

## 제41회 모의고사 정답

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

### 1. ⑤ (P12)

내용	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 세포의 노화(피하지방 감소) : 뼈와 근육 위축, 피하지방 감소</li> <li>• 면역능력의 저하 : 질병이 발생한 경우 급격하게 상황 악화</li> <li>• 잔존능력의 저하 : 적응력이 떨어져 일상 생활에서 어려운 상황 발생</li> <li>• 회복능력의 저하 : 합병증이 쉽게 발생</li> <li>• 비가역적 진행 : 인간 노력으로 노화 진행을 막을 수 없다.</li> </ul>	
	×	• 가역적 진행

공적 부조	• 생활 유지 능력이 없거나 생활이 어려운 국민의 최저생활을 보장하고 자립을 지원하는 제도(국민기초생활보장제도)
사회 보험	• 국민에게 발생할 수 있는 질병, 실업, 장애, 사망, 소득 상실 등의 사회적 위험을 보험의 방식으로 대처하는 제도
사회 서비스	• 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

### 2. ⑤ (P20)

① 적당한 운동 ④ 부부간의 관계를 동반자로 전환

### 3. ④ (P22)

### 4. ② (P36)

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

5. ② (P41)

① 장기요양기관은 수급자에게 재가급여 또는 시설급여를 제공한 경우, 공단에 장기요양급여비용을 청구한다. ③ 저소득층, 의료급여수급권자 등은 법정 본인 부담금의 40~60%를 경감하여 준다. ④ 장기요양기관에 지급한다. ⑤ 공단은 장기요양보험료와 건강보험료를 통합하여 징수하고, 징수 후 장기요양보험료와 건강보험료는 각각 독립회계로 관리한다.

6. ③ (P50)

7. ③ (P61)

관찰자	• 맥박, 호흡, 체온, 혈압 등의 변화와 투약 여부, 질병의 변화에 대한 증상뿐만 아니라 심리적인 변화까지 관찰
정보 전달자	• 대상자의 신체적 심리적인 정보를 가족, 시설장 또는 관리책임자 등에게 전달 • 서비스 내용 변경이 필요할 때 기관에 보고
숙련된 수발자	• 숙련된 요양보호서비스에 대한 지식과 기술로 대상자의 불편함을 경감해 주기 위해 필요한 서비스를 지원
말벗과 상담자	• 효율적인 의사소통 기법으로 대상자와 관계를 형성하고 필요로 하는 서비스를 제공하여 대상자의 신체적, 정신적, 심리적 안위를 도모
동기 유발자	• 대상자가 능력을 최대한 발휘하도록 동기를 유발하며 지지
옹호자	• 대상자의 입장에서 편들어 주기
※ 암기방법 ① 대상자의 건강상태를 확인하고 살펴본다(관찰자). ② 관찰한 사항을 가족 등에게 전달한다(정보전달자). ③ 이러한 일을 잘하기 위해 지식과 기술을 습득한다(숙련된 수발자). ④ 숙달되면 대상자와 의사소통을 한다(말벗과 상담자). ⑤ 능력을 발휘할 수 있도록 동기유발(동기 유발자) ⑥ 마지막 대상자 편들어 주기(옹호자)	

8. ① (P79)

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

9. ② (P81)

①⑤ 신체적 학대 ③ 성적 학대 ④ 경제적 학대

정서적 학대 행위	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 노인과의 접촉 기피</li> <li>• 노인의 사회관계 유지 방해</li> <li>• 노인을 위협·협박하는 언어적 표현이나 감정을 상하게 하는 행동</li> <li>• 노인과 관련된 결정 사항의 의사결정과 정에서 소외</li> </ul>
세부 내용	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 말과 행동을 지속적으로 무시하고 반응을 보이지 않는다.</li> <li>• 일상생활(식사, 일상물품 사용 등)을 타 가구원과 별도로 하게 한다.</li> <li>• 친구나 친지들과 만나거나 연락하는 것을 방해</li> <li>• 일상적인 사회활동이나 종교 활동을 노골적으로 방해</li> <li>• 비방이나 유언비어로 노인의 경제활동 저해</li> <li>• 이성교제를 방해하거나 죽이겠다고 협박</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ‘시설로 보낸다’ 또는 ‘집에서 나가라’ 등의 위협·협박</li> <li>• 수치심을 느끼게 하는 모욕적인 말</li> <li>• 재앙을 가져오는 사람으로 취급</li> <li>• 소지품 처분을 결정할 때 노인의 의사를 반영하지 않는다.</li> <li>• 집안 경조사에 참여시키지 않는다.</li> </ul>
--	--

#### 10. ② (P89)

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

#### 11. ⑤ (P94)

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

#### 12. ③ (P96)

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 (P96)

② 장기요양서비스 제공에 따른 본인 부담금을 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 (P101)



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

#### 15. ⑤ (P101)

대상자가 복지용구가 필요하다고 할 때는 대상자의 상태 등을 판단하여 신중하게 선택할 수 있도록 정보를 제공하는 것은 바람직한 일이나 ‘유인·알선’에 의한 부당한 수익을 목적으로 했다면 요양보호사 윤리원칙에 어긋나며, 법적처벌을 받게된다.

