 및 외모 관리 등을 포함하여 자기관리 • 업무상 알게 된 개인정보 비밀유지 • 업무와 관련하여 대상자의 가족, 의사, 간호사, 사회복지사 등과 협력 • 학대를 발견하면 반드시 신고 • 대상자로부터 서비스에 대한 물질적 보상을 받지 않는다. • 수직적인 관계가 아닌 함께하는 상호 대등한 관계임을 인식
------	--

13. ② P123

요양보호사는 대상자의 사생활을 존중하고 업무상 알게 된 개인정보를 비밀로 유지한다.

14. ① P124

② 반드시 지시에 따라야 한다. ④ 대상자를 방문하였을 때 대상자가 없으면 방에 들어가지 말고, 다음 방문 일을 적어 메모를 남겨둔다. ⑤ 대상자에게 유아어, 명령어, 반말 등을 사용하지 않는다.

15. ② P129

다시 쓸 수 없는 이유를 보호자에게 설명하고, 만약 그럼에도 불구하고 보호자가 계속 강요한다면 관리책임자와 다른 가족(자녀 등)들에게 이러한 상황에 대해 설명을 해야 한다. 그래도 문제가 해결되지 않을 때는 기관 차원에서 요양보호서비스를 이어갈 수 없음을 알린다.

16. ③ P139

① 요통 ② 어깨 통증 ④ 목 통증 ⑤ 팔꿈치 통증

수근관증후군 증상	<ul style="list-style-type: none"> • 수근관이 좁아지거나 내부 압력이 증가하여 신경 자극 • 손의 감각이상(감각저하), 저린 감각, 통증, 근력 약화 • 손목을 지나치게 손바닥 방향으로 힘을 주어 굽힐 때 악화 • 엄지손가락의 운동 기능장애, 밤에 통증 악화 • 손을 털게 되면 저림과 통증이 일시적으로 완화
--------------	---

17. ④ P149, 174

① 움 ② 호흡기질환으로 기침이나 재채기를 할 때 분비되는 호흡기 비말을 통해 사람에서 사람으로 전파됨 ③ 증상이 생긴 후 5일 이상 병을 퍼뜨릴 수 있으므로 인플루엔자에 걸린 요양보호사는 1주일 정도 쉬어야 한다. ④ 필요시 해열진통제나 처방받은 항바이러스제를 복용한다. ⑤ 누런 가래가 생기면 폐렴이 의심되므로 반드시 병원에 방문하여 진료를 받는다.

18. ⑤ P162 (노인성 질환)

특 성	<ul style="list-style-type: none"> • 단독으로 발생하는 경우는 드물다. • 하나의 질병에 걸리면 다른 질병 동반 • 증상이 거의 없거나 애매하여 정상적인 노화과정과 구분 곤란 • 원인이 불명확한 만성퇴행성 질환이 대부분 • 경과가 길고, 재발이 빈번하며, 합병증이 생기기 쉽다. • 약물에 민감하게 반응(신장의 소변 농축능력과 배설능력 저하로 약물중독) • 초기 진단이 매우 어렵다. (질환에 민감하기 때문) • 질환 자체가 비교적 가벼워도 의식장애를 일으키기 쉽다. • 혈액순환 저하로 욕창이 잘 발생 • 골격근의 수축력 감소로 관절이 쉽게 뻣뻣해진다 • 일상생활 수행능력이 저하되면 질환이 치유된 후에도 의존상태 지속 • 신체적 측면뿐만 아니라 심리적, 사회적, 경제적, 영적측면이 모두 연관
-----	---

19. ② P166

① 규칙적인 식사를 한다. ③ 충분한 수면, 심신 안정이 중요하다. 따라서 녹차를 삼가야 한다. ⑤ 위궤양의 원인이 된다.

20. ① P173

② 기침반사와 섬모운동 저하로 미세 물질들을 걸러내지 못한다. ③ 신체조직 내 수분 함유량의 감소로 콧속의 점막이 건조하게 되어 공기를 효과적으로 흡입하지 못한다. ④ 호흡근육의 위축과 근력의 약화로 호흡증가 시 피로해지기 쉽다. ⑤ 기관지 내 분비물이 증가하여 호흡기계 감염이 쉽게 발생한다.

21. ④ P181

① ② 저염식이, 저지방식이를 한다. ③ 혈압이 조절되다가도 약을 안 먹으면 약효가 떨어지자마자 혈압이 다시 올라간다. 따라서 의사의 처방이 있으면 계속 약을 먹어야 한다. ⑤ 정상 체중을 유지한다.

22. ⑤ P190

적당한 체중을 유지한다.

23. ② P194

① 여성노인은 질 분비물이 줄어들므로 윤활제를 사용하는 것이 좋다. ③ 여성호르몬 감소로 난소가 작아지고 기능도 점차 감퇴한다. ④ ⑤ 감소한다.

여성노인	<ul style="list-style-type: none"> • 여성호르몬 감소로 난소가 작아지고 기능 감퇴 • 질벽이 얇아지고 탄력성이 적어지고 윤활작용 감소 • 성교 시 통증을 유발(성적 욕구가 감소되는 것은 아니다) • 유방과 유방을 지지하는 근육이 위축하여 가슴은 처지고 작아진다. • 질의 수축 및 분비물 저하로 질염 발생 • 방광기능과 대뇌기능의 저하(빈뇨증, 요실금, 야뇨증 발생)
------	---

24. ④ P198 (전립선비대증)

증 상	<ul style="list-style-type: none"> • 비대된 전립선이 요도를 눌러 요도가 좁아져 소변줄기가 가늘어짐 • 소변을 보고 나서도 시원하지 않음(잔뇨감) • 소변이 바로 나오지 않고 힘을 주어야 나옴 • 배뇨 후 2시간 이내 다시 소변이 마렵고(빈뇨) 마려울 때 참기 힘들(긴박뇨) • 밤에 자다가 소변을 보려고 자주 깬(야뇨)
치료 및 예방	<ul style="list-style-type: none"> • 저지방 식사와 적당한 운동으로 적정 체중 유지 • 음주는 전립선비대증을 악화시키므로 금주

25. ③ P200 (욕창)

원 인	<ul style="list-style-type: none"> • 장기간의 와상 상태 • 뇌척수신경의 장애로 인한 체위변경의 어려움 • 체중으로 압박받는 부위, 특히 뼈가 튀어나온 곳의 지속적인 압력 • 영양부족과 체중감소, 피하지방 감소로 인해 피부와 뼈 사이 완충지대 감소 • 요실금 및 변실금 등 습기로 인한 피부 손상, 미생물 번식
-----	--

26. ② P212

① ⑤ 고막이 두꺼워지고 다른 질환으로 손상을 받아 음의 전달 능력이 감소된다. ③ 노인성 난청이 여성보다 남성에게 흔하게 나타난다. ④ 귓바퀴가 커지고 늘어진다.

청 각	<ul style="list-style-type: none"> • 귤바퀴가 커지고 늘어짐 • 외이도의 가려움과 건조증이 증가 • 이관은 내측으로 위축됨에 따라 좁아짐 • 귀지가 더욱 건조해져서 외이도 폐쇄 우려 • 고막이 두꺼워지고 다른 질환으로 손상을 받아 음의 전달 능력 감소 • 소리의 감수성, 말의 이해, 평형 유지에 문제 발생 • 노인성 난청이 여성보다 남성에게 흔함 • 귀질환이 없어도 이명이 있기도 함
-----	---

27. ⑤ P219 (당뇨병)

① 저혈당에 대비한다. ② 혈압이 높은 경우에는 혈압을 조절한 후에, 혈당이 300mg/dl 이상이면 혈당을 조절한 후에 운동을 시작한다. ③ 차갑거나 뜨거운 곳 노출 금지한다. ④ 인슐린 주사약은 입으로 복용하면 위장관에서 파괴되므로 반드시 주사로 주입한다.

치료 및 증상	식이 요법	<ul style="list-style-type: none"> • 저콜레스테롤 식이 기본으로 육류보다는 곡류 등 고섬유질 섭취 • 설탕이나 꿀 등을 함유한 단음식과 술 섭취 제한
	운동 요법	<ul style="list-style-type: none"> • 공복 시 운동을 하거나 장기간 등산 시 저혈당 대비 • 식후 30분~1시간 후 혈당이 오르기 시작할 때, 하루 최소 30분, 일주일 5회 이상 • 혈당이 300mg/dl 이상인 경우 조절 후 운동 시작
	약물 요법	<ul style="list-style-type: none"> • 경구용 혈당강하제나 인슐린을 이용한 약물요법 병행 • 약물복용 중에도 식사요법과 운동 요법 병행 • 인슐린은 반드시 주사주입

28. ⑤ P224 (섬망)

지남력 유지	<ul style="list-style-type: none"> • 낮에 창문이나 커튼을 열어 시간을 알게 한다. • 개인 사물, 사랑하는 사람의 사진, 달력, 시계 등을 가까이 둔다. • 일상의 절차, 규칙, 도움을 요청할 사람 및 방법 등을 반복적으로 알려준다.
신체통합성 유지	<ul style="list-style-type: none"> • 대상자 스스로 할 수 있는 일을 말로 지지 • 능동적인 관절운동, 목욕, 마사지 제공
개인정체성 유지	<ul style="list-style-type: none"> • 대상자와 <u>접촉하는 사람 수를 줄이고</u> 가족 구성원이 자주 방문하도록 격려
초조관리	<ul style="list-style-type: none"> • 항상 단호하고 부드러운 목소리로 말하기 • 대상자를 부드럽게 마주보아 위협을 느끼지 않게 한다.
착각 및 환각관리	<ul style="list-style-type: none"> • 대상자의 말을 경청하기 • 현실을 확인할 수 있는 환경 조성하기
야간혼돈 방지	<ul style="list-style-type: none"> • 밤에는 창문을 닫고 커튼을 치고 불을 켜 둔다.

29. ① P257

30. ② P266

① 중독성 질환이다, ③ 폐기능이 향상된다. ④ 간접흡연도 직접흡연을 하는 경우와 마찬가지로 다양한 질병을 유발할 수 있다. ⑤ 혈중 일산화탄소와 산소량이 정상으로 회복되기 시작한다.

31. ② P271

대 상	50~59세	60~64세	65세 이상
독감(인플루엔자)	매년 1회		
파상풍/디프테리아 /백일해	10년마다 1회		
폐렴구균	위험군만 1회~2회		건강상태에 따라 1~2회
대상포진	위험군만 1회		
	• 60세 이상 성인은 1회 접종(1회 접종 후 추가접종 불필요)		

32. ④ P310

① 상담일지 ② 욕구사정 ③ 인수인계서 ⑤ 사례회의록

33. ⑤ P338

① ④ 객관적인 사실을 보고한다. ② 보고내용이 중복되지 않게 한다. ③ 신속하게 보고한다.

34. ③ P631

① 음식이나 수분을 섭취하는 데 어려움이 많아진다. ② 수분섭취가 줄어들 뿐만 아니라 혈액 순환이 충분하지 않으므로 소변량이 점차 줄어들게 된다. ④ 차가워진다. ⑤ 호흡수와 깊이가 불규칙하고 무호흡과 깊고 빠른 호흡이 교대로 나타난다.

35. ② P635

① 19세 이상 성인이면 누구나 작성할 수 있다. ③ 사전연명의료의향서를 등록했다고 해도 의료기관에 연동되는 것은 아니므로 가족들에게 이 사실을 알려 본인에게 이러한 상황이 발생했을 때 사전연명의료의향서에 따르라는 의향을 미리 전달해 두어야 한다. ④ 사전연명의료의향서 등록기관에 등록해야만 효력을 가진다. ⑤ 본인이 사전에 직접 작성하여야 한다.

실기시험

36. ⑤ P286

공감이란 상대방이 하는 말을 상대방의 관점에서 이해하고, 감정을 함께 느끼며, 자신이 느낀 바를 전달하는 것을 의미한다.

37. ③ P288

38. ② P292

대상자와 의사소통	<ul style="list-style-type: none"> • 대상자의 말하는 속도에 맞춘다. • 너무 작거나 크게 말하지 않는다. • 본인을 소개할 때 이름, 소속, 역할 등을 전달한다. • 대상자는 이름으로 호칭하는 것이 원칙, 대상자의 동의하에 어르신 등으로 호칭
--------------	--

39. ② P294

언어장애	<ul style="list-style-type: none"> • 얼굴과 눈을 응시하며 천천히 말한다. • 소음이 있는 곳을 피한다. • 면담 시 앉아서 한다. • 질문에 대한 답변이 끝나기 전에 다음 질문을 하지 않는다. • 말이 확실히 끝날 때까지 기다리면서 고개를 끄덕여 듣고 있음을 알린다. • 알아듣고 이해가 된 경우에는 예, 아니요, 등으로 짧게 대답 • 눈을 깜빡이거나 손짓, 손에 힘을 주거나 고개를 끄덕이는 의사표현 • <u>실물, 그림판, 문자판 등을 이용</u> • 잘 표현하였을 때는 칭찬과 더불어 긍정적 공감을 비언어적으로 표현
------	---

40. ② P355

① 식사 전에 몸을 움직이거나 잠시 밖에 나가서 맑은 공기를 마시면 기분이 좋아지고 식욕이 증진된다. ③ 가능하면 앉아서 상체를 약간 앞으로 숙이고 턱을 당기는 자세로 식사한다. ④ 너무 깊숙이 음식을 넣으면 사례가 들 수 있다. ⑤ 적은 양을 입에 넣어 준다.

41. ③ P361

① 50cc 주사기(mL와 cc는 동일) ② 대상자가 토하거나 청색증이 나타나면 비위관을 잠근 후 바로 시설장이나 관리책임자 등에게 알린다. ④ 사용할 때마다 세척한다, ⑤ 영양액이 중력에 의해 흘러 내려와 위장으로 들어가도록 위장보다 높은 위치에 건다.

42. ③ P368

① 오른쪽 ② 대상자의 두 발이 바닥에 닿게 한다. ④ ⑤ 오른쪽

43. ④ P370

- ① 둔부 밑에 방수포를 깔다. ② 변기는 따뜻한 물로 데워서 침대 옆이나 의자 위에 놓는다. ③ 프라이버시 보호를 위해 배변 시 불필요한 노출을 방지하고 가려주며 편안한 상태에서 배설하게 한다. ⑤ 허리 아랫부분을 무릎덮개로 늘어뜨려 덮은 후 바지를 내린다.

44. ③ P372

- ① 대상자를 확인하고 절차를 설명한다. ② 침대 높이와 이동변기의 높이가 같도록 맞춘다. ③ 편마비의 경우 이동변기는 건강한 쪽으로 침대 난간에 빈틈없이 붙이거나, 30~45° 비스듬히 붙인다. ④ 왼쪽 ⑤ 안전을 위해 변기 밑에 미끄럼방지매트를 깔아주어, 대상자가 변기에 앉을 때 흔들리지 않게 한다.

45. ① P373

기저귀를 쓰게 되면 대상자가 기저귀에 의존하게 되어 스스로 배설하던 습관이 사라지고 치매 증상 및 와상 상태가 더욱 심해질 수 있다.

46. ② P377

소변색이 이상하거나 탁해진 경우, 소변량이 적어진 경우, 소변이 도뇨관 밖으로 새는 경우에는 시설장이나 간호사에게 보고한다.

47. ② P386

- ① 안쪽이나 목젖을 자극하면 구토나 질식 우려 ③ 대상자가 앉은 자세나 옆으로 누운 자세 ④ 시설장이나 간호사에게 보고 ⑤ 거즈를 감은 설압자 또는 일회용 스펀지 브러시를 물에 적서 사용

48. ④ P388

- ① 칫솔 위 두툼하게 올린 치약은 치아 사이에 닿지 않는다. 칫솔모 아래쪽까지 깊게 치약을 눌러 짜야 한다. ② 입안이 깨끗해질 때까지 여러 번 헝구고 마른 수건으로 입 주위를 닦는다. ③ 칫솔질할 때에는 치아뿐만 아니라 혀도 닦는다. ⑤ 혈액응고장애가 있는 대상자는 출혈 가능성이 있으므로 치실은 사용하지 않는다.

49. ⑤ P389

- ① 의치는 뜨거운 물에 삶거나 표백제에 담그면 안 된다. 변형될 수 있기 때문이다. ② 먼저 위쪽 의치를 뺀다. ③ 윗니를 끼울 때는 엄지와 검지로 잡아 엄지가 입안으로 들어가게 하여 한 번에 끼운다. 아랫니는 검지가 입안으로 향하게 하여 아래쪽으로 밀어 넣는다. ④ 의치 삽입 전에 입을 행군다.

50. ③ P394

- ① 눈을 수건으로 덮어 보호한다. ② 솜으로 양쪽 귀를 막는다. ④ 방수포를 어깨 밑까지 깔다. ⑤ 어깨 아래 수건을 놓아 어깨 아래에서 가슴 위까지 감싼다.

51. ① P395

드라이샴푸 이용하기	<ul style="list-style-type: none"> • 물을 사용할 수 없거나 신체적으로 움직이기 힘들 때 사용 • 머리카락이 충분히 적셔지도록 드라이샴푸를 바른 후 거품이 나도록 머리를 마사지한다 • 마른 수건으로 충분히 닦아낸다.
---------------	---

52. ① P397

② 모직의류는 피하고 면제품 사용 ④ ⑤ 시설장 등에게 보고

53. ⑤ P398

① 둔부 밑에 방수포와 목욕수건을 겹쳐서 깔고 변기를 밀어 넣는다. ② 무릎을 세우게 한다.
③ 물수건에 비눗물을 묻혀 닦는다. ④ 음경을 수건으로 잡고, 겹치는 부분과 음낭의 뒷면도 잘 닦는다.

54. ③ P400

① 비염 등이 발생하기 쉬우므로 코안과 코 볼, 둘레를 세심히 닦도록 한다. ② 안쪽에서 바깥 쪽으로 닦는다. ④ 다른 쪽은 수건의 다른 면을 사용한다. ⑤ 이마는 머리 쪽으로 쓸어 올리며 닦고, 옆으로는 눈 밑 → 코 → 뺨 쪽으로, 아래로는 입 주위 → 턱 → 귀의 뒷면 → 귓바퀴 → 목 순서로 닦는다.

55. ③ P406

① 발끝에 물을 묻혀 미리 온도를 느껴보게 한 후 다리, 팔, 몸통의 순서로 물로 헹구고 회음 부를 닦아낸다. ② 공복 시, 식사 직전, 직후에는 피한다. ④ 건강한 쪽 ⑤ 요양보호사의 손등으로 물의 온도를 확인한다.

56. ③ P416

57. ④ P429

58. ① P439

59. ② P454

올라갈 때	지팡이 없을 때	• 건강한 손 계단잡기 → 건강한 다리 → 불편한 다리
	지팡이 있을 때	• 건강한 손 지팡이 → 건강한 다리 → 불편한 다리
내려갈 때	지팡이 없을 때	• 건강한 손 계단잡기 → 불편한 다리 → 건강한 다리
	지팡이 있을 때	• 건강한 손 지팡이 → 불편한 다리 → 건강한 다리

60. ⑤ P459

① 간이변기 ② 보행기 ③ 욕창예방방석 ④ 목욕의자 ⑤ 수동형 휠체어

대여품목	<ul style="list-style-type: none"> • 수동휠체어 • 목욕리프트 	<ul style="list-style-type: none"> • 전동침대 • 배회감지기 	<ul style="list-style-type: none"> • 수동침대 • 이동욕조
구입품목	<ul style="list-style-type: none"> • 이동변기 • 안전손잡이 • 간이변기(간이대변기 · 소변기) • 미끄럼방지용품(미끄럼방지매트, 미끄럼방지액, 미끄럼방지양말) 	<ul style="list-style-type: none"> • 목욕의자 • 자세변환 용구 	<ul style="list-style-type: none"> • 성인용 보행기 • 욕창예방 방석 • 지팡이 • 요실금팬티
구입 또는 대여품목	<ul style="list-style-type: none"> • 욕창예방 매트리스 • 경사로(실외용, 실내용) 		

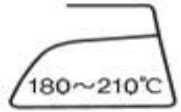
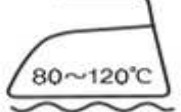

61. ④ P526

① 충분한 수분섭취와 식이섬유 섭취를 위한 관리가 필요하다. ② 과일은 통조림이나 주스 대신 생으로 섭취한다. ⑤ 가급적 도정과정을 적게 거친 통곡류 및 감자류, 생채소 섭취를 증가시킨다.

62. ③ P539

① 가볍고, 부드러우며 보습성이 있는 것 ② 튼튼하고 흡습성이 좋은 옅은 색의 면 ④ 풀을 먹이거나 재봉선이 있는 것은 욕창의 원인이 되므로 피한다. ⑤ 단단하고, 탄력성과 지지력이 뛰어나며 습기를 배출할 수 있는 것

63. ③ P545

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

64. ⑤ P547

① 대상자의 외출목적에 파악하고 상황에 맞게 외출준비를 돕는다. ② ⑤ 도보 시 보폭을 작게, 계단을 오를 때는 몇 걸음에 한 번씩 혹은 걸음마다 두 다리를 한곳에 모아 쉬면서 천천히 이동한다. ③ 동행 전 대상자의 외출목적에 파악하고 상황에 맞게 외출준비를 돕는다. ④ 뒷좌석에 같이 앉도록 한다.

65. ④ P579

식사 도구를 사용하지 못할 경우 손으로 집어 먹을 수 있는 식사를 만들어 준다.

66. ③ P578

치매 대상자가 심리적 안정과 자신감을 느끼도록 도와준다.

67. ③ P579

68. ④ P580

69. ⑤ P581

70. ③ P582

치매 대상자의 감정을 이해하고 수용한다.

71. ① P584

파괴적 행동이란 무의미한 사건으로 보이는 것에 대해 자신뿐만 아니라 주위 사람에게 정서적으로 난폭한 반응을 보이는 것이다. 이러면 치매 대상자가 다른 것에 신경을 쓰도록 계속 관심을 돌린다.

72. ② P586

치매 대상자가 성적으로 부적절한 행동을 할 때, 즉각 멈추지 않으면 치매 대상자가 좋아하는 것을 가져간다고 경고하는 것도 도움이 될 수 있다.

73. ③ P586

의복으로 인한 불편감이나 대소변을 보고 싶은 욕구가 있는지 확인하고 도와준다.

74. ⑤ P603

① 가족의 수발부담을 줄이는 데도 도움 ② 비약물요법 ③ 신체활동 ④ 신체기능과는 상관없는 인지기능 장애 대상 ⑤ 인지기능에 대한 기본적인 인식이 있는 숙련된 보호자 및 요양보호사

75. ④ P642

전기쇼크를 입은 사람이 있다면 전류가 차단될 때까지 접촉해서는 안 된다.

76. ② P641 (화재)

대처방법	<ul style="list-style-type: none">• 소화기가 비치된 장소를 알아 두고 사용방법을 익혀 둔다.• 음식을 조리하는 중에 주방을 떠나지 않는다.• 난로 곁에는 불이 붙는 물건이나 세탁물을 가까이 두지 않는다.• 엘리베이터가 아닌 계단으로 이동해야 한다.• 이동시 최대한 자세를 낮추면서 움직인다.• 연기로 시야가 확보되지 않는다면 한 손을 벽에 짚으면서 이동한다.• 아래층으로 대피할 수 없으면 옥상으로 이동• 밖으로 대피할 때를 대비하여 문을 등지고 소화기 분말을 쏜다.
------	--

77. ① P655

하임리히 방법	<ul style="list-style-type: none"> ① “숨이 안 쉬어지세요? 제가 도와드릴까요?”라고 묻는다. ② 대상자의 등 뒤에 선다. ③ 배꼽과 명치 중간에 주먹 쥔 손을 감싼다. ④ 양손으로 복부의 윗부분 후상방으로 힘차게 밀어 올린다. ⑤ 한 번으로 이물질이 빠지지 않으면 반복하여 시행한다. ⑥ 만일 질식이 지속되고 의식을 잃어버린다면 천천히 바닥에 눕힌다. ⑦ 119에 신고하고 심폐소생술을 실시한다.
------------	---

78. ③ P659

① 화상 부위의 통증이 없어질 때까지 15분 이상 찬물에 담근다. ② 감염의 위험이 있기 때문에 화상 부위를 만지거나 물집을 터뜨리면 안 된다. ④ 화상 부위에 얼음이나 얼음물을 직접 대는 것은 권장하지 않는다. ⑤ 화상 부위에 간장, 기름, 된장, 핸드크림 등은 절대 바르면 안 된다.

