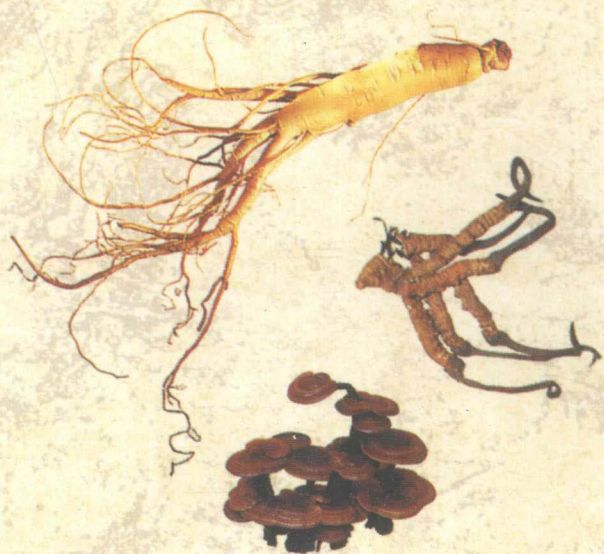


老年病

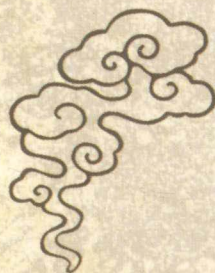
王颖 主编

LaoNianBing
DEZHONGXIYIHULI

的 中 西 医 护 理



全书包含了从基础理论到临床实践的内容，详细介绍了老年医学领域常见病、多发病的诊疗及护理知识，全书内容新颖，知识系统，具有简明、易懂、通俗、实用的特点。



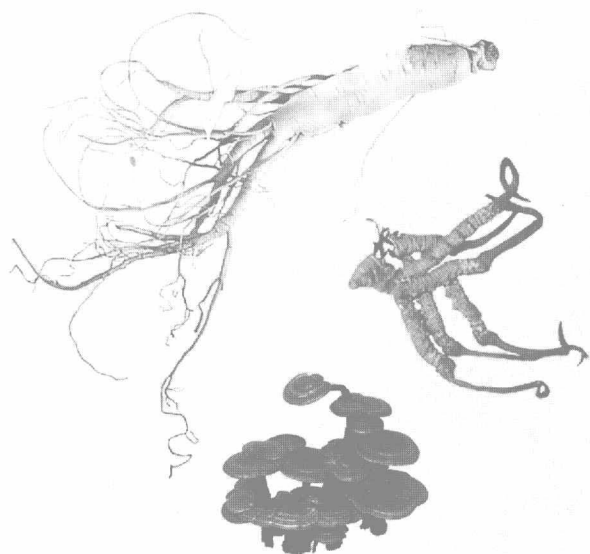
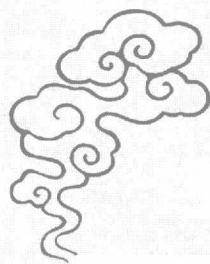
甘肃科学技术出版社

老年病

王颖 主编

LaoNianBing
DEZHONGXIYIHULI

的 中 西 医 护 理



全书包含了从基础理论到临床实践的内容，详细介绍了老年医学领域常见病、多发病的诊疗及护理知识，全书内容新颖，知识系统，具有简明、易懂、通俗、实用的特点。



甘肃科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

老年病的中西医护理 / 王颖主编 -- 兰州 : 甘肃科学技术出版社, 2011.4

ISBN 978-7-5424-1462-5

I. ①老… II. ①王… III. ①老年病 - 中西医结合 - 护理 IV. ①R473

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第051352号

责任编辑 韩 波 (0931-8773230 gskjhb@126.com)

封面设计 石 璞

出版发行 甘肃科学技术出版社 (兰州市读者大道568号 0931-8773237)

