



教育部职业教育与成人教育司推荐教材
卫生职业学校技能型紧缺人才培养培训教学用书

老年护理

(供涉外护理专业用)

主编 邓荆云



高等教育出版社

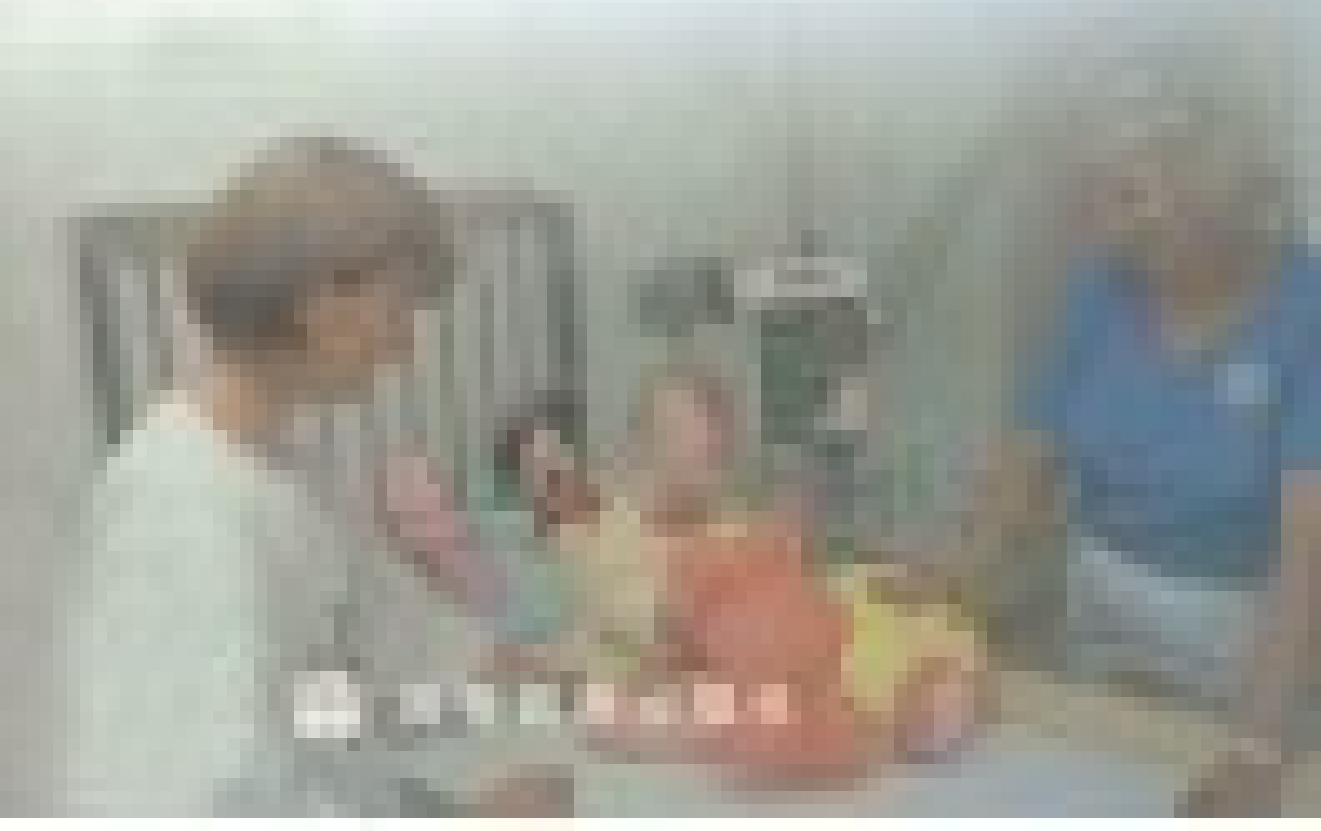


中華民國衛生部
衛生福利部
老人福利司

老年護理

（護理學系學生必修課）

編者 周淑玲



教育部职业教育与成人教育司推荐教材
卫生职业学校技能型紧缺人才培养培训教学用书

老年护理

(供涉外护理专业用)