#### 16. ② (P109)

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

스트레칭 운동	 <p>① 손을 앞으로 향하게 하고 팔을 전방으로 쭉 편 다음 부드럽게 잡아 당긴다. ② 손끝이 바닥을 향하게 하고 팔을 전방으로 쭉 편 다음 부드럽게 잡아 당긴다.</p>
자가 진단법	 <ul style="list-style-type: none"> <li>• 양측의 손등을 맞대고 미는 동작을 유지한 채 최소한 1분 정도 손목을 구부리면 손바닥과 손가락의 저린 증상이 심해지는지 확인</li> <li>• 1분 정도 있을 때 손 저림이 심해지면 수근관증후군</li> </ul>

#### 17. ④ (P119)

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 (P126)

특성	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 단독으로 발생하는 경우는 드물다.</li> <li>• 하나의 질병에 걸리면 다른 질병 동반</li> <li>• 증상이 거의 없거나 애매하여 정상적인 노화과정과 구분 곤란</li> <li>• 원인이 불명확한 만성퇴행성 질환이 대부분</li> <li>• 경과가 길고, 재발이 빈번하며, 합병증이 생기기 쉽다.</li> <li>• 약물에 민감하게 반응</li> </ul>
----	---

<ul style="list-style-type: none"> <li>• 신장의 소변 농축능력과 배설능력 저하로 약물 중독</li> <li>• 초기 진단이 매우 어렵다.</li> <li>• 질환 자체가 비교적 가벼워도 의식장애를 일으키기 쉽다.</li> <li>• 활동 강도 및 노화에 따른 혈액순환 저하로 욕창이 잘 발생</li> <li>• 일상생활 수행능력이 저하되면 질환이 치유된 후에도 의존상태가 지속</li> <li>• 신체적 측면뿐만 아니라 심리적, 사회적, 경제적, 영적측면이 모두 연관</li> </ul>
--

#### 19. ④ (P135)

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

#### 20. ② (P138)

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

#### 21. ③ (P151)

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

#### 22. ② (P153)

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. ⑤ (P163)

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

24. ⑤ (P168)

① 바이러스 ②④ 항바이러스제, 항염증제, 진통제와 냉찜질, 칼라민로션과 같은 국소치료제를 사용하여 통증을 줄이고, 수포가 빨리 건조되게 한다. ③ 격리까지는 필요하지 않다.

의의	<ul style="list-style-type: none"> <li>수두를 일으키는 바이러스에 의하여 피부와 신경에 염증이 생기는 질환</li> <li>과거에 수두를 앓았던 사람에서 주로 발생</li> <li>작은 물집이 몸의 한쪽에 모여 전체적으로 띠 모양으로 나타난다.</li> </ul>
증상	<ul style="list-style-type: none"> <li>가려움, 저림 또는 작열감(타는 듯한 느낌)의 통증과 화끈거림을 포함한 발진</li> <li>피부와 점막에 있는 감각신경말단 부위의 수포, 통증, 작열감</li> </ul>
치료 및 예방	<ul style="list-style-type: none"> <li>통증을 감소시키고, 수포의 건조 속도를 빠르게 한다.</li> <li>신경통이 수개월에서 1년 이상 지속될 수 있다.</li> <li>병소가 퍼지거나 감염되지 않도록 긁지 않는다.</li> </ul>

25. ⑤ (P173)

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

26. ② (P194)

증상	<ul style="list-style-type: none"> <li>반신마비(손상된 뇌의 반대쪽 팔다리, 안면하부에 갑작스런 마비)</li> <li>전신마비(뇌간 손상 시 전신마비와 함께 의식 저하)</li> <li>반신감각장애(감각이상 · 감각소실)</li> <li>언어장애, 두통 및 구토, 의식장애, 어지럼증</li> <li>운동 실조증(술 취한 사람처럼 비틀거리고 한쪽으로 자꾸 쓰러지려 하고, 물건을 잡으려고 할 때 정확하게 잡지 못하고 빗나감)</li> <li>시력장애 및 삼킴장애, 치매</li> </ul>
----	---

27. ① (P196)

의의	<ul style="list-style-type: none"> <li>중추신경계에 서서히 진행되는 퇴행성 변화로 원인은 불명확하나 신경전달물질인 도파민을 만들어내는 신경세포가 파괴되는 질환</li> </ul>
증상	<ul style="list-style-type: none"> <li>무표정, 동작이 느려짐, 근육경직 및 안정 시 떨림</li> <li>굽은 자세, 얼어붙는 현상, 자세 반사의 소실로 자주 넘어짐, 균형감각의 소실</li> <li>피로, 수면 장애, 변비, 방광과 다른 자율 신경의 장애, 감각적 불편감</li> <li>우울, 근심, 감정의 변화, 무감정, 사고의 느림, 인지능력의 감소</li> </ul>
※	파킨슨질환 → 도파민 → 무표정

28. ④ (P180)

29. ④ (P201)

수 분 섭 취	제 한	• 간경화, 심부전, 신부전증, 부신기능저하증, 심한 갑상선기능저하증
	권 장	• 요로감염, 방광염, 전립선염, 폐렴, 기관지염, 고혈압, 협심증, 당뇨병

30. ② (P203)

관 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 현재 운동수준을 평가하고, 운동 금기 질환 및 투약 상황 확인</li> <li>• 시원하고 바람이 잘 통하고 땀을 흡수하는 옷을 입고 운동</li> <li>• 낮은 수준으로 운동을 시작하여 상태를 보면서 점차 강도를 올린다.</li> <li>• 적어도 10분 이상 준비운동 실시</li> <li>• 저강도 운동으로 시작하고, 근육피로, 호흡곤란, 협심증, 혈압 변화 등에 주의</li> <li>• 운동의 강도, 기간, 빈도를 서서히 증가</li> <li>• 안정 시의 심박동수로 돌아올 때까지 마무리 운동</li> <li>• 운동하는 중간중간에 충분한 휴식과 개인의 능력에 맞는 운동 실시</li> <li>• 빠르게 방향을 바꾸어야 하는 운동이나 동작은 금한다.</li> </ul>
--------	--