印 刷 甘肃新新包装彩印有限公司

开 本 787mm×1092mm 1/16

印 张 48

插 页 1

字 数 1051千

版 次 2011年8月第1版 2011年8月第1次印刷

印 数 1~1000

书 号 ISBN 978-7-5424-1462-5

定 价 98.00元

编委会名单

主 编:王 颖(甘肃省中医院)

副主编:万迎霞(甘肃省中医院)

编 委:

范东英(甘肃省中医院)

付金钰(甘肃省中医院)

杨玉翠(甘肃省中医院)

马晓莹(甘肃省中医院)

魏立莉(甘肃省中医院)

张翠荣(甘肃省中医院)

王 莉(兰州石化总医院)

姜孝媛(兰州石化总医院)

前 言

进入 21 世纪,随着社会的进步和经济的发展,人们生活水平不断提高,人类平均寿命普遍延长,人口老龄化已成为全球关注的重大公共卫生问题和社会问题。当前,我国已进入快速老龄化阶段,面临着人口老龄化和人口总量过多的双重压力,而保障体系不健全,社会养老机构不足,加之老年护理起步晚,技能型老年护理专门人才严重匮乏等问题就突显了出来。而护理专业发展与国内老龄化社会的需求,与国际上的发达国家和地区水平相比还存在较大的差距。

本书在编写过程中力求符合老年护理教育,培养实用性人才的目标,结合国内外老年护理教育理念,以老年生命周期健康管理为主线,以护理程序为框架,以满足老年人的健康需求、解决老年人常见健康问题为重点,以弘扬尊老、敬老、助老的传统美德为导向,以维持老年人的最佳健康状态、提高生命质量,达到健康老龄化为目标,再加上传统中医学在社区家居护理和老年护理方面的优势,为培养具有中国特色的老年康复护理人才,提供了理论与技术保障。本书共分为三篇(二十章),内容包括:老年护理学的范围与特点、老年人的生理病理特点、老年人的心理护理、老年病的基础护理、各系统疾病的中医西医结合护理、老年病的急救护理、老年人的安全护理老年人的中医康复与保健(保健与养生)等。

由于编写时间有限,且编者的能力和水平有限,难免存在错误和疏漏,恳请专家、同行、读者斧正。

编 者

2011 年 6 月

目 录

第一篇 总 论

第一章 老年护理学的范围与特点	(3)
第一节 人的寿命及影响因素	(3)
第二节 老年人与人口老龄化进程	(5)
第三节 老年护理学概述	(8)
第四节 国外老年护理的进展	(11)
第五节 我国老年护理的进展	(12)
第六节 老年护理的目标与原则	(13)
第七节 老年人的中医保健	(15)
第二章 老年人的生理病理特点	(21)
第一节 老年人的生理特点	(21)
第二节 老年人的病理特点	(23)
第三节 老年病的诊治原则	(26)
第三章 老年病的心理护理	(29)
第一节 老年人的心理特点	(29)
第二节 老年人心理变化的影响因素	(31)

第三节 老年人心理发展的主要矛盾	(32)
第四章 老年病的基础护理	(34)

第二篇 各系统疾病的中医西医护理

第五章 呼吸系统疾病的中医西医护理	(39)
第一节 呼吸系统器官功能及衰老改变	(39)
第二节 上呼吸道感染患者的中医西医护理	(40)
第三节 慢性支气管炎患者的中医西医护理	(45)
第四节 肺气肿患者的中医西医护理	(53)
第五节 支气管扩张患者的中医西医护理	(60)
第六节 支气管哮喘患者的中医西医护理	(66)
第七节 老年肺炎患者的中医西医护理	(78)
第八节 肺源性心脏病患者的中医西医护理	(86)
第九节 呼吸衰竭患者的中医西医护理	(95)
第十节 肺栓塞患者的中医西医护理	(104)
第十一节 胸腔积液患者的中医西医护理	(112)
第十二节 胸膜炎患者的中医西医护理	(120)
第十三节 自发性气胸患者的中医西医护理	(128)
第十四节 老年肺结核患者的中医西医护理	(137)
第十五节 肺癌患者的中医西医护理	(146)
第十六节 睡眠呼吸暂停综合征患者的中医西医护理	(159)