79. ④ P661

80. ③ P664

모의고사 제3회 정답 및 해설

1	표준 P.19	2	표준 P.25	3	표준 P.37	4	표준 P.39	5	표준 P.52
④		⑤		③		④		③	
6	표준 P.58	7	표준 P.81	8	표준 P.95	9	표준 P.113	10	표준 P.116
②		③		⑤		②		③	
11	표준 P.120	12	표준 P.123	13	표준 P.123	14	표준 P.129	15	표준 P.129
④		③		④		③		⑤	
16	표준 P.147	17	표준 P.162	18	표준 P.175	19	표준 P.182	20	표준 P.189
⑤		②		①		⑤		③	
21	표준 P.198	22	표준 P.203	23	표준 P.211	24	표준 P.219	25	표준 P.223
⑤		④		③		②		②	
26	표준 P.238	27	표준 P.245	28	표준 P.257	29	표준 P.259	30	표준 P.264
③		⑤		②		③		⑤	
31	표준 P.271	32	표준 P.318	33	표준 P.343	34	표준 P.631	35	표준 P.627
⑤		④		④		④		⑤	
36	표준 P.284	37	표준 P.286	38	표준 P.286	39	표준 P.285, 75	40	표준 P.293
④		①		②		⑤		⑤	
41	표준 P.294	42	표준 P.355	43	표준 P.361	44	표준 P.365	45	표준 P.366
③		③		①		④		②	
46	표준 P.373	47	표준 P.376	48	표준 P.377	49	표준 P.384	50	표준 P.389
②		③		②		①		④	
51	표준 P.393	52	표준 P.395	53	표준 P.399	54	표준 P.407	55	표준 P.410
⑤		③		④		⑤		④	
56	표준 P.421	57	표준 P.427	58	표준 P.440	59	표준 P.439	60	표준 P.459
②		⑤		②		①		②	
61	표준 P.467	62	표준 P.524	63	표준 P.541	64	표준 P.544	65	표준 P.546
①		⑤		②		⑤		④	
66	표준 P.569	67	표준 P.570	68	표준 P.576	69	표준 P.578	70	표준 P.578, 70
③		③		②		⑤		①	
71	표준 P.579	72	표준 P.581	73	표준 P.582	74	표준 P.582	75	표준 P.583
②		⑤		⑤		③		④	
76	표준 P.584	77	표준 P.585	78	표준 P.659	79	표준 P.662	80	표준 P.665
③		①		④		③		③	

요양보호론(필기시험)

1. ④ P19

① 감소 ② 저하 ③ 저하 ⑤ 저하

2. ⑤ P25

① 증가한다. ② ③ 핵가족화가 진행되면서 자녀가 직접 노인 부모를 봉양하는 일이 점점 사라지고 있다. ④ 가족이 부양해야 한다는 비중은 낮아지고 사회가 부양해야 한다는 비중은 증가

3. ③ P37

실업의 예방, 고용의 촉진 및 근로자의 직업능력의 개발과 향상을 꾀하고 국가의 직업지도와 직업소개 기능을 강화하며, 근로자가 실업한 경우에 생활에 필요한 급여를 하여 근로자의 생활 안정과 구직활동을 촉진함

4. ④ P39

참여의 원칙	<ul style="list-style-type: none"> • 지식과 기술을 젊은 세대와 공유하여야 한다. • 지역사회를 위한 봉사 기회를 갖고 개발, 흥미와 능력에 맞는 자원봉사 • 노인들을 위한 사회운동을 하고 단체를 조직할 수 있어야 한다.
--------	---

5. ③ P52

① 국민건강보험공단(공단) ② 1~5등급과 인지지원등급 ④ 공단 ⑤ 공단은 방문조사가 완료된 때, 조사결과서, 신청서, 의사소견서, 그 밖에 심의에 필요한 자료를 등급판정위원회에 제출한다.

6. ② P58

본인부담금	<ul style="list-style-type: none"> • 시설급여 20%, 재가급여 15%, 복지용구 15% 부담 • 저소득층, 의료급여수급권자 등은 법정 본인부담금의 40~60% 경감 • 국민기초생활수급권자는 무료 (단, <u>비급여 항목은 전액 본인 부담</u>)
-------	---

7. ③ P81 (요양보호사의 역할)

관찰자	<ul style="list-style-type: none"> • 맥박, 호흡, 체온, 혈압 등의 변화와 투약 여부, 질병의 변화에 대한 증상뿐만 아니라 심리적인 변화까지 관찰
정보전달자	<ul style="list-style-type: none"> • 대상자의 신체적 심리적인 정보를 가족, 시설장 또는 관리책임자 등에게 전달 • 서비스 내용변경이 필요할 때 기관에 보고
숙련된 수발자	<ul style="list-style-type: none"> • 숙련된 요양보호서비스에 대한 지식과 기술로 대상자의 불편함을 경감해주기 위해 필요한 서비스를 지원
말벗과 상담자	<ul style="list-style-type: none"> • 효율적인 <u>의사소통</u> 기법으로 대상자와 관계를 형성하고 필요로 하는 서비스를 제공하여 대상자의 신체적, 정신적, 심리적 안위를 도모
동기 유발자	<ul style="list-style-type: none"> • 대상자가 능력을 최대한 발휘하도록 동기를 유발하며 지지
옹호자	<ul style="list-style-type: none"> • 대상자의 입장에서 편들어 주기

8. ⑤ P95

질 높은 서비스를 받을 권리	<ul style="list-style-type: none"> • 다양한 영양급식을 개별화된 식단으로 운영 • 노인의 건강상태, 질병과 증상, 치료 및 투약 등 적절한 요양서비스 제공 • 기저귀는 꼭 필요한 노인에게만 사용하며, 타인의 도움 없이 스스로 배변할 수 있도록 도와야 한다. • 보건의료서비스 제공 시 노인의 의사 반영 • 시설은 종사자의 능력 개발을 위한 직무훈련과 교육기회 부여 • 입소비용 미납 등 경제적 이유만으로 서비스 이용 제한 금지 • 모든 서비스제공 과정에서 노인의 이익이 최대한 보장
-----------------	--

9. ② P113

① 보건복지부 ③ 의료기관 ④ 학대노인 전용쉼터 ⑤ 법률기관

10. ③ P116

요양보호사의 인권	<ul style="list-style-type: none"> • <u>평등권</u> : 고용형태, 연령, 성별, 학력, 출신지역, 종교 등에서 차별금지 • <u>노동 관련 권리</u> : 휴식 및 여가를 누릴 권리 보장, 노동시간의 합리적 제한, 공정하고 유리한 노동조건을 확보받을 권리 • <u>자유권</u> : 의견과 표현의 자유를 누릴 권리 보장, 사상, 양심, 종교의 자유를 누릴 권리 보장, 자유 및 신체의 안전에 대한 권리
-----------	--

11. ④ P120 (성희롱 행위)

① 육체적 ② ③ ⑤ 언어적

언어적	<ul style="list-style-type: none"> • 음란한 농담, 음탕하고 상스러운 이야기 • 외모에 대한 성적인 비유나 평가 • 성적 관계를 강요하거나 회유하는 행위 • 음란한 내용의 전화통화 • 성적 사실관계를 묻거나 성적인 정보를 의도적으로 유포하는 행위 • 회식자리 등에서 옆에 앉아 술을 따르라고 함
육체적	<ul style="list-style-type: none"> • 입맞춤, 포옹, 뒤에서 껴안기 등의 신체 접촉 • 가슴, 엉덩이 등 특정 신체부위를 만지는 행위 • 안마나 애무를 하거나 신체일부를 밀착하거나 잡아당김
시각적	<ul style="list-style-type: none"> • 음란한 사진, 그림, 낙서, 음란출판물 등을 게시하거나 보여주는 행위 • 직접 또는 팩스나 컴퓨터 등을 통해 음란한 편지, 사진, 그림을 보내는 행위 • 성과 관련된 자신의 특정 신체부위를 고의적으로 노출하거나 만짐

12. ③ P123

직업윤리	<ul style="list-style-type: none"> • 인종, 연령, 성별, 종교, 경제적 지위 등 이유로 대상자 차별금지 • 인도주의 정신 및 봉사정신을 바탕으로 대상자 인권옹호와 자기결정 존중 • 업무의 경과와 결과를 시설장 또는 관리책임자에게 보고 • 업무를 수행하기 위해 지속적으로 지식과 기술 습득 • 수직적인 관계가 아닌 함께하는 상호 대등한 관계임을 인식 • 학대를 발견하면 반드시 신고 • 업무상 알게 된 개인정보 비밀유지 • 업무와 관련하여 대상자의 가족, 의사, 간호사, 사회복지사 등과 협력
------	---

13. ④ P123

① 동의받고 수집해야 한다. ② 객관적으로 ③ 의료행위를 하여서는 안 된다.

14. ③ P129

15. ⑤ P129

이는 윤리원칙에서 의도적으로 해를 입히거나 해를 입힐 위험이 있는 행위는 하지 말아야 한다는 ‘무해성의 원칙’에 어긋나는 행동이다. 다시 쓸 수 없는 이유를 보호자에게 설명하고, 만약 그럼에도 불구하고 보호자가 계속 강요한다면 관리책임자와 다른 가족(자녀 등)들에게 이러한 상황에 대해 설명을 해야 한다. 그래도 문제가 해결되지 않을 때는 기관 차원에서 요양보호 서비스를 이어갈 수 없음을 알린다.

16. ⑤ P147 (스트레칭)

목 적	<ul style="list-style-type: none"> • 근육의 긴장을 완화하고 작업이나 운동 시 부상 예방 • 유연성을 증진시켜 관절의 가동범위 확장 • 격렬하고 빠른 운동에 반응할 수 있게 운동신경 촉진 • 혈액순환 촉진 및 기분전환
주의사항	<ul style="list-style-type: none"> • 같은 동작은 5~10회 반복하고, 동작과 동작 사이에 5~10초 정도 휴식 • 천천히 안정되게 실시 • 통증을 느끼지 않고 시원하다는 느낌이 드는 범위에서 실시(통증은 근육의 긴장과 부상을 초래할 수 있기 때문) • 스트레칭 된 자세로 10~15초 정도 유지해야 근섬유가 충분히 늘어난다. • 상·하·좌·우 균형 있게 교대 실시 • 호흡은 편안하고 자연스럽게 실시

17. ② P162 (노인성질병)

특 성	<ul style="list-style-type: none"> • 단독으로 발생하는 경우는 드물다. • 하나의 질병에 걸리면 다른 질병 동반 • 증상이 거의 없거나 애매하여 정상적인 노화과정과 구분 곤란 • 원인이 불명확한 만성퇴행성 질환이 대부분 • 경과가 길고, 재발이 빈번하며, 합병증이 생기기 쉽다. • 약물에 민감하게 반응(신장의 소변 농축능력과 배설능력 저하로 약물중독) • 초기 진단이 매우 어렵다. (질환에 민감하기 때문) • 질환 자체가 비교적 가벼워도 의식장애를 일으키기 쉽다. • 혈액순환 저하로 욕창이 잘 발생 • 골격근의 수축력 감소로 관절이 쉽게 뻣뻣해진다 • 일상생활 수행능력이 저하되면 질환이 치유된 후에도 의존상태 지속 • 신체적 측면뿐만 아니라 심리적, 사회적, 경제적, 영적측면이 모두 연관
-----	---

18. ① P175 (만성 기관지염)

의 의	• 기관지의 만성적 염증으로 기도가 좁아져 숨쉬기가 힘든 질환
원인 및 증상	<ul style="list-style-type: none"> • 흡연, 매연에의 노출, 세균성 혹은 바이러스성 감염 • 심한 기침, 특히 이른 아침에 발생하는 가래 끓는 기침 • 점진적으로 호흡곤란 심화, 전신 쇠약감, 체중감소, 잦은 호흡기 감염
치료 및 예방	<ul style="list-style-type: none"> • 금연, 오염된 공기에서의 노출을 피한다. • 심호흡과 기침을 하여 기관지 내 가래 배출 • 지나치게 뜨겁거나 차가운 음식, 자극적인 음식은 기관지 경련 초래 • 갑작스러운 온도 변화, 차가운 기후, 습기가 많은 기후에 노출되지 않게

19. ⑤ P182

약물 치료에 대한 편견	<ul style="list-style-type: none"> • 증상이 없으면 치료하지 않아도 된다(×). ⇒ 증상이 없어도 혈압이 높으면 치료해야 한다. • 두통 등의 증상이 있을 때만 약을 먹는다(×). ⇒ 의사의 처방이 있으면 계속 약을 먹어야 한다. • 혈압약을 오래 먹으면 몸이 약해진다(×). ⇒ 약을 오래 복용하는 것이 몸에 좋지는 않지만, 고혈압의 합병증보다는 안전한 약이 많다. • 혈압이 조절되면 약을 먹지 않아도 된다(×). ⇒ 혈압이 조절된다고 약을 안 먹으면 약효가 떨어지자마자 혈압이 다시 올라간다. 따라서 의사의 처방이 있으면 계속 약을 먹어야 한다.
--------------	--

20. ③ P189 (퇴행성 관절염)

의 의	• 뼈를 보호해 주는 연골(물렁뼈)이 닳아서 없어지거나 관절에 염증성 변화상태
증 상	<ul style="list-style-type: none"> • 관절부위의 통증, 날씨가 활동의 정도에 따라 통증의 호전과 악화가 반복 • 아침에 일어나면 관절이 뻣뻣해져 있는 경직현상 • 관절을 많이 사용할수록 통증이 심해질 수 있음 • 관절의 변형(무릎 관절에 관절액이 많아져 무릎이 부어올라 모양 변화)
치료 및 예방	<ul style="list-style-type: none"> • 관절 경직을 예방하고 근육강화를 위해 통증이 악화되지 않는 범위 내에서 관절운동 • 관절의 부담을 완화시키기 위해 체중조절 • 관절에 부담되지 않는 규칙적인 운동(예: 수영, 평평한 흙길 걷기, 체조 등)

21. ⑤ P198 (전립선비대증)

원 인	<ul style="list-style-type: none"> • 남성호르몬 감소, 여성호르몬 증가 등 호르몬 불균형 • 비만, 고지방, 고콜레스테롤 음식섭취
증 상	<ul style="list-style-type: none"> • 비대된 전립선이 요도를 눌러 요도가 좁아져 소변줄기가 가늘어짐 • 소변을 보고 나서도 시원하지 않음(잔뇨감) • 소변이 바로 나오지 않고 힘을 주어야 나옴 • 배뇨 후 2시간 이내 다시 소변이 마렵고(빈뇨) 마려울 때 참기 힘들(긴박뇨) • 밤에 자다가 소변을 보려고 자주 깬다(야뇨)
치료 및 예방	<ul style="list-style-type: none"> • 저지방 식사와 적당한 운동으로 적정 체중 유지 • 음주는 전립선비대증을 악화시키므로 금주

22. ④ P203 (피부 건조증)

원인 및 증상	<ul style="list-style-type: none"> • 실내외 습도가 낮은 겨울철 • 비누, 세정제와 알코올, 목욕 중의 뜨거운 물 사용 • 피부발적, 부종 또는 통증, 전완 및 손과 하지의 가려움증
치료 및 예방	<ul style="list-style-type: none"> • 가습기를 사용하여 습도 조절 • 물을 자주 마셔 수분을 충분히 섭취 • 자주 샤워를 하거나 때를 미는 것을 삼간다. (피부 건조 원인) • 목욕이나 샤워 시에는 따뜻한 물과 순한 비누 사용 • 목욕 후 물기는 두드려 말리고, 완전히 마르기 전 보습제 사용

23. ③ P211

① 감소하여 건조해지기 쉽다. ② 수정체가 노란색으로 변화는 황화현상으로 보라색, 남색, 파란색의 구분에 어려움을 느낀다. ④ 각막반사가 저하되어 손상이나 감염에도 둔감해진다. ⑤ 동공의 지름이 줄어들어 60세 노인은 20대보다 1/3 정도밖에 빛을 받아들이지 못하므로 밝은 것을 좋아하게 된다.

24. ② P219

① 양발을 착용한다. ③ 차갑거나 뜨거운 곳에 발을 노출하지 않는다. ④ 약물 요법은 반드시 의사의 처방에 따라 시행해야 한다. ⑤ 공복 시 운동을 하거나 장기간 등산 시에는 저혈당에 대비한다.

25. ② P223

① 의식 수준의 변화로 잠에서 덜 깬거나 몹시 졸린 상태에서 행동하는 사람처럼 보임 ③ 대체로 회복됨 ④ 수면 양상이 매우 불규칙함 ⑤ 갑자기 나타남

26. ③ P238

인지기능 장애	기억력 저하	• 단기기억력 저하가 먼저 생기고 심해지면서 장기 기억력 저하
	언어능력 저하	• 말문이 자주 막히고 말수 감소
	지남력 저하	• 날짜와 시간개념이 떨어져 날짜, 요일, 계절 착각 • 오랫동안 지내던 집도 자신의 집이 아니라고 부인하고 가족의 얼굴을 보고 알아보지 못하기도 한다.
	시공간 파악능력저하	• 자주 다니던 곳도 잃고 헤맸 • 집 안에서 화장실과 안방을 구분하지 못하는 경우
	실행능력 기능저하	• 운동화 끈을 매지 못하는 등 순서를 밟아야 되는 일, 도구를 사용하는 일에 어려움 • 식사나 옷을 입는 등의 단순한 일도 어려워진다.

27. ⑤ P245

① 위암 ② 천식 ③ 파킨슨 질환 ④ 고관절 골절

28. ② P257 (수면)

문 제	<ul style="list-style-type: none"> • 수면 중에 자주 깬다. • 수면량이 줄어든다. • 잠들 때까지 오래 걸린다. • 낮 동안 졸림증이 많아진다.
관 리	<ul style="list-style-type: none"> • 매일 아침 일정한 시간에 일어난다. • 커피 등 카페인 함유된 음료를 줄이거나 오후에는 금한다. • 저녁에 과식하지 않는다. • 공복감으로 잠이 안 오는 경우 따뜻한 우유 등을 마신다. • 취침시간이 너무 길면 오히려 불면증에 걸릴 수 있다. • 취침 전 지나치게 집중하는 일을 하지 않는다. • 수면제나 진정제를 장기복용하지 않는다. • 낮잠을 가급적 삼간다.

29. ③ P259 (성)

문 제	<ul style="list-style-type: none"> • 복용 중인 질병 치료제가 정상적인 성 활동을 방해 • 당뇨병 노인은 발기부전을 경험 • 통증을 완화하기 위한 항염증성 약물도 성적욕구를 감소 • 심장질환을 가진 모든 노인에게 성교시 심장마비가 나타난 것은 아니다. • 뇌졸중 노인의 경우 성적활동을 막을 필요는 없다. • 자궁적출술과 유방절제술을 한 여성 노인은 성기능을 변화시키지 않는다. • 전립선절제술은 발기하는 데 문제를 유발하지 않는다. • 과도한 알코올 섭취는 여성에게는 오르가즘 지연, 남성에게는 발기 지연 • 강심제, 이뇨제, 항고혈압제, 신경안정제, 항진정제는 성 문제 유발 <div> <ul style="list-style-type: none"> ▸ 성 문제 유발과 관련 없는 것 : 자궁적출술, 유방절제술, 전립선 절제술, 뇌졸중 ▸ 성 문제 유발 : 당뇨병, 강심제, 이뇨제, 항고혈압제, 신경안정제, 항진정제, 항염증성 약물, 과도한 알코올 </div>
성생활 관리	<ul style="list-style-type: none"> • 노인의 성적 욕구 및 성적 표현은 기본 욕구의 하나이다. • 성에 대한 개념은 개인차가 있으므로 사생활을 존중해주고 개인의 특성에 맞게 도와준다.

30. ⑤ P264

① 건강기능식품 등 비 처방약도 복용하기 전에 의사와 상담 ② 정해진 보관방법(냉장보관, 상온 보관, 그늘진 곳에 보관 등)대로 보관 ③ 쪼개서 복용하면 안 된다. ④ 생각난 즉시 복용

31. ⑤ P271

대 상	50~59세	60~64세	65세 이상
독감(인플루엔자)	매년 1회		
파상풍/디프테리아 /백일해	10년마다 1회		
폐렴구균	위험군만 1회~2회		건강상태에 따라 1~2회
대상포진	위험군만 1회		
	• 60세 이상 성인은 1회 접종(1회 접종 후 추가접종 불필요)		

32. ④ P318

애매한 표현은 피하고 구체적으로 기록한다.

33. ④ P343

사례회의	<p>= 대상자의 상황과 제공되는 <u>서비스</u>를 점검하고 평가하여 대상자의 욕구에 맞는 <u>서비스</u>를 제공하기 위한 회의</p> <ul style="list-style-type: none"> • 대상자에게 제공되는 <u>서비스</u>의 질을 지속적으로 관리 • 대상자에 대한 정보교환과 요양보호의 지원 목표를 공유하여 <u>서비스</u> 질 향상 • 대상자에 대한 <u>서비스</u> 제공계획의 <u>타당성</u>을 검토하여 <u>서비스</u> 내용 조정 • 대상자와 관계된 직종들의 역할분담 명확히 <p>※ 사례회의는 서비스와 관련된 단어를 찾는다.</p>
월례회의 (간담회)	<ul style="list-style-type: none"> • 요양보호사의 업무와 관련된 새로운 정보와 업무 준수사항 전달 • 요양보호사가 대상자에 대한 요양보호와 관련된 정보 전달(대상자 건강 등) • 관리자가 요양보호사로부터 기관운영, 인사, 복리후생에 대해 의견 및 애로사항 청취

34. ④ P631

① 정상 톤으로 말하도록 한다. ② 조명의 밝기를 눈부시지 않게 낮춘다.

신체 · 정신적 변화	<ul style="list-style-type: none"> • <u>감각기능 저하</u> : 대상자의 손을 잡고 조용히 곁에 있어 주는 것은 대상자에게 깊은 편안함을 준다. • <u>구강과 코 주변 관리</u> : 입술과 콧구멍은 건조해진다. 필요시 윤활제(바셀린, 립밤 등)를 바르도록 한다. • <u>피부관리</u> : 손과 발이 점차 싸늘해지면서 피부 전체가 하얗게 또는 파랗게 변화 → <u>담요를 덮어서 따뜻하게</u>. 단, 보온을 위한 전기기구 사용금지 • <u>통증 조절</u> : 임종기에 상당한 통증을 호소할 수 있다 • <u>호흡 조절</u> : 호흡수와 깊이가 불규칙하고 무호흡과 깊고 빠른 호흡이 교대로 나타날 수 있다. → 숨 쉬는 것을 돕기 위해 상체와 머리를 높여 주고 대상자의 손을 잡아 주는 것은 도움이 된다. • <u>소화기능 변화</u> : 음식이나 수분을 섭취하는 데 어려움이 많아진다. → 억지로 먹이려고 하지 말아야 한다. • <u>신장기능의 변화</u> : 소변량이 점차 줄어들게 된다. • <u>환경관리</u> : 평소에 좋아하는 음악을 틀어두는 것도 좋다. • <u>정서적 영적 지원</u> : 대상자가 질문할 경우, 있는 그대로의 사실만을 확신 있게 전달하도록 한다.
----------------------	---

35. ⑤ P627

부 정	<ul style="list-style-type: none"> • 자신의 죽음을 받아들이지 않는다. • 다시 회복할 수 있다는 비현실적인 믿음을 가질 수도 있다. • “아니야, 나는 믿을 수 없어”
분 노	<ul style="list-style-type: none"> • 죽음을 앞두고 있음을 이해한 이후 종종 자신 감정을 반항과 화로 표출 • “나는 아니야, 왜 하필이면 나야!”, 혹은 “왜 지금이야.” • 어디에서나 누구에게나 불만스러운 면만을 찾으려고 한다. • 목소리를 높여 불평하면서 주위로부터 관심을 끌려고 한다.
타 협	<ul style="list-style-type: none"> • 아무리 죽음을 부정해도 피할 수 없는 상황임을 이해 • “그래, 내게 이런 일이 벌어졌어. 하지만...” • 삶이 얼마라도 연장되기를 바란다. • 요양보호사와 가족들은 지킬 수 없는 약속을 하지 않도록 주의
우 울	<ul style="list-style-type: none"> • 증상의 악화와 체력의 소진을 경험하면서 정서적으로 깊은 슬픔에 빠진다. • 더 이상 말로 표현하지 않고 조용히 있거나 울기도 한다. • 신체적 정서적 지원을 충분히 제공하는 것이 중요 • 자기와 함께 느끼고 슬퍼하고 자기 곁에 있어 줄 사람을 필요 • 성급하게 위로하기보다는 잘 들어주고 이해해주는 것이 중요
수 용	<ul style="list-style-type: none"> • 평화로운 마음속에서 마지막 정리의 시간을 보내기도 한다 • 재산관리, 상속 관련 상담, 사랑하는 사람들과 함께 하는 마지막 시간을 보내는 것이 포함

실기시험

36. ④ P284

라포(apport)란 ‘마음의 유대’라는 뜻으로 서로의 마음이 연결된 상태, 즉 두 사람 사이의 상호신뢰 관계를 나타내며, 의사소통의 기본이다. 라포가 형성되면 인간관계에서 호감과 상호 신뢰가 생기고 비로소 유대감이 깊은 인간관계를 형성하게 된다.

37. ① P285

경청방법	<ul style="list-style-type: none"> • 혼자서 대화를 독점하지 않고, 말하는 순서를 지킨다. • 상대방의 말을 가로채거나 이야기를 가로막지 않는다. • 의견이 다르더라도 일단 수용한다. • 논쟁에서는 먼저 상대방의 주장을 들어준다. • 시선을 맞추며, 귀로만 듣지 말고 오감을 동원해 적극적으로 듣는다. • 흥분하지 않고, 비판적 태도를 버린다. • 상대방이 말하는 의미를 이해한다. • 단어 이외의 보이는 표현에도 신경을 쓴다. • 상대방이 말하는 동안 경청하고 있다는 것을 표현한다.
------	--

경청방해	<ul style="list-style-type: none"> •대충 미루어 짐작한다. •충분히 듣지 않은 상태에서 조언한다. •미리 대답을 준비한다. •듣고 싶지 않은 말을 걸러낸다. •상대방의 말을 반박하고 논쟁하기 위해서 듣는다. •상대방의 말을 나 자신의 경험에 맞춘다. •마음에 들지 않을 경우 슬쩍 넘어가며 대화의 본질을 회피한다
------	---

38. ② P286

39. ⑤ P285, 75

40. ⑤ P293

① 대상자를 이해하기 쉬운 언어를 사용하고 천천히 정확하게 말한다. ② 여기, 이쪽 등 지시 대명사를 사용하지 않고 사물의 위치를 정확히 시계방향으로 설명한다. ③ 신체 접촉을 하기 전에 먼저 말을 건네어 알게 한다. ④ 대상자 중심

41. ③ P294

② 예, 아니오라고 짧게 대답 ④ 이용한다. ⑤ 마주보며 앉는다.