31. ③ (P214)

① 65세 이상일 때 1회 ② 매년 1회 ④ 1차 기본접종만, 파상풍과 디프테리아는 기본접종 후 10년마다 추가접종 ⑤ 수두

대 상	50~64세	65세 이상
파상풍/ 디프테리아/ 백일해	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1차 기본접종은 모두</li> <li>• 이후 10년마다 파상풍, 디프테리아 추가접종</li> </ul>	
인플루엔자	매년 1회	
폐렴구균	위험군에 대해 1회~2회 접종	1회
대상포진	1회	1회
비 고	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 65세 이상 노인은 반드시 인플루엔자, 폐렴구균, 대상포진, 파상풍, 디프테리아 예방접종을 하도록 권장</li> </ul>	

32. ④ (P425)

애매한 표현은 피하고 구체적으로 기록한다.

33. ① (P437)

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

34. ④ (P500)

사전 연명 의료 의향서	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 작성자 : 말기환자나 임종과정 전 19세 이상 / 본인 직접 작성</li> <li>• 중단가능 : 심폐소생술, 혈액투석, 항암제 투여, 인공호흡기 착용</li> <li>• 중단불가능 : 통증완화를 위한 의료행위, 영양분 공급, 물 공급, 산소의 단순 공급</li> <li>• 등록기관에 등록하면 효력 발생</li> <li>• 언제든지 내용을 변경하거나 철회 가능</li> <li>• 등록했어도 의료기관과 연동되는 것은 아님, 가족에게 알려야함(연명의료 정보시스템 확인하면 작성여부 열람 가능)</li> <li>• 존엄사, 소극적 안락사와 유사, 의사의 도움을 받아 죽도록 하는 안락사와 차이</li> </ul>
-----------------------	--

35. ① (P510)

임 종 후	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 사후 강직이 시작되기 전에 바른 자세를 취하여 준다(사후 강직은 사망 2~4시간 후부터 약 96시간 지속).</li> <li>• 튜브나 장치가 부착된 경우 간호사 등 의료인에게 제거해 줄 것을 의뢰</li> <li>• 베개를 이용하여 어깨와 머리를 올려 혈액 정체로 인한 얼굴색의 변화를 방지하고 입이 벌어지는 것 예방</li> <li>• 눈이 감기지 않을 경우 → 솜이나 거즈를 적서 양쪽 눈 위에 올려놓는다.</li> </ul>
-------------	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 의치를 그대로 돌지를 대상자의 가족에게 확인한다.</li> <li>• 엉덩이 밑에 패드를 대어주고, 깨끗한 시트로 덮어두되 대상자의 시트가 얼굴을 덮지 않도록 어깨까지 덮는다.</li> <li>• 가족들이 사적으로 대상자를 만날 수 있도록 한다.</li> <li>• 대상자의 소유물을 모아 두고 목록을 만든다.</li> </ul>
--	---

### 36. ③ (P228)

① 왼쪽 ②⑤ 오른쪽

사례 예방	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 가능하면 앉아서 상체를 약간 앞으로 숙이고 턱을 당기는 자세로 식사</li> <li>• 의자에 앉을 수 없는 대상자는 몸의 윗부분을 높게 해주고 턱을 당긴 자세</li> <li>• 배 부위와 가슴을 압박하지 않는 옷을 입힌다.</li> <li>• 국이나 물, 차 등으로 먼저 목을 축이고 음식을 먹게 한다.</li> <li>• 대상자가 충분히 삼킬 수 있을 정도의 적은 양을 입에 넣어준다.</li> <li>• 완전히 삼켰는지 확인한 다음에 음식을 입에 넣어준다.</li> <li>• 음식을 먹고 있는 도중에는 대상자에게 질문하지 않는다.</li> </ul>
-------	---


### 37. ② (P228)

식욕 증진	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 식사 전에 몸을 움직이거나 맑은 공기를 마신다.</li> <li>• 어떤 음식이 나왔는지 대상자에게 알려준다.</li> <li>• 식사 전에 청결한 환경을 조성한다.</li> <li>• 다양한 음식을 조금씩 준비하여 반찬의 색깔을 보기 좋게 담아낸다.</li> <li>• 식사 전 입안을 행군다.</li> </ul>
-------	---

### 38. ② (P234)

알약	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 약병에서 약 뚜껑에 따르고, 다시 손으로 옮긴다. (약병 → 뚜껑 → 손)</li> <li>• 손으로 만진 약은 약병에 다시 넣지 않는다.</li> <li>• 알약의 개수가 많은 경우에는 2~3번에 나누어 투약</li> <li>• 손을 떨거나 입안에 넣는 동작 중에 약을 잃어버릴 우려 시 직접 입안에 넣어준다.</li> <li>• 약을 삼키기 쉽게 해주고 위장관에서의 흡수가 잘되도록 충분히 물 제공</li> <li>• 손을 약병에 넣어서 약을 꺼내지 않는다.</li> </ul>
----	--