第十七节 纤维支气管镜检查患者的中西医护理	(168)
第六章 消化系统疾病中西医护理	(174)
第一节 消化系统器官功能及衰老改变	(174)
第二节 慢性胃炎患者的中西医护理	(176)
第三节 消化道溃疡患者的中西医护理	(186)
第四节 上消化道出血患者的中西医护理	(204)
第五节 胃癌患者的中西医护理	(213)
第六节 胆囊炎与胆石症患者的中西医护理	(228)
第七节 病毒性肝炎患者的中西医护理	(236)
第八节 原发性肝癌患者的中西医护理	(257)
第九节 肝硬化患者的中西医护理	(267)
第十节 肝性脑病患者的中西医护理	(278)
第十一节 肠结核患者的中西医护理	(286)
第十二节 溃疡性结肠炎患者的中西医护理	(296)
第十三节 结核性腹膜炎患者的中西医护理	(307)
第十四节 行电子胃镜检查术患者的中西医护理	(314)
第七章 循环系统疾病的中西医护理	(318)
第一节 循环系统器官功能和衰老表现	(320)
第二节 冠状动脉粥样硬化性心脏病患者的中西医护理	(324)
第三节 高血压患者的中西医护理	(334)
第四节 心律失常患者的中西医护理	(344)
第五节 心包炎患者的中西医护理	(359)
第六节 心力衰竭患者的中西医护理	(369)

第七节 急性心肌梗死患者的中西医护理	(381)
第八节 心绞痛患者的中西医护理	(388)
第九节 心血管病介入性诊治患者的中西医护理	(399)
第十节 冠状动脉造影及支架植入术患者的中西医护理	(402)
第十一节 人工心脏起搏器安置术患者的中西医护理	(406)
第八章 血液系统疾病的中西医护理	(409)
第一节 老年人血液和造血系统器官功能及衰老改变	(410)
第二节 缺铁性贫血患者的中西医护理	(411)
第三节 静脉血栓症患者的中西医护理	(418)
第四节 白细胞减少症患者的中西医护理	(424)
第九章 泌尿生殖系统疾病的中西医护理	(432)
第一节 泌尿生殖系统器官功能及衰老改变	(432)
第二节 慢性肾衰竭患者的中西医护理	(433)
第三节 尿路感染患者的中西医护理	(444)
第四节 尿潴留患者的中西医护理	(452)
第五节 尿失禁患者的中西医护理	(456)
第六节 肾结石患者的中西医护理	(463)
第七节 膀胱癌患者的中西医护理	(470)
第八节 前列腺增生症患者的中西医护理	(481)
第十章 神经系统疾病的中西医护理	(492)
第一节 神经系统器官功能及衰老改变	(492)
第二节 脑血管疾病患者的中西医护理	(494)
第三节 脑血栓患者的中西医护理	(521)

第四节 帕金森病患者的中西医护理	(530)
第五节 老年痴呆症患者的中西医护理	(547)
第十一章 内分泌系统疾病的中西医护理	(554)
第一节 内分泌代谢系统器官功能及衰老改变	(554)
第二节 糖尿病患者的中西医护理	(560)
第三节 高脂血症患者的中西医护理	(575)
第四节 老年痛风患者的中西医护理	(582)
第十二章 皮肤病的中西医护理	(590)
第一节 老年人皮肤的特点	(594)
第二节 皮肤瘙痒患者的中西医护理	(595)
第三节 脂溢性皮炎患者的中西医护理	(599)
第四节 老年性角化症患者的中西医护理	(603)
第十三章 骨关节疾病的中西医护理	(606)
第一节 骨质疏松症患者的中西医护理	(606)
第二节 股骨颈骨折患者的中西医护理	(617)
第三节 颈椎病患者的中西医护理	(623)
第四节 腰椎病患者的中西医护理	(634)
第五节 膝关节骨性关节炎患者的中西医护理	(640)
第六节 肩关节周围炎患者的中西医护理	(646)
第十四章 老年患者的家庭急救护理	(652)
第十五章 老年人的安全护理	(658)
第一节 老年抑郁症患者的中西医护理	(658)
第二节 谵妄患者的中西医护理	(664)

