居家芳香疗愈与照护
新技能培训项目技术要求

一、理论知识及操作技能要求

1.理论知识要求（课时：不少于22标准学时）

1.1　行业基石与职业素养

1.1.1　居家芳香健康照护服务业发展趋势与职业前景

1.1.2　芳香疗法基础理论（发展史、原理、行业伦理）

1.1.3　居家芳香健康照护职业素养与工作边界

1.1.4　法律法规与风险防范

1.2　芳香科学基础

1.2.1　30 种核心精油深度解析（特性、功效、禁忌）

1.2.2　基础油与纯露的认识与应用

1.2.3　精油调配科学：浓度计算、配方设计原则

1.2.4　精油化学基础与药理学入门（以作用机制为主）

1.3 核心应用技术

1.3.1　香薰扩香法：不同场景、不同人群的扩香规范

1.3.2　芳香抚触按摩：头、肩、手、背、足部等部位的专业手法

1.3.3　芳香护理实操：敷包、泡浴、喷雾、湿敷等技法

1.3.4　芳香小物手作：扩香石、闻香棒、香包等 DIY 制作

1.3.5　SOAP 记录法与个案评估：学会规范化服务记录与方案设计

1.4　重点人群照护

1.4.1 老年人（含失能老人）芳香照护

1.4.1.1　老年人生理、心理特点与照护要点

1.4.1.2　常见老年健康问题芳香调理：

1.4.1.3　高血压管理：薰衣草、依兰依兰等精油的放松降压配方

1.4.1.4　关节疼痛缓解：薄荷、生姜、天竺葵等消炎止痛配方

1.4.1.5　睡眠障碍改善：薰衣草、雪松、罗马洋甘菊等助眠配方

1.4.1.6　便秘、皮肤瘙痒等常见问题处理

1.4.1.7　失能老人芳香照护规范

1.4.1.8　床上芳香抚触的操作要点与体位管理

1.4.1.9　压疮预防的芳香护理辅助

1.4.1.10　被动运动中的精油应用

1.4.1.11　安宁疗护与终末期症状控制：缓解疼痛、焦虑及恶心呕吐

1.4.1.12　照护者自我关怀：芳香疗法缓解职业倦怠

1.4.2 阿尔兹海默症（失智症）芳香照护

1.4.2.1　失智症的基础知识与照护挑战

1.4.2.2　芳香疗法的辅助作用机制

1.4.2.3　嗅觉与记忆的神经通路（普鲁斯特效应）

1.4.2.4　科学依据：芳香疗法在认知障碍中可改善记忆、情绪及睡眠障碍

1.4.2.5　临床实证 85 岁患者经芳香疗法配合药物，一年后认知评分从 10 分提升至 16 分

1.4.2.6　失智症精神行为症状的芳香干预

1.4.2.7　日落综合症管理

1.4.2.8　情绪躁动与攻击行为：薰衣草、罗马洋甘菊的安抚应用

1.4.2.9　抑郁情绪的芳香调理：佛手柑、甜橙等提振情绪精油

1.4.2.10　情感陪伴与沟通技巧：如何用香气建立非语言的情感连接

1.4.2.11　照护者压力管理：为家属和护工提供芳香支持

1.4.3 儿童居家芳香照护

1.4.3.1　儿童生理特点与精油代谢差异

1.4.3.2　安全红线与浓度标准

1.4.3.3　0-3 个月：通常不建议使用精油，或仅使用极低浓度纯露

1.4.3.4　3 个月-3 岁：0.5%-1%（10ml 基础油+1 滴精油）

1.4.3.5　3-6 岁：1%-2%，6 岁以上可逐步接近成人但仍需谨慎

1.4.3.6　常见儿童健康问题的温和护理

1.4.3.7　感冒鼻塞与呼吸道护理：薰衣草、罗马洋甘菊、雪松的嗅吸与温湿敷法

1.4.3.8　消化不适：罗马洋甘菊、甜橙的腹部安抚按摩

1.4.3.9　睡眠安抚：薰衣草、罗马洋甘菊的睡前扩香与抚触

1.4.3.10　蚊虫叮咬与皮肤小问题：薰衣草极少量点涂（仅限 2 岁以上）

1.4.3.11　特殊儿童（如自闭症、多动症）的辅助康复应用

1.4.3.12　儿童用油的严格禁忌清单

2.操作技能要求（课时：不少于10标准学时）

2.1　场景化应用与实习

2.1.1　居家服务场景模拟演练：上户实操流程与客户沟通

2.1.2　养老机构场景：与医护团队协作的规范

2.1.3　社区健康服务：科普宣讲与活动组织

2.1.4　真实个案服务与报告撰写

2.1.5　职业发展指导：就业方向、创业路径、行业资源对接

二、师资配置要求

1、理论教师基本要求

(1)人数要求：　1 人

(2)学历要求：　大专及以上学历

(3)从业经历：具有 5 年以上相关工作经验，持有养老、家政、康复、医护等专业高级职业技能等级证书或中级职称；

2、操作指导教师基本要求

(1)人数要求：1 人

(2)学历要求：大专及以上学历

(3)从业经历：具有 5 年以上相关工作经验，持有养老、家政、康复、医护等专业高级职业技能等级证书或中级职称；

3、其他要求：

在同时满足理论和操作指导教师要求的情况下，理论教师和操作指导教师可以兼用。

三、软硬件配置要求

1、理论教室要求

配置面积 50 平方米及以上的标准教室(可容纳 30 人),座位数应该满足每人一位；有完备的照明条件；有完好的空调设备；有相应的多媒体电教设备；教学场地及周边环境要安静、卫生、 无污染源、室内空气流通，有符合消防要求的设施与通道。

2、操作场地要求

有完备的照明条件；有完好的空调设备；教学场地及周边环境要安静、卫生、 无污染源、室内空气流通。

3、工具与材料：不少于 30 种常用单方精油、基础油、多种基础油（植物油）