

社区家庭老年保健

全科医生临床指导

社区老年医学

程玉来 主编



学苑出版社

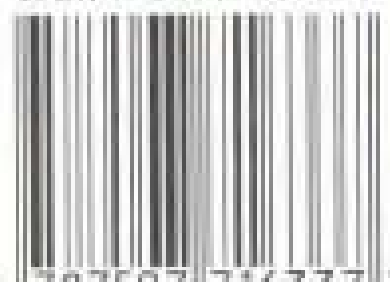
社区家庭老年保健
全科医生临床指导



社 · 区 · 老 · 年 · 医 · 学

封面题字：张子范
责任编辑：张 翔

ISBN 7-5077-1633-3



9 787507 716337 >

定价：23.00元

社区家庭老年保健
全科医生临床指导

社区老年医学

程玉来 主编

学苑出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

社区老年医学：全科医生临床指导 / 程玉来编著 . - 北京：学苑出版社，1999.10

ISBN 7 - 5077 - 1633 - 3

I . 社… II . 程… III . 老年医学 IV . R592

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 44005 号

学苑出版社出版发行

北京市万寿路西街 11 号 100036

北京梨园彩印厂印刷 新华书店经销

850 × 1168 32 开本 15125 印张 380 千字

1999 年 10 月北京第 1 版 1999 年 10 月北京第 1 次印刷

印数：1—5000 册 定价：23.00 元

為保障老年人
的身体健康作
贡献

崔月犁

前卫生部崔月犁部长为老年事业题词

為老年服務
人人有責

万国权

一九九八年七月十日

万国权 全国政协副主席

社区老年医学

主 编 程玉来

副主编 张宝林 白爱萍

编写人名单：(按章次排列)

应 燕	荣素珍	邹莲湘	曹光明
隗淑兰	李凤云	葛淑恩	丁明淮
程玉来	肖 英	赖小青	张曼萍
刘勇建	李玉玲	杨绪兰	张云琦
张淑英	尹秀云	李效娟	刘俊清
王晋南	邓春爱	崔建生	张之新
李玉荣	李应芳	杨 萍	王建一
张淑明	马玉春	徐 军	白爱萍
李 宇	夏迎前	王 美	崔 克
张宝林	王立惠	平雷鸣	邹玉玲

封面题字：中国老龄协会会长 张文范
国际老龄协会理事

内容提要

《社区老年医学》一书是在我国将步入人口老龄化，老年医学悄然兴起，医疗工作重点转入社区服务的新形势下出版的。该书根据老年医学与社区服务的内容特点，采用了科普知识与临床医学相结合的写作方式，使社会百姓、医务人员均可获得医学知识。

书中分为九章七十五节，前八个章节主要介绍步入老年的生理变化、老年医疗方式、家庭护理、预防保健与家庭康复知识。最后一个章节为临床医学部分，系统论述了老年各科常见疾病的病因、症状、诊断、治疗、康复与预防。有关内容配有插图 42 幅。可使老年朋友学习到预防保健、家庭护理与家庭康复方法。为社区全科医生和医疗保健人员提供了学习的教材。

前 言

✓ 随着我国人口平均寿命的提高，人口老龄化问题已成为现实。人们已经越来越认识到人口老龄化所带来的诸多社会问题。其中老年人的卫生与健康已成为社区卫生工作的重点。老年医学是极待开发与发展的热门学科。同时办院模式也将随之发生变革，医疗工作将打破医不出门的固有观念，深入社区，深入到每个病人家中，在开展治疗的同时进行居民的健康调查，建立计算机管理网落，开展慢性病预防、卫生与健康促进活动。全科医学将以新的形式出现，并在卫生、防病领域占有重要位置，一种新的医疗方向，在悄然兴起。

卫生与健康是人类社会进步文明的标志，我国已做出庄严的承诺，要在 2000 年实现人人享有卫生保健，这是一项全民参与的系统工程。因此对未来卫生与健康的发展趋势、社区卫生工作的重点、全科医生的培养，健康意识的提高，医学保健知识的普及，医疗观念的更新等诸多内容，将成为认识学习的重要内容。

《社区老年医学》一书是在我国将步入人口老龄化，卫生工作形势发生变化的过程中问世的，本书由北京西城老年病防治中心各专业组的 40 名专家共同执笔完成写作。书中内容面向临床医师、社区全科医师、社区卫生保健工

作者和广大中老年朋友，为满足各界朋友的需求，打破了常规的写作模式，运用了科普知识与临床医学相结合的特有风格，使专业与非专业人员均可获得医学知识。

本书分九章七十五节，前八个章节主要介绍步入老年后的生理变化，老年人的心理特征、老年人家庭急救、老年家庭康复疗法，老年人家庭护理、老年病医疗特色。采用了科普读物的写作方法，具有通俗易懂、实用性强的特点，易于老年朋友、老年患者及家属学习运用。最后一个章节为临床医学部分，将系统论述老年呼吸系统、心血管系统、消化系统、代谢、内分泌系统、骨科、口腔、妇科、泌尿生殖系统、神经系统、肿瘤、老年精神卫生等各种疾病的病因病理、临床诊断、治疗与预防。采用了医学教材的写作方式，知识新颖科学性强有一定的理论深度。可为临床医师、社区保健人员提供学习、借鉴、参考的素材。由于内容涉及老年医学全科内容，为全科医生的学习提供了实用的教材。同时可使病难中的老年患者从书中了解认识疾病发生的原理、病症表现、治疗的方法，以便更好的配合医生进行治疗与康复。