### 39. ⑤ (P236)

안약	 <ul style="list-style-type: none"> <li>• 약병 겉면의 대상자 이름과 약품 유효기간 확인</li> <li>• 대상자에게 투약절차 설명</li> <li>• 멸균수나 생리식염수에 적신 멸균 솜으로 눈 안쪽에서 바깥쪽으로 닦아준다.</li> <li>• 아랫눈꺼풀(하안검) 밑부분에 멸균솜이나 거즈를 댄다.</li> <li>• 대상자에게 천장을 보게 하고 대상자의 아랫눈꺼풀을 아래로 부드럽게 당겨서 결막낭 노출</li> <li>• 아랫눈꺼풀의 중앙이나 외측으로 1~2cm 높이에서 안약 용액 투여</li> <li>• 점적 후 비루관을 가볍게 눌러 안약이 코안으로 흘러내려 가는 것을 막아준다.</li> </ul>
----	--

### 40. ④ (P237)

방법	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 치료할 귀를 위쪽으로 하여 귀약 투여에 편안한 자세를 취한다.</li> <li>• 면봉에 용액을 묻혀 대상자 귓바퀴와 외이도를 깨끗하게 닦는다.</li> <li>• 손으로 약병을 따뜻하게 하거나 잠깐 약병을 온수에 담근다.</li> <li>• 귓바퀴를 후상방으로 잡아당겨 측면을 따라 정확한 방울 수 점적</li> </ul>
----	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 귀약이 너무 차거나 뜨거우면 내이를 자극하여 오심, 구토, 어지러움을 일으킬 수 있다.</li> <li>• 귀입구를 잠깐 부드럽게 눌러주고 약 5분간 누워 있도록 한다.</li> <li>• 작은 솜을 15~20분 동안 귀에 느슨하게 끼워 놓았다 제거한다.</li> </ul>
--	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 대상자가 원한 경우 손 가까이 화장지와 호출 벨을 두고 밖에서 기다린다.</li> <li>• 회음부와 둔부를 따뜻한 수건이나 물티슈로 앞에서 뒤로 잘 닦아준다.</li> <li>• 배설물에 특이사항이 있는 경우 → 시설장이나 간호사 등에게 보고</li> </ul>
--	--

#### 41. ③ (P245, 322)

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.

#### 42. ② (P246)

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.

기본 원칙	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 대상자가 변의를 호소할 때 즉시 배설할 수 있도록 도와준다.</li> <li>• 프라이버시 보호를 위해 배변 시 불필요한 노출을 방지한다.</li> <li>• 배변, 배뇨훈련에 적극적으로 참여하도록 격려한다.</li> </ul>
돕는 방법	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 변기는 따뜻한 물로 데워서 침대 옆이나 의자 위에 놓는다(피부와 근육이 수축하여 요의나 변의가 감소될 수 있기 때문).</li> <li>• 배설시 소리가 나는 것을 방지하기 위해 → ① 변기 밑에 화장지를 깔고, ② TV를 켜거나, ③ 음악을 틀어놓는다.</li> <li>• 침대를 올려주어 대상자가 배에 힘을 주기 쉬운 자세로 취해준다.</li> </ul>

#### 43. ④ (P248)

① 화장실 밖에서 기다릴 때 요양보호사는 중간중간 대상자에게 말을 걸어 상태를 살핀다. ② 안전을 위해 변기 밑에 미끄럼방지매트를 깔아주어, 대상자가 변기에 앉을 때 흔들리지 않게 한다. ③ 대상자의 다리를 내려 두 발이 바닥에 닿게 한다. 다리가 바닥에 닿지 않으면 불안정하여 넘어질 수 있다. ⑤ 배설 시 소리가 나는 것에 부담을 느끼지 않도록 변기 밑에 화장지를 깔고 텔레비전을 켜거나 음악을 틀어놓아 심리적으로 안정된 상태에서 용변을 보게 한다.

기본 원칙	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 변의를 호소할 때 즉시 배설할 수 있게 돕는다.</li> <li>• 대상자가 스스로 배설할 수 있도록 한다.</li> <li>• 배설이 어려울 때는 미지근한 물을 향문이나 요도에 끼얹어 변의 자극 → 향문 괄약근 이완을 위해</li> </ul>
돕는 방법	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 이동변기는 서거나 앉는 것은 가능하나 화장실까지 걷기는 어려운 대상자의 배설을 도울 때 사용한다.</li> <li>• 침대 높이와 이동변기의 높이가 같도록 맞춘다.</li> <li>• 안전을 위해 변기 밑에 미끄럼방지 매트를 깔아준다.</li> <li>• 대상자의 다리를 내려 두 발이 바닥에 닿게 한다.</li> <li>• 편마비의 경우 이동변기는 건강한 쪽으로 침체난간에 빈틈없이 또는 30~45° 비스듬히 붙인다.</li> </ul>



#### 44. ② (P249)

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 옷을 허리까지 올리고 바지를 내린다.