主 编 邓荆云

副主编 赵国琴

主 审 李 丹 徐国辉

编 者 (以姓氏拼音为序)

陈惠珍 泰山医学院护理学院

邓荆云 江汉大学卫生职业技术学院

郭 莉 河北医科大学护理学院

刘 钰 东莞卫生学校

燕菊萍 武汉市中心医院

赵国琴 江西省卫生学校

郑友凡 辽源市卫生学校

高等教育出版社

内容提要

本书根据“《教育部办公厅、卫生部办公厅关于确定职业院校开展护理专业领域技能型紧缺人才培养培训工程工作的通知》(职教成厅《2003》3号)”精神编写而成。

本书共分十章,较全面、系统地介绍了老年护理的基础与临床基本知识,主要内容包括老化的概念和理论,衰老对老年人身体、心理和对社会的影响,老年人的生理、心理变化与特点,老年人的健康促进,老年人的日常生活与护理,老年人用药的护理,老年人常见的健康问题与护理,常见老年病的临床护理,老年康复与社区护理,老年护理相关的道德与法律等。遵循涉外护理专业培养的目标与要求,本书参考了国内外有关文献和研究成果,并十分重视该书的科学性、先进性、启发性和适用性。内容新颖、实用,覆盖面广,重点突出,简明扼要。与临床各科有重叠的老年疾病在本套教材《成人护理》中体现。本书可作卫生职业学校涉外护理专业教材,也可供临床护理工作者和保健工作者参考,还可以作为老年人自我保健的顾问和指南。

图书在版编目(CIP)数据

老年护理/邓荆云主编. —北京:高等教育出版社,
2005.6

供涉外护理专业用

ISBN 7-04-017268-2

I. 老… II. 邓… III. 老年医学:护理学-教材
IV. R473

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 055201 号

策划编辑	刘惠军	责任编辑	孙葵葵	封面设计	于涛	责任绘图	朱静
版式设计	王莹	责任校对	尤静	责任印制	宋克学		

出版发行 高等教育出版社
社 址 北京市西城区德外大街 4 号
邮政编码 100011
总 机 010-58581000

经 销 北京蓝色畅想图书发行有限公司
印 刷 北京人卫印刷厂

购书热线 010-58581118
免费咨询 800-810-0598
网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>
网上订购 <http://www.landraco.com>
<http://www.landraco.com.cn>

开 本 787×1092 1/16
印 张 10.75
字 数 250 000

版 次 2005 年 6 月第 1 版
印 次 2005 年 6 月第 1 次印刷
定 价 14.00 元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

物料号 17268-00

出版说明

根据教育部、劳动和社会保障部、国防科工委、信息产业部、交通部、卫生部 2003 年 12 月下发的《关于实施“职业院校制造业和现代服务业技能型紧缺人才培养培训工程”的通知》精神,教育部办公厅、卫生部办公厅组织制定了《中等职业学校和五年制高职护理专业领域技能型紧缺人才培养培训指导方案》、《三年制高等职业教育护理专业领域技能型紧缺人才培养培训指导方案》。为此,我社推出“高教版”卫生职业学校技能型紧缺人才培养培训系列教学用书。

本系列教学用书依照教育部办公厅、卫生部办公厅制定的“指导方案”编写而成。作者是从全国范围内认真遴选的长期从事护理临床和护理教学工作的同志。他们通过认真学习、领会“指导方案”,根据“订单”式职业教育与培训新模式,把培养学生的职业道德、职业能力以及护理技能作为教材编写的主要目标,编写内容力争与用人单位实际需要接轨、与国家执业护士资格认证接轨,顺应国际护理行业发展趋势。

全系列教学用书以核心课程为中心,基础学科以理论知识够用为度,临床学科重点介绍常见病、多发病的护理知识和方法,并且吸收学术界公认的新理念、新技术。全系列教学用书增加了大量人文课程,帮助学生正确理解护理与人、护理与健康、护理与社会经济发展的关系,全面提高护理人才素质。