언어장애	<ul style="list-style-type: none"> •얼굴과 눈을 응시하며 천천히 말한다. •소음이 있는 곳을 피한다. •면담 시 앉아서 하고, 질문에 대한 답변이 끝나기 전 다음 질문 하지 않는다. •말이 확실히 끝날 때까지 기다리면서 고개를 끄덕여 듣고 있음을 알린다. •알아듣고 이해가 된 경우에는 예, 아니오 등으로 짧게 대답 •눈을 깜빡이거나 손짓, 손에 힘을 주거나 고개를 끄덕이는 의사표현 •<u>실물, 그림판, 문자판 등을 이용</u> •잘 표현하였을 때는 칭찬과 더불어 긍정적 공감을 비언어적으로 표현
------	---

42. ③ P355

사례예방	<ul style="list-style-type: none"> •배 부위와 가슴을 압박하지 않는 옷을 입힌다. •국이나 물, 차 등으로 먼저 목을 축이고 음식을 먹게 한다. •대상자가 충분히 삼킬 수 있을 정도의 적은 양을 입에 넣어 준다. •완전히 삼켰는지 확인한 다음에 음식을 입에 넣어 준다. •음식을 먹고 있는 도중에는 대상자에게 질문하지 않는다. <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p style="text-align: center;"><피해야 할 음식(사례 및 질식 예방)></p> <ul style="list-style-type: none"> • 마른 음식(김, 뽕튀기) • 점도가 높은 음식(떡) • 잘 부서지는 음식(유과, 비스킷) • 자극적인 음식 </div>
------	---

43. ① P361

위의 모양이 왼쪽으로 기울어져 있어서 오른쪽으로 누우면 기도로의 역류 가능성이 줄어들고, 중력에 의해 영양액이 잘 흘러내려 간다.

44. ④ P365

① 불편한 쪽에 서서 ② 굽이 있는 안전한 신발 착용 ③ 건강한 쪽으로 ⑤ 사생활 침해가 될 수 있으므로 문을 다고 응급 상황을 알릴 수 있는 응급벨을 설치한다.

45. ② P366

대상자를 갑자기 침대에서 일으키면 혈압이 떨어지고 어지러울 수 있다. 대상자의 안전을 위해 잠시 침대에 앉아 있게 한다.

46. ② P373

47. ③ P376

① 너무 조이지 않도록 한다. ② 피부발적 등 이상이 있는 경우에만 보고한다. ④ 기저귀의 바깥 면(깨끗한 부분)이 보이도록 말아 넣는다. ⑤ 무릎을 세우고 똑바로 누운 상태에서 허리를 들게 하여 대상자의 협조하에 기저귀를 교환할 수 있다.

48. ② P377

소변주머니를 방광 위치보다 높게 두지 않는다. 소변주머니가 높이 있으면 소변이 역류하여 감염의 원인이 된다.

49. ① P384

식전 입안 행구기는 구강 건조를 막고, 타액이나 위액분비를 촉진하여 식욕을 증진한다.

50. ④ P389

① ③ ⑤ 의치는 뜨거운 물에 삶거나 표백제에 담그면 안 된다. 변형될 수 있기 때문이다. ② 칫솔에 의치 세정제를 묻혀 의치를 미온수로 닦고, 흐르는 미온수에 행군다

51. ⑤ P393

① 비비지 말고 큰 수건으로 머리 전체를 감싸서 가볍게 두드려 물기제거 ② 헤어드라이어를 사용하여 건조 ③ 보온을 위해 문과 창문을 닫는다. ④ 실내온도는 22~26℃, 물 온도는 35℃

52. ③ P395

드라이샴푸
이용하기

- 물을 사용할 수 없거나 신체적으로 움직이기 힘들 때 사용
- 머리카락이 충분히 적셔지도록 드라이샴푸를 바른 후 거품이 나도록 머리를 마사지한다
- 마른 수건으로 충분히 닦아낸다.

53. ④ P399

① 침대 머리를 높이거나 가능하다면 대상자를 앉힌다. ② 눈, 코, 뺨, 이마, 귀, 목 순으로 ③ 눈은 따뜻한 물에 수건을 적서 안쪽에서 바깥쪽으로 닦는다. 눈 주변은 비누를 사용하지 않는다. ⑤ 입 주위 → 턱 → 귀의 뒷면 → 귓바퀴 → 목 순서로 닦는다.

54. ⑤ P407

① 몸씻기를 실시하기 전에 소변 또는 대변을 보도록 ② 건강한 쪽 다리, 마비된 쪽 다리 순으로 옮겨 놓게 한다. ③ 욕조에 있는 시간은 5분 정도 ④ 다리, 팔, 몸통의 순서로 물로 행구고 회음부를 닦아낸다.

55. ④ P410

침상목욕	<ul style="list-style-type: none"> • <u>몸 닦는 순서</u> : 얼굴 → 목 → 가슴 → 배 → 팔 → 손 → 손가락 → 등 → 둔부 → 발 → 발가락 → 음부 • 눈 주변에는 비누를 사용하지 않는다. • <u>얼굴</u> : 이마 → 뺨 → 코 → 입 주위 → 턱 → 귀 뒤쪽 → 귓바퀴 → 목 • <u>양쪽 상지</u> : 손끝에서 겨드랑이 쪽으로 닦는다. • <u>양쪽 하지</u> : 발끝에서 허벅지 쪽으로 닦는다. • <u>유방</u> : 원을 그리듯이 닦는다. • <u>복부</u> : 배꼽 중심으로 시계방향(장운동을 활발하게 하여 배변 도움) • <u>목 뒤에서 둔부까지</u> 닦는다. • 둔부의 마사지는 원을 그리는 것처럼 동글게 닦는다. • 둔부 사이와 항문 주위를 깨끗하게 한다.
------	---

56. ② P421

건강한 쪽을 먼저 벗기고, 마비된 쪽을 먼저 입힌다.

57. ⑤ P427

휴대용변기 사용과 침대 위에서의 이동, 보행 시 신체안정에 도움이 된다.

58. ② P440

59. ① P439

뒤로 들어가서 앞으로 밀고 나온다.

60. ② P459

대여품목	<ul style="list-style-type: none"> • 수동휠체어 • 목욕리프트 	<ul style="list-style-type: none"> • 전동침대 • 배회감지기 	<ul style="list-style-type: none"> • 수동침대 • 이동욕조
구입품목	<ul style="list-style-type: none"> • 이동변기 • 자세변환 용구 • 지팡이 • 미끄럼방지용품(미끄럼방지매트, 미끄럼방지액, 미끄럼방지양말) 	<ul style="list-style-type: none"> • 목욕의자 • 욕창예방 방식 • 요실금팬티 	<ul style="list-style-type: none"> • 성인용 보행기 • 간이변기(간이대변기 · 소변기) • 안전손잡이

61. ① P467

잠금장치가 고정되지 않을 때는 타이어 공기압을 확인



62. ⑤ P524

① 음식을 부드럽게 조리해서 먹자. ② 밥을 국이나 물에 말아 먹지 않는다. ③ 식사 중에는 말을 시키지 않는다. ④ 유제품류는 마시는 형태보다 떠먹는 형태를 선택한다.

63. ② P541

① 삶을 때는 뚜껑을 덮고 세탁물이 직접 공기층에 노출되지 않게 한다. ③ 심하게 오염된 빨래나 와이셔츠 소매 및 목 부분의 찌든 때 등 오염 부분에 가루세제나 얼룩 제거제를 묻혀 살살 비벼준다. ④ 얼룩을 뺀 후에는 얼룩 뺀 부분을 다른 곳과 같게 하기 위하여 얼룩을 뺀 주위에 분무기로 물을 뿌려둔다. ⑤ 냄새가 심한 세탁물은 행군 다음 봉산수에 담가두었다가 행구지 않고 탈수하여 말리면 냄새가 없어진다.

64. ⑤ P544

탈수표시		
	<ul style="list-style-type: none"> • 손으로 약하게 짤 • 세탁기에서는 단시간에 짤 	<ul style="list-style-type: none"> • 짜면 안 됨

65. ④ P546

① 대상자의 요구가 있을 경우에는 대상자와 업무 담당자를 연계한다. ③ 업무 대행 중 요약보호사는 자신의 사적인 업무를 병행하지 않는다. ⑤ 불만족하여 재요청할 때는 충분히 상의하여 진행한다.

66. ③ P569

① 그릇은 접시보다는 사발을 사용하여 덜 흘리게 한다. ② 규칙적인 생활은 대상자의 혼란을 경감시키고 정신적 안정에 도움이 된다. ④ 물을 마실 때 흘리면 빨대와 플라스틱 덮개가 부착된 컵을 사용한다. ⑤ 음식을 잘게 잘라서 부드럽게 조리하여 치매 대상자가 쉽게 먹을 수 있게 한다.

67. ③ P570

① 체중감소 이유를 발견하지 못하면 → 평소 좋아하는 음식이나, 걸쭉한 형태의 고열량 액체음식을 제공 ④ 묽은 음식에 사례가 자주 걸릴 때 ⑤ 물을 마시면서 흘릴 경우

68. ② P576

69. ⑤ P578

반복 질문이나 반복 행동에 관한 관심을 다른 곳으로 돌린다.

70. ① P578, 70

71. ② P579

72. ⑤ P581

73. ⑤ P582

74. ③ P582

치매 대상자가 보고 들은 것에 대해 아니라고 부정하거나 다투지 않는다.

75. ④ P583

76. ③ P584

이상행동 반응을 보이면 질문하거나 일을 시키는 등의 자극을 주지 말고 조용한 장소에서 쉬게 한다.

77. ① P585

78. ④ P659

① 감염의 위험이 있기 때문에 화상 부위를 만지거나 물집을 터뜨리면 안 된다. ② ③ 화상 부위에 간장, 기름, 된장, 핸드크림, 치약 등을 바르면 세균감염의 위험이 있고 열기를 내보내지 못하여 상처를 악화시키므로 절대 바르면 안 된다. ⑤ 흐르는 수돗물을 환부에 직접 대면 물의 압력으로 인해 화상 입은 피부가 손상을 입을 수 있다.

79. ③ P662

손가락이 가슴에 닿지 않도록 주의하면서, 양팔을 쭉 편 상태로 체중을 실어서 환자의 몸과 수직이 되도록 가슴을 압박한다. ⑤ 손가락이 가슴에 닿았다.

80. ③ P665

“분석 중...”이라는 음성 지시가 나오면 심폐소생술을 멈추고 대상자에게서 손을 떼다

모의고사 제4회 정답 및 해설

1 ③	표준 P.18	2 ③	표준 P.28	3 ⑤	표준 P.45	4 ③	표준 P.50	5 ③	표준 P.55
6 ③	표준 P.65	7 ③	표준 P.77	8 ④	표준 P.94	9 ③	표준 P.105	10 ③	표준 P.119
11 ⑤	표준 P.120	12 ③	표준 P.121	13 ⑤	표준 P.124	14 ⑤	표준 P.128	15 ④	표준 P.128
16 ②	표준 P.134	17 ④	표준 P.148	18 ③	표준 P.166	19 ①	표준 P.173	20 ③	표준 P.178
21 ①	표준 P.183	22 ⑤	표준 P.191	23 ⑤	표준 P.197	24 ④	표준 P.200	25 ⑤	표준 P.212
26 ①	표준 P.218	27 ③	표준 P.248	28 ①	표준 P.252	29 ②	표준 P.254	30 ④	표준 P.264
31 ②	표준 P.271	32 ④	표준 P.318	33 ⑤	표준 P.336	34 ④	표준 P.627	35 ②	표준 P.635
36 ⑤	표준 P.286	37 ④	표준 P.288	38 ③	표준 P.293	39 ④	표준 P.353	40 ④	표준 P.355
41 ①	표준 P.362	42 ①	표준 P.365	43 ⑤	표준 P.370	44 ②	표준 P.373	45 ③	표준 P.374
46 ④	표준 P.377	47 ③	표준 P.386	48 ⑤	표준 P.388	49 ⑤	표준 P.393	50 ③	표준 P.396
51 ④	표준 P.397	52 ②	표준 P.403	53 ①	표준 P.406	54 ①	표준 P.413	55 ①	표준 P.417
56 ①	표준 P.426	57 ⑤	표준 P.430	58 ①	표준 P.454	59 ①	표준 P.472	60 ②	표준 P.483
61 ③	표준 P.539	62 ⑤	표준 P.544	63 ⑤	표준 P.547	64 ④	표준 P.567	65 ①	표준 P.576
66 ⑤	표준 P.578	67 ③	표준 P.580	68 ①	표준 P.581	69 ③	표준 P.581	70 ②	표준 P.582
71 ④	표준 P.585	72 ③	표준 P.586	73 ②	표준 P.589	74 ②	표준 P.592	75 ④	표준 P.638
76 ③	표준 P.642	77 ⑤	표준 P.655	78 ⑤	표준 P.657	79 ③	표준 P.660	80 ③	표준 P.662

1. ③ P18

① 적절한 운동 실시 ② 노인의 신체와 활동에 맞게 영양분 섭취 ④ 가족, 친구 등과 접촉하며 적극적인 애정 표현과 의사소통 ⑤ 자원봉사, 여가활동, 지역사회 참여 등 생산적 활동으로 자신감 유지

건강한 노화	<ul style="list-style-type: none"> • 일상적 균형유지, 안정적, 지속적으로 수준 높은 동기부여를 통해 직무수행 • 의사결정에 신중하고 조심스러워 젊은 사람보다 실수 적고 높은 사고력 • 지속적으로 뇌에 자극을 주어 기억력과 인지력 유지 • 자신에게 맞는 음식과 영양보조식품 섭취 • 사회적 관계를 유지하고 생산적 활동 • 자원봉사, 여가활동, 지역사회 참여 등 생산적 활동으로 자신감 유지
--------	---

2. ③ P28

① 세대 간의 갈등 조절 ② 재가서비스 우선 ④ 사회와 가족의 협력

3. ⑤ P45

치매·중풍 등 노인성 질환 등으로 심신에 상당한 장애가 발생하여 도움이 필요한 하는 노인에게 가정과 같은 주거여건과 급식·요양, 그 밖에 일상생활에 필요한 편의를 제공하는 시설(입소자 9인 이내 시설)

4. ③ P50

대상자	<ul style="list-style-type: none"> • 65세 이상 또는 65세 미만이나 <u>노인성질환</u>을 가진 자로 거동이 불편하거나 <u>치매</u> 등으로 인지 저하되어 6개월 이상 혼자서 일상생활 수행 어려운 사람 • 65세 이상 ☞ 거동불편 • 65세 미만 ☞ 거동불편 + 노인성질환
노인성 질병	<ul style="list-style-type: none"> • 혈관성 치매 등 각종 치매, 알츠하이머병, 뇌내출혈, 지주막하출혈, • 뇌경색증, 뇌졸중, 뇌혈관질환 및 후유증, 비외상성 두 개내 출혈 • 뇌경색증을 유발하지 않은 대뇌동맥(뇌전동맥)의 폐쇄 및 협착 • 파킨슨병, 이차성 파킨슨병, 퇴행성 질환, 중풍후유증, 진전 • 척수성 근위축 및 관련 증후군, 달리 분류된 질환에서의 일차적으로 중추신경계통에 영향을 주는 계통성 위축, 다발경화증

5. ③ P55

6. ③ P65

신체활동 지원	• 세면도움, 구강청결도움, 식사도움, 몸단장, 옷 갈아입기 도움, 머리감기 도움, 몸 씻기도움, 화장실 이용하기, 이동도움, 체위변경, 신체기능의 유지·증진
가사 및 일상생활 지원	• <u>개인활동지원</u> : 외출시 동행, 장보기, 산책, 은행·관공서·병원 등 방문시 부축 또는 동행 • <u>일상생활지원</u> : 식사준비, 청소 및 주변정돈, 세탁
정서지원, 의사소통	• <u>의사소통 도움</u> , 말벗, 격려 등
인지지원	• <u>인지관리지원</u> : 행동변화 감소 도움 및 대처, 수급자와 수발자 안전관리 도움, 정서적 안정과 생활의욕 향상 도움, 인지기능 향상을 위한 인지 활동 지원 • <u>인지활동지원</u> : 기억전략 훈련, 시간차 회상훈련, 실생활에서의 지각 기능훈련, 판단 및 집행기능훈련 • 인지행동 변화관리 등 인지자극 활동, 일상생활 함께하기
방문목욕	• 입욕준비, 입욕 시 이동 보조, 몸 씻기(샤워 포함), 지켜보기, 목욕 기계 조작, 욕실 정리 등
건강 및 간호관리	• 관찰 및 측정, 건강관리, 간호관리, 응급서비스
기능회복 훈련	• 신체·인지기능 향상프로그램, 신체기능의 훈련, 기본동작 훈련, 인지활동형 프로그램, 인지기능 향상훈련, 물리치료, 작업치료
시설환경 관리	• 침구·린넨 정리, 환경관리, 물품관리, 세탁물관리
※ 제한된 업무 : 기능회복훈련, 간호처치서비스는 요양보호사의 업무에서 제외	

7. ③ P77 (요양보호사 준수 사항)

준수사항	<ul style="list-style-type: none"> • 서비스 개시 전 대상자의 성격, 습관 및 선호하는 서비스 등 확인 • 대상자가 가능한 한 자립생활을 할 수 있도록 능력을 최대한 활용 • 서비스제공 전 대상자에게 충분히 설명 후, 대상자가 동의한 경우 서비스 제공(치매 등으로 인지능력이 없는 경우 보호자 동의) • 개인정보 및 서비스제공 중 알게 된 비밀 누설금지 • 모든 서비스는 대상자에게만 제공 • 서비스를 추가, 변경, 의료적 진단 등이 필요한 경우 → 시설장에게 보고 • 대상자나 대상자의 가족과 의견이 상충될 시 → 불필요한 마찰을 피하고, 시설장 또는 관리책임자에게 보고 • 서비스제공 중 예기치 못한 사고가 발생한 경우 → 시설장, 간호사 등에게 신속하게 보고(예: 부축하여 동행하다가 넘어져 부상을 입거나, 목욕물의 온도 조절 실패로 화상을 입는 등). • 흡인, 비위관삽입, 관장, 도뇨, 욕창관리 및 투약 (경구약 및 외용약 제외) 등을 포함하는 모든 의료행위 금지 • 서비스제공 중 대상자에게 응급상황 발생 → 우선순위에 따라 응급처치
------	---

8. ④ P94

존엄한 존재로 대우받을 권리	<ul style="list-style-type: none"> • 종사자는 돌봄 과정에서 노인의 권익 신장을 위한 상담과 조치 • 권리가 침해받은 경우 이의 회복과 구제에 적극적 조치 강구 • 시설장과 종사자는 인권교육 이수, 시설장은 입소 노인에게 인권교육 실시 • 가족은 면회나 전화 등을 통하여 노인과 관계 지속유지 • 의사결정과정에 노인 또는 가족을 참여시키고 이들의 결정 존중
--------------------------	--

9. ③ P105

신체적 학대	<ul style="list-style-type: none"> • 제한된 공간에 강제로 가두거나, 노인의 거주지 출입을 통제 • 신체적 해를 가져올 위험성이 큰 행위로 노인을 협박하거나 위협 • 약물을 사용하여 노인의 신체를 통제하거나 저해 • 노인이 원하지 않거나 수행하기 어려운 노동을 하게 한다. • 치료 및 생존 유지에 필요한 약물(당뇨, 혈압 등)로부터 단절 • 의료적으로 불필요한 약물이나 주사를 강제로 복용·투입 • 원치 않는 의사를 보였음에도 불구하고 일(노동)을 하도록 강요 • 강제로 수감하거나 위협하여 일(노동)을 강요 • 정신 및 신체적 악화를 가져올 수 있는 조건에서 일(노동)하도록 강요
-----------	---

10. ③ P119

산업재해 보상 보험법	<ul style="list-style-type: none"> • 산재로 요양 중에 퇴직하거나 사업장이 부도, 폐업하여 없어진 경우에도 가능 • 산재를 당했다는 이유로 해고할 수 없다. • 산재요양으로 휴업하는 기간과 치료를 종결한 후 30일간은 해고하지 못한다. • 보험급여는 조세 및 기타 공과금 부과가 면제되어 세금을 떼지 않는다. • 보험급여를 받을 권리는 급여내용에 따라 3년 혹은 5년간 유효하며 퇴직 여부와 상관없이 받을 수 있다. • 보험급여는 양도 또는 압류할 수 없어 채권자가 건드릴 수 없다.
-------------------	--

11. ⑤ P120

언어적	<ul style="list-style-type: none"> • 음란한 농담, 음탕하고 상스러운 이야기 • 외모에 대한 성적인 비유나 평가 • 성적 관계를 강요하거나 회유하는 행위 • 음란한 내용의 전화통화 • 성적 사실관계를 묻거나 성적인 정보를 의도적으로 유포하는 행위 • 회식자리 등에서 옆에 앉아 술을 따르라고 함
-----	--

12. ③ P121

성희롱 대처 방안

장기요양 기관장	<ul style="list-style-type: none"> • 요양보호사들에게 성희롱 예방교육을 1년에 1번 이상 실시해야 한다. • 직원들 사이에 성희롱이 발생하였을 경우에는 행위자를 징계해야 한다. • 성희롱 처리지침을 문서화하여 기관 내에 두어야 한다. • 성희롱 시 가해자가 받을 수 있는 불이익과 향후 대처 계획을 명확히 설명한다. • 대상자 가족에게 사정을 말하고 시정해 줄 것을 요구한다. • 시정 요구에도 상습적으로 계속할 경우 녹취하거나 일지를 작성해 둔다.
요양 보호사	<ul style="list-style-type: none"> • 감정적인 대응은 삼가고, 단호히 거부 의사 표현 • 모든 피해사실에 대하여 기관의 담당자에게 보고하여 기관에서 적절한 조치 요구 • 심리적 치유상담 및 법적 대응이 필요하다고 판단될 경우 외부의 전문기관(성폭력상담소, 여성노동상담소 등)에 상담하여 도움요청

13. ⑤ P124

요양보호 업무는 대상자의 건강과 일상생활에 직접적인 영향을 미치는 중요한 업무이므로 요양보호사는 성실하고 침착한 태도로 책임감을 갖고 업무 활동을 해야 한다.

14. ⑤ P128

15. ④ P128

대상자가 복지용구가 필요하다고 할 때는 대상자의 상태 등을 판단하여 신중하게 선택할 수 있도록 정보를 제공하는 것은 바람직하나 ‘유인·알선’에 의한 부당한 수익을 목적으로 했다면 요양보호사 윤리원칙에 어긋나며, 법적 처벌을 받게 된다.

16. ② P134 (근골격계질환의 위험 요인)

작업적 상황	<ul style="list-style-type: none"> • 반복적으로 같은 동작을 하는 경우 • 불안정하거나 불편한 자세로 작업하는 경우 • 무거운 물건을 들거나 이동하는 경우 • 갑자기 무리한 힘을 주게 되는 경우 • 근무시간 중 자주 대상자를 들어 옮겨야 하는 경우 • 피곤하고 지친 상태에서 작업하는 경우
환 경	<ul style="list-style-type: none"> • 미끄럽거나 물기가 있는 바닥 • 평평하지 않은 바닥 • 적절하지 않은 계단높이 • 밤 근무 시 어두운 조명 • 매우 어지럽혀져 있거나 물체가 바닥에 많이 있는 작업장이나 통로 • 정비·수리가 되지 않은 보행로 또는 고장 난 장비

17. ④ P148

임신한 영양보호사는 풍진·수두 등 선천성 기형을 유발할 수 있는 감염성 질환을 가진 대상자와 접촉을 하지 않는다.