《社区老年医学》一书的出版，将在新的医疗形势下促进社区老年医学的发展，成为各界朋友的良师益友，使人人具有一定的医疗、防病、保健知识，把握好生命的风帆安度晚年，为实现老龄化的社会高度文明与健康发挥作用。

编者

目 录

第一章 社区老年医学的认识与医疗服务建设

- 第一节 社区卫生工作 邹玉玲 刘勇建 (1)
- 第二节 社区护理服务 李玉玲 (6)
- 第三节 温馨病房 李玉玲 (12)
- 第四节 临终关怀病房 李玉玲 (14)

第二章 步入老年后的生理变化

- 第一节 老年人的年龄划分 应燕 (16)
- 第二节 促进机体衰老的原因 应燕 (17)
- 第三节 衰老的早期及外观表现 应燕 (19)
- 第四节 消化系统的生理变化 荣素珍 (20)
- 第五节 血液循环系统的生理变化 荣素珍 (23)
- 第六节 呼吸系统的生理变化 荣素珍 (24)
- 第七节 内分泌系统的生理变化 邹连湘 (26)
- 第八节 泌尿系统的生理变化 邹连湘 (28)
- 第九节 感觉系统的生理变化 邹连湘 (29)
- 第十节 皮肤系统的生理变化 邹连湘 (31)

第十一节	生殖系统的生理变化·····	曹光明	(32)
第十二节	免疫系统的生理变化·····	曹光明	(37)
第十三节	运动系统的生理变化·····	曹光明	(39)

第三章 老年人的心理特征

第一节	老年人的心理变化·····	隗淑兰	李凤云	(42)
第二节	老年人心理变化与生理变化的关系·····	隗淑兰		(44)
第三节	老年人心理活动的类型与性格变化特点·····	隗淑兰		(46)
第四节	老年人退休后引发的心理变化·····	李冈云		(48)

第四章 老年人家庭急救

第一节	老年人家中突然发生意外的急救处理·····	丁明淮		(51)
第二节	老年人晕厥的现场抢救·····	丁明淮		(52)
第三节	外伤出血的现场急救·····	丁明淮		(53)
第四节	触电的处理与抢救措施·····	葛淑恩	丁明淮	(55)
第五节	烧伤的应急处理·····	葛淑恩	丁明淮	(56)
第六节	中风的及时处理·····	丁明淮		(57)
第七节	跌伤的现场处理·····	丁明淮		(59)
第八节	煤气中毒的及时处理·····	丁明淮		(60)
第九节	中暑的及时处理·····	丁明淮		(61)
第十节	心脏停跳的应急处理·····	丁明淮		(62)
第十一节	家庭急救备药与使用·····	丁明淮		(63)

第五章 老年人家庭康复疗法

第一节	家庭康复的目的与优势·····	程玉来		(66)
-----	-----------------	-----	--	------

第二节	家庭康复的适应范围·····	程玉来 (66)
第三节	脉冲电疗法·····	程玉来 (67)
第四节	温热疗法·····	程玉来 (70)
第五节	拔火罐疗法·····	程玉来 (72)
第六节	布带牵引疗法·····	程玉来 (74)
第七节	功能锻炼疗法·····	程玉来 (75)
第八节	家庭康复按摩疗法·····	程玉来 (81)

第六章 老年人的家庭护理

第一节	怎样测量体温、脉搏、呼吸、血压·····	肖 英 (89)
第二节	老年人的心理护理·····	赖小青 (90)
第三节	长期卧床病人的护理·····	赖小青 (91)
第四节	家庭氧气吸入运用·····	赖小青 (92)
第五节	适用于家庭的灌肠方法·····	肖 英 (93)
第六节	如何做好口腔护理·····	肖 英 (94)
第七节	房间卫生的处理·····	赖小青 (95)
第八节	家庭消毒方法·····	肖 英 (96)
第九节	洗脸、擦身、洗发的方法·····	赖小青 (96)

第七章 老年人的饮食

第一节	树立健康的饮食观念·····	张曼萍 (98)
第二节	合理调配饮食·····	张曼萍 (101)
第三节	进餐方法·····	张曼萍 (103)