为了方便学校教学,本系列教学用书还配有教师用多媒体光盘,免费赠送给广大卫生职业学校。

本系列教学用书是全体作者与编辑人员共同合作的成果,希望它的出版,能为造就我国护理专业领域一线迫切需要的高素质技能型人才作出贡献。

高等教育出版社

2004 年 11 月

全国涉外护理专业教材建设委员会

成员

刘书铭	乐山职业技术学院
张书全	甘肃省卫生学校
张绮霞	南京卫生学校
车春明	西安市卫生学校
廖伟坚	福建省卫生学校
万久儒	重庆市万州卫生学校
吕瑞芳	承德卫生学校
石忠男	鞍山师范学院附属卫生学校
古天明	成都市卫生学校
周凤生	江汉大学卫生技术学院
宋国华	漯河医学高等专科学校
黄万琪	武汉工业学院医学院
吕俊峰	苏州卫生学校
车龙浩	锦州市卫生学校
许三林	湖北职业技术学院
唐 佩	黄石理工学院医学院
季晓波	朝阳卫生学校
程渐奎	英语护理研究会

秘书

黄 刚	甘肃省卫生学校
-----	---------

前 言

本教材是在全国涉外护理专业教材建设委员会的指导下,组织全国 7 所开办涉外护理专业学校的骨干教师、实习医院教学负责人共同编写而成。

本书共分十章,主要介绍了老年护理的基本理论、基本知识、基本技能。主要内容包括老化的概念和理论,衰老对老年人身体、心理和对社会的影响,老年人的生理心理变化与特点,老年人的健康促进,老年人的日常生活与护理,老年人用药的护理,老年人常见的健康问题与护理,老年人常见病的临床护理,老年康复与社区护理,老年护理相关的道德与法律等。本书强调健康保健与健康自理的理念,注重知识的适用性,并介绍了老年护理的理论研究基础和学科发展的新进展。为适应涉外护理专业的需要,本教材参考美国 CGFNS 护士资格考试内容,每章后配有英中文对照的思考题;教材中需要学生掌握的常用词汇都有英中文对照。通过本教材的学习,使学生对老年护理有较全面的了解和认识,并开阔学科视野,拓宽知识面,满足学生个人发展的需要,并使其感受不同学科的思维方法,有助于学生的全面发展,能够为学生走出国门提供有效的帮助。

本书第一章由邓荆云编写,第二章和第四章由赵国琴编写,第三章由郑友凡编写,第五章由郭莉编写,第六章和第九章由刘钰编写,第七章和第十章由陈惠珍编写,第八章由燕菊萍编写。

本书在编写过程中得到了教育部护理学专业教材评审委员会成员的指导和帮助,也得到了各位编者所在单位领导的大力支持和鼓励,在此表示衷心感谢。

由于编者的能力和水平有限,书中难免有错误与疏漏之处,恳请使用本教材的师生、护理界同仁和广大读者谅解并惠予指正。

本教材总课时 48 学时,理论 40 学时,实践 8 学时。具体见内容与学时分配一览表。

内容与学时分配一览表

章 节	内 容	学时分配		
		理论	实践	总学时
第一章	Overview(绪论)	2		2
第二章	Aging and anti-aging(衰老与延缓衰老)	2		2
第三章	Physiological and psychological changes of the elderly(老年人的生理与心理变化)	4		4
第四章	Health promotion in the elderly(老年人的健康促进)	4		4
第五章	Daily life and care in the aged population(老年人的日常生活与护理)	6	4	10
第六章	Pharmacotherapy and care in the elderly(老年人的用药与护理)	4		4
第七章	Common somatic issues and care in the elderly(老年人常见健康问题与护理)	4		4

续表

章 节	内 容	学时分配		
		理论	实践	总学时
第八章	The clinical nursing of the common diseases in the elderly(老年人常见病的临床护理)	8	4	12
第九章	Rehabilitation and the community care in the aged patients(老年患者的康复护理与社区护理)	4		4
第十章	Legal and ethical issues in gerontological nursing(老年护理相关的道德与法律)	2		2
合计		40	8	48

邓荆云

2004 年 8 月 10 日

Contents(目录)