第三节 认知障碍患者的中西医护理	(668)
第四节 睡眠障碍患者的中西医护理	(679)
第五节 眩晕症患者的中西医护理	(685)
第六节 晕厥患者的中西医护理	(692)
第七节 疼痛患者的中西医护理	(700)
第八节 褥疮患者的中西医	(704)
第九节 老年吸收不良综合征患者的中西医护理	(710)
第十节 便秘患者的中西医护理	(718)

第三篇 老年人的中医保健与养生

第十六章 老年人健康的新概念和标准	(730)
第一节 老年人健康新概念	(730)
第二节 健康老年人的标准	(732)
第十七章 老年日常生活保健	(736)
第十八章 老年人的科学膳食	(740)
第十九章 老年人的运动健身	(746)
第二十章 老年人保持心理健康	(750)

第一篇 总 论

老年护理学是研究、诊断和处理老年人对自身现存的和潜在的健康问题的反应的学科。它是护理学的一个分支,与社会科学、自然科学相互渗透。

老年护理学起源于现有的护理理论和社会学、生物学、心理学、健康政策等学科理论。美国护士协会(American Nurses Association, ANA)1987年提出用“老年护理学(gerontological nursing)”概念代替“老年病护理(geriatric nursing)”概念,因为老年护理学涉及的护理范畴更广泛。它包括评估老年人的健康和功能状态,制定护理计划,提供有效护理和其他卫生保健服务,并评价照顾效果。老年护理学强调保持和恢复、促进健康,预防和控制由急、慢性疾病引起的残疾,发挥老年人的日常生活能力,实现老年肌体的最佳功能,保持老年人的尊严和舒适生活直至死亡。

老年护理学研究的重点在于从老年人生理、心理、社会文化以及发展的角度出发,研究自然、社会、文化教育和生理、心理因素对老年人健康的影响,探讨用护理手段或措施解决老年人健康问题。

第一章 老年护理学的范围与特点

第一节 人的寿命及影响因素

【人的寿命】

所谓寿命,是指从出生经过发育、成长、成熟、老化以至死亡前机体生存的时间,通常以年龄作为衡量寿命长短的尺度。由于人与人之间的寿命有一定的差别,所以,在比较某个时期,某个地区或某个社会的人类寿命时,通常采用平均寿命。平均寿命常用来反映一个国家或一个社会的医学发展水平,它也可以表明社会的经济、文化的发达状况。

寿命的长短是受多种因素影响的,如它与先天禀赋的强弱,后天的给养、居住条件、社会制度、经济状况、医疗卫生条件、自然环境、体力劳动、个人卫生等多种因素的影响有关。个体自出生后,带着先天的遗传因素,经历社会因素的洗练,生物因素的干扰,特殊意外情况的遭遇,从而人寿命的长短不同。这些是否意味着人的寿命就深不可测呢?并非如此,人是宇宙万物的主宰,是一切物质文明和精神文明的创造者。通过不断的努力,人们总能够探索出长寿的规律,准确地算出寿命的长短。

