

실전모의고사Ⅲ (그림 모의) 정답

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
⑤	①	④	④	⑤	④	②	③	⑤	③
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
①	⑤	⑤	⑤	③	⑤	④	⑤	④	②
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
②	②	②	③	④	②	⑤	②	④	⑤
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
①	①	①	①	①	⑤	②	①	④	②
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
⑤	④	③	①	④	⑤	①	①	⑤	②
51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
⑤	④	③	⑤	⑤	①	③	③	①	④
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70
⑤	③	①	③	④	①	⑤	①	④	④
71	72	73	74	75	76	77	78	79	80
②	⑤	③	④	①	④	④	③	②	①

1. ⑤ P137, 138

손끝이 바닥을 향하게 하고 팔을 전방으로 쪽 편 다음 부드럽게 잡아당기거나(⑤), 손을 앞으로 향하게 하고 팔을 전방으로 쪽 편 다음 부드럽게 잡아당긴다. ①~④ 어깨 통증 예방 운동요법이다.

2. ① P139

손목을 구부려 양측 손등을 맞대고 미는 동작을 최소한 1분 정도 유지한다.

3. ④ P141

허리를 펴고 무릎을 굽혀 몸의 무게 중심을 낮추고 지지면을 넓힌다. 무릎을 펴서 들어올린다. 물체는 최대한 몸 가까이 위치하도록 하여 들어올린다. 허리가 아닌 다리를 펴서 들어 올린다.

4. ④ P141

5. ⑤ P143, 140

나머지는 요통예방 운동법

6. ④ P143, 139

나머지는 모두 팔꿈치 통증 예방 스트레칭 운동법이다.

7. ② P148

휴지나 손수건으로 입과 코를 가린다. 손이 아닌 옷소매로 입과 코를 가린다.

8. ③ P189

그림은 퇴행성관절염으로 관절에 부담되지 않는 규칙적인 운동(예: 수영, 평평한 흙길 걷기, 체조 등)을 한다.



(손가락 관절의 경직)

9. ⑤ P191, 526

근육과 뼈에 힘을 주는 체중부하운동을 한다. 골다공증 예방을 위해서는 걷기, 산책, 등산 등 체중이 실리는 운동이 도움이 된다.

10. ③ P388

치약을 칫솔모 위에서 눌러 짜서 치약이 솔 사이에 끼어 들어가게 한다. 칫솔 위 두툼하게 올린 치약은 치아 사이에 닿지 않는다.

11. ① P397

손톱은 둥글게, 발톱은 일자로 자른다.

12. ⑤ P422

13. ⑤ P427

누워서 엉덩이를 들어 올리는 운동은 휴대용 변기사용과 침대 위에서 이동, 보행 시 신체안정에 도움이 된다.

14. ⑤ P427

협조할 수 있는 경우, 침대 머리 쪽 난간을 잡게 한 후 ‘하나, 둘, 셋’ 등의 신호를 하여 같이 이동하고자 하는 방향으로 이동한다

15. ③ P427

협조할 수 없는 경우, 침대 양쪽에 한 사람씩 마주서서 한쪽 팔은 머리 밑에 넣어 어깨와 등 밑을, 다른 팔은 둔부와 대퇴부 밑에 넣어 반대편 사람과 손을 잡고 신호에 맞춰 두 사람이 동시에 이동하고자 하는 방향으로 옮긴다.

16. ⑤ P427

17. ④ P428

18. ⑤ P428

상반신은 한 손은 대상자의 목에서 겨드랑이를 향해 넣어서 받치며, 다른 한 손은 허리 아래에 넣어서 이동시킨다.

19. ④ P429

요양보호사의 팔을 대상자의 목 밑에 깊숙하게 넣어 손바닥으로 등과 어깨를 지지하고, 반대 손은 엉덩이 또는 넓다리를 지지하여 일으켜 앉힌다.

20. ② P432

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

21. ② P432

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

22. ② P432

다리 쪽의 침대를 살짝 올려주면 대상자가 미끄러져 내려가지 않고 편안하다.

23. ② P432

고관절(엉덩관절)과 무릎관절의 굽힌 구축을 발생할 수 있으므로 장시간의 사용은 주의

24. ③ P433

엎드린 자세(복위) : 등에 상처가 있거나 등 근육을 쉬게 해줄 때 자세

25. ④ P433

옆으로 누운 자세(측위)

26. ② P433

아랫배와 발목 밑에 작은 베개 등을 받치면 허리와 넓다리의 긴장을 완화할 수 있다.

27. ⑤ P437

라. 또는 손잡이 부분을 잡고 들어올린다.

28. ② P437

29. ④ P439

30. ⑤ P439

31. ① P439

뒤로 들어가고 앞으로 나온다.

32. ① P441

휠체어를 대상자의 건강한 쪽에 비스듬히 놓는다.

33. ① P443

휠체어를 45도 각도로 침대 옆에 놓은 다음 브레이크를 잠근다. 이때 휠체어를 건강한 쪽에 놓는다.