기본 원칙	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 사용대상자 → ① 대소변을 전혀 가리지 못하는 경우, ② 배설 욕구를 느끼지 못하는 경우, ③ 치매 등으로 실금이 빈번해서 부득이한 경우에만 사용</li> <li>• 장기적 기저귀 사용 시 → 피부가 붉어지는지, 상처, 통증 등을 살펴보고 욕창 예방 조치</li> <li>• 기저귀를 사용했더라도 약간의 도움으로 이동할 수 있으면 이동변기를, 허리를 들어 올릴 수 있다면 침상용 변기사용 시도</li> </ul>
돕는 방법	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 기저귀를 쓰게 되면 대상자가 기저귀에 의존하게 되어 스스로 배설하던 습관이 사라지고 치매 증상 및 와상 상태가 더욱 심해질 수 있다.</li> <li>• 허리를 들 수 있는 대상자 → 무릎을 세우고 똑바로 누운 상태에서 허리를 들도록 하여 교환</li> <li>• 허리를 들 수 없거나 협조 불가능 대상자 → 옆으로 돌려 눕혀 교환</li> <li>• 배설물이 보이지 않도록 기저귀의 바깥 면(깨끗한 부분)이 보이도록 말아 넣는다.</li> <li>• 둔부 주변부터 꼬리뼈 부분까지 피부의 발적, 상처 등을 세심하게 살핀다.</li> </ul>
×	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 항문부위, 회음부를 마른수건으로 닦아낸다. → 따뜻한 물티슈</li> </ul>

#### 45. ② (P252)

① 소변이 도뇨관 밖으로 새는 경우에는 시설장이나 간호사에게 보고한다. ③ 금기 사항이 없는 한 수분섭취를 권장한다. ④ 유치도뇨관을 삽입하고 있어도 침대에서 자유로

이 움직일 수 있으며 보행도 할 수 있음을 대상자에게 알려준다. ⑤ 시설장이나 간호사에게 보고한다.

기본 원칙	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 소변주머니를 방광(아랫배)보다 낮게 → 소변주머니가 높으면 역류성 감염원인</li> <li>• 소변량과 색깔을 매 2~3시간마다 확인</li> </ul>
돕는 방법	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 유치도뇨관을 삽입하고 있어도 침대나 보행 시 자유로이 움직일 수 있음을 알린다.</li> <li>• 금기 사항이 없는 한 수분섭취 권장</li> <li>• 유치도뇨관을 강제로 빼면 요도점막에 손상을 입힐 수 있다.</li> <li>• 유치도뇨관이 막히거나 꼬여서 소변이 제대로 배출되지 않은 경우 → 방광에 소변이 차서 아랫배가 불편하고 아플 수 있다.</li> <li>• 요양보호사는 유치도뇨관의 교환 또는 삽입, 방광 세척 등은 절대로 하지 않는다.</li> <li>• 지시가 있을 경우 수분 섭취량과 배설량을 확인하고 기록</li> <li>• 소변 색이 이상하거나 탁해진 경우, 소변량이 적어진 경우, 소변이 도뇨관 밖으로 새는 경우 시설장이나 관리책임자에게 보고</li> </ul>
×	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 유치도뇨관 사용 시 보행할 수 없음을 대상자에게 미리 알린다.</li> <li>• 특별한 지시가 없는 한 수분섭취를 제한한다.</li> <li>• 요도관이 빠지면 신속하게 끼워 넣는다.</li> </ul>

#### 46. ⑤ (P260)

기본 원칙	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 공복, 식후는 피하고 추울 때는 비교적 덜 추운 낮 시간대에 감는다.</li> <li>• 머리를 감기 전에 대소변을 보게 한다.</li> <li>• 모든 절차에 대해 미리 설명하여 편안하게 해준다.</li> </ul>
-------	--

돕는 방법	통목욕시 머리 감기기	<ul style="list-style-type: none"> <li>귀에 물이 들어가지 않도록 귀막이 솜으로 양쪽 귀를 막는다.</li> <li>머리와 두피를 손톱이 아닌 손가락 끝으로 마사지한다.</li> <li>마른 수건으로 물기를 제거한 후 헤어드라이어로 머리를 말린다.</li> </ul>
	침대에서 머리 감기기	<ul style="list-style-type: none"> <li>문과 창문을 닫고 실내온도를 따뜻하게 유지한다.</li> <li>베개를 치우고 방수포를 어깨 밑까지 깐다.</li> <li>어깨 아래 수건을 놓아 어깨 아래에서 가슴 위까지 감싼다.</li> <li>뒷머리는 머리를 목 좌우로 돌리면서 행군다.</li> <li>양쪽 귀에서 귀막이 솜을 꺼내고 면봉을 이용하여 양쪽 귀 물기제거</li> </ul>
	머리 손질하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>머리카락이 엉켰을 경우 → 물을 적신 후에 손질</li> </ul>

#### 47. ③ (P261)

두발 전용 세정제 사용 방법	<ul style="list-style-type: none"> <li>물을 사용하기 어려운 상황이거나 신체적으로 힘든 상황일 때</li> <li>모발에 내용물이 충분히 적셔지도록 바른 후 거품이 나도록 머리 마사지</li> <li>마른 수건으로 충분히 닦아 말려 준다.</li> </ul>
-----------------	---

#### 48. ② (P262)

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.

돕는 방법	<ul style="list-style-type: none"> <li>건조하여 각질이 생기기 쉬우므로 오일이나 로션 사용</li> <li>손톱은 둥글게, 발톱은 일자로 자른다.</li> <li>따뜻한 물을 대야에 담은 후 손발을 10~15분간 담근 이유 → 혈액순환을 촉진하고, 이물질 쉽게 제거</li> <li>손톱이나 발톱이 살 안쪽으로 심하게 파고들었거나 염증이나 피부 감염 등의 이상 있을 경우 → 시설장, 관리책임자에게 보고</li> </ul>
-------	---