第一章 Overview(绪论)	1
第一节 Definition and principles of gerontological nursing(老年护理的定义及原则)	1
一、Definition of gerontological nursing(老年护理的定义)	1
二、Principles of gerontological nursing(老年护理的原则)	2
三、The subject and contents of the gerontological nursing(老年护理的研究对象和研究 内容)	3
第二节 Review of gerontological nursing(老年护理的发展概况)	4
一、Development of gerontology(老年学的发展)	4
二、Development of gerontological nursing(老年护理的发展)	5
第三节 The life-span of the human(人类的寿命)	6
一、The conception of the life-span(寿命的概念)	6
二、The classification of the human age(人类年龄的划分)	7
三、The factors impacting on the life-span(影响寿命的因素)	7
第四节 Aging and aging of population(老化与人口老龄化)	8
一、Aging(老化)	8
二、The definition of the elderly(老年人的定义)	8
三、Aging of population(人口老龄化)	8
四、The strategy of the aging of population(人口老龄化的对策)	10
五、The health aging of population(健康老龄化)	11
Questions(思考题)	12
第二章 Aging and anti-aging(衰老与延缓衰老)	14
第一节 Theories of aging(衰老理论)	14
一、Biological theories of aging(衰老的生物学理论)	15
二、Psychological theories of aging(衰老的心理学理论)	17
三、Sociological theories of aging(衰老的社会学理论)	18
第二节 Anti-aging(延缓衰老)	20
一、The application of anti-aging medicine(抗衰老药物的应用)	21
二、Anti-aging therapy(抗衰老疗法)	22
三、Theories of aging and care(衰老理论与护理)	23
Questions(思考题)	24
第三章 Physiological and psychological changes of the elderly(老年人的生理与心理 变化)	26
第一节 Physiological changes of the elderly(老年人的生理变化)	26

II Contents(目录)

一、The characteristics in changes of the poise of the elderly(老年人体态变化的特点).....	26
二、The changes of the physiology and biochemical metabolism in the elderly(老年人生理与生化代谢的变化)	27
第二节 Psychological changes of the elderly (老年人的心理变化).....	36
一、The related factors affecting mental status of the elderly(影响老年人心理的相关因素)	36
二、The characteristics of psychology of the elderly(老年人的心理学特征)	37
三、The common mental problems and nursing of the elderly(老年人的心理问题与护理).....	37
Questions(思考题)	41
第四章 Health promotion in the elderly(老年人的健康促进)	43
第一节 Health care in the aged population(老年保健)	43
一、Introduction(概述)	44
二、The principles of the health care in the elderly(老年保健的原则)	45
三、Self-care in the elderly(老年自我保健)	46
第二节 Dietary care in the elderly(老年人的饮食护理)	48
一、Rational nutrition in the elderly (老年人的合理营养)	48
二、Dietary care in the elderly (老年人的饮食护理)	51
第三节 Activities and care of the elderly(老年人的运动与护理)	52
一、The concerned factors affecting the activities and safety in the elderly(影响老年人运动与安全的因素)	53
二、The principles of the activities in the elderly(老年人运动的原则)	53
三、The items of the health exercises suitable for the elderly(适合老年人的健身运动项目)	54
四、The cares in the activities of the elderly(老年人运动的护理措施).....	56
五、The precautions at the time of the sport for the elderly(老年人运动时的注意事项)	57
Questions(思考题)	58
第五章 Daily life and care in the aged population(老年人的日常生活与护理)	59
第一节 Rational life-style (合理的生活方式)	60
一、Live with orderliness(生活节律安排)	60
二、Daily life aids(辅助生活用品的使用)	64
第二节 Individual health of the elderly(老年人的个人卫生)	69
一、Skin depurate(皮肤清洁)	69
二、Dressing in health (衣着卫生)	71
三、Brain health (用脑卫生)	72
第三节 Excretion and care of the elderly(老年人的排泄与护理)	73
一、The factors affecting excretion of the elderly(影响老年人排泄的因素)	73
二、Care of the elderly with the impediment in excretion(老年人排泄障碍的护理)	73
第四节 Communication with the elderly (老年人的沟通与交流)	79
一、The conception of communication (沟通与交流的概念)	79
二、The impact of aging communication(衰老对沟通与交流的影响)	80