18. ③ P166 (위궤양)

증 상	<ul style="list-style-type: none"> • 헬리코박터균에 의한 감염 • 속쓰림, 소화불량, 새벽 1~2시에 발생하는 상복부 불편감 • 심한 경우 위 출혈, 위 천공, 위 협착
치료 및 예방	<ul style="list-style-type: none"> • 약물요법과 함께 알맞은 식이요법, 충분한 수면, 심신 안정 • 금연

19. ① P173 (호흡기계)

특 성	<ul style="list-style-type: none"> • 신체조직 내 수분 함유량의 감소로 콧속의 점막 건조 • 폐포의 탄력성 저하, 폐 순환량 감소 • 호흡근육의 위축과 근력의 약화로 호흡증가 시 피로 • 기침반사 저하, 섬모운동 저하 • 기관지내 분비물이 증가
-----	---

20. ③ P178 (폐결핵)

원 인	<ul style="list-style-type: none"> • 영양부족, 알코올 또는 약물중독 • 당뇨병, 악성 종양, 만성 신부전 등과 같은 질병 • 스테로이드와 같은 면역 억제제 사용
증 상	<ul style="list-style-type: none"> • 초기에는 대부분 무증상, 2주 이상의 기침과 흉통 • 오후에 고열이 있다가 늦은 밤에 식은땀과 함께 열이 내리는 증상 • 피로감, 식욕부진, 체중감소, 무기력감 • 점액성, 화농성 객담과 가슴 통증, 호흡곤란과 흉막염 등의 합병증
치료 및 예방	<ul style="list-style-type: none"> • 약물 투여로 인한 위장장애, 홍조, 피부 발진, 가려움증, 발열 같은 부작용 • 주기적으로 간 기능 검사와 객담 검사 • 감염성이 있으므로 흉부방사선 촬영(X-ray) 검진, 가래검사로 조기 발견

21. ① P183

22. ⑤ P191 (골다공증)

의 의	<ul style="list-style-type: none"> 뼈세포가 상실되어 골밀도가 낮아져 골절이 발생하기 쉬운 상태
요 인	<ul style="list-style-type: none"> 폐경, 여성호르몬의 결핍, 골격이 약하고 저체중, 운동부족 갑상선 및 부갑상선 질환, 척추골절 등 40세 이후 골절경험 영양 흡수장애 및 칼슘 섭취 부족 3개월 이상 부신피질 호르몬 요법을 받았거나 장기적 혈전 예방 약물복용 젊었을 때 본인 체중 10% 이상의 무리한 다이어트
치료 및 예방	<ul style="list-style-type: none"> 충분한 칼슘 섭취와 적당한 체중을 유지 근육과 뼈에 힘을 주는 체중부하운동 비타민 D를 섭취(햇빛을 쬐면 비타민 D 생산)

23. ⑤ P197 (전립선비대증)

의 의	<ul style="list-style-type: none"> 전립선은 남성에게만 있는 기관 전립선이 커져서 요도를 압박하는 것
원 인	<ul style="list-style-type: none"> 남성호르몬 감소, 여성호르몬 증가 등 호르몬 불균형 비만, 고지방, 고콜레스테롤 음식섭취
증 상	<ul style="list-style-type: none"> 비대된 전립선이 요도를 눌러 요도가 좁아져 소변줄기가 가늘어짐 소변을 보고 나서도 시원하지 않음(잔뇨감) 소변이 바로 나오지 않고 힘을 주어야 나옴 배뇨 후 2시간 이내 다시 소변이 마렵고(빈뇨) 마려울 때 참기 힘들(긴박뇨) 밤에 자다가 소변을 보려고 자주 깸(야뇨)
치료 및 예방	<ul style="list-style-type: none"> 저지방 식사와 적당한 운동으로 적정 체중 유지 금주

24. ④ P200

욕 창	<ul style="list-style-type: none"> 침대 2시간마다 의자나 휠체어는 1시간마다 자세변경 미지근한 물을 사용하여 씻고 말린다. 시트에 주름이 있으면 욕창이 더 잘 생기므로 주름을 편다. 뼈 주위를 보호하고 무릎 사이에는 베개를 끼워 마찰 방지 신체의 약한 부위에 압력이 가는 것을 덜어줄 특수 매트리스와 베개사용 천골부위 도넛 모양의 베개사용 금지(압박받는 부위 순환 저해) 미지근한 물로 닦고 완전히 마르게 두드려 주는 것이 좋다 파우더는 화학물질이 피부를 자극하거나 땀구멍을 막으므로 사용금지 몸에 꼭 끼는 옷과 단추 달린 스커트나 바지는 피한다. 손톱에 긁히는 일이 없도록 손톱을 짧게 자른다.
-----	---

25. ⑤ P212

시 각	<ul style="list-style-type: none"> • 지방이 감소하면서 눈꺼풀이 처지게 되고 눈이 깊게 들어간다. • 결막은 얇아지고 누렇게 변하며 눈 자극감, 불편, 각막궤양 • 눈물의 양은 감소하여 건조해지고 눈이 뻑뻑하여 불편감 • 각막반사 저하로 손상이나 감염에 둔감 • 수정체가 노란색으로 변화는 황화현상(보라색, 남색, 파랑색 구분 곤란) • 동공 지름 감소로 빛을 받아들이지 못해 밝은 곳을 좋아한다. • 눈부심의 증가, 시력 저하, 빛 순응의 어려움
-----	--

26. ① P218

당뇨병	<ul style="list-style-type: none"> • 다음증(목마름), 다식증(많이 먹음), 다뇨증, 체중감소 • 흐릿한 시력과 두통, 무기력, 발기부전, 질 분비물 및 질 감염의 증가 • 상처치유 지연, 감각이상 및 저하 • 감염, 식사량 증가, 활동량 감소 등 경우 고혈당(배뇨 증가, 체중감소, 피로감, 식욕 증가 등) • 식사량 감소, 활동량 증가 등 경우 저혈당(땀을 많이 흘림, 두통, 시야몽롱, 배고픔, 어지럼 등)
-----	---

27. ③ P248 (파킨슨질환)

증 상	운 동	<ul style="list-style-type: none"> • 떨림(진전), 행동 느려짐, 경직, 자세 불안정 • 무표정한 얼굴과 작은 목소리, 처진 어깨와 구부러진 자세 • 안정시 손발 떨림, 관절이 굴곡되고 뻣뻣해짐 • 종종걸음과 다리가 끌림
	비운동	<ul style="list-style-type: none"> • 신경 정신 증상 : 파킨슨 환자에서는 우울, 불안, 피로, 환각, 망상 • 수면 이상 : 과도한 주간 졸림, 기면증 등도 발생 • 자율신경계 증상 : 기립성저혈압, 변비, 성기능 장애, 소변 증상(야간뇨, 빈뇨) • 감각 이상 : 통증이나 후각 기능저하 등이 발생 • 인지기능 장애 : 기억력 저하 • 기타 : 변비, 피로
치료 및 관리	<ul style="list-style-type: none"> • 걷기, 수영, 체조, 요가, 실내 자전거, 아쿠아로빅 등이 좋다. • 서 있거나 걷는 것이 불안정한 경우라면 앉거나 누워서 운동하는 것이 안전 • 단백질(육류, 생선, 콩류 등)은 약물복용과는 시간 간격을 두고 복용 • 소화제, 항정신약물 및 안정제, 편두통 및 어지럼증 치료제는 파킨슨병 환자의 증상을 악화 우려 	

28. ① P252

영양 문제원인	<ul style="list-style-type: none"> • 침의 분비가 줄어들고 음식물을 씹고 삼키는 능력 저하 • 위가 위축되고 소화액 분비가 감소되어 소화 및 흡수기능 저하 • 인지기능의 저하(치매 등)로 불규칙한 식사 • 활동량이 줄어 식욕 감소 • 체 수분량이 감소하고 갈증을 잘 느끼지 못해 탈수 발생 • 미각이 저하되어 음식을 짜게 먹게 된다.
---------	--

29. ② P254 (운동)

문 제	<ul style="list-style-type: none"> • 심장근육이 두꺼워져 탄력성이 떨어지고, 심장근이 수축하는 힘이 감소 • 폐조직의 탄력성 감소, 흉곽의 경직으로 폐활량 축소 • 자극에 대한 반응이 줄어들고 균형 및 조정 능력 축소 • 낙상에 대한 두려움, 외로움과 같은 심리상태가 활동과 운동 방해
관 리	<ul style="list-style-type: none"> • 현재 운동수준 평가 • 운동 금기 질환 및 투약상황 확인 • 시원하고 바람이 잘 통하고 땀을 흡수하는 옷을 입고 운동 • 낮은 수준으로 운동을 시작하여 상태를 보면서 점차 강도를 올린다. • 적어도 10분 이상 준비운동 실시로 유연성을 높이고 근육손상 방지 • 저장도 운동으로 시작하고, 근육피로, 호흡곤란, 혈압 변화 등에 주의 • 운동의 강도, 기간, 빈도를 서서히 증가 • 최소한 5~10분 동안 안정 시의 심박동수로 돌아올 때까지 마무리 운동 • 운동하는 중간중간에 충분한 휴식 • 개인의 능력에 맞는 운동실시 • 빠르게 방향을 바꾸어야 하는 운동이나 동작은 금한다. (태권도, 농구, 탁구, 배드민턴, 스쿼시, 테니스)

30. ④ P264

복용원칙	<ul style="list-style-type: none"> • 건강기능식품 등 비처방약도 복용하기 전에 의사와 상담해야 한다. • 복용하던 약을 의사의 처방 없이 중단하면 안 된다. • 증상이 비슷하다고 해서 다른 사람에게 처방된 약을 먹어서는 안 된다. • 단골 병원과 약국을 지정하여 다니는 것이 좋다. • 진료 후 이전 처방약을 이어서 복용하지 않는다. • 가장 최근의 처방약을 복용해야 한다. • 약이 쓰다고 다른 것과 함께 복용하면 안 된다. • 약 삼키는 것이 힘들다고 쪼개서 복용하면 안 된다. • 분할선이 있는 약만 쪼개서 복용할 수 있다. • 분할, 분쇄 불가 약제 : 장용 코팅제(약효 저하), 서방제(부작용 증가) • 약 복용을 잊어버렸다고 그 다음 복용시간에 2배로 복용하면 안 된다. • 약 복용시간을 놓쳤다면, 생각난 즉시 복용한다. • 다음 복용시간에 가까워진 때는 다음 복용시간에 복용한다.
편의점 구입가능	<ul style="list-style-type: none"> • 해열진통제, 감기약, 소화제, 파스
주의사항	<ul style="list-style-type: none"> • 자몽주스 : 고지혈증약, 혈압약, 수면제 등 여러 약물과 상호작용이 있어 부작용을 일으킬 가능성이 높다. • 시금치 : 부정맥 등이 있을 때 복용하는 와파린과 함께 먹으면 약의 효과를 줄일 수 있어 과량 섭취하지 않는 것이 좋다.

31. ② P271

대 상	50~59세	60~64세	65세 이상
독감(인플루엔자)	매년 1회		
파상풍/디프테리아 /백일해	10년마다 1회		
폐렴구균	위험군만 1회~2회		건강상태에 따라 1~2회
대상포진	위험군만 1회		
	• 60세 이상 성인은 1회 접종 (1회 접종 후 추가접종 불필요)		

32. ④ P318

애매한 표현은 피하고 구체적으로 기록

33. ⑤ P336 (업무보고)

중요성	<ul style="list-style-type: none"> • 영양보호서비스의 질 향상 • 타 전문직과의 협조 및 의사소통 원활 • 사고 대응을 신속하게 할 수 있으며, 피해를 최소화
-----	---

34. ④ P627

타 협	<ul style="list-style-type: none"> • 아무리 죽음을 부정해도 피할 수 없는 상황임을 이해 • “그래, 내게 이런 일이 벌어졌어. 하지만...”. • 삶이 얼마라도 연장되기를 바란다. • 영양보호사와 가족들은 지킬 수 없는 약속을 하지 않도록 주의
-----	---

35. ② P635

① 19세 이상 본인이 직접 작성 ③ 말기 환자가 고통을 이겨 낼 방법이 없을 경우에 한해 의사 도움을 받아 죽도록 하는 안락사와는 다르다. ④ 심폐소생술, 혈액투석, 항암제 투여, 인공호흡기 착용 등 치료효과 없이 임종과정의 기간만을 연장하는 의학적 기술은 중단된다. ⑤ 통증완화를 위한 의료행위와 영양분, 물, 산소의 단순공급은 보류하거나 중단할 수 없다.

36. ⑤ P286

37. ④ P288

38. ③ P293

언어장애	<ul style="list-style-type: none"> • 얼굴과 눈을 응시하며 천천히 말한다. • 소음이 있는 곳을 피한다. • 면담 시 앉아서 한다. • 질문에 대한 답변이 끝나기 전에 다음 질문을 하지 않는다. • 말이 확실히 끝날 때까지 기다리면서 고개를 끄덕여 듣고 있음을 알린다. • 알아듣고 이해가 된 경우에는 예, 아니요. 등으로 짧게 대답 • 눈을 깜빡이거나 손짓, 손에 힘을 주거나 고개를 끄덕이는 의사표현 • <u>실물, 그림판, 문자판 등을 이용</u> • 잘 표현하였을 때는 칭찬과 더불어 긍정적 공감을 비언어적으로 표현
------	---

39. ④ P353

① 등받이가 있는 의자는 안전하고 좌우 균형을 잡는 데 도움 ② 안쪽 깊숙이 앉게 한다. ③ 대상자의 배꼽 높이에 오는 것이 좋다. ⑤ 발바닥이 바닥에 닿을 수 있는 정도이어야 안전

40. ④ P355

41. ① P362 (경관영양)

돕는방법	<ul style="list-style-type: none"> • 처방에 따라 영양액을 따뜻하게 준비(너무 차갑거나 뜨겁지 않도록)한다. • 대상자를 앉게 하거나 침상머리를 올린다. • 대상자가 만약 일어나지 못하면 오른쪽으로 눕힌 이유. → ① 위 모양이 왼쪽으로 기울어져 있어서 기도로의 역류 가능성이 줄어들고, ② 중력에 의해 영양액이 잘 흘러내려 간다. • 영양액 주머니는 위장보다 높은 위치에 건다. • 대상자가 토하거나 청색증이 나타난 경우 → 비위관을 잠근 후 바로 시설장 등에게 알린다. • 주입 후 대상자가 상체를 높이고 30분 정도 앉아 있도록 보조(반좌위)한다. • 비위관이 빠졌을 경우 → 요양보호사가 임의로 밀어 넣거나 삽입하면 안 된다. • 비위관이 새거나 영양액이 역류할 때 → <u>비위관을 잠근 후</u> 의료기관에 방문하게 하거나, 반드시 시설장 등에게 연락
------	--

42. ① P365

② 눈높이 ③ 밝게 ④ 화장실까지 가는 길에 불필요한 물건이나 발에 걸려 넘어질 우려가 있는 물건을 치워 넘어지지 않게 한다. ⑤ 안전한 신발

43. ⑤ P370

44. ② P373

① ② 건강한 쪽으로 침대 난간에 빈틈없이 붙이거나, 30~45° 비스듬히 붙인다. ③ 침대 높이와 이동변기의 높이가 같도록 맞춘다. ④ 대상자의 다리를 내려 두 발이 바닥에 닿게 한다. ⑤ 이동변기 내에 있는 배설물을 즉시 처리하고 환기한다.

45. ③ P374

기저귀를 사용하면 피부손상과 욕창이 잘 생긴다. 배뇨, 배변시간에 맞추어 자주 살펴보고 젖었으면 속히 갈아주어 피부에 문제가 생기지 않게 한다.

46. ④ P377

소변주머니를 방광 위치보다 높게 두지 않는다. 소변주머니가 높이 있으면 소변이 역류하여 감염의 원인이 된다.

47. ③ P386

먼저 윗니와 잇몸을 닦고 거즈(브러시)를 바꾸어 아래쪽 이와 잇몸을 닦는다. 다음으로 입천장, 혀, 볼 안쪽을 닦아준다

48. ⑤ P388

혈액응고장애가 있는 대상자는 출혈 가능성이 있으므로 치실은 사용하지 않는다. 칫솔질은 잠자기 전과 매 식사 후 30분 이내에 3분간 하도록 습관화한다.

49. ⑤ P393

① 비비지 말고 큰 수건으로 머리 전체를 감싸서 가볍게 두드려 물기제거 ② 헤어드라이어를 사용하여 건조 ③ 보온을 위해 문과 창문을 닫는다. ④ 실내온도는 22~26℃, 물 온도는 35℃

50. ③ P396

① 두피에서부터 모발 끝쪽으로 빗는다. ② 빗질은 매일 하는 것이 좋다. ④ 대상자의 기호와 의견을 물어서 머리를 손질한다. ⑤ 영졌을 때는 물을 적신 후에 손질한다.

51. ④ P397

52. ② P403 (목욕 돕기)

주의사항	<ul style="list-style-type: none"> 실내온도는 22~26℃를 유지 바람이 들어오지 않도록 창문과 욕실 문을 닫는다. 만일의 상황에 대비해서 욕실 문은 잠그지 않는다. 욕실에 손잡이를 붙이거나 미끄럼방지 매트를 깔아준다. 물의 온도는 35℃를 기준으로 하여 개인의 선호를 반영 체온이 떨어지지 않도록 자주 따뜻한 물을 뿌려주거나 담요 등을 덮어준다. 몸씻기 시간은 20~30분 이내로 한다(욕조에 있는 시간 5분 정도). 몸을 씻은 후 한기를 느끼지 않도록 따뜻한 우유, 차 등으로 수분을 보충한다.
------	---

53. ① P406

통 목욕	<ul style="list-style-type: none"> 목욕의자에 앉히고 발끝에 물을 묻혀 미리 온도를 느끼도록 한다. 물로 행구는 순서(발 → 다리 → 팔 → 몸통 → 회음부) 편마비 대상자의 경우 건강한 손으로 손잡이나 보조도구를 잡게 한다. 요양보호사는 대상자의 마비된 쪽 겨드랑이를 잡고 건강한 쪽 다리, 마비된 쪽 다리 순으로 옮겨 놓도록 한다. 욕소에서 나오게 하여 목욕의자에 앉히고 머리를 감긴다
------	---

54. ① P413

② 매트리스 위에 시트를 깐다. ③ 햇볕에 말려야 한다. ④ 침대 중앙에 오도록 ⑤ 기온과 대상자의 요구에 따라 조절한다.

55. ① P417

앉을 수 있는 편마비	앞이 벌어진 상의	<ul style="list-style-type: none"> 벗길 때 : 건강한 쪽 → 마비 쪽 (마비된 팔 잡아당기지 않기) 입힐 때 : 마비 쪽 → 건강한 쪽
	앞이 막힌 상의	<ul style="list-style-type: none"> 벗길 때 : 건강한 쪽 → 머리 → 마비 쪽 입힐 때 : 마비 쪽 → 머리 → 건강한 쪽
똑바로 누워 있는 대상자	앞이 벌어진 상의	<ul style="list-style-type: none"> 벗길 때 : 건강한 쪽 → 마비 쪽 입힐 때 : 마비 쪽 → 건강한 쪽
	앞이 막힌 상의	<ul style="list-style-type: none"> 벗길 때 : 좌우측 한쪽씩 → 마비 쪽 입힐 때 : 마비 쪽 → 머리 → 건강한 쪽 (또는 양 소매 → 머리)

56. ① P426

② 큰 근육 ③ 가까이 ④ 허리 펴고 무릎 구부린다. ⑤ 넓히고

57. ⑤ P430

58. ① P454

올라갈 때	지팡이 없을 때	• 건강한 손 계단잡기 → 건강한 다리 → 불편한 다리
	지팡이 있을 때	• 건강한 손 지팡이 → 건강한 다리 → 불편한 다리
내려갈 때	지팡이 없을 때	• 건강한 손 계단잡기 → 불편한 다리 → 건강한 다리
	지팡이 있을 때	• 건강한 손 지팡이 → 불편한 다리 → 건강한 다리

59. ① P472

60. ② P483

① 너무 딱딱하지 않아야 한다. ③ 밖으로 나오지 않아야 한다. ④ 변색되지 않는 것이어야 한다. ⑤ 너무 미끄럽지 않아야 한다.

61. ③ P539

① 즉시 세탁한다. ② 햇빛에 말리면 자외선에 의한 살균 효과가 있다. ④ 습기를 흡수하지 않는 것 ⑤ 소재가 두꺼우면 욕창 원인

62. ⑤ P544

건조표시				
	• 햇빛에 건조 • 옷걸이에 걸어서 건조	• 그늘에 건조 • 옷걸이에 걸어서 건조	• 햇빛에 건조 • 뉘어서 건조	• 그늘에 건조 • 뉘어서 건조
	흰색 면직물	합성섬유 의류	흰색 니트류	색상 있는 니트류

63. ⑤ P547 (외출동행)

기본원칙	<ul style="list-style-type: none"> • 대상자의 욕구를 확인하여 사전에 외출계획을 세운다. • 목적지 정보를 충분히 파악하여 필요한 사항 및 준비물 등을 사전에 점검 • 대상자 및 가족의 지나친 요구는 시설장 등에게 보고하여 조절 • 개인물품이 분실되지 않도록 유의 • 대상자의 안전에 각별히 유의
------	--

64. ④ P567 (일상생활 돕기)

기본원칙	<ul style="list-style-type: none"> • 대상자의 생활자세를 소중히 여기고 환경을 바꾸지 않는다. • 규칙적인 생활을 하게 한다. • 대상자에게 남아 있는 기능을 최대한 살린다. • 상황에 맞는 요양보호를 한다. • 항상 안전에 주의한다.
------	--

65. ① P576 (안전과 사고예방법)

방과 주변	<ul style="list-style-type: none"> • 방은 가족이나 요양보호사가 잘 관찰할 수 있는 곳에 위치 • 난간, 출입구 등에는 야간등 설치 • 위험한 물건은 치매 대상자가 발견할 수 없는 곳에 보관 • 대상자가 다니는 곳에 전기 코드나 양탄자, 깔개를 두지 않는다. • 유리창에는 눈높이에 맞춰 그림을 붙여 유리라는 것을 알게 한다. • 난방 기구를 켜 놓았을 때 혼자 있게 해서는 안 된다. • 시간을 잘 인식하도록 낮에는 밝게 하고 밤에는 밝지 않게 한다. • 수면 중에 낙상의 우려가 있는 경우 침대보다는 바닥에 요와 이불 사용
-------	--

66. ⑤ P578 (반복적 질문이나 행동)

기본원칙	<ul style="list-style-type: none"> • 대상자의 주의를 환기한다. • 해가 되지 않으면 무리하게 중단시키지 말고 그냥 놔두어도 된다. • 대상자가 심리적 안정과 자신감을 갖게 도와준다. • 질문에 대답을 해주는 것보다 대상자를 다독거리며 안심시켜 준다. • 반복되는 행동을 억지로 고치려고 하지 않는다.
돕는방법	<p>= 관심을 다른 곳으로 돌리는 방법</p> <ul style="list-style-type: none"> • 크게 손뼉을 쳐서 관심을 바꾸는 소음 내기 • 대상자가 좋아하는 음식 제공 • 좋아하는 노래를 함께 부르기 • 과거의 경험 또는 고향과 관련된 이야기 나누기 • 단순하게 할 수 있는 일거리 제공(나물 다듬기, 빨래개기 등)

67. ③ P580

치매 대상자가 위험한 물건을 빼앗기지 않으려고 하는 경우, 치매 대상자가 좋아하는 다른 간식과 교환 한다.

68. ① P581 (수면장애)

예	<ul style="list-style-type: none"> • 2~3일간 잠을 자지 않고, 2~3일 뒤에 계속 잠을 잔다. • 밤에 일어나서 돌아다니다가 낮에 잠을 잔다.
기본원칙	<ul style="list-style-type: none"> • 대상자의 수면 상태 관찰 • 대상자에게 알맞은 하루 일정을 만들어 규칙적으로 생활 • 일과 안에 휴식시간과 가능하면 집 밖에서의 운동 포함 • 수면에 좋은 환경을 만든다.
돕는방법	<ul style="list-style-type: none"> • 산책과 같은 야외활동을 통해 신선한 공기를 접하면서 운동하도록 돕는다. • 밤낮이 바뀌어 낮에 꾸벅꾸벅 조는 경우 → 말을 걸어 자극을 준다. • 소음을 최대한 없애고 적정 실내온도 유지 • 오후와 저녁에는 커피나 술과 같은 음료를 주지 않는다. • 잠에서 깨어나 외출하려고 하면 요양보호사가 동행

69. ③ P581 (배회)

<p>돕는방법</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 대상자의 신체적 욕구를 우선적으로 해결 • 단순한 일거리를 주어 배회 증상을 줄인다. • 집안에서 배회하는 경우 배회코스를 만들어 둔다. • 대상자가 신분증을 소지하도록 한다. • 예방을 위해 현관이나 출입문에 벨을 달아 놓아 대상자가 출입 관찰 • 창문 등 출입이 가능한 모든 곳의 문을 잠근다. • TV나 라디오를 크게 틀지 않으며 집안을 어둡게 하지 않는다. • 낮에 단순한 일거리를 주어 에너지 소모를 하도록 한다. • 관심을 다른 곳으로 돌림으로써 정서 불안에 의한 배회를 줄여 준다. • 상실감이나 욕구와 관련된 배회일 때 → 대상자 주변을 친숙한 것으로 채워 주고 가족들과 다과 등을 함께 하는 시간을 갖는다.
-------------	---

70. ② P582

이상행동 반응을 보이면 질문하거나 일을 시키는 등의 자극을 주지 말고 조용한 장소에서 쉬게 한다.

71. ④ P585

치매 대상자는 인형, 애완동물, 익숙한 소리를 듣거나 좋아하는 일을 하는 것에서 위안을 받을 수 있으므로 이를 돕는다.

72. ③ P586

의복으로 인한 불편감이나 대소변을 보고 싶은 욕구가 있는지 확인하고 도와준다.

73. ② P589

대상자의 요구를 알기 위해서는 막연하게 ‘어디 불편한 곳이 있으세요?’ 보다는 신체 부위를 짚어가며 ‘어깨가 아프세요?’, ‘무릎, 어깨가 아프세요?’, ‘입안이 아프세요?’ 와 같이 구체적으로 질문하여야 한다.