34. ① P444

뒤쪽에 있는 사람이 대상자의 겨드랑이 아래로 팔을 집어넣어 대상자의 팔을 안쪽에서 바깥쪽으로 붙든다. 다리 쪽에 있는 사람은 한 손을 대상자의 종아리 아래에, 다른 한 손은 대퇴 아래에 집어넣어 올바른 신체정렬을 한다.

35. ① P445

건강한 쪽에 이동변기를 휠체어와 약 30~45°로 비스듬히 놓는다.

36. ⑤ P446

37. ② P447

38. ① P452

앞으로 비스듬하게(발 앞 15cm, 바깥 쪽 옆 15cm 지점) 지팡이 끝을 내민다. 만약 문제가 오른쪽 편마비 대상자라면 정답이 ②

39. ④ P454

편마비일 경우 건강한 손으로 계단 손잡이를 잡는다. 건강한 쪽 다리부터 계단을 딛는다. 건강한 쪽 다리에 체중을 실어 불편한 쪽 다리를 계단으로 올린다.

40. ② P453

건강한 쪽 손으로 계단 손잡이를 잡는다. 불편한 쪽 다리부터 계단 아래로 내린 후 건강한 쪽 다리를 내린다.

41. ⑤ P454

42. ④ P454

43. ③ P455

팔꿈치가 약 30도로 구부러지도록 보행보조차의 손잡이를 엉덩이 높이로 조절한다.

44. ① P455

45. ④ P455

46. ⑤ P459

① 보행기 ② 보행차 ③ 안전손잡이 ④ 목욕의자 ⑤ 욕창예방 매트리스

47. ① P459

① 수동휠체어 ② 보행차 ③ 욕창예방 방석 ④ 이동변기 ⑤ 목욕의자

▶대여품목 : 수동휠체어, 전동침대, 수동침대, 이동욕조, 목욕리프트, 배회감지기

48. ① P461

49. ⑤ P462

간이변기

50. ② P469

실버카라고도 불리며, 의자와 바구니가 달린 것이 특징이다. 어느 정도 균형감과 보행능력이 있는 대상자가 사용해야 한다.

51. ⑤ P472

52. ④ P476

① 이동변기 ② 보행차 ③ 이동욕조 ④ 목욕의자 ⑤ 욕창예방 매트리스

53. ③ P477

등받이가 높게 되어 있고 팔걸이가 있으며, 기대어 앉아도 넘어지지 않는 안정적인 것이 좋다. 의자 부분에 구멍이 있거나 홈이 파여 있어 물이 흐를 수 있어야 한다.

54. ⑤ P479

55. ⑤ P482

56. ① P486

57. ③ P487

① 배회감지기 ② 간이변기 ③ 욕창예방

방석 ④ 목욕의자 ⑤ 욕창예방 매트리스

58. ③ P487

59. ① P543

60. ④ P543

그 외 95℃ 물로 세탁, 세탁기와 손세탁 가능, 삶을 수 있음

61. ⑤ P543

62. ③ P543

그 외 40℃ 물로 세탁, 세탁기 또는 손으로 약하게 세탁, 세제 종류 제한 없음

63. ① P543

약하게 세탁기와 손세탁 가능, 중성세제 사용

64. ③ P543

30℃ 물로 세탁, 세탁기 사용 불가, 중성세제 사용

65. ④ P543



드라이클리닝 가능



드라이클리닝 불가함

66. ① P544

또는 손으로 약하게 짤



67. ⑤ P544

①② 햇빛 ③④ 그늘 채반 ⑤ 그늘에서 옷걸이에 걸어서 건조. 합성섬유 의류, 색상·무늬가 있는 의류는 햇볕에 말리면 변색될 수 있으므로 그늘에서 건조

68. ① P544

햇볕에서 옷걸이에 걸어서 건조

69. ④ P544

햇볕에 뉘어서 건조, 흰색 면직물은 햇볕에 건조. 니트류(스웨터 등)는 통기성이 좋은 곳에서 채반 등에 펴서 건조

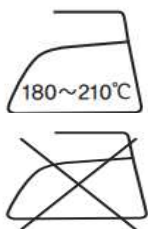
70. ④ P544

④ 그늘에서 뉘어서 건조 ① 뒤집어서 ② ⑤ 옷걸이에 걸어 그늘건조 ③ 햇볕에 건조

71. ② P544

72. ⑤ P544

73. ③ P545



180~210℃로 다림질

다림질할 수 없음

74. ④ P641

안전핀을 뽑는다. → 노즐을 잡고 불쪽을 향한다. → 손잡이를 움켜쥐는다. → 분말

을 고루 쏜다.

75. ① P655

① 하임리히법 ② 반응확인 ③ 인공호흡 ④ 회복자세 ⑤ 가슴압박

76. ④ P655

하임리히법

77. ④ P658

② 상황이 종료될 때까지 물이나 음식을 주지 않는다. ③ 입에 무언가를 물리는 어떠한 행위도 금지된다. ④ 질식을 예방하기 위하여 고개를 가만히 옆으로 돌린다. ① ⑤ 경련을 멈추기 위한 억제를 시도해서는 안 된다.

78. ③ P662

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

79. ② P662

80. ① P664

① 패드 1은 오른쪽 빗장뼈 아래, 패드 2는 왼쪽 젖꼭지 아래 중간 겨드랑선