三、The skills in facilitating communication(促进沟通与交流的技巧)	81
Questions(思考题)	82
第六章 Pharmacotherapy and care in the elderly(老年人的用药与护理)	83
第一节 Using drugs rationally in the aged population(老年人的合理用药)	83
一、The factors affecting drug use in the elderly(影响老年人用药的因素)	83
二、The principles of drug use in the elderly(老年人用药的原则)	85
第二节 Adverse drug reaction in the elderly(老年人药物疗法的不良反应)	86
一、Introduction(概述)	86
二、The reasons of adverse drug reaction in the elderly(老年人易发生药物不良反应的原因)	87
三、Adverse common drugs reaction and prevention in the elderly(老年人常用药物的 不良反应及预防措施)	88
第三节 Care of taking medicine in the elderly(老年人用药的护理措施)	92
一、Nursing diagnosis(护理诊断)	93
二、Nursing goals and objectives(护理目标)	93
三、Nursing measures(护理措施)	93
Questions(思考题)	96
第七章 Common somatic issues and care in the elderly(老年人常见健康问题 与护理)	98
第一节 Sleep disturbances(睡眠障碍)	98
一、Introduction(概述)	98
二、The care of the sleep disturbances(睡眠障碍的护理)	100
第二节 Falls(跌倒)	102
一、Introduction(概述)	102
二、The care of the falls(跌倒的护理)	104
第三节 Senile skin pruritus(老年皮肤瘙痒症)	105
一、Introduction(概述)	105
二、The care of skin pruritus(皮肤瘙痒的护理)	106
第四节 Heatstroke and low temperature(中暑与低体温)	108
一、Introduction(概述)	108
二、The care of the heatstroke and low temperature(中暑和低体温的护理)	110
Questions(思考题)	112
第八章 The clinical nursing of the common diseases in the elderly(老年人常见病的 临床护理)	113
第一节 Introduction(概述)	113
一、The characteristics of the aged patients(老年患者的特点)	114
二、The nursing characteristics of the aged patients(老年患者临床护理的特征)	115
第二节 The common diseases of the elderly and their characteristics(老年人常见疾病及特点)	116
一、The common diseases of respiratory system and their characteristics(呼吸系统常见疾病	

IV Contents(目录)

及特点)	116
二、The common diseases of circulatory system and their characteristics(循环系统常见疾病及特点)	117
三、The common diseases of digestive system and their characteristics(消化系统常见疾病及特点)	118
四、The common diseases of urinary system and their characteristics(泌尿系统常见疾病及特点)	119
五、The common diseases of endocrine and other system and their characteristics(内分泌系统及其他系统常见疾病及特点)	119
第三节 The nursing of the common diseases in the elderly(老年人常见疾病的护理)	120
一、The nursing diagnosis and measures of the common diseases in the elderly(老年人常见疾病的护理诊断和护理措施)	120
二、The nursing objectives of the aged patients(老年患者的护理目标)	124
第四节 Geriatric depression(老年抑郁症)	124
一、Introduction(概述)	124
二、The care of the geriatric depression(老年抑郁症的护理)	126
第五节 Senile dementia(老年性痴呆)	129
一、Introduction(概述)	129
二、Alzheimer disease(阿尔茨海默病,AD)	129
三、Vascular dementia(脑血管性痴呆,VD)	131
四、The care of the senile dementia(老年性痴呆的护理)	133
Questions(思考题)	136
第九章 Rehabilitation and the community care in the aged patients(老年患者的康复护理与社区护理)	138
第一节 Rehabilitation and care in the aged patients(老年患者的康复护理)	138
一、Introduction(概述)	138
二、The contents of the elderly rehabilitation nursing(老年人康复护理的内容)	139
三、The basic skills of the elderly rehabilitation nursing(老年人康复护理基本技能)	141
第二节 Community care in the aged patients(老年患者的社区护理)	143
一、Introduction(概述)	143
二、The contents of community care in the aged patients(老年患者社区护理的内容)	144
三、Family nursing for the elderly(老年人的家庭护理)	144
Questions(思考题)	147
第十章 Legal and ethical issues in gerontological nursing(老年护理相关的道德与法律)	149
第一节 The ethical principle in gerontological nursing(老年护理的道德)	149
一、Ageism and the ethical issues in gerontological nursing(老年歧视和老年护理道德准则)	149
二、The ethical characteristics in gerontological nursing(老年护理道德的特点)	150