74. ② P592

언어적인 표현 방법과 적절한 비언어적인 표현 방법을 같이 사용한다.

75. ④ P638

76. ③ P642

지 진	<ul style="list-style-type: none"> • 집이 흔들리기 시작하면 탁자 아래로 들어가 몸을 보호한다. • 탁자가 없을 경우 머리를 팔로 감싼 자세로 웅크린 채로 대기한다. • 창문 근처 등 깨지거나 떨어지기 쉬운 곳은 피한다. • 집이 흔들리는 동안에는 대피를 시도해서는 안 된다. • 흔들림이 멈추면 전기와 가스를 차단하고 문을 열어 출구를 확보한다. • 계단을 이용하여 신속하게 건물 밖으로 이동 • 운동장이나 공원 등 넓은 공간으로 이동
-----	---

77. ⑤ P655

하임리히법	<ol style="list-style-type: none"> ① “숨이 안 쉬어지세요? 제가 도와드릴까요?”라고 묻는다. ② 대상자의 등 뒤에 선다. ③ 배꼽과 명치 중간에 주먹 권 손을 감싼다. ④ 양손으로 복부의 윗부분 후상방으로 힘차게 밀어 올린다. ⑤ 한 번으로 이물질이 빠지지 않으면 반복하여 시행한다. ⑥ 만일 질식이 지속되고 의식을 잃어버린다면 천천히 바닥에 눕힌다. ⑦ 119에 신고하고 심폐소생술을 실시한다.
-------	--

78. ⑤ P657

출 혈	<ul style="list-style-type: none"> • 장갑을 착용하고 출혈부위를 노출한다. • 만일 출혈량이 적다면 멸균거즈 등을 활용하여 상처를 압박한다. • 출혈량이 많다면 깨끗한 수건이나 옷을 활용하여 상처를 압박한다. • 출혈이 멈추거나 119 구급대원이 올 때까지 출혈 부위를 누르고 있다. • 출혈이 너무 많으면 두 번째 패드를 덧대서 계속해서 압박(이때 첫 번째 패드를 제거해서는 안 된다). • 만일 쇼크가 의심되는 상황이라면 다리를 높이는 자세로 눕힌다. • 출혈이 멈추었다면 상처 부위에 드레싱을 실시한다.
-----	---

79. ③ P660

골 절	<ul style="list-style-type: none"> • 대상자를 안정시키고 스스로 움직이지 않도록 한다. • 손상 부위에 반지나 팔찌 등이 있다면 미리 벗겨낸다.
-----	---

80. ③ P662

가슴압박	<ul style="list-style-type: none"> • 가슴뼈(흉골)의 아래쪽 절반 부위에 깍지를 낀 두 손의 손바닥 뒤꿈치를 댄다. • 손가락이 가슴에 닿지 않도록 주의 • 양팔을 쭉 편 상태로 체중을 실어서 환자의 몸과 수직이 되도록 압박 • 압박된 가슴은 완전히 이완되도록 한다. • 가슴 압박은 성인에서 분당 100~120회의 속도 약 5cm 깊이 • 환자가 회복하거나 119 구급대가 도착할 때까지 지속
------	---

모의고사 제5회 정답 및 해설

제1회 족집게 모의고사 정답									
1	표준 P.22	2	표준 P.26	3	표준 P.38	4	표준 P.55	5	표준 P.57
④		⑤		①		③		⑤	
6	표준 P.59	7	표준 P.77	8	표준 P.77	9	표준 P.92	10	표준 P.109
①		⑤		②		⑤		②	
11	표준 P.116	12	표준 P.117	13	표준 P.123	14	표준 P.123	15	표준 P.124
③		③		①		④		④	
16	표준 P.149	17	표준 P.151	18	표준 P.162	19	표준 P.176	20	표준 P.185
④		③		①		②		③	
21	표준 P.195	22	표준 P.203	23	표준 P.214	24	표준 P.221	25	표준 P.223
⑤		⑤		④		①		②	
26	표준 P.244	27	표준 P.254	28	표준 P.257	29	표준 P.263	30	표준 P.264
④		③		④		②		④	
31	표준 P.274	32	표준 P.318	33	표준 P.342	34	표준 P.627	35	표준 P.635
⑤		③		③		⑤		③	
36	표준 P.282	37	표준 P.293	38	표준 P.294	39	표준 P.353	40	표준 P.361
①		②		④		②		③	
41	표준 P.366	42	표준 P.371	43	표준 P.373	44	표준 P.376	45	표준 P.377
③		①		③		④		②	
46	표준 P.386	47	표준 P.389	48	표준 P.393	49	표준 P.395	50	표준 P.397
④		⑤		⑤		②		①	
51	표준 P.401	52	표준 P.406	53	표준 P.417	54	표준 P.422	55	표준 P.430
①		④		⑤		①		⑤	
56	표준 P.432	57	표준 P.439	58	표준 P.454	59	표준 P.472	60	표준 P.477
③		⑤		②		①		③	
61	표준 P.524	62	표준 P.531	63	표준 P.540	64	표준 P.544	65	표준 P.566
②		③		⑤		②		②	
66	표준 P.579	67	표준 P.576	68	표준 P.580	69	표준 P.582	70	표준 P.583
④		③		①		③		④	
71	표준 P.584	72	표준 P.585	73	표준 P.586	74	표준 P.591	75	표준 P.621
⑤		②		⑤		④		③	
76	표준 P.641	77	표준 P.642	78	표준 P.660	79	표준 P.662	80	표준 P.665
②		④		⑤		①		④	

요양보호론(필기시험)

1. ④ P22

④ 직장에서 퇴직하면서 사회적 관계도 줄어들게 된다. 친척이나 친구 관계도 소원해지고, 그들과의 유대감도 줄어들거나 없어지게 된다. 나머지는 모두 증가한다.

2. ⑤ P26

① 노년기에 이르면 과거에 존재했던 경쟁심이나 갈등이 줄어들고, 상호이해와 동조성이 강화되는 경향을 보인다. ② 고부갈등이 존재하며 장모와 사위 간의 장서갈등도 늘어나고 있다. ③ 부부간의 관계가 동반자로 전환된다. ④ 자녀들이 독립하여 집을 떠난 뒤에 부모가 경험하는 것이 빈둥지증후군, 배우자나 친구와 사별하는 경우 심한 허무감, 절망감, 고독감을 느낀다.

3. ① P38

① 독립의 원칙 ② 달리해서는 안 된다. ③ 사회의 문화적 가치체계에 따라 가족과 지역사회의 보살핌과 보호를 받아야 한다. (보호의 원칙) ④ 시설에서는 인간적이고 안전한 환경에서 보호, 재활, 사회적·정신적 격려 서비스를 제공받아야 한다. (보호의 원칙)

4. ③ P55

구 분	장 점	단 점
재가급여	<ul style="list-style-type: none"> • 평소에 생활하는 친숙한 환경에서 생활 • 사생활이 존중되고 개인중심 생활 가능 	<ul style="list-style-type: none"> • 의료, 간호, 요양서비스가 단편적 진행 • 긴급한 상황에 신속하게 대응하기 곤란
시설급여	<ul style="list-style-type: none"> • 의료, 간호, 요양서비스를 종합적으로 받을 수 있다 	<ul style="list-style-type: none"> • 지역사회(가족, 형제, 이웃)와 떨어져 지내며 소외되기 쉽다. • 개인 중심의 생활이 어렵다.

5. ⑤ P57

① 20%를 국고에서 부담한다. ② 국가(보건복지부장관) ③ 독립회계로 관리한다. ④ 저소득층, 의료급여수급권자 등은 법정 본인부담금의 40~60%를 경감하여 준다.

6. ① P59

장기요양 인정서	<ul style="list-style-type: none"> • 대상자의 기본인적사항과 장기요양등급, 유효기간, 이용 가능한 급여의 종류와 내용, 대상자가 장기요양서비스를 제공받을 때 필요 사항 포함 • 장기요양서비스를 받기 위해 장기요양인정서를 기관에 제시
개인별 장기요양 이용계획서	<ul style="list-style-type: none"> • 적절한 장기요양서비스를 이용할 수 있도록 안내하는 역할 • 장기요양기관이 대상자를 이해하는 데 도움이 되는 자료의 역할 • 대상자의 등급에 따라 이용할 수 있는 한도액과 본인부담률이 포함 • 공단에서 제시하는 급여의 종류와 횟수, 비용, 복지용구 기재됨 • 서비스 제공계획을 수립할 때 필요

7. ⑤ P77

서비스를 제공하기 전에 대상자에게 충분히 설명한 후, 대상자가 동의하면 서비스를 제공한다. 다만, 대상자가 치매 등으로 인지능력이 없는 경우에는 보호자에게 동의를 구한다.

8. ② P77

① 대상자나 대상자의 가족과 의견이 상충될 시에는 불필요한 마찰을 피하고, 시설장 또는 관리책임자에게 보고한다. ③ 서비스를 추가, 변경하거나 의료적 진단 등이 필요하다고 판단되는 경우 시설장 또는 관리책임자에게 신속하게 보고한다. ④ 흡인, 비위관삽입, 관장, 도뇨, 욕창 관리, 투약(경구약 및 외용약 제외) 등을 포함하는 모든 의료행위를 하지 않는다.

9. ⑤ P92

그 외 자기결정과 선택이 어려운 노인은 올바른 선택을 할 수 있도록 적절히 지원해야 한다. 노인 및 보호자가 부적절하거나 실현 가능성이 없는 개별화된 서비스를 요구할 경우 노인의 이익에 가장 부합하는 정보를 제공하여 노인 및 보호자가 최선의 선택을 할 수 있도록 돕는다.

10. ② P109

① 정서적 학대 ③ 유기 ④ ⑤ 신체적 학대

11. ③ P116

노인장기요양보험법 제47조의2 (장기요양요원지원센터의 설치 등)에 근거하여 지방자치단체는 장기요양요원지원센터를 설치하고, 장기요양요원의 권리침해 관한 상담 및 지원, 역량강화를 위한 교육지원, 건강검진 등 건강관리를 위한 사업지원 등을 하고 있다.

12. ③ P117

근로 기준법	<p>〈근로계약서에 명시해야 할 사항〉</p> <ul style="list-style-type: none"> • 임금 및 근로시간 : 임금의 구성항목, 계산방법 및 지불방법 등 • 취업의 장소와 종사하여야 할 업무에 관한 사항 • 취업규칙 내용 • 종사자가 기숙하게 하는 경우에는 기숙사 규칙에 정한 사항
-----------	--

13. ① P123

요양보호사는 지시에 따라 업무와 보조를 성실히 수행하고 업무의 경과와 결과를 시설장 또는 관리책임자에게 보고한다.

14. ④ P123

대상자가 의사소통이 어렵고 협조를 안 한다는 등의 이유로 신체적, 언어적, 정서적 학대를 해서는 안 된다. 학대를 발견하면 반드시 신고해야 한다.

15. ④ P124

16. ④ P149

① 결핵은 호흡기를 통하여 감염되므로 결핵에 걸린 대상자가 사용하는 물건을 함께 쓰는 것은 괜찮다. ② 2~3주 이상의 기침, 발열, 체중감소, 수면 중 식은땀 등의 증상이 나타날 경우 가까운 의료기관에서 반드시 결핵검사를 받는다. ③ 결핵이 의심되는 대상자를 돌볼 때는 보호장구(마스크, 장갑 등)를 착용해야 한다. ④ 결핵에 걸린 대상자와 접촉했을 때에는 병원 또는 보건소를 방문하여 결핵감염에 대한 검사를 받아야 한다.

17. ③ P151

② 내의 및 침구류를 뜨거운 물로 10~20분간 세탁한 후 건조하고, 세탁 후 3일 이상 사용하지 않는다. ③ 세탁이 어려운 것은 3일간 햇볕에 널거나 다리미로 다린 후 사용한다. ④ 대상자는 물론, 같이 사는 가족이나 동거인, 요양보호사 등 대상자와 접촉을 한 사람은 증상 유무와 상관없이 함께 동시에 치료한다.

18. ① P162

② 증상, 경과, 예후 등에서 젊은 사람의 검사 기준을 적용할 수 없는 질환이 많아 초기 진단이 매우 어렵다. ③ ④ 원인이 불명확한 만성 퇴행성 질환이 대부분이다. ⑤ 신장의 소변 농축 능력과 배설능력이 저하되어 약물 성분이 신체 내에 오래 남아 중독 상태에 빠질 수 있다.

19. ② P176 (천식)

원 인	<ul style="list-style-type: none"> • 꽃가루, 집먼지진드기, 강아지나 고양이 털 및 배설물, 곰팡이 • 대기오염, 황사, 매연, 먼지 등의 자극 물질, 자극적인 냄새, 담배연기 • 갑작스런 온도나 습도의 차이, 특히 차고 건조한 공기에 갑자기 노출
-----	---

20. ③ P185

① 규칙적인 운동을 한다. ② 금연한다. ③ 매일 체중을 측정하여 부종 정도를 확인한다. ④ 과식은 심장에 부담을 주므로 음식을 소량씩 나누어 섭취하도록 한다.

21. ⑤ P195

① ② 질벽이 얇아지고 탄력성이 적어지고 윤활작용이 감소되어 성교가 어렵고, 성교 시 통증이 있으나 성적 욕구가 감소되는 것은 아니다. ③ 난소가 작아지고 기능도 점차 감퇴한다. ④ 골반 근육 조절능력의 약화

22. ⑤ P203

① 가습기를 사용하여 습도를 조절한다. ② 40~60% 정도가 좋다. ③ 실내온도는 보통 20~23℃ 정도가 적당하다. ④ 자주 샤워를 하거나 때를 미는 것은 피부를 더욱 건조시켜 증상을 악화시킬 수 있기 때문에 삼간다.

23. ④ P214

② ⑤ 고개를 숙인 자세에서 장시간 독서하거나 작업하는 것을 피한다.

24. ① P221

② 불면 혹은 과도한 수면 ③ 매사에 관심이 없고 즐거운 것이 없음 ④ 있음 ⑤ 우울감이 잘 드러나지 않는다.

25. ② P223

① 급성질환 ③ 주의력 감퇴 ④ 갑자기 나타남 ⑤ 신체 생리적 변화가 심함

26. ④ P244 (뇌졸중)

① 파킨슨질환 ② ③ 치매 ④ 뇌졸중에 대한 증상 ⑤ 당뇨병

의 의	<ul style="list-style-type: none"> • 뇌에 혈액을 공급하는 혈관이 막히거나 터져서 뇌 손상이 오고 그에 따른 신체장애가 나타나는 뇌혈관질환 • 뇌졸중은 뇌혈관이 막히면 뇌경색과 뇌혈관이 터지면 뇌출혈로 구분
증 상	<ul style="list-style-type: none"> • 갑작스러운 반신마비, 어지럼증, 심한 두통, 쓰러짐, 시야장애 • 언어장애(말이 어눌해지거나 상대방의 말을 이해하지 못함)

27. ③ P254

① 적어도 10분 이상 준비운동을 하여 유연성을 높이고 근육 손상을 방지한다. ② 빠르게 방향을 바꾸어야 하는 운동이나 동작은 금한다. ④ 운동의 강도, 기간, 빈도를 서서히 증가시킨다. ⑤ 운동하는 중간중간에 충분히 휴식한다.

28. ④ P537 (수면)

관 리	<ul style="list-style-type: none"> • 매일 아침 일정한 시간에 일어난다. • 커피 등 카페인이 함유된 음료를 줄이거나 오후에는 금한다. • 저녁에 과식하지 않는다. • 공복감으로 잠이 안 오는 경우 → 따뜻한 우유 등을 마신다. • 취침시간이 너무 길면 오히려 불면증에 걸릴 수 있다. • 취침 전 지나치게 집중하는 일을 하지 않는다. • 옆 대상자가 코를 골면 다른 방으로 옮겨준다. • 수면제나 진정제를 장기복용하지 않는다. • 매일 규칙적으로 적절한 양의 운동을 한다. • 낮잠을 가급적 삼간다. • 온도 15~25℃ 전후 습도는 50~60%의 쾌적한 환경 유지
-----	--

29. ② P263

편의점에서 구입 가능한 비상약 : 해열진통제, 감기약, 소화제, 파스

30. ④ P264

① 약 복용시간을 놓쳤다면, 생각난 즉시 복용한다.

복용원칙	<ul style="list-style-type: none"> • 건강기능식품 등 비처방약도 복용하기 전에 의사와 상담해야 한다. • 복용하던 약을 의사의 처방 없이 중단하면 안 된다. • 증상이 비슷하다고 해서 다른 사람에게 처방된 약을 먹어서는 안 된다. • 단골 병원과 약국을 지정하여 다니는 것이 좋다. • 진료 후 이전 처방약을 이어서 복용하지 않는다. • 가장 최근의 처방약을 복용해야 한다. • 약이 쓰다고 다른 것과 함께 복용하면 안 된다. • 약 삼키는 것이 힘들다고 쪼개서 복용하면 안 된다. • 분할선이 있는 약만 쪼개서 복용할 수 있다. • 분할, 분쇄 불가 약제 : 장용 코팅제(약효 저하), 서방제(부작용 증가) • 약 복용을 잊어버렸다고 그 다음 복용시간에 2배로 복용하면 안 된다. • 약 복용시간을 놓쳤다면, 생각난 즉시 복용한다. • 다음 복용시간에 가까워진 때는 다음 복용시간에 복용한다. • 편의점 구입가능 : 해열진통제, 감기약, 소화제, 파스
------	---

31. ⑤ P274

① 장갑 · 목도리 · 모자 · 마스크를 착용한다. ② 내복을 입고 얇은 옷을 겹쳐 입는다. ③ 새벽 보다는 낮에 운동한다. ④ 발을 따뜻하게 감싸주는 덧신이나 안쪽에 기모가 있는 부츠, 방한화를 착용한다.

32. ③ P318

애매한 표현은 피하고 구체적으로 기록한다.

33. ③ P342

서비스와 관련된 회의는 사례회의

34. ⑤ P627

수 용	<ul style="list-style-type: none">• 평화로운 마음속에서 마지막 정리의 시간을 보내기도 한다.• 재산관리, 상속 관련 상담, 사랑하는 사람과 함께 하는 마지막 시간을 보내는 것• 가족들과 함께 종교적 예식을 준비하는 경우도 있다.• 오랜 투병을 통해 고통을 받았던 사람들일수록 죽음을 긍정적인 사건으로 인식
-----	---

35. ③ P635 (사전연명의료의향서)

내 용	<ul style="list-style-type: none"> • 작성자 : 말기환자나 임종과정 전 19세 이상(본인 직접 서면 작성) • 등록기관에 등록하면 효력 발생 • 언제든지 내용을 변경하거나 철회 가능 • 등록했어도 의료기관과 연동되는 것은 아님, 가족에게 알려야 함 • 연명의료정보시스템 확인하면 작성여부 열람 가능 • 의향서를 작성했다는 이유만으로 일반적인 진료과정에서 최선의 치료를 받지 못하는 것은 아니다. • 존엄사, 소극적 안락사와 유사, 의사의 도움을 받아 죽도록 하는 안락사와 차이
중단가능	• 심폐소생술, 혈액투석, 항암제 투여, 인공호흡기 착용
중단불가능	• 통증완화를 위한 의료행위, 영양분 공급, 물 공급, 산소의 단순공급

실기시험

36. ① P282

37. ② P293

노인성 난청	<ul style="list-style-type: none"> • 본인이 잘 듣지 못하기 때문에 다른 사람이 자신을 속인다고 의심하는 경향 • 대상자의 눈을 보며 정면에서 이야기한다. • 어깨를 다독이거나 눈짓으로 신호를 주면서 이야기를 시작한다. • 입을 크게 벌리며 정확하게 말한다. • 몸짓, 얼굴표정 등으로 이야기 전달을 돕는다. • 말의 의미를 이해할 때까지 되풀이하고 이해했는지 확인한다. • 보청기를 착용할 때는 입력은 크게, 출력은 낮게 조절한다. • 원활한 의사소통이 되도록 정보를 충분히 제공한다.
-----------	--

38. ④ P294

언어장애	<ul style="list-style-type: none"> • 얼굴과 눈을 응시하며 천천히 말한다. • 소음이 있는 곳을 피한다. • 면담 시 앉아서 하고, 질문에 대한 답변이 끝나기 전에 다음 질문을 하지 않는다. • 말이 확실히 끝날 때까지 기다리면서 고개를 끄덕여 듣고 있음을 알린다. • 알아듣고 이해가 된 경우에는 예, 아니요. 등으로 짧게 대답한다. • <u>실물, 그림판, 문자판 등을 이용한다.</u> • 잘 표현하였을 때는 칭찬과 더불어 긍정적 공감을 비언어적으로 표현한다.
------	---

39. ② P353

① 발바닥이 바닥에 닿을 수 있는 정도이어야 안전하다. ③ 식탁의 윗부분이 대상자의 배꼽 높이에 오는 것이 가장 좋다. ④ 팔받침, 등받이가 있는 의자는 안전하고 좌우 균형을 잡는 데 도움이 된다. ⑤ 머리를 앞으로 약간 숙이고 턱을 당기면 음식을 삼키기가 쉬워진다.

40. ③ P361

① 비위관이 빠지면 바로 시설장 등에게 알린다. ② 토하거나 청색증이 나타나면 비위관을 잠근 후 바로 시설장이나 관리책임자 등에게 알린다. ④ 위장보다 높은 위치에 건다. ⑤ 처방에 따라 영양액을 따뜻하게 준비한다(너무 차갑거나 뜨겁지 않도록 한다).

41. ③ P366

① 화장실까지 가는 길에 불필요한 물건이나 발에 걸려 넘어질 우려가 있는 물건을 치워 넘어지지 않게 한다. ② 안쪽 깊숙이 ④ 문을 닫아 준다. ⑤ 대상자가 스스로 할 수 있는 부분은 최대한 스스로 할 수 있게 하고 요양보호사는 보조가 필요한 부분만 도와준다.

42. ① P371

② 배설 시 소리가 나는 것에 부담을 느끼지 않도록 변기 밑에 화장지를 깔고 텔레비전을 켜거나 음악을 틀어놓아 심리적으로 안정된 상태에서 용변을 보게 한다. ③ 침대를 올려주어 대상자가 배에 힘을 주기 쉬운 자세를 취하게 한다. ④ 시설장에게 보고한다. ⑤ 시계방향으로 마사지한다.

43. ③ P373

① 편마비의 경우 이동변기는 건강한 쪽으로 침대 난간에 빈틈없이 붙이거나, 30~45° 비스듬히 붙인다. ② 변기 밑에 ④ 침대 높이와 이동변기의 높이가 같도록 맞춘다. ⑤ 이동변기 내에 있는 배설물을 즉시 처리하고 환기한다.

44. ④ P376

① 대상자의 프라이버시 보호를 위해 불필요한 노출은 피한다. ③ 둔부 주변부터 꼬리뼈 부분까지 피부의 발적, 상처 등을 세심하게 살펴보고 가볍게 두드려 마사지한다. ⑤ 먼 덮개를 이불 위에 덮은 후 이불은 다리 아래로 접어 내린다.

45. ② P377

① 소변주머니를 방광(아랫배) 위치보다 높게 두지 않는다. ③ 유치도뇨관을 강제로 빼면 요도 점막이 손상되므로 심하게 당겨지지 않게 주의한다. ④ 소변량과 색깔을 2~3시간마다 확인한다. ⑤ 소변을 비운 후 배출구를 소독솜으로 닦는다.

46. ④ P386

① 입술이 건조하지 않도록 입술보호제를 발라준다. ② 대상자가 앉은 자세나 옆으로 누운 자세를 취하게 하며, 부득이하게 똑바로 누운 자세일 때는 상반신을 높여 준다. ③ 치매대상자가

양치질을 거부할 경우 물치약이나 2% 생리식염수로 적신 거즈를 감은 설압자 또는 일회용 스펀지 브러시에 묻혀 치아와 입안을 닦아준다. ⑤ 입안을 닦아 낼 때 혀 안쪽이나 목젖을 자극하면 구토나 질식을 일으킬 수 있으므로 너무 깊숙이 닦지 않는다.

47. ⑤ P389

① 냉수에 담가 두면 변형을 막을 수 있다. ② 먼저 위쪽 의치를 앞부분을 잡고 엄지와 검지를 이용하여 상하로 움직이면서 뺀다. ③ 흐르는 미온수에 행군다. ④ 윗니를 먼저 끼운다.

48. ⑤ P393

① 비비지 말고 큰 수건으로 머리 전체를 감싸서 가볍게 두드려 물기제거 ② 헤어드라이어를 사용하여 건조 ③ 보온을 위해 문과 창문을 닫는다. ④ 실내온도는 22~26℃, 물 온도는 35℃

49. ② P395

50. ① P397

손톱은 둥글게, 발톱은 일자로 자른다.

51. ① P401

② 약한 부위에서 강한 부위의 순 ③ 수시로 물로 씻어서 깎인 수염이 다른 부위의 면도에 방해가 되지 않도록 ④ 따뜻한 물수건 ⑤ 수염이 자란 방향

52. ④ P406

① 요양보호사의 손등으로 물의 온도를 확인한다. ② 5분 정도로 한다. ③ 마비된 쪽 겨드랑이를 잡고 ⑤ 말초에서 중심으로 닦는다.