人的生命是有一定限度的。所谓限度,是指自然寿命可以活到的年龄,中医学称之为“天年”。那么,究竟人应该活到的岁数是多少呢?《黄帝内经》认为是一百岁,如《素问·上古天真论》里说:“尽终其天年,度百岁乃去”。《礼记》称百岁为“期颐”。《尚书》又提出“一曰寿,百二十岁也”,即活到120岁,才能叫做活到了应该活到的岁数。大哲学家王充提出:“百岁之寿,盖人年之正数也。犹物至秋而死,物命之正期也。”晋代著名养生家嵇康认为,“上寿”可达百二十,“古今所同”。据上所述,祖国医学认为人的寿命应该是100~120岁左右。但社会的现实告诉我们,绝大多数的人达不到自然寿命,其原因有些至今还没有被人们认识。尽管历史的道路是曲折的,人类社会总是要不断进步。古人所说的“人生七十古来稀”,今天看来,显然已经过时了。大量的统计资料证明,现代人的平均寿命已大大超过古代人。

【人健康的影响因素】

1. 遗传因素

长寿家族后代的寿命比普通家族后代的寿命长,同卵双胞胎的孪生子寿命比较接近,女性的平均寿命比男性长。

2. 大气污染

工业废气、车辆废气、电机废气等大气污染危害健康,影响寿命。

3. 水质污染

工业废水、各种化学试剂、农药等可使各种水源受到污染。这种污染可使生物的生存环境变坏,生态失衡,甚至直接造成人的慢性中毒,或导致伤寒、霍乱、肠炎等疾病,使人类的健康遭受严重危害,影响人类寿命。

4. 噪声污染

噪声污染不但破坏听觉细胞,更可导致各种各样的生理和心理功能失调,引起头疼、头晕、心烦意乱、失眠、工作效率下降、视觉障碍、记忆力减退以及血压异常等,这些都可影响人类的健康和寿命。

5. 辐射因素

辐射线的照射能加速人的衰老,而且会导致诸如血癌、乳癌、肠癌和脑瘤等致命疾病。

6. 生物因素

生物因素引起的疾病,对人类的健康、寿命和生存会造成严重的危害。

7. 社会因素

社会进步,国泰民安是人民健康长寿的根本保证。反之,战乱、饥荒、失业、贫困、缺医少药必然对人类的健康和寿命造成巨大的危害。

8. 性别

一般而言,平均期望寿命女性长于男性。

9. 身高

有人发现,矮个子寿命较长。

10. 饮食

营养不足会使人体发育迟滞,会降低人体的抵抗力,导致体弱多病,缩短人的寿命。但营养过剩或不均衡也会导致种种疾病而影响人的寿命。

11. 起居

起居有常,生活有节奏是长寿的一个非常重要的因素。

12. 睡眠

美国癌症协会的一项调查表明,平均每晚睡 7~8 小时的人,寿命最长;每晚平均睡 10 小时以上的人,比每晚睡 8 小时者的死亡数高 2 倍。资料还表明,有良好午睡习惯的中老年人的免疫功能要比不午睡者强,并且不容易诱发老年性疾病,如冠心病、高血压等。合理的午睡时间应在午饭后的半小时,上床休息 30~60 分钟。

13. 劳动锻炼

很多健康老人的一个长寿秘诀就是劳动,有体力劳动的,也有脑力劳动的。

14. 职业

有人观察发现,书画家、武术家、歌唱家、医生等职业长寿的人多。

15. 心理因素

良好的心理素质是保证健康长寿的重要因素。

16. 文化修养

文化修养越高,就越能够充分利用卫生保健系统所提供的服务。

17. 性格

性格与长寿关系的调查研究结果表明性格悠闲不好强、温和平静、从容不迫、深思熟虑、不慕虚名的老人,长寿者占 83%;性格急躁易怒、缺乏耐心、节奏快、有过分的竞争心理的老人,长寿者只占 14%。

18. 婚姻生活

研究表明,单身者比婚配者、丧偶者比白头偕老者、离婚者比不离婚者死亡率高。

19. 生育

有人统计 90~111 岁的 227 名长寿者的父母,均未发现近亲结婚的;晚期少育者与子孙满堂者相比,他们的晚年生活,前者能外出活动、生活能自理的占 71.4%,后者只占 38.1%。