第八章 就医指导

第一节	根据病情选择挂号	杨绪兰 (105)
第二节	看病前应有哪些准备	杨绪兰 (107)
第三节	如何向医生陈述病情	杨绪兰 (107)
第四节	X线检查所涉及的病症	杨绪兰 (108)
第五节	心电图检查所涉及的病症	杨绪兰 (110)
第六节	脑电图、脑血流图检查、所涉及的病症	杨绪兰 (111)
第七节	CT检查、所涉及的病症	杨绪兰 (111)
第八节	B超检查、所涉及的病症	杨绪兰 (112)
第九节	内窥镜检查、所涉及的病症	杨绪兰 (113)
第十节	常用临床化验的临床意义与正常值	杨绪兰 (114)
第十一节	住院前要做哪些准备	杨绪兰 (119)
第十二节	出院时要做好哪些事	杨绪兰 (120)

第九章 老年常见疾病、诊治与康复

第一节	呼吸系统疾病	
一、	急性上呼吸道感染	张云琦 (121)
二、	老年慢性支气管炎	张云琦 (125)
三、	老年阻塞性肺气肿	张云琦 (131)
四、	老年慢性肺原性心脏病	张云琦 (135)
五、	老年肺炎	张云琦 (142)
第二节	心血管系统疾病	
一、	老年人高血压	张淑瑛 (148)
二、	动脉粥样硬化	张淑瑛 (151)
三、	冠状动脉粥样硬化性心脏病	张淑瑛 (156)

四、心肌梗塞	张淑瑛 (161)
五、心力衰竭	尹秀云 (167)
六、心律失常	尹秀云 (170)
七、心律失常心电图分析	李效娟 (175)
第三节 消化系统疾病	
一、老年性慢性胃炎	刘俊青 (183)
二、老年消化性溃疡	刘俊青 (185)
三、老年性上消化道出血	刘俊青 (190)
四、老年性便秘	刘俊青 (193)
五、胆囊炎	刘俊青 (194)
六、胆石症	刘俊青 (197)
七、胰腺炎	刘俊青 (198)
八、肝硬化	刘俊青 (202)
第四节 代谢、内分泌系统疾病	
一、糖尿病	王晋南 (206)
二、高血脂症	王晋南 (210)
三、痛风和高尿酸血症	王晋南 (214)
四、肥胖症	王晋南 (218)
第五节 血液病	
一、白血病	邓春爱 (221)
二、多发性骨髓瘤	邓春爱 (229)
三、贫血	邓春爱 (231)
第六节 骨科疾病	
一、腰椎骨性关节炎	崔建生 (235)
二、跟骨骨刺	崔建生 (243)
三、腰椎椎管狭窄症	崔建生 (245)
四、腰腿痛	崔建生 (251)
五、骨质疏松症	崔建生 (254)

六、膝关节骨性关节炎	张之新 (262)
七、肩关节周围炎	张之新 (265)
八、颈椎病	程玉来 (269)
九、桡骨远端骨折	程玉来 (281)
十、肱骨外科颈骨折	程玉来 (286)
十一、股骨颈骨折	程玉来 (291)
十二、股骨粗隆间骨折	程玉来 (299)
十三、胸腰椎压缩性骨折	崔建生 (305)
第七节 妇科疾病	
一、老年性阴道炎	李玉荣 (313)
二、滴虫性阴道炎	李应芳 (315)
三、霉菌性阴道炎	李应芳 (318)
四、更年期综合征	杨 萍 (319)
五、子宫颈癌	李应芳 (321)
六、子宫内膜癌	李应芳 (338)
第八节 眼科疾病	
一、老年性白内障	王建一 (345)
二、老年性青光眼	王建一 (348)
三、糖尿病性视网膜病变	王建一 (352)
四、高血压性视网膜病变	王建一 (354)
五、老年性黄斑盘状变性	王建一 (356)
六、老年黄斑囊样变性	王建一 (357)
七、老视眼	王建一 (357)
第九节 耳鼻喉科疾病	
一、老年性耳聋	张书明 (358)
二、老年性鼻出血	张书明 (362)
三、老年性嗅觉障碍	张书明 (365)
四、老年性味觉障碍	张书明 (366)

五、老年性眩晕与平衡障碍	张书明 (367)
第十节 泌尿及男性生殖系统疾病	
一、前列腺增生症	马玉春 (373)
第十一节 肾脏疾病	
一、老年人水和电解质紊乱	徐 军 (380)
二、老年性泌尿道感染	徐 军 (392)
三、急性肾功能衰竭	徐 军 (397)
第十二节 神经系统疾病	
一、脑血管病	隗淑兰、白爱萍 (401)
二、帕金森病	隗淑兰、白爱萍 (413)
第十三节 老年人口腔疾病	
一、龋病	夏迎前 (414)
二、牙髓炎	夏迎前 (418)
三、牙周病	夏迎前 (421)
四、老年人拔牙	夏迎前、李 宇 (424)
五、老年人口腔修复	王 美 (427)
第十四节 老年精神卫生性疾病	
一、老年抑郁症	崔 克 (431)
二、老年期痴呆	崔 克 (435)
三、老年人的性能力与性心理	崔 克 (440)
第十五节 肿瘤	
一、胃癌	张宝林 (445)
二、食管癌	张宝林 (449)
三、乳腺癌	王立惠 (453)
四、肺癌	平雷鸣 (458)
五、肝癌	平雷鸣 (461)
六、大肠癌	张宝林 (464)