53. ⑤ P417

얹을 수 있는 편마비	앞이 벌어진 상의	<ul style="list-style-type: none"> • 벗길 때 : 건강한 쪽 → 마비 쪽 (마비된 팔 잡아당기지 않기) • 입힐 때 : 마비 쪽 → 건강한 쪽
	앞이 막힌 상의	<ul style="list-style-type: none"> • 벗길 때 : 건강한 쪽 → 머리 → 마비 쪽 • 입힐 때 : 마비 쪽 → 머리 → 건강한 쪽

54. ① P422

수액 있는 대상자	상의	<ul style="list-style-type: none"> • 벗길 때 : 건강한 쪽 → 수액 → 마비 쪽 • 입힐 때 : 마비 쪽 → 수액 → 건강한 쪽
	순서 (입힐 때)	<ul style="list-style-type: none"> ① 마비된 쪽 팔에 소매 끼우기 ② 등 뒤쪽에 계단식으로 소매 접어놓기 ③ 수액을 소매 안에서 밖으로 통과시키기 ④ 건강한 쪽 팔에 소매 끼우기

55. ⑤ P430

56. ③ P432

반 앉은 자세(반좌위) : 숨차거나 얼굴을 씻을 때, 식사 시나 위관 영양을 할 때 자세

57. ⑤ P439

문턱/언덕 오르 내리기	<ul style="list-style-type: none"> • 문턱 오를 때 : 휠체어를 뒤쪽으로 기울여 앞바퀴를 든 다음 오른다. • 문턱 내려올 때 : 뒤로 서서 손잡이를 잡고 들어 올리면서 뒷바퀴부터 내려놓으면 앞으로 고꾸라지지 않는다. • 언덕 오를 때 : 앞을 향하여 지그재그로 오른다. • 언덕 내려올 때 : 휠체어를 뒤로 향하게 하여 지그재그로 내려간다.
울퉁불퉁 길	• 진동을 느끼지 않도록 앞바퀴는 들어 올리고 뒷바퀴만으로 민다.
승강기	• 뒤로 들어가서 앞으로 밀고 나온다.

58. ② P454

올라갈 때	지팡이 없을 때	• 건강한 손 계단잡기 → 건강한 다리 → 불편한 다리
	지팡이 있을 때	• 건강한 손 지팡이 → 건강한 다리 → 불편한 다리
내려갈 때	지팡이 없을 때	• 건강한 손 계단잡기 → 불편한 다리 → 건강한 다리
	지팡이 있을 때	• 건강한 손 지팡이 → 불편한 다리 → 건강한 다리

59. ① P472

대상자가 설 수 있어야 사용할 수 있다.

60. ③ P477 (목욕의자)

선정시 고려사항	<ul style="list-style-type: none"> • 앉는 면이 높지 않은 것이 좋다. • 등받이가 높고 팔걸이가 있을 것 • 기대어 앉아도 넘어지지 않는 안정적인 것 • 엉덩이 부위는 미끄러지지 않는 재질, 의자 부분에 구멍이 있거나 홈이 파여 있어 물이 흐를 수 있을 것 • 앉은 상태에서 회음부를 씻길 수 있게 된 것이 더 좋다. • 다리 밑 부분은 미끄러지지 않는 재질이어야 한다. • 소재는 금속 또는 목재로 하여 대상자의 무게를 충분히 견딜 수 있을 것
----------	---

61. ② P524

① 밥을 국이나 물에 말아 먹지 않는다. ③ 과일류는 부드러운 과육을 잘게 잘라 먹거나 숟가락으로 긁어먹는다. ④ 음식이 남아 있는 상태에서 액체(물, 국물)를 마시지 않도록 한다. ⑤ 신맛이 강하면 사례가 들 수 있다.

62. ③ P531

① 실온에서 해동하지 않는다. ② 죽이나 미음 같은 식품은 반드시 75℃ 이상 온도까지 가열한다. ④ 냉장고 온도에서도 일부 미생물은 증식할 수 있으므로 식품을 장기간 보관하지 않는다. ⑤ 10℃ 이하 냉장 보관한다.

63. ⑤ P544

① 햇볕에 말리면 자외선에 의한 살균 효과가 있다. ② 양모, 오리털 등의 이불은 그늘에서 말린다. ③ 너무 폭신하면 자세가 나빠지고 피로해지기 쉽다. ④ 습기를 흡수하지 않고, 열에 강하며 촉감이 좋은 재질을 사용한다.

64. ② P544

① 삶을 때는 뚜껑을 덮고 세탁물이 직접 공기층에 노출되지 않게 한다. ③ 지나친 탈수는 주름이나 의류 손상의 원인이 되므로 소재나 의류에 따라 탈수시간을 선택한다. ④ 과탄산소다와 주방세제를 1:1로 넣어 2~3시간 담가둔 후 행군다. ⑤ 클렌징폼으로 얼룩 부분을 살살 문질러 따뜻한 물로 행구거나, 립스틱 자국 위에 버터를 살짝 문혀 톡톡 두드린 후 화장솜에 아세톤을 문혀서 버터와 얼룩을 지운 후 중성세제로 세탁한다.

세탁방법 (애벌빨래)	커피	• 식초와 주방세제를 1:1 비율로 섞어서
	땀	• 재빨리 처리 • 겨드랑이와 같이 얼룩이 심한 부위는 온수에 과탄산소다와 주방세제를 1:1로 넣어 2~3시간 담가둔 후 행군다.
	립스틱	• 클렌징폼, 아세톤
	파운데이션	• 알코올이 함유된 화장수 또는 스킨을 화장솜에 적셔 얼룩을 톡톡 두드려 준다.
	튀김기름	• 주방용 세제
	혈액, 체액	• 찬물로 닦고 더운물로 행군다.

65. ② P566

약물요법	<ul style="list-style-type: none"> • 약물복용으로 증상을 늦추면 치매증상으로 고생하는 기간이 줄어든다. • 부작용이 나타나면 메모하여 병원에 갈 때 가져간다. • 치매약은 인지기능과 정신행동증상 개선에 도움이 된다.
------	---

66. ④ P579 (음식섭취 관련 행동심리증상)

돕는방법	<ul style="list-style-type: none"> • 그릇의 크기를 조절하여 식사량을 조정한다. • 치매 대상자가 좋아하는 대체식품을 이용한다. • 식사하는 방법을 자세히 가르쳐 준다. • 식사 도구를 사용하지 못할 경우 → 손으로 집어 먹을 수 있는 음식 제공 • 치매 말기 → 음식을 으깨거나 갈아서 걸쭉하게 만들어 준다. • 위험한 물건을 빼앗기지 않으려고 하는 경우 → 대상자가 좋아하는 다른 간식과 교환한다. • 금방 식사한 것을 알 수 있도록, 먹고 난 식기를 그대로 두거나 매식사 후 달력에 표시하게 한다.
------	--

67. ③ P576

① 문턱을 없앤다. ② 냉장고에 부착하는 과일이나 채소 모양의 자석은 치매 대상자가 먹을 수 있으므로 사용하지 않는다. ④ 40도 이상이 되지 않도록 한다. ⑤ 밖에서 잠가둔다.

68. ① P580

치매 대상자가 위험한 물건을 빼앗기지 않으려고 하는 경우, 치매 대상자가 좋아하는 다른 간식과 교환한다.

69. ③ P582

잃어버린 물건에 대한 의심을 부정하거나 설득하지 말고 함께 찾아본다.

70. ④ P583

① 행동이 오래 지속되지 않는다. ② 자주 일어나지 않는다. ③ 질병 초기에 나타나서 수개월 내에 사라진다. ⑤ 주위 사람 모두에게 한다.

71. ⑤ P584

반복 질문이나 반복 행동에 대한 관심을 다른 곳으로 돌린다.

72. ② P585

① 치매 대상자와 함께 있다. ③ ④ 텔레비전을 켜놓거나 조명을 밝게 하는 것이 도움이 된다. ⑤ 낮 동안 움직이거나 활동하게 한다.

73. ⑤ P586

치매 대상자가 성적으로 관심을 보이면, 공공장소에 가는 것을 삼가고, 방문객을 제한하여 사고를 예방한다. 따라서 대상자를 다른 곳으로 격리하거나 여자대상자를 다른 장소로 이동시킨다.

74. ④ P591

① 막연하게 ‘어디 불편한 곳이 있으세요’ 보다는 신체 부위를 짚어가며 ‘여기가 아프세요’ 와 같이 구체적으로 질문하여야 한다. ② ③ ‘왜’ 라는 이유를 묻는 질문보다는 ‘네’ , ‘아니요’ 로 간단히 답할 수 있도록 질문한다. ⑤ 대상자에게는 한 번에 한 가지씩 설명한다.

75. ③ P621

76. ② P641

77. ④ P642

지 진	<ul style="list-style-type: none">• 집이 흔들리기 시작하면 탁자 아래로 들어가 몸을 보호한다.• 탁자가 없을 경우 머리를 팔로 감싼 자세로 웅크린 채로 대기한다.• 창문 근처 등 깨지거나 떨어지기 쉬운 곳은 피한다.• 집이 흔들리는 동안에는 대피를 시도해서는 안 된다.• 흔들림이 멈추면 전기와 가스를 차단하고 문을 열어 출구를 확보한다.• 계단을 이용하여 신속하게 건물 밖으로 이동• 운동장이나 공원 등 넓은 공간으로 이동
-----	---

78. ⑤ P660

① ④ 대상자를 안정시키고 절대로 스스로 움직이게 해서는 안 된다. ② 튀어나온 뼈는 직접 압박하지 않는다. ③ 냉찜질

79. ① P662

② 100~120회/분의 속도 ③ 압박된 가슴은 완전히 이완되도록 한다. ④ 손가락이 가슴에 닿지 않도록 주의한다. ⑤ 바닥이 단단한 곳

80. ④ P665

① 패드를 붙인 후 심장 리듬분석 ② 오른쪽 패드는 오른쪽 빗장뼈 아래, 왼쪽 패드는 왼쪽 젖꼭지 아래 중간 겨드랑선에 붙인다. ③ 분석 중이니 물려나라는 음성지시가 나오면, 심폐소생술을 멈추고 대상자에게서 손을 떼다. ⑤ 2분 간격

모의고사 제6회 정답 및 해설

1 ③	표준 P.21	2 ①	표준 P.28	3 ⑤	표준 P.50	4 ①	표준 P.52	5 ②	표준 P.55
6 ⑤	표준 P.64	7 ②	표준 P.77	8 ⑤	표준 P.93	9 ③	표준 P.110	10 ③	표준 P.116
11 ①	표준 P.119	12 ④	표준 P.120	13 ②	표준 P.124	14 ②	표준 P.124	15 ④	표준 P.125
16 ④	표준 P.134	17 ④	표준 P.148	18 ⑤	표준 P.164	19 ④	표준 P.173	20 ④	표준 P.178
21 ④	표준 P.187	22 ③	표준 P.197	23 ④	표준 P.204	24 ②	표준 P.217	25 ②	표준 P.224
26 ③	표준 P.245	27 ①	표준 P.252	28 ②	표준 P.255	29 ④	표준 P.264	30 ⑤	표준 P.266
31 ④	표준 P.271	32 ④	표준 P.307	33 ③	표준 P.317	34 ①	표준 P.631	35 ③	표준 P.635
36 ④	표준 P.285	37 ②	표준 P.288	38 ③	표준 P.293	39 ②	표준 P.294	40 ③	표준 P.351
41 ①	표준 P.361	42 ④	표준 P.364	43 ③	표준 P.370	44 ①	표준 P.373,460	45 ②	표준 P.374
46 ①	표준 P.377	47 ①	표준 P.384	48 ②	표준 P.389	49 ④	표준 P.389	50 ③	표준 P.392
51 ④	표준 P.395	52 ⑤	표준 P.398	53 ①	표준 P.409	54 ①	표준 P.413	55 ③	표준 P.417
56 ③	표준 P.427	57 ③	표준 P.430	58 ①	표준 P.432	59 ④	표준 P.437	60 ④	표준 P.454
61 ③	표준 P.455	62 ①	표준 P.524	63 ①	표준 P.546	64 ②	표준 P.547	65 ④	표준 P.566
66 ①	표준 P.577	67 ⑤	표준 P.587	68 ③	표준 P.580	69 ②	표준 P.580	70 ⑤	표준 P.581
71 ②	표준 P.583	72 ③	표준 P.585	73 ②	표준 P.586	74 ①	표준 P.589	75 ③	표준 P.627
76 ①	표준 P.641	77 ②	표준 P.642	78 ④	표준 P.655	79 ④	표준 P.658	80 ③	표준 P.662

1. ③ P21

① 내향성 증가 ② 조심성의 증가로 결단이나 행동이 느려지고 매사에 신중해진다. ④ 오랫동안 자신이 사용해 오던 친근한 사물에 대해 애착이 강하다. ⑤ 새로운 기구를 사용하거나 새로운 방식으로 일을 처리하는 데에 저항한다.(정직성의 증가)

2. ① P28

② 재가서비스를 우선으로 해야 한다. ③ 적극적 의사소통을 통해 실질적인 상호작용과 사회통합을 달성해야 한다. ④ 노인부양을 위해서는 공적·사적 부양이 모두 필요하다. ⑤ 다양한 노인복지서비스 프로그램을 제공하여 적극적이고 활기찬 여가, 노후생활을 지원해야 한다.

3. ⑤ P50

노인장기요양보험급여 대상자는 '65세 이상인 자' 또는 '65세 미만이지만 노인성 질병을 앓는 자'로 거동이 불편하거나 치매 등으로 인지가 저하되어 6개월 이상의 기간 혼자서 일상생활을 수행하기 어려운 사람이다.

4. ① P52

② 공단 ③ 공단 직원(사회복지사, 간호사 등)이 신청인의 거주지를 방문 ④ 공단은 방문조사가 완료된 때, 조사결과서, 신청서, 의사소견서, 그 밖에 심의에 필요한 자료를 등급판정위원회에 제출한다. ⑤ 등급판정위원회는 심의에 필요한 자료를 검토하여 대통령령으로 정하는 등급판정 기준에 따라 수급자로 판정한다.

5. ② P55

수급자의 일상생활·신체활동 지원 및 인지기능의 유지·향상에 필요한 용구를 제공하거나 가정을 방문하여 재활에 관한 지원 등을 제공하는 장기요양급여로서 대통령령으로 정하는 것(복지용구)

6. ⑤ P64

가사 및 일상생활 지원	<ul style="list-style-type: none"> 개인활동지원 : 외출시 동행, 장보기, 산책, 은행·관공서·병원 등 방문시 부축 또는 동행 일상생활지원 : 식사준비, 청소 및 주변정돈, 세탁
-----------------	--

7. ② P77

① 대상자 중심 ② 대상자가 가능한 한 자립생활을 할 수 있도록 대상자의 능력을 최대한 활용하면서 서비스를 제공한다. ③ 시설장에게 보고한다. ④ 대상자의 개인적 욕구가 우선이다. ⑤ 대상자의 상태 변화 등으로 계획된 서비스 외에 서비스를 추가, 변경하거나 의료적 진단 등이 필요하다고 판단되는 경우 시설장 또는 관리책임자에게 신속하게 보고한다.

8. ⑤ P93

9. ③ P110

① 유기 ② 자기방임 ④ 정서적 학대 ⑤ 경제적 학대

10. ③ P116

고용형태, 연령, 성별, 학력, 출신 지역 및 종교 등에서 차별받지 않아야 한다.

11. ① P119

산업재해는 업무상의 사유에 따른 근로자의 부상·질병·장해 또는 사망을 말한다.

12. ④ P120 (성희롱)

언어적	<ul style="list-style-type: none">• 음란한 농담, 음탕하고 상스러운 이야기• 외모에 대한 성적인 비유나 평가• 성적 관계를 강요하거나 회유하는 행위• 음란한 내용의 전화통화• 성적 사실관계를 묻거나 성적인 정보를 의도적으로 유포하는 행위• 회식자리 등에서 옆에 앉아 술을 따르라고 함
육체적	<ul style="list-style-type: none">• 입맞춤, 포옹, 뒤에서 껴안기 등의 신체 접촉• 가슴, 엉덩이 등 특정 신체부위를 만지는 행위• 안마나 애무를 하거나, 신체 일부를 밀착하거나 잡아당김
시각적	<ul style="list-style-type: none">• 음란한 사진, 그림, 낙서, 음란출판물 등을 게시하거나 보여주는 행위• 직접 또는 팩스나 컴퓨터 등을 통해 음란한 편지, 사진, 그림을 보내는 행위• 성과 관련된 자신의 특정 신체부위를 고의적으로 노출하거나 만짐

13. ② P124

14. ② P124

① 상호 대등한 관계를 인식 ③ 대상자의 가족과 적극적으로 협력한다. ④ 개인정보를 비밀로 유지한다. ⑤ 원인조사가 아니라 반드시 신고해야 한다.

15. ④ P125

① 대상자에게 유아어, 명령어, 반말 등을 사용하지 않는다. ② 신체 접촉 등은 상황에 맞게 하며 너무 과장되지 않게 한다. ③ 대상자를 방문하였을 때 대상자가 없으면 방에 들어가지 말고, 다음 방문 일을 적어 메모를 남겨둔다. ⑤ 대상자와 개인적으로 별도의 서비스 계약을 하거나 타 기관에 의뢰하여서는 안 된다.

16. ④ P134

양손으로 들어 올릴 때	<ul style="list-style-type: none"> • 허리를 펴고 무릎을 굽혀 몸의 무게중심을 낮추고 지지면을 넓힌다. • 무릎을 펴서 들어올린다. • 물건 든 상태에서 방향 전환 시 허리를 돌리지 않고 발을 움직여 조절한다. • 물체는 최대한 몸 가까이 위치하도록 하여 들어올린다. • 허리가 아닌 다리를 펴서 들어올린다.
--------------	---

17. ④ P148

18. ⑤ P164

간 기능이 떨어져 약물의 대사와 제거 능력이 저하된다.

19. ④ P173

요양보호사는 대상자가 정상적이지 않은 상태를 보이거나 평소와 다르게 상태가 안 좋은 방향으로 변화되었을 때 가족과 상의하여 의료기관을 찾도록 해야 한다. 또한, 시설장이나 간호사에게 신속하게 보고해야 한다.

20. ④ P178

① 처방된 항결핵제는 자의로 중단하거나 줄여서 먹으면 안 된다. 처방된 기간에 충실하게 약을 복용하는 것이 결핵 완치의 유일한 방법이다. ② 항결핵제를 불규칙적으로 먹거나 임의로 중단하면 약제 효과가 미치지 않은 균들이 살아남아 몸에서 활발하게 증식하게 되어 치료가 실패로 돌아가고 결핵이 더욱 악화한다. ⑤ 항결핵제는 여러 가지이고, 약의 양이 많고, 복용 기간이 비교적 길다. 처방된 항결핵제는 자의로 중단하거나 줄여서 먹으면 안 된다.

21. ④ P187

① 인대 등이 탄력을 잃음에 따라 관절운동이 제한된다. ② 뼈의 질량 감소로 골격이 작아지고 약해져 작은 충격에도 골절되기 쉽다. ③ 어깨는 좁아지고 골반은 커진다. ④ ⑤ 팔, 다리의 지방은 감소하고 엉덩이와 허리의 피하지방은 증가하여 노인 특유의 체형을 보인다.

22. ③ P197 (전립선비대증)

원 인	<ul style="list-style-type: none"> • 남성호르몬 감소, 여성호르몬 증가 등 호르몬 불균형 • 비만, 고지방, 고콜레스테롤 음식섭취
증 상	<ul style="list-style-type: none"> • 비대된 전립선이 요도를 눌러 요도가 좁아져 소변줄기가 가늘어짐 • 소변을 보고 나서도 시원하지 않음(잔뇨감) • 소변이 바로 나오지 않고 힘을 주어야 나옴 • 배뇨 후 2시간 이내 다시 소변이 마렵고(빈뇨) 마려울 때 참기 힘들(긴박뇨) • 밤에 자다가 소변을 보려고 자주 깸(야뇨)
치료 및 예방	<ul style="list-style-type: none"> • 저지방 식사와 적당한 운동으로 적정 체중 유지 • 음주는 전립선비대증을 악화시키므로 금주

23. ④ P204 (대상포진)

의 의	<ul style="list-style-type: none"> • 수두를 일으키는 바이러스에 의하여 피부와 신경에 염증이 생기는 질환 • 과거에 수두를 앓았던 사람에서 주로 발생 • 신체 저항력이 약해지는 경우에 갑자기 증식
증 상	<ul style="list-style-type: none"> • 가려움, 저림 또는 작열감을 포함한 발진 • 피부와 점막에 있는 감각신경말단 부위의 수포, 통증
치료 및 예방	<ul style="list-style-type: none"> • 신경통이 수개월에서 1년 이상 지속될 수 있다. • 병소가 퍼지거나 감염되지 않도록 긁지 않는다. • 적절한 영양, 휴식 등으로 면역력을 강화한다

24. ② P217

① 근육질량이 감소되어 기초대사율이 감소된다. ③ 공복혈당이 상승한다. ④ 포도당 대사능력과 인슐린에 대한 민감성 감소로 쉽게 고혈당이 된다. ⑤ 인슐린의 분비가 느리고 분비량이 불충분하다.

25. ② P224

① 낮에는 창문이나 커튼을 열어 시간을 알게 한다. ③ 친숙한 환경을 유지합니다. ④ 대상자와 접촉하는 사람의 수를 줄이고 가족 구성원이 자주 방문하도록 격려한다. ⑤ 밤에는 창문을 닫고 커튼을 치고 불을 켜 둔다.

26. ③ P245

뇌졸중 증상 : 반신마비, 두통 및 구토, 의식장애, 어지럼증, 운동실조증, 시력장애, 쓰러짐

27. ① P252

영양 문제원인	<ul style="list-style-type: none"> • 침의 분비가 줄어들고 음식물을 씹고 삼키는 능력 저하 • 위가 위축되고 소화액 분비가 감소되어 소화 및 흡수 기능이 떨어진다. • 활동량이 줄어 식욕 감소 • 체 수분량이 감소하고 갈증을 잘 느끼지 못해 탈수 발생 • 미각이 저하되어 음식을 짜게 먹게 된다.
---------	--

28. ② P255

① 바람이 잘 통하고 땀을 흡수하는 옷을 입고 운동한다. ③ 빠르게 방향을 바꾸어야 하는 운동이나 동작은 금한다. ④ 중간중간에 충분히 휴식한다. ⑤ 개인의 능력에 맞는 운동을 한다.

29. ④ P264

① 부작용이 증가한다. ② 약 복용을 잊어버렸다고 그 다음 복용시간에 2배로 복용하면 안 된다. ③ 가급적 단골 병원과 약국을 지정하여 다니는 것이 좋다. ⑤ 진료 후 이전 처방약을 이어서 복용하지 않는다.

30. ⑤ P266

- ① 10년 이상 금연 시 기대수명이 금연 전보다 10~15년 늘어난다. ② 혈압 수준이 좋아진다. ③ 감소한다. ④ 폐암으로 사망할 확률이 흡연자의 절반으로 감소한다.

31. ④ P271

대 상	50~59세	60~64세	65세 이상
독감(인플루엔자)	매년 1회		
파상풍/디프테리아 /백일해	10년마다 1회		
폐렴구균	위험군만 1회~2회		건강상태에 따라 1~2회
대상포진	위험군만 1회		
	• 60세 이상 성인은 1회 접종 (1회 접종 후 추가접종 불필요)		

32. ④ P307 (요양보호 기록)

목 적	<ul style="list-style-type: none"> • 질 높은 서비스를 제공하는 데 도움 • 요양보호사의 활동 입증 • 요양보호서비스의 연속성 유지 • 관리자 및 전문가에게 중요한 정보 제공 • 요양보호서비스의 내용과 방법에 대한 지도 및 관리에 도움 • 가족과 정보공유를 통해 의사소통 원활 • 요양보호서비스의 표준화와 요양보호사의 책임성 제고
-----	---

33. ③ P317

- ① 상황이 급하거나 사안이 가벼울 때 구두보고한다. ② 보고내용이 복잡하거나 숫자나 지표가 필요한 경우, 정확히 보고할 필요가 있거나 자료를 보존할 필요가 있을 때 서면보고 한다. ④ 상황이 급할 때는 구두보고를 먼저 하고, 나중에 서면보고로 보완할 수도 있다. ⑤ 구두로 먼저 보고한다.

34. ① P631

- ② 전기기구 사용하지 않는다. ③ 평소에 좋아하는 음악을 틀어두는 것도 좋다. ④ 상체와 머리를 높여준다. ⑤ 대상자의 손을 잡고 조용히 곁에 있어 주는 것은 대상자에게 깊은 편안함을 준다.

35. ③ P635

- ① 통증 완화를 위한 의료행위와 영양분 공급, 물 공급, 산소의 단순공급은 보류하거나 중단할 수 없다. ② 19세 이상인 사람이면 작성할 수 있다. ④ 반드시 사전연명의료의향서 등록기관에 등록해야만 효력을 가진다. ⑤ 언제든지 내용을 변경하거나 철회할 수 있다.