#### 49. ③ (P272)

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

침상 목욕	<ul style="list-style-type: none"> <li>눈 주변에는 비누를 사용하지 않는다.</li> <li>눈 → 코 → 뺨 → 입 주위 → 이마 → 귀 → 목의 순서로 닦는다.</li> <li>양쪽 상지는 손목 쪽에서 팔 쪽으로 닦는다.</li> <li>양쪽 하지는 발끝에서 허벅지 쪽으로 닦는다.</li> <li>유방은 원을 그리듯이 닦는다.</li> <li>복부는 배꼽 중심으로 시계방향으로 닦는다(장운동을 활발하게 하여 배변 도움).</li> <li>목 뒤에서 둔부까지 닦는다.</li> <li>목욕을 마친 다음에는 물을 마시게 하고 휴식을 취하게 한다.</li> </ul>
-------	--

#### 50. ② (P279)

입히기	편마비	<ul style="list-style-type: none"> <li>마비된 쪽 → 머리 → 건강한 쪽</li> </ul>
	수액이 있을 때	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 마비된 쪽 팔을 깐다.</li> <li>② 대상자를 건강한 쪽으로 돌아눕게 하고 등 뒤쪽에 펼쳐져 있는 상의의 소매 부분을 계단식으로 접어놓는다.</li> <li>③ 바로누운 자세에서 수액을 건강한 쪽 소매 안에서 밖으로 빼서 건다.</li> <li>④ 건강한 쪽 팔을 끼우고 단추를 잠근다.</li> </ul>

벗 기 기	편마비	• 건강한 쪽 → 머리 → 마비된 쪽
	수액이 있을 때	① 건강한 쪽팔(수액을 맞고 있는 팔)을 먼저 벗긴다. ② 수액을 빼서 건강한 쪽 팔 소매의 밖에서 안으로 뺀다. ③ 수액을 건다. ④ 마비된 쪽 팔을 벗긴다.

### 51. ② (P289)


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

### 52. ② (P296)

바닥 ↓ 휠체어	① 대상자 가까이에서 휠체어를 가져와 잠금장치를 잠근다. ② 대상자는 바닥에 무릎을 대고 한 손으로 휠체어를 잡게 한다. ③ 무릎을 꿇고 엉덩이를 들어 허리를 편다. ④ 대상자 뒤에서 허리와 어깨를 지지한다. ⑤ 건강한 쪽 무릎을 세워 천천히 일어나도록 하여 휠체어에 앉힌다.
	① 대상자의 마비측 옆에서 어깨와 몸통을 지지해 준다. ② 건강한 손으로 바닥을 짚고 건강한 다리에 힘을 주어 바닥에 내려앉는다.

### 53. ③ (P297)

휠체어 ↓ 침대	① 휠체어는 침대에 평행하게 붙여 놓고 잠금장치를 잠근다. ② 키 크고 힘센 사람이 대상자 뒤쪽, 다른 사람은 대상자 다리 바깥쪽에 선다. ③ 대상자의 팔을 굽혀 마주 잡게 한다. ④ 뒤쪽에 선 사람은 대상자의 양쪽 겨드랑이 아래로 팔을 넣어 대상자의 팔을 안쪽에서 바깥쪽으로 잡는다.
----------------	--

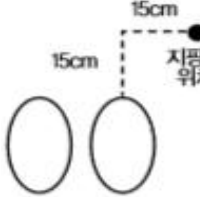
침대 ↓ 침대	⑤ 다리 쪽 사람은 대상자의 종아리 아래와 넓다리 밑에 넣고 안정된 자세를 취한다. ⑥ 하나, 둘, 셋 구령과 함께 들어올린다. ※ 겨드랑이와 팔 / 넓다리와 종아리
	 ① 대상자의 두 팔을 가슴에 모아 준다. ② 대상자의 두 다리를 모으고 무릎을 세운다. ③ 한 사람은 대상자 어깨와 허리 아래에 넣고 지지 ④ 다른 사람은 대상자 허리 아래와 두 무릎 밑을 지지 ※ 어깨와 허리 아래 / 허리 아래와 무릎 밑

### 54. ④ (P300)

① 불편한 쪽(왼쪽)에 서서 지지 ② 허리 부분(벨트 부분)에 맞춰 벨트를 묶는다. ③ 건강한 손(오른손) ⑤ 직립 자세를 유지하며 걷는 것이다.

선 자세에서 균형잡기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 의자나 손잡이 등을 한 손으로 잡고 약 3분간 서 있을 수 있도록 연습시킨다.</li> <li>• 서 있는 동작이 가능하면 전후좌우로 체중을 이동하거나 제자리걸음 연습</li> <li>• 요양보호사는 대상자의 불편한 쪽의 몸 지지</li> </ul>
보행벨트 사용하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 대상자를 이동시킬 때 또는 보행시킬 때 사용하는 보조도구</li> <li>• 대상자의 허리 부분(벨트부분)에 맞춰 벨트를 묶는다.</li> <li>• 요양보호사는 대상자의 불편한 쪽 뒤에 서서 벨트 손잡이를 잡고 다른 손은 반대편 벨트 손잡이를 잡는다.</li> </ul>

55. ④ (P302)

길이 결정 방법	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 지팡이를 한 걸음 앞에 놓았을 때 팔꿈치가 약 30° 구부러지는 정도</li> <li>• 지팡이의 손잡이가 대상자의 둔부 높이</li> <li>• 평소 신는 신발 신고 똑바로 섰을 때 손목 높이</li> </ul>	
지팡이 보행 방법	 <ul style="list-style-type: none"> <li>• 지팡이의 고무 받침이 닳지 않았는지 확인</li> <li>• 대상자의 건강한 쪽 손으로 지팡이를 잡고 선다.</li> <li>• 대상자의 발끝 앞 15cm, 옆 15cm 지점에 지팡이 끝을 놓는다.</li> </ul>	
보행 돕기	옆에서 보조	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 지팡이를 쥐지 않은 옆쪽에 위치</li> <li>• 겨드랑이에 손을 넣어 대상자가 넘어지지 않도록 잡는다.</li> </ul>
	뒤에서 보조	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 대상자의 뒤쪽에 위치</li> <li>• 대상자의 허리부위와 어깨부위 지지</li> </ul>