20. 社交

社交广泛者寿命较长,因为广泛的社交,会对一个人一生中的不幸遭遇起有益的缓冲作用。如中老年人长期在高楼中独自生活,就会变得性情孤僻、精神萎靡,食欲减退,进而对生活失去信心,由此导致健康状况每况愈下而缩短寿命。

第二节 老年人与人口老龄化进程

每个人的成长中,在不同的年龄阶段,人体会发生一系列生理、心理的变化。老化即是人从出生到成熟期后,随着年龄的增长,在形态和功能上发生的进行性、衰退性的变化。老化是从生殖成熟后才开始或加速的、是可以预计的,具有积累性、普遍性、渐进性、内生性和危害性的生命过程。

【人的寿命和老年人的年龄划分】

一、人的寿命

衡量人类寿命的方法不尽相同,通常主要有两个指标,一是平均寿命,它代表一个国家或地区人口的实际平均存活年龄;二是最大或最高寿命,也就是没有外因干扰的情况下,从遗传学角度讲人类能存活的最大年龄。

1. 平均期望寿命

简称平均寿命,是指用回顾性死因统计和其他统计学方法,计算出一定年龄段的人群实际能存活的年数。平均寿命是以死亡作为终点的。

2. 最高寿命

现代科学家用各种方法推算人的最高寿命可以达到 110~175 岁。但受到疾病和生存环境的影响,人类的平均寿命与最高寿命还有很大的差距。

3. 健康期望寿命

指除去疾病和残障后得到的人类生存曲线,即个人的良好状态下的平均生存年数。健康期望寿命的终点是丧失日常生活自理能力。

二、老年人的年龄划分

我国古代民间多用三十而立,四十不惑,五十知天命,六十花甲,七十古稀,八十为耄,九十为髦的标准划分人的年龄。其实,人体衰老是个渐进的过程并受到多种因素的影响,因此老年只是个概括的意义,很难准确界定进入老年的时间。为了研究和方便世界卫生组织(WHO)对老年人的划分有两个标准,第一种是在发达国家将65岁以上的人群定义为老年人,在发展中国家则把60岁以上的人群称为老年人;第二种是世界卫生组织根据现代人生理心理社会结构上的变化,将人的年龄界限又做了新的划分:44岁以下为青年,45~59岁为中年,60~74岁为青年老年,75~89岁为老年,90岁以上为长寿老年人。

【人口老龄化】

一、人口老龄化

1. 人口老龄化

简称人口老化,它是指老年人口(60或65岁以上)占总人口的比例不断上升的一种动态过程。影响老化的因素有:出生率和死亡率的下降,平均预期寿命的延长,青年人口外迁的增多等。

2. 度量人口老化的指标

(1)老年人口系数:是常用的表明人口老化的指标,是指老年人在某个国家或地区总人口中所占的比例。

计算公式为:

老年人口系数 = 某地区或国家 60(或 65)岁以上人口数 ÷ 本地区或国家人口总数 × 100%

(2)老少比:老年人口数与少年儿童人口数的比例

计算公式为:

老少比 = 60(或 65 岁)以上的老年人口数 ÷ 0~14 岁的人口数 × 100%

(3) 高龄老人比: >80 岁的人群占 >60 岁人群的比例,也成为长寿水平,该指标 >20%即为高水平。

3. 老龄化社会

世界卫生组织针对发达国家和发展中国家的不同情况对老龄化社会的划分有两个标准,通常用老年人口系数即大于 60 或 65 岁的人数占总人数的百分比作为判断标准。

两种老龄化社会的划分标准

分 类	发达国家	发展中国家
老年界定年龄	65 岁	60 岁
青年型(老年人口系数)	<4%	<8%
成年型(老年人口系数)	4% ~ 7%	8% ~ 10%
老年型(老年人口系数)	>7%	>10%