36. ④ P285

경청방법	<ul style="list-style-type: none"> • 혼자서 대화를 독점하지 않고, 말하는 순서를 지킨다. • 상대방의 말을 가로채거나 이야기를 가로막지 않는다. • 논쟁에서는 먼저 상대방의 주장을 들어준다. • 시선을 맞추며, 귀로만 듣지 말고 오감을 동원해 적극적으로 듣는다. • 흥분하지 않고, 비판적 태도를 버린다. • 상대방이 말하는 의미를 이해한다. • 단어 이외의 보이는 표현에도 신경을 쓴다. • 상대방이 말하는 동안 경청하고 있다는 것을 표현한다.
경청방해	<ul style="list-style-type: none"> • 대충 미루어 짐작한다. • 충분히 듣지 않은 상태에서 조언한다. • 미리 대답을 준비한다. • 듣고 싶지 않은 말을 걸러낸다. • 상대방의 말을 반박하고 논쟁하기 위해서 듣는다. • 상대방의 말을 나 자신의 경험에 맞춘다. • 마음에 들지 않을 경우 슬쩍 넘어가며 대화의 본질을 회피한다

37. ② P288

상대방을 비난하지 않고 상대방의 행동이 나에게 미친 영향에 초점을 맞추어 이야기하는 표현법

38. ③ P293

① 시각적 장애 ② 입을 크게 벌리며 정확하게 말한다. ④ ⑤ 지남력장애

노인성 난청	<ul style="list-style-type: none"> • 본인이 잘 듣지 못하기 때문에 다른 사람이 자신을 속인다고 의심하는 경향 • 대상자의 눈을 보며 정면에서 이야기한다. • 입을 크게 벌리며 정확하게 말한다. • 몸짓, 얼굴표정 등으로 이야기 전달을 돕는다. • 말의 의미를 이해할 때까지 되풀이하고 이해했는지 확인한다. • 보청기를 착용할 때는 입력은 크게, 출력은 낮게 조절한다. • 원활한 의사소통이 되도록 정보를 충분히 제공한다.
-----------	---

39. ② P294

언어장애	<ul style="list-style-type: none"> • 얼굴과 눈을 응시하며 천천히 말한다. • 소음이 있는 곳을 피한다. • 면담 시 앉아서 하고, 질문에 대한 답변이 끝나기 전에 다음 질문을 하지 않는다. • 말이 확실히 끝날 때까지 기다리면서 고개를 끄덕여 듣고 있음을 알린다. • 알아듣고 이해가 된 경우에는 예, 아니요, 등으로 짧게 대답한다. • <u>실물, 그림판, 문자판 등을 이용한다.</u> • 잘 표현하였을 때는 칭찬과 더불어 긍정적 공감을 비언어적으로 표현한다.
------	---

40. ③ P351

① 신맛이 강한 음식은 사례가 들 수 있으므로 삼간다. ② 음식이 남아 있는 상태에서 액체(물, 국물)를 마시지 않도록 한다. ④ 머리를 앞으로 약간 숙이고 턱을 당기면 음식을 삼키기가 쉬워진다. ⑤ 식사 중에 말을 걸면 사례가 들 수 있다.

41. ① P361

② 비위관이 빠졌을 경우 영양보호사가 임의로 비위관을 밀어 넣거나 빼면 안 된다. 시설장 등에게 바로 연락한다. ③ 너무 천천히 주입하는 경우 음식이 상할 수 있으므로 주의해야 한다. ④ 콧속에 분비물이 축적되기 쉬우므로 비위관 주변을 청결히 하고 윤활제를 바른다. ⑤ 경관 영양 주입 후 대상자가 상체를 높이고 30분 정도 앉아 있도록 돕는다.

42. ④ P364

① 화장실은 밝고 바닥에 물기가 없게 하여 미끄러지지 않게 해야 한다. ② 변기 옆에 손잡이를 설치하여 필요시 노인이 잡을 수 있게 한다. ③ 건강한 손으로 ⑤ 화장실까지 가는 길에 불필요한 물건이나 발에 걸려 넘어질 우려가 있는 물건을 치워 넘어지지 않게 한다.

43. ③ P370

① 앞에서 뒤로 닦아 감염을 예방한다. ② 침대를 올려주어 대상자가 배에 힘을 주기 쉬운 자세를 취하게 한다. ④ 변기는 따뜻한 물로 데워서 침대 옆이나 의자 위에 놓는다. ⑤ 규칙적으로 식사하고 섬유질도 적절히 섭취하며, 복부 마사지를 시행하여 장운동이 활발해질 수 있게 한다.

44. ① P373, 460

② 대상자의 다리를 내려 두 발이 바닥에 닿게 한다. 다리가 바닥에 닿지 않으면 불안정하여 넘어질 수 있다. ③ 안전을 위해 변기 밑에 미끄럼방지매트를 깔아주어, 대상자가 변기에 앉을 때 흔들리지 않게 한다. ④ 이동변기 내에 있는 배설물을 즉시 처리하고 환기한다. ⑤ 침대 높이와 이동변기의 높이가 같도록 맞춘다.

45. ② P373

① 기저귀의 바깥 면(깨끗한 부분)이 보이도록 말아 넣는다. ③ 피부의 발적, 상처 등을 세심하게 살펴보고 가볍게 두드려 마사지한다. ④ 배뇨, 배변 시간에 맞추어 자주 살펴보고 젖었으면 속히 갈아주어 피부에 문제가 생기지 않게 한다. ⑤ 마른 수건으로 물기를 닦아 말린다.

46. ① P377

② 소변주머니를 방광(아랫배) 위치보다 높게 두지 않는다. ③ 소변이 찰 때마다 비우고 배출구를 잠근 후 알코올 솜으로 닦는다. ④ 유치도뇨관을 강제로 빼면 요도점막이 손상되므로 심하게 당겨지지 않게 주의한다. ⑤ 유치도뇨관이 막히거나 꼬여서 소변이 제대로 배출되지 않으면 방광에 소변이 차서 아랫배에 팽만감과 불편감이 있고 아플 수 있다.

47. ① P384

식전 입안 행구기는 구강 건조를 막고, 타액이나 위액분비를 촉진하여 식욕을 증진한다.

48. ② P389

49. ④ P389

① 본인이 할 수 없는 경우 칫솔질을 돕는다. ② 깨끗해질 때까지 여러 번 행군다. ③ 시설장 등에게 보고 ⑤ 침대머리를 높여 주거나 옆으로 누운 자세

50. ③ P392

① 따뜻한 물로 머리를 적신다. ② 공복, 식후는 피하고 추울 때는 비교적 덜 추운 낮 시간대에 감는다. ④ 헤어드라이어로 머리를 말린 후 빗질하여 차분하게 정리한다. ⑤ 시설장 등에게 보고한다.

51. ④ P395

① 모발에 내용물이 충분히 적셔지도록 바른 후 거품이 나도록 머리를 마사지한다. ② ③ 머리에 발라 거품을 내고, 수건으로 닦고 빗어준다. ⑤ 모발이 많이 더러워진 경우 같은 방법으로 반복하여 사용한다.

52. ⑤ P398

① 목욕 담요를 마름모꼴로 펴서 대상자의 몸과 다리를 덮는다. ② 누워서 무릎을 세우게 한다. ③ 회음부에 악취나, 염증, 분비물 이상이 있으면 시설장이나 간호사 등에게 보고한다. ④ 마른 수건으로 물기를 닦아내고 변기를 빼낸 후 변기가 닿았던 둔부에 남아 있는 물기를 닦는다.

53. ① P409

침상목욕	<ul style="list-style-type: none"> • <u>몸 닦는 순서</u> : 얼굴 → 목 → 가슴 → 배 → 팔 → 손 → 손가락 → 등 → 둔부 → 발 → 발가락 → 음부 • 눈 주변에는 비누를 사용하지 않는다. • <u>얼굴</u> : 이마 → 뺨 → 코 → 입 주위 → 턱 → 귀 뒤쪽 → 귓바퀴 → 목 • <u>양쪽 상지</u> : 손끝에서 겨드랑이 쪽으로 닦는다. • <u>양쪽 하지</u> : 발끝에서 허벅지 쪽으로 닦는다. • <u>유방</u> : 원을 그리듯이 닦는다. • <u>복부</u> : 배꼽 중심으로 시계방향(장운동을 활발하게 하여 배변 도움) • <u>목</u> : 목 뒤에서 둔부까지 닦는다. • <u>둔부</u> : 마사지는 원을 그리는 것처럼 둥글게 닦는다.
------	---

54. ① P413

② 매트리스 위에 시트를 깐다. ③ 햇볕에 말려야 한다. ④ 침대 중앙에 오도록 ⑤ 기온과 대상자의 요구에 따라 조절한다.

55. ③ P417 (상의 갈아입히기)

앉을 수 있는 편마비	앞이 벌어진 상의	<ul style="list-style-type: none"> • 벗길 때 : 건강한 쪽 → 마비 쪽 (마비된 팔 잡아당기지 않기) • 입힐 때 : 마비 쪽 → 건강한 쪽
	앞이 막힌 상의	<ul style="list-style-type: none"> • 벗길 때 : 건강한 쪽 → 머리 → 마비 쪽 • 입힐 때 : 마비 쪽 → 머리 → 건강한 쪽
똑바로 누워 있는 대상자	앞이 벌어진 상의	<ul style="list-style-type: none"> • 벗길 때 : 건강한 쪽 → 마비 쪽 • 입힐 때 : 마비 쪽 → 건강한 쪽
	앞이 막힌 상의	<ul style="list-style-type: none"> • 벗길 때 : 좌우측 한쪽씩 → 마비 쪽 • 입힐 때 : 마비 쪽 → 머리 → 건강한 쪽 (또는 양 소매 → 머리)

56. ③ P427

57. ③ P430

58. ① P432

다리 쪽의 침대를 살짝 올려주면 대상자가 미끄러져 내려가지 않고 편안하다.

59. ④ P437

60. ④ P454 (지팡이)

올라갈 때	지팡이 없을 때	• 건강한 한 손 계단잡기 → 건강한 다리 → 불편한 다리
	지팡이 있을 때	• 건강한 손 지팡이 → 건강한 다리 → 불편한 다리
내려갈 때	지팡이 없을 때	• 건강한 한 손 계단잡기 → 불편한 다리 → 건강한 다리
	지팡이 있을 때	• 건강한 손 지팡이 → 불편한 다리 → 건강한 다리

61. ③ P455 (보행기)

방법	• 팔꿈치가 약 30° 로 구부러지도록 대상자 엉덩이 높이로 조절	
이동하기	다리 모두 불편	• 보행기 → 오른발 → 왼발(오른발이 나간 지점까지)
	한쪽 다리만 약한 경우	• 보행기와 약한 다리 함께 → 건강한 다리

62. ① P524

② 바른 식사자세로 앉아 머리는 정면을 보고 턱은 몸쪽으로 약간 당긴다. ③ 유제품류는 마시는 형태보다 떠먹는 형태를 선택한다. ④ 식사 후 바로 눕지 말고 약 30분 정도 똑바로 앉는다. ⑤ 밥을 국이나 물에 말아 먹지 않는다.

63. ① P546

모섬유나 견섬유와 같이 흡습성이 큰 천연섬유는 높은 온도와 습도에서 해충의 피해를 받기 쉬우므로 보관할 때는 방충제를 넣어 둔다.

64. ② P547

③ 요양보호사는 승차 중에 대상자를 보호하여야 하기 때문에 요양보호사 차량을 이용하여서는 안 된다. ④ 대상자의 건강상태를 고려하여 계획을 조정하고, 외출 후에는 대상자의 만족 정도를 확인한다. ⑤ 대상자의 사생활 비밀이 아닌 건강과 관련된 사항은 시설장 등에게 보고하여야 한다.

65. ④ P566

약물을 바꾸거나 용량을 늘렸을 때 그전에 없던 증상이나 부작용이 나타나는지 면밀히 관찰하고 메모하여 병원에 갈 때 가져가야 한다.

66. ① P577

② 온수기의 온도를 낮춘다. ③ 욕실의 문턱을 없애 걸려 넘어지지 않게 한다. ④ 세제는 치매 대상자의 눈에 띄지 않는 곳에 보관한다. ⑤ 거울이나 비치는 물건은 없애거나 덮개를 씌운다.

67. ⑤ P578

반복 질문이나 반복 행동에 관한 관심을 다른 곳으로 돌린다.

68. ③ P580

치매대상자가 위험한 물건을 빼앗기지 않으려고 하는 경우, 치매 대상자가 좋아하는 다른 간식과 교환한다.

69. ② P580 (수면장애)

예	<ul style="list-style-type: none"> • 2~3일간 잠을 자지 않고, 2~3일 뒤에 계속 잠을 잔다. • 밤에 일어나서 돌아다니다가 낮에 잠을 잔다.
기본원칙	<ul style="list-style-type: none"> • 대상자의 수면 상태 관찰 • 대상자에게 알맞은 하루 일정을 만들어 규칙적으로 생활 • 일과 안에 휴식시간과 가능하면 집 밖에서의 운동 포함 • 수면에 좋은 환경을 만든다.
돕는방법	<ul style="list-style-type: none"> • 산책과 같은 야외활동을 통해 신선한 공기를 접하면서 운동하도록 돕는다. • 밤낮이 바뀌어 낮에 꾸벅꾸벅 조는 경우 → 말을 걸어 자극을 준다. • 소음을 최대한 없애고 적정 실내온도 유지 • 오후와 저녁에는 커피나 술과 같은 음료를 주지 않는다. • 잠에서 깨어나 외출하려고 하면 요양보호사가 동행

70. ⑤ P581

치매 대상자의 신체적 욕구를 우선적으로 해결해 준다.

71. ② P583

잃어버린 물건에 대한 의심을 부정하거나 설득하지 말고 함께 찾아본다.

72. ③ P585

치매 대상자는 인형, 애완동물, 익숙한 소리를 듣거나 좋아하는 일을 하는 것에서 위안을 받을 수 있으므로 이를 돕는다.

73. ② P586

의복으로 인한 불편감이나 대소변을 보고 싶은 욕구가 있는지 확인하고 도와준다.

74. ① P589

대상자가 이해할 수 있도록 말하고 안심하도록 함께 한다.

75. ③ P627

76. ① P641

② 난로 곁에는 불이 붙는 물건이나 세탁물을 가까이 두지 않는다. ③ 음식을 조리하는 중에 주방을 떠나지 않는다. ④ 이동시 뜨거운 연기는 천장으로 올라가므로 최대한 자세를 낮추면서 움직인다. ⑤ 엘리베이터가 아닌 계단으로 이동해야 한다.

77. ② P642

① ③ 전기차단기를 내리고 가스 밸브를 잠근다. ④ 홍수로 밀려온 물은 오염되었을 가능성이 높다. 만일 몸이 물에 젖었다면 비누를 이용하여 깨끗이 씻는다. ⑤ 기술자의 안전조사가 끝난 후 사용한다.

78. ④ P655

자신의 목을 조르는 자세를 하며 괴로운 표정을 짓게 된다. 갑작스러운 기침을 할 수 있으며, 때때로 숨을 쉴 때 목에서 이상한 소리가 들릴 수도 있다.

79. ④ P658

① 상황이 종료될 때까지 물이나 음식을 주어서는 안 된다. ② ⑤ 경련을 멈추기 위해 억제를 시도해서는 안 된다. ③ 입에 무언가를 물리는 어떠한 행위도 금지된다.

80. ③ P662

손가락이 가슴에 닿지 않도록 주의하면서, 양팔을 쭉 편 상태로 체중을 실어서 환자의 몸과 수직이 되도록 가슴을 압박한다. ⑤ 손가락이 가슴에 닿았다.

모의고사 제7회 정답 및 해설

1	표준 P.17	2	표준 P.20	3	표준 P.49	4	표준 P.54	5	표준 P.56
②		②		⑤		⑤		⑤	
6	표준 P.66	7	표준 P.82	8	표준 P.92	9	표준 P.106	10	표준 P.120
③		④		④		③		⑤	
11	표준 P.121	12	표준 P.123	13	표준 P.125	14	표준 P.126	15	표준 P.126
②		④		⑤		①		⑤	
16	표준 P.134	17	표준 P.151	18	표준 P.162	19	표준 P.171	20	표준 P.173
③		②		④		①		①	
21	표준 P.196	22	표준 P.215	23	표준 P.219	24	표준 P.238	25	표준 P.252
⑤		③		⑤		③		⑤	
26	표준 P.254	27	표준 P.257	28	표준 P.254	29	표준 P.266	30	표준 P.271
①		①		⑤		④		⑤	
31	표준 P.272	32	표준 P.307	33	표준 P.338	34	표준 P.625	35	표준 P.632
③		③		①		③		③	
36	표준 P.282	37	표준 P.288	38	표준 P.293	39	표준 P.293	40	표준 P.351
⑤		④		⑤		②		⑤	
41	표준 P.354	42	표준 P.362	43	표준 P.365	44	표준 P.371	45	표준 P.373
⑤		①		①		③		①	
46	표준 P.374	47	표준 P.377	48	표준 P.386	49	표준 P.388	50	표준 P.391
③		③		②		①		②	
51	표준 P.394	52	표준 P.400	53	표준 P.402	54	표준 P.413	55	표준 P.430
⑤		①		①		③		③	
56	표준 P.432	57	표준 P.433	58	표준 P.437	59	표준 P.440	60	표준 P.439
②		④		⑤		⑤		②	
61	표준 P.454	62	표준 P.460	63	표준 P.520	64	표준 P.521	65	표준 P.530
②		①		⑤		⑤		③	
66	표준 P.543	67	표준 P.547	68	표준 P.554	69	표준 P.567	70	표준 P.578
③		①		④		④		③	
71	표준 P.579	72	표준 P.581	73	표준 P.582	74	표준 P.583	75	표준 P.586
②		④		⑤		⑤		⑤	
76	표준 P.585	77	표준 P.586	78	표준 P.655	79	표준 P.662	80	표준 P.665
①		④		①		②		⑤	

요양보호론(필기시험)

1. ② P17

① 적극적인 사회활동 ③ 적극적인 애정 표현과 의사소통을 한다. ④ 생산적 활동으로 자신감을 유지한다. ⑤ 신체기능에 적합한 운동실시

건강한 노화	<ul style="list-style-type: none"> • 일상적 균형유지, 안정적, 지속적으로 수준 높은 동기부여를 통해 직무수행 • 의사결정에 신중하고 조심스러워 젊은 사람보다 실수 적고 높은 사고력 • 지속적으로 뇌에 자극을 주어 기억력과 인지력 유지 • 자신에게 맞는 음식과 영양보조식품 섭취 • 사회적 관계를 유지하고 생산적 활동 • 자원봉사, 여가활동, 지역사회 참여 등 생산적 활동으로 자신감 유지
--------	---

2. ② P20

3. ⑤ P49

① 고용보험 ② 국민기초생활보장제도 ③ 국민연금보험 ④ 산업재해보상보험

4. ⑤ P54

① 등급판정위원회는 등급판정기준에 따라 수급자로 판정한다. ② 소정의 교육을 이수한 공단 직원(사회복지사, 간호사 등)이 신청인의 거주지를 방문하여 조사한다. ③ 공단은 장기요양인정서를 수급자에게 송부한다. ④ 30일 이내에 완료한다.

5. ⑤ P56

재가급여	<ul style="list-style-type: none"> • 방문요양 • 방문목욕 • 방문간호 • 주야간보호 • 단기보호 • 기타 재가급여 (수급자의 일상생활 · 신체활동 지원 및 인지기능의 유지 · 향상에 필요한 용구를 제공 / 가정을 방문하여 재활에 관한 지원 등 제공) 						
시설급여	<table> <tr> <td style="text-align: center;">노인요양 시설</td><td>• 치매 · 중풍 등 노인성 질환 등으로 노인을 입소시켜 급식 · 영양과 그 밖에 일상생활에 필요한 편의 제공</td></tr> <tr> <td style="text-align: center;">노인요양 공동생활가정</td><td>• 도움을 필요로 하는 노인에게 <u>가정과 같은 주거여건</u>과 급식 · 영양, 그 밖에 일상생활에 필요한 편의를 제공하는 시설(그룹홈)</td></tr> </table>	노인요양 시설	• 치매 · 중풍 등 노인성 질환 등으로 노인을 입소시켜 급식 · 영양과 그 밖에 일상생활에 필요한 편의 제공	노인요양 공동생활가정	• 도움을 필요로 하는 노인에게 <u>가정과 같은 주거여건</u> 과 급식 · 영양, 그 밖에 일상생활에 필요한 편의를 제공하는 시설(그룹홈)		
노인요양 시설	• 치매 · 중풍 등 노인성 질환 등으로 노인을 입소시켜 급식 · 영양과 그 밖에 일상생활에 필요한 편의 제공						
노인요양 공동생활가정	• 도움을 필요로 하는 노인에게 <u>가정과 같은 주거여건</u> 과 급식 · 영양, 그 밖에 일상생활에 필요한 편의를 제공하는 시설(그룹홈)						
특별 현금급여	<table> <tr> <td style="text-align: center;">가족 요양비</td><td>• 도서 · 벽지 등 장기요양기관이 현저히 부족한 지역, 천재지변, 수급자의 신체 · 정신 또는 성격상의 사유 등으로 인해 가족으로부터 방문요양에 상당한 장기요양급여를 받은 때 지급</td></tr> <tr> <td style="text-align: center;">특례 요양비</td><td>• 장기요양기관이 아닌 노인요양시설 기관 또는 시설에서 재가급여 또는 시설급여에 상당한 장기요양급여를 받으면 수급자에게 지급</td></tr> <tr> <td style="text-align: center;">요양병원 간병비</td><td>• 수급자가 요양병원에 입원했을 때 지급</td></tr> </table>	가족 요양비	• 도서 · 벽지 등 장기요양기관이 현저히 부족한 지역, 천재지변, 수급자의 신체 · 정신 또는 성격상의 사유 등으로 인해 가족으로부터 방문요양에 상당한 장기요양급여를 받은 때 지급	특례 요양비	• 장기요양기관이 아닌 노인요양시설 기관 또는 시설에서 재가급여 또는 시설급여에 상당한 장기요양급여를 받으면 수급자에게 지급	요양병원 간병비	• 수급자가 요양병원에 입원했을 때 지급
가족 요양비	• 도서 · 벽지 등 장기요양기관이 현저히 부족한 지역, 천재지변, 수급자의 신체 · 정신 또는 성격상의 사유 등으로 인해 가족으로부터 방문요양에 상당한 장기요양급여를 받은 때 지급						
특례 요양비	• 장기요양기관이 아닌 노인요양시설 기관 또는 시설에서 재가급여 또는 시설급여에 상당한 장기요양급여를 받으면 수급자에게 지급						
요양병원 간병비	• 수급자가 요양병원에 입원했을 때 지급						
※ 특별현금급여는 법에 규정되어 있으나, 현재는 가족요양비만 시행 중							

6. ③ P66

7. ④ P81

관찰자	• 맥박, 호흡, 체온, 혈압 등의 변화와 투약 여부, 질병의 변화에 대한 증상뿐만 아니라 심리적인 변화까지 관찰
정보전달자	• 대상자의 신체적 심리적인 정보를 가족, 시설장 등에게 전달 • 노인장기요양보험 급여서비스 제공 계획서 내용을 숙지하고, 서비스 내용변경이 필요할 때 기관에 보고
숙련된 수발자	• 숙련된 요양보호서비스에 대한 지식과 기술로 대상자의 불편함을 경감하기 위해 필요한 서비스 지원
말벗과 상담자	• 효율적인 의사소통 기법으로 대상자와 관계를 형성하고 필요한 서비스를 제공하여 대상자의 신체적, 정신적, 심리적 안위 도모
동기 유발자	• 대상자가 능력을 최대한 발휘하도록 동기를 유발하며 지지
옹호자	• 대상자 입장에서 편들어 주고 지켜주기

8. ④ P92

9. ③ P106

10. ⑤ P120

① ② 신체적 ③ ④ 시각적

11. ② P121

감정적인 대응은 삼가고, 단호히 거부 의사를 표현한다.

12. ④ P123

① 인종, 연령, 성별, 성격, 종교, 경제적 지위, 정치적 신념, 신체·정신적 장애, 기타 개인적 선호 등을 이유로 대상자를 차별 대우하지 않는다. ② 서비스에 대한 물질적 보상을 받지 않는다. ③ 업무 수행 시 항상 친절할 태도로 예의 바르게 행동한다. ⑤ 학대를 발견하면 반드시 신고해야 한다.

13. ⑤ P125

① 반드시 사전에 연락하여 양해를 구해야 한다. ② 시설장이나 간호사와의 협조는 필수적이며 의료진의 지시가 있을 경우 반드시 지시에 따라야 한다. ③ 업무상 알게 된 개인정보를 비밀로 유지한다. ④ 복지용구를 직접 판매 또는 대여하거나 이를 알선하는 행위를 하지 않는다.