56. ③ (P326)

① 편안한 자세로 목욕할 수 있도록 등받이 각도가 조절되어야 한다. ② 높낮이가 자동으로 조정되어야 한다. ④ 물속에서 사용되므로 녹이 슬지 않는 재질이어야 한다. ⑤ 감전예방을 위해 충전용 배터리만 목욕리프트의 전원으로 사용해야 한다.

57. ① (P327)

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

58. ① (P334)

화재 예방	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 콘센트 하나에 여러 개의 전열기구 플러그를 꽂지 않는다.</li> <li>• 음식을 조리하는 중에는 가급적 주방을 떠나지 않는다.</li> <li>• 난로 곁에는 불이 붙는 물건을 치우고 세탁물 등을 널어놓지 않는다.</li> <li>• 소화기가 비치된 장소를 알아 두고 사용법을 익힌다.</li> </ul>
대처 방법 및 대피 요령	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 대피가 어려운 경우 경량칸막이를 부수고 이웃집으로 대피</li> <li>• 옷에 불이 붙으면 얼굴을 가리고 바닥에 뒹굴며 불을 끈다.</li> <li>• 계단을 이용해 이동한다(엘리베이터 사용 금지).</li> <li>• 아래층으로 대피할 수 없는 경우 옥상으로 대피한다.</li> <li>• 낮은 자세로 수건 등으로 몸과 얼굴을 감싸고 이동한다.</li> <li>• 방문을 열기 전에 손잡이가 뜨거운지 확인한 후 만진다.</li> <li>• 바람이 불어오는 쪽에서 구조를 기다린다.</li> <li>• 연기가 방 안에 들어오지 못하도록 문틈을 물에 적신 옷이나 이불로 막는다.</li> <li>• 연기가 많은 경우 기어서 이동하되 배는 바닥에 닿지 않게 한다.</li> </ul>

59. ③ (P337)

지진	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 가스 · 전기 · 수도를 차단하는 방법을 미리 익혀 둔다.</li> <li>• 크고 견고한 구조물의 아래 또는 옆으로 피난하여 몸을 웅크린다.</li> <li>• 흔들리는 동안은 탁자 아래로 들어가 몸을 보호하고, 탁자 다리를 꼭 잡는다.</li> <li>• 건물 밖으로 나갈 때는 계단 이용(엘리베이터 사용 금지)</li> <li>• 건물 밖에서는 가방이나 손으로 머리를 보호하며 건물과 거리를 두고 대피</li> <li>• 운동장이나 공원 등 넓은 공간으로 대피</li> </ul>
----	--

60. ④ (P377)

① 수세미는 스펀지형보다 그물형이 위생적이다. ② 유리그릇은 뜨거운 상태에서 찬물에 담그면 깨질 위험이 있으므로 주의한다. ③ 씻은 식기는 행주로 닦지 말고 물기가 건조되도록 어긋나게 얹어 놓는다. ⑤ 기름기가 적고 음식물이 덜 묻은 그릇부터 설거지한다.

61. ④ (P385)

[건조표시]

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

62. ③ (P388)

대행 전	• 가능여부를 먼저 확인하고, 준비해야 할 정보나 자료, 경비 점검 • 대상자에게 충분한 정보를 제공하고, 필요한 사항에 대한 협조요구
대행 중	• 업무 대행이 원활하게 이루어지고 있음을 수시 확인시켜 신뢰감 형성 • 대상자의 요구가 있으면 대상자와 업무 담당자 연계 • 요양보호사는 자신의 사적인 업무를 병행하지 않도록 주의
대행 후	• 진행과정 및 처리결과를 알기 쉽게 전달 • 처리결과가 만족스러운지 확인 • 불만족하여 재요청시는 충분히 상의하여 진행

63. ⑤ (P401)

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

64. ④ (P409)

65. ② (P411)

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

66. ⑤ (P411)

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

67. ② (P413)

주의력 결핍 장애	= 주의가 산만하고 활동량이 많으며, 충동성과 학습장애를 보이는 정신적 증후군
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 대상자와 눈을 맞춘다.</li> <li>• 명확하고 간단하게 단계적으로 제시</li> <li>• 구체적이고 익숙한 사물에 대하여 대화</li> <li>• 목표를 인식하고 단순한 활동을 먼저 제시</li> <li>• 주변 사람들에게 주의력결핍장애에 대한 이해를 구한다.</li> <li>• 주의력에 영향을 주는 환경적 자극을 최대한 줄인다.</li> <li>• 메시지를 천천히, 조용히 반복한다.</li> </ul>

68. ③ (P443)

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.

69. ① (P456)

반복 질문이나 반복 행동에 대한 관심을 다른 곳으로 돌린다.