14. ① P126

15. ⑤ P126

- ① 반드시 대상자에게 의견을 물은 후 실행한다. ② 대상자의 자기결정을 최대한 존중한다. ③ 그때그때 정리한다. ④ 업무상 알게 된 개인정보를 비밀로 유지한다. ⑤

16. ③ P134

17. ② P151

18. ④ P162 (노인성 질환)

특 성	<ul style="list-style-type: none"> • 단독으로 발생하는 경우는 드물다. • 하나의 질병에 걸리면 다른 질병 동반 • 증상이 거의 없거나 애매하여 정상적인 노화과정과 구분 곤란 • 원인이 불명확한 만성퇴행성 질환이 대부분 • 경과가 길고, 재발이 빈번하며, 합병증이 생기기 쉽다. • 약물민감하게 반응(신장의 소변 농축능력과 배설능력 저하로 약물중독) • 초기 진단이 매우 어렵다. (질환에 민감하기 때문) • 질환 자체가 비교적 가벼워도 의식장애를 일으키기 쉽다. • 혈액순환 저하로 욕창이 잘 발생 • 골격근의 수축력 감소로 관절이 쉽게 뻣뻣해진다 • 일상생활 수행능력이 저하되면 질환이 치유된 후에도 의존상태 지속 • 신체적 측면뿐만 아니라 심리적, 사회적, 경제적, 영적측면이 모두 연관
-----	---

19. ① P171 (변비)

변비를 유발하는 약물 사용(항암제, 마약성 진통제, 제산제 등)

원 인	<ul style="list-style-type: none"> • 위, 대장반사 감소 및 약화에 따른 장운동 저하 • 저작능력 저하와 관련된 지나친 저작여식이 섭취 • 수분과 섬유질을 포함한 음식섭취의 감소 • 하제 남용으로 인한 배변반사 저하 • 요실금과 관련된 염려로 수분섭취 부족 • 항암제, 마약성 진통제, 제산제 지속적 사용
-----	--

20. ① P173 (호흡기계)

특 성	<ul style="list-style-type: none"> • 신체조직 내 수분 함유량의 감소로 콧속의 점막 건조 • 폐포의 탄력성 저하, 폐 순환량 감소 • 호흡근육의 위축과 근력의 약화로 호흡증가 시 피로 • 기침반사 저하, 섬모운동 저하 • 기관지내 분비물이 증가
-----	---

21. ⑤ P196

22. ③ P215

23. ⑤ P219

24. ③ P238

25. ⑤ P252

① ② ③ 모두 감소 ④ 증가

영양 문제원인	<ul style="list-style-type: none">• 침의 분비가 줄어들고 음식물을 씹고 삼키는 능력 저하• 위가 위축되고 소화액 분비가 감소되어 소화 및 흡수기능 저하• 인지기능의 저하(치매 등)로 불규칙한 식사• 활동량이 줄어 식욕 감소• 체 수분량이 감소하고 갈증을 잘 느끼지 못해 탈수 발생• 미각이 저하되어 음식을 짜게 먹게 된다.
------------	---

26. ① P254 (운동)

문 제	<ul style="list-style-type: none">• 심장근육이 두꺼워져 탄력성이 떨어지고, 심장근이 수축하는 힘이 감소• 폐조직의 탄력성 감소, 흉곽의 경직으로 폐활량 축소• 자극에 대한 반응이 줄어들고 균형 및 조정 능력 축소• 낙상에 대한 두려움, 외로움과 같은 심리상태가 활동과 운동 방해
-----	--

27. ① P257 (수면)

관 리	<ul style="list-style-type: none">• 매일 아침 일정한 시간에 일어난다.• 커피 등 카페인 함유된 음료를 줄이거나 오후에는 금한다.• 저녁에 과식하지 않는다.• 공복감으로 잠이 안 오는 경우 → 따뜻한 우유 등을 마신다.• 취침시간이 너무 길면 오히려 불면증에 걸릴 수 있다.• 일정한 시각에 잠자리에 든다.• 취침 전 지나치게 집중하는 일을 하지 않는다.• 옆 대상자가 코를 골면 다른 방으로 옮겨준다.• 수면제나 진정제를 장기복용하지 않는다.• 매일 규칙적으로 적절한 양의 운동을 한다.• 낮잠을 가급적 삼간다.• 온도 15~25℃ 전후 습도는 50~60%의 쾌적한 환경 유지
-----	--

28. ⑤ P264 (약물)

복용원칙	<ul style="list-style-type: none"> • 건강기능식품 등 비처방약도 복용하기 전에 의사와 상담해야 한다. • 복용하던 약을 의사의 처방 없이 중단하면 안 된다. • 증상이 비슷하다고 해서 다른 사람에게 처방된 약을 먹어서는 안 된다. • 단골 병원과 약국을 지정하여 다니는 것이 좋다. • 진료 후 이전 처방약을 이어서 복용하지 않는다. • 가장 최근의 처방약을 복용해야 한다. • 약이 쓰다고 다른 것과 함께 복용하면 안 된다. • 약 삼키는 것이 힘들다고 쪼개서 복용하면 안 된다. • 분할선이 있는 약만 쪼개서 복용할 수 있다. • 분할, 분쇄 불가 약제 : 장용 코팅제(약효 저하), 서방제(부작용 증가) • 약 복용을 잊어버렸다고 그 다음 복용시간에 2배로 복용하면 안 된다. • 약 복용시간을 놓쳤다면, 생각난 즉시 복용한다. • 다음 복용시간에 가까워진 때는 다음 복용시간에 복용한다. • 편의점 구입가능 : 해열진통제, 감기약, 소화제, 파스
------	---

29. ④ P266

금 연	<ul style="list-style-type: none"> • 간접흡연도 직접흡연을 하는 경우와 마찬가지로 다양한 질병 유발 • 담배를 끊는 것은 언제라도 절대로 늦은 것이 아니다. <p style="text-align: center;">〈금연 후 신체적 변화〉</p> <ul style="list-style-type: none"> • 혈압 수준이 좋아진다. • 맥박과 손발 체온이 정상으로 돌아온다. • 심장발작 위험이 줄어든다. • 후각과 미각이 향상된다. • 폐 기능이 회복된다. 혈액순환이 좋아진다. • 정자 수가 증가하고 성기능이 향상된다. • 심장병 발병 위험이 절반으로 줄어든다. • 폐암으로 사망할 확률이 감소한다. • 10년 이상 기대 수명이 금연 전보다 10~15년 늘어난다.
-----	---

30. ⑤ P271

31. ③ P272

폭염 안전수칙	<ul style="list-style-type: none"> • 가급적 야외활동이나 야외 작업을 자제 • 외출할 때는 혈렁한 옷차림에 챙이 넓은 모자와 물 휴대 • 현기증, 메스꺼움 등이 있을 때 시원한 장소에서 쉬고 시원한 물이나 음료를 천천히 마신다. • 식사는 가볍게 하고 물은 20분마다 한 컵씩 마신다. • 선풍기는 환기가 잘되는 상태에서 사용하고 커튼 등으로 햇빛을 가린다.
------------	---

32. ③ P307 (요양보호 기록)

목 적	<ul style="list-style-type: none"> • 질 높은 서비스를 제공하는 데 도움 • 요양보호사의 활동 입증 • 요양보호서비스의 연속성 유지 • 관리자 및 전문가에게 중요한 정보제공 • 요양보호서비스의 내용과 방법에 대한 지도 및 관리에 도움 • 가족과 정보공유를 통해 의사소통 원활 • 요양보호서비스의 표준화와 요양보호사의 책임성 제고
-----	--

33. ① P338

구두보고	<ul style="list-style-type: none"> • 상황이 급하거나 사안이 가벼울 때 많이 이용 • 결론부터 보고하고, 경과와 상태, 원인 등을 보고 • 신속하게 보고할 수 있다는 장점, 정확한 기록을 남길 수 없는 단점 • 상황이 급할 때는 구두보고를 먼저 하고, 나중에 서면보고로 보완
서면보고	<ul style="list-style-type: none"> • 보고내용이 복잡하거나 숫자나 지표가 필요한 때(정기 업무보고, 사건보고) • 정확히 보고할 필요가 있거나 자료를 보존할 필요가 있을 때 • 정확한 기록을 남길 수 있는 장점, 신속하게 보고할 수 없다는 단점
전산망 보고	<ul style="list-style-type: none"> • 능숙하게 사용할 수 있으면 시간을 절약할 수 있고 편리하다는 장점 • 구두보고와 같이 실시간으로 확인할 수 있고, 서면보고와 같이 기록으로 남길 수 있다는 장점

34. ③ P627

35. ③ P632

신체 · 정신적 변화	<ul style="list-style-type: none"> • <u>감각기능 저하</u> : 대상자의 손을 잡고 조용히 곁에 있어 주는 것은 대상자에게 깊은 편안함을 준다. • <u>구강과 코 주변 관리</u> : 입술과 콧구멍은 건조해진다. 필요시 윤활제(바셀린, 립밤 등)를 바르도록 한다. • <u>피부관리</u> : 손과 발이 점차 싸늘해지면서 피부 전체가 하얗게 또는 파랗게 변화 → 담요를 덮어서 따뜻하게. 단, 보온을 위한 전기기구 사용금지 • <u>통증 조절</u> : 임종기에 상당한 통증을 호소할 수 있다 • <u>호흡 조절</u> : 호흡수와 깊이가 불규칙하고 무호흡과 깊고 빠른 호흡이 교대로 나타날 수 있다. → 숨 쉬는 것을 돕기 위해 상체와 머리를 높여 주고 대상자의 손을 잡아 주는 것은 도움이 된다. • <u>소화기능 변화</u> : 음식이나 수분을 섭취하는 데 어려움이 많아진다. → 억지로 먹이려고 하지 말아야 한다. • <u>신장기능의 변화</u> : 소변량이 점차 줄어들게 된다. • <u>환경관리</u> : 평소에 좋아하는 음악을 틀어두는 것도 좋다. • <u>정서적 영적 지원</u> : 대상자가 질문할 경우, 있는 그대로의 사실만을 확신 있게 전달하도록 한다.
----------------------	---

실기시험

36. ⑤ P282

구 분	바람직한 태도	바람직하지 않은 태도
얼굴표정	<ul style="list-style-type: none"> 따뜻하고 배려하는 표정 다양하며 생기있고 적절한 표정 자연스럽고 여유 있는 입모양 간간히 적절하게 짓는 미소 	<ul style="list-style-type: none"> 눈썹 치켜세우기, 하품 입술을 깨물거나 꼭 다문 입 부적절하고 희미한 미소 지나친 머리 끄덕임
자 세	<ul style="list-style-type: none"> 팔과 손을 자연스럽게 놓고 상황에 따라 적절한 자세 대상자를 향해 약간 기울인 자세 관심을 보이며 편안한 자세 	<ul style="list-style-type: none"> 팔짱 끼기 대상자로부터 비껴 앉는 자세 계속해서 손을 움직이는 태도 몸을 앞으로 구부리는 태도 손가락으로 지적하는 행위
눈맞춤	<ul style="list-style-type: none"> 눈맞춤 대상자와 같은 눈높이 적절한 시선의 움직임 	<ul style="list-style-type: none"> 눈을 마주하기를 피하는 것 대상자보다 높거나 낮은 눈높이 시선을 한 곳에 고정하는 것
어 조	<ul style="list-style-type: none"> 크지 않는 목소리 분명한 발음과 온화한 목소리 대상자의 느낌과 정서에 반응한 어조 적절한 말 속도 	<ul style="list-style-type: none"> 우물대거나 너무 작은 목소리 주저하는 어조 너무 높은 목소리 너무 빠르거나 느린 목소리

37. ④ P288

38. ⑤ P293

노인성 난청	<ul style="list-style-type: none"> 본인이 잘 듣지 못하기 때문에 다른 사람이 자신을 속인다고 의심하는 경향 대상자의 눈을 보며 정면에서 이야기한다. 입을 크게 벌리며 정확하게 말한다. 몸짓, 얼굴표정 등으로 이야기 전달을 돕는다. 말의 의미를 이해할 때까지 되풀이하고 이해했는지 확인한다. 보청기를 착용할 때는 입력은 크게, 출력은 낮게 조절한다. 밝은 방에서 입 모양을 볼 수 있도록 시선을 맞추며 말한다. 원활한 의사소통이 되도록 정보를 충분히 제공한다.
-----------	--

39. ② P293

시각장애	<ul style="list-style-type: none"> 대상자의 정면에서 이야기한다. 여기, 이쪽 등 지시대명사를 사용하지 않고 사물 위치를 시계방향으로 설명 대상자를 중심으로 오른쪽, 왼쪽을 설명하여 원칙을 정해 둔다. 대상자를 만나면 신체 접촉을 하기 전에 먼저 말을 건넨다. 보행 시 요양보호사가 반보 앞으로 나와 대상자의 팔을 끄는 듯한 자세
------	--

40. ⑤ P351

41. ⑤ P354

① 식사 도중 말을 시키지 않는다. ② 마비된 쪽(왼쪽)을 베개나 쿠션으로 지지하고 안정된 자세를 취하게 한 후 음식을 제공한다. ③ 건강한 쪽(오른쪽) ④ 완전히 삼켰는지 확인한 다음에 음식을 입에 넣어 준다.

42. ① P362

② ③ 토하거나 청색증이 나타나면 비위관을 잠근 후 바로 시설장이나 관리책임자 등에게 알린다. ④ 1분에 50mL 이상 주입하지 않는다. ⑤ 사용할 때마다 세척한다.

43. ① P365

② 영양보호사는 항상 대상자를 관찰하고, 손을 뻗으면 닿을 수 있는 위치에 있다가 필요하면 즉각 개입하여 낙상사고에 대비한다. ③ 화장실은 밝게 한다. ④ 화장실까지 가는 길에 불필요한 물건이나 발에 걸려 넘어질 우려가 있는 물건을 치워 넘어지지 않게 한다. ⑤ 화장실 표시등을 켜두어 잘 찾을 수 있게 한다.

44. ③ P371

① 물기가 남아 있으면 대상자의 피부가 짓무르거나 피부 손상을 일으킬 수 있으므로, 마른 수건으로 물기를 닦아 준다. ② 앞에서 뒤로 잘 닦아 준다. ④ 침대를 올려주어 대상자가 배에 힘을 주기 쉬운 자세를 취하게 한다. ⑤ 배설물에 특이사항이 있는 경우 시설장이나 간호사에게 보고한다.

45. ① P373

② 이동변기 내에 있는 배설물을 즉시 처리하고 환기한다. ③ 침대 높이와 이동변기의 높이가 같도록 맞춘다. ④ 안전을 위해 변기 밑에 미끄럼방지매트를 깔아주어, 대상자가 변기에 앉을 때 흔들리지 않게 한다. ⑤ 다리가 바닥에 닿지 않으면 불안정하여 넘어질 수 있다.

46. ③ P374

① 허리를 들 수 없거나 협조가 불가능한 대상자일 경우 대상자를 옆으로 돌려 눕혀 기저귀를 교환한다. ② 시설장 등에게 보고한다. ④ 면 덮개를 이불 위에 덮은 후 이불은 다리 아래로 접어 내린다. ⑤ 배뇨, 배변 시간에 맞추어 자주 살펴보고 젖었으면 속히 갈아주어 피부에 문제가 생기지 않게 한다.

47. ③ P377

① 소변주머니를 방광(아랫배) 위치보다 높게 두지 않는다. ② 유치도뇨관을 삽입하고 있어도 침대에서 자유로이 움직일 수 있으며 보행도 할 수 있음을 대상자에게 알려준다. ④ 유치도뇨관을 강제로 빼면 요도점막이 손상되므로 심하게 당겨지지 않게 주의한다. ⑤ 소변이 도뇨관 밖으로 새는 경우에는 시설장이나 간호사에게 보고한다.

48. ② P386

① 구토나 질식을 일으킬 수 있으므로 너무 깊숙이 닦지 않는다. ③ 대상자가 앉은 자세나 옆으로 누운 자세를 취하게 하며, 부득이하게 똑바로 누운 자세일 때는 상반신을 높여준다. ④ 잇몸, 입천장, 혀, 볼 안쪽 등이 헐었는지 세심하게 관찰하고 이상이 있으면 시설장이나 간호사에게 보고한다. ⑤ 거즈를 감은 설압자 또는 일회용 스펀지 브러시를 물에 적서 사용한다.

49. ① P388

② 양이 너무 많으면 입안에 거품이 가득 차 칫솔질이 어렵고, 치약으로 인한 청량감 때문에 치아가 잘 닦였을 것이라고 오해하기 쉽다. ③ 잠자기 전과 매 식사 후 30분 이내에 3분간 하도록 ④ 건강한 쪽이 아래로 향하고 옆으로 누운 자세 ⑤ 혀도 닦는다.

50. ② P391

의치를 세척할 때는 의치세정제를 사용하고, 주방세제를 대신 사용할 수 있다.

51. ⑤ P394

① 양쪽 귀를 솜으로 막는다. ② 목을 좌우로 돌리면서 ③ 보온을 위해 문과 창문을 닫는다. ④ 물을 적신 후 손질한다.

52. ① P400

② 다른 쪽은 수건의 다른 면 사용 ③ 이마는 머리 쪽으로 쓸어 올리며 닦고, 옆으로는 눈 밑 → 코 → 뺨 쪽, 아래로는 입 주위 → 턱 → 귀의 뒷면 → 귓바퀴 → 목 순서로 닦는다. ④ 귀지는 의료기관에 가서 제거하는 것이 안전하다. ⑤ 침대머리를 높이거나 가능하다면 앉힌다.

53. ① P402

수염의 강도가 약한 볼 부위부터 강한 부위의 순으로 한다.

54. ③ P416

55. ③ P430

56. ② P432

① 침대에서는 적어도 두 시간마다, 의자에서는 한 시간마다 자세를 바꾸어 준다. ③ 욕창의 원인 ④ 잡아당기면 상처 위험 ⑤ 도넛 모양의 베개를 사용하는 경우가 있으나 이는 오히려 압박을 받는 부위의 순환을 저해할 수 있으므로 삼간다.

57. ④ P433

① ② 반 앉은 자세(반좌위) ③ 바로 누운 자세(양와위) ⑤ 옆으로 누운 자세(측위)

58. ⑤ P437

라. 또는 손잡이 부분을 잡고 들어올린다.

59. ⑤ P440

60. ② P439

61. ② P454 (지팡이)

올라갈 때	지팡이 없을 때	• 건강한 손 계단잡기 → 건강한 다리 → 불편한 다리
	지팡이 있을 때	• 건강한 손 지팡이 → 건강한 다리 → 불편한 다리
내려갈 때	지팡이 없을 때	• 건강한 손 계단잡기 → 불편한 다리 → 건강한 다리
	지팡이 있을 때	• 건강한 손 지팡이 → 불편한 다리 → 건강한 다리

62. ① P460

① 이동변기는 화장실까지 이동하기 어려운 대상자가 편리한 장소에서 쉽게 배설할 수 있게 해 준다. ③ 간이변기 ④ 욕창예방 방식 ⑤ 자세변환용

63. ⑤ P520

① 양념 맛보다 식품 자체의 맛을 강조 ② 나트륨 함량이 높은 가공식품을 적게 사용 ③ 끓는 물에 데쳐서 사용 ④ 소금 간을 따로 하지 않는다.

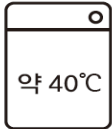
64. ⑤ P521 (혈당지수)

높은식품	• 포도당, 바게트빵, 찰쌀밥, 흰밥, 도넛, 떡, 감자, 우동, 늪은호박, 수박, 빵, 고구마
낮은식품	• 현미밥, 바나나, 포도, 오렌지, 딸기, 사과, 배, 양배추, 우유, 미역, 콩

65. ③ P530

식품안전을 위해 냉장이 필요 없는 식품(쌀, 통조림, 라면 등) → 채소 및 과일 → 냉장·냉동 가공식품 → 육류 → 어패류 → 즉석식품 순으로 구입한다.

66. ③ P543 (물세탁 기호)

				
<ul style="list-style-type: none"> • 95°C 물로 세탁 • 세탁기, 손세탁 가능 • 삶을 수 있음 • 세제 종류 제한 없음 	<ul style="list-style-type: none"> • 40°C 물로 세탁 • 세탁기로 약하게 세탁 또는 약하게 손세탁 가능 • 세제 종류 제한 없음 	<ul style="list-style-type: none"> • 30°C 물로 세탁 • 세탁기로 약하게 세탁 또는 약하게 손세탁 가능 • 중성세제 사용 	<ul style="list-style-type: none"> • 30°C 물로 세탁 • 세탁기 사용 불가 • 약하게 손세탁 가능 • 중성세제 사용 	<ul style="list-style-type: none"> • 물세탁 안 됨

67. ① P547

② 외출동행이 의도한 대로 만족스러웠는지를 대상자에게 확인 ③ 업무 대행 중 요양보호사는 자신의 사적인 업무를 병행하지 않는다. ④ 대상자의 욕구를 확인하여 사전에 외출계획을 세운다. ⑤ 예기치 못한 외부 요인이 있는 경우는 대상자 및 가족과 상의하여 상황에 맞게 대처

68. ④ P554 (환경지원치침의 영역별 내용)

지남력 지원	<ul style="list-style-type: none"> 공간 입구에 이름표 혹은 발(주렴) 등의 공간정보 활용 잘 보이는 곳에 큰 시계나 달력 등을 걸고 창을 통해 자연과 일조의 변화를 파악하도록 한다.
기능적인 능력 지원	<ul style="list-style-type: none"> 스스로 활동할 수 있는 환경 만들기로 자립능력을 높인다. 스스로 식사할 수 있도록 환경을 조성한다. 요리, 빨래, 장보기 등 활동을 할 수 있도록 환경을 만든다.
환경적 자극의 질과 조정	<ul style="list-style-type: none"> 음식 냄새 혹은 꽃향기 등으로 감성 자극하기 실내는 나무 혹은 종이 같은 부드러운 소재로 꾸미기 생활을 방해하는 불쾌한 차 소리 등의 소음 최소화하기 적절한 간접 조명 등으로 시각적 자극 제공하기
안전·안심을 위한 지원	<ul style="list-style-type: none"> 큰 공간을 소규모로 나눠서 안정된 공간 제공 걸려 넘어질 위험이 있는 바닥의 턱을 없애 잠재적 위험요인 최소화
생활의 지속성을 위한 지원	<ul style="list-style-type: none"> 익숙한 생활방식대로 살 수 있게 지원 사진이나 개인물품으로 자기다움을 표현할 수 있도록 한다. 가정적인 환경을 만든다.
자기 선택을 위한 지원	<ul style="list-style-type: none"> 대상자 입장에서 수용하며 대응한다. 스스로 있고 싶은 공간을 선택할 수 있도록 한다. 의자 등 다수의 소품을 배치한다. 방 안에서도 자신의 위치를 자유롭게 선택할 수 있도록 환경을 조성한다.
사생활 확보를 위한 지원	<ul style="list-style-type: none"> 대상자의 존엄과 사생활 보장에 관한 시설의 방침을 명확히 한다. 방에서 개인적인 생활을 할 수 있도록 지원한다. 사생활 확보를 위한 공간을 선택할 수 있도록 한다.
대상자의 교류를 위한 지원	<ul style="list-style-type: none"> 만남을 유도하는 공간을 만든다. 만남을 촉진하는 공간 배치를 한다. 만남의 계기가 되는 소품을 제공한다. 사회와의 교류가 이어지도록 지원한다.

69. ④ P567

① ③ 대상자의 생활자세를 소중히 여기고 환경을 바꾸지 않는다. ② 정면에서 야단치거나 부정하거나 무시하지 않는다. ⑤ 할 수 있는 일은 스스로 하도록 하여 남아 있는 기능 유지하게 한다.

70. ③ P578

반복 질문이나 반복 행동에 대한 관심을 다른 곳으로 돌린다.

71. ② P579

① 배회 등이 심하여 활동이 많은 경우 섭취량을 늘려 열량 섭취와 배설의 균형을 맞춘다. ③ 가능한 한 식사시간을 규칙적으로 한다. ④ 손잡이가 크거나 손잡이에 고무를 붙인 약간 무거운 숟가락을 주어서 숟가락을 준다. ⑤ 치매 대상자가 좋아하는 대체식품을 이용한다.

72. ④ P581

73. ⑤ P582

① 단순한 일거리를 주어 배회 증상을 줄인다. ② 창문 등 출입이 가능한 모든 곳의 문을 잠근다. ③ 집 안에서 배회하는 경우 배회코스를 만들어 둔다. ④ 텔레비전이나 라디오를 크게 틀어놓지 않으며, 집 안을 어둡게 하지 않는다. ⑤ 고향이나 가족에 대한 대화를 나누어 관심을 다른 곳으로 돌림으로써 정서 불안에 의한 배회를 줄여 준다.

74. ⑤ P583

치매 대상자가 보고 들은 것에 대해 아니라고 부정하거나 다투지 않는다.

75. ⑤ P586

치매 대상자에게 목욕을 강요하지 말고 목욕과정을 단순화한다.

76. ① P585

맑은 공기는 정신을 맑게 하고 치매 대상자의 들뜬 마음을 가라앉힌다.

77. ④ P586

의복으로 인한 불편감이나 대소변을 보고 싶은 욕구가 있는지 확인하고 도와준다.

78. ① P655

① 하임리히법 ② 반응확인 ③ 인공호흡 ④ 회복자세 ⑤ 가슴압박

79. ② P662

① 손가락이 가슴에 닿지 않도록 주의 ③ 약 5cm 깊이로 강하고 빠르게 시행 ④ 반응확인 → 도움요청 → 가슴압박 → 회복자세 ⑤ 분당 100~120회의 속도

80. ⑤ P665

① 오른쪽 빗장뼈 아래와 왼쪽 젖꼭지 아래 중간 겨드랑선에 붙인다. ② 전원을 켜다음 패드를 붙인다. ③ 분석 중이니 물러나라는 음성지시가 나오면, 심폐소생술을 멈추고 대상자에게서 손을 떼는다. ④ 심장충격 버튼을 누르기 전에는 반드시 다른 사람이 환자에게서 떨어져 있는지 확인해야 한다.