70. ④ (P457)

기본 원칙	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 화를 내거나 대립하지 않는다.</li> <li>☞ 치매 대상자가 식사했음에도 밥을 달라고 하는 경우 → “지금 준비하고 있으니깐 조금만 기다리세요.”라고 얘기한다.</li> </ul>
돕는 방법	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 그릇의 크기를 조절하여 식사량을 조절한다.</li> <li>• 치매 대상자가 좋아하는 대체식품을 이용한다.</li> <li>• 손으로 집어 먹을 수 있는 식사를 만들어 준다.</li> </ul>

- 위험한 물건을 빼앗기지 않으려고 하는 경우 → 치매 대상자가 좋아하는 다른 간식과 교환한다.
- 금방 식사한 것을 알 수 있도록, 먹고 난 식기를 그대로 두거나 매식사 후 달력에 표시하게 한다.

71. ④ (P459)

[수면장애]

기본 원칙	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 하루 일과 안에 휴식시간과 가능하면 집 밖에서의 운동 포함</li> <li>• 수면에 좋은 환경을 만든다.</li> <li>• 혈관성 치매에 걸리면, 뇌순환 장애로 인해 수면각성 리듬이 깨져 수면장애 자주 발생</li> </ul>
돕는 방법	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 산책과 같은 야외활동을 통해 신선한 공기를 접하면서 운동하도록 돕는다.</li> <li>• 밤낮이 바뀌어 낮에 꾸벅꾸벅 조는 경우 → 말을 걸어 자극을 준다.</li> <li>• 소음을 최대한 없애고 적정 실내온도 유지</li> <li>• 잠에서 깨어나 외출하려고 하면 요양보호사가 함께 동행한다.</li> </ul>

72. ③ (P460)

① 집 안에서 배회하는 경우 배회코스를 만들어 둔다. ② 낮시간에 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.

기본 원칙	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 신체적 손상을 방지하기 위해 안전한 환경 제공</li> <li>• 규칙적으로 시간과 장소를 알려주어 현실감 유지</li> <li>• 치매 대상자가 활기차게 활동하며 바쁘게 생활하게 한다.</li> <li>• 안전한 환경을 조성하며 소음 차단</li> </ul>
----------	--

돕는 방법	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 치매 대상자의 신체적 욕구를 우선적으로 해결</li> <li>• 단순한 일거리를 주어 배회 증상을 줄인다.</li> <li>• 집안에서 배회하는 경우 배회코스를 만들어 둔다.</li> <li>• TV나 라디오를 크게 틀지 않으며 집안을 어둡게 하지 않는다.</li> <li>• 낮 시간에 단순한 일거리를 주어 에너지 소모를 하도록 한다.</li> <li>• 관심을 다른 곳으로 돌림으로써 정서 불안에 의한 배회를 줄여준다.</li> <li>• 가족들과 다과 등을 함께 하는 시간을 갖는다.</li> </ul>
	<p>×</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 복잡한 일거리를 제공한다.</li> <li>• 낮잠을 충분히 자게 한다.</li> <li>• 정신적 욕구를 우선적으로 처리한다.</li> </ul>

73. ④ (P461)

치매 대상자가 보고 들은 것에 대해 아니라고 부정하거나 다투지 않는다.

74. ⑤ (P464)

특징	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 해질녘이 되면 더욱 혼란해지고 불안정하게 의심 및 우울 증상을 보이는 것</li> </ul>
기본 원칙	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 해질녘에는 요양보호사가 충분한 시간을 가지고 치매 대상자와 함께 있다.</li> <li>• 좋아하는 소일거리를 주거나 애완동물과 함께 즐거운 시간을 갖게 한다.</li> <li>• 낮 동안 움직이거나 활동하게 한다.</li> </ul>
돕는 방법	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 대상자를 밖으로 데려가 산책을 한다.</li> <li>• TV를 켜놓거나 밝은 조명이 도움</li> </ul>

75. ④ (P464)

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

76. ① (P465)

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

77. ① (P517)

경련 돕는 방법	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 머리 아래에 부드러운 것을 대주고 위험한 물건을 치운다.</li> <li>• 몸에 딱 끼는 옷의 단추나 넥타이를 풀고, 편하게 호흡하게 한다.</li> <li>• 구토 등으로 숨을 쉴 수 없을 경우 → 대상자의 얼굴을 옆으로 돌리거나 돌려 눕혀 기도를 유지한다.</li> <li>• 입에 이물질을 넣어서는 안 된다(이물질은 혀나 입안에 상처를 내거나 호흡곤란을 일으킬 수 있기 때문).</li> <li>• 대상자를 꼭 붙잡거나 억지로 멈추게 하려고 하지 말고 기다린다.</li> <li>• 질환이 없던 대상자가 경련을 일으키거나 5분 이상 지속 시, 119 및 시설장 보고</li> </ul>
----------	--

78. ③ (P520)

돕는 방법	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 통증이 없어질 때까지 15분 이상 찬물(5~12℃)에 담가 화상면 확대와 염증을 억제하고 통증을 줄여 준다.</li> <li>• 흐르는 수돗물을 환부에 직접 대면 물의 압력으로 화상 입은 피부 손상 우려</li> </ul>
-------	---

- 화상 부위를 깨끗한 물수건으로 감싸 세균의 감염을 예방한다.
- 벗기기 힘든 의복은 벗기지 말고 잘라낸다.
- 반지, 팔찌, 귀고리와 같은 장신구는 최대한 빨리 벗긴다.
- 손상 부위를 만지지 말고, 어떠한 물질도 터뜨리면 안 된다.

79. ① (P527)

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

80. ⑤ (P535)

충전이 완료되어 다시 모두 물러나라는 신호가 나오면, 모두 물러나게 하고, 쇼크 버튼을 누른다.