三、Demand of the ethics in gerontological nursing(老年护理道德的要求)	151
第二节 Relevant legal issues in gerontological nursing(老年护理相关的法律问题)	151
一、The operation standard of gerontological nursing(老年护理执业标准)	152
二、The focused issues in gerontological nursing(老年护理中应注意的问题)	152
Questions(思考题)	153

第一章 Overview(绪论)

Learning Objectives(学习目标)

1. Master: ① Definition and principles of gerontological nursing. ② Aging and aging of population. ③ The definition of the elderly.

掌握: ① 老年护理的定义及原则; ② 老化与人口老龄化; ③ 老年人的定义。

2. Know: ① The subject and the contents of the gerontological nursing. ② The classification of the human age. ③ The characteristics of aging.

熟悉: ① 老年护理的研究对象和研究内容; ② 人类年龄的划分; ③ 老化的特征。

3. Understand: ① Development of gerontological nursing. ② The factors impacting on the life-span.

了解: ① 老年护理的发展; ② 影响寿命的因素。

老年是人类生命的重要组成部分, the elderly 是我们社会中的一个重要群体, 老年生活是人生旅程中的必经一站。World Health Organization(WHO, 世界卫生组织)早在 1982 年就把“老年人健康”作为该年的世界卫生日的主题。因此, 重视老年问题的研究, 提高 the elderly 的生活质量, 为 the elderly 提供专业、标准、普及和优质化的护理, 成为了护理领域的重要课题。

第一节 Definition and principles of gerontological nursing(老年护理的定义及原则)

一、Definition of gerontological nursing(老年护理的定义)

Gerontological nursing 是研究、诊断和处理 the elderly 对自身存在的或潜在的健康问题的反应的学科, 是老年医学的重要组成部分, 是服务于 the elderly 的实用科学。Gerontological nursing 旨在关注 the elderly 的生理与心理的需要, 最大限度地发挥他们的能力, 从而促进、维持和恢复他们的身体和心理的健康, 改善和提高他们的生活质量, 使他们舒适地度过人生的最后阶段。

Gerontological nursing 是一门专业学科, 护理人员必须通过上岗前训练、在职教育和继续教育, 掌握 gerontological nursing 的知识和技能。美国国家护理联盟所认定的护理学校都必须有 gerontological nursing 的课程。

Definition of gerontological nursing:

Gerontological nursing is a discipline of study, diagnosis and treatment about the reactions of the elderly to actual or potential health problem, an important subfield of geratology and a practical science caring for the elderly. Gerontological nurses care for the physical and psychosocial needs of older adults. They focus on maximizing their functional abilities, as well as promoting, maintaining, and restoring their physical and mental health, improving or enhancing their life quality, enabling them to spend the final stage of their life comfortably.

在 gerontological nursing 方面要认识到 the elderly 即使是心理性衰老也往往是疾病的温床,由于老化,机体各器官系统的功能日趋低下,常导致许多疾病的发生。

二、Principles of gerontological nursing(老年护理的原则)

Gerontological nursing 是护理学的一个分支,和其他学科有一定的横向联系,是和社会科学、自然科学相互渗透的综合性应用科学。由于 the elderly 在生理、心理、社会等方面区别于其他年龄组的人群,同时老年疾病也有它的特殊性,因此,决定了 gerontological nursing 有它的特殊性规律和原则。Gerontological nursing 的出发点和归结点应放在保持和增进健康、防治疾病上,其原则为:

(一) Commitment to relationship-centred care(以关系为中心的护理)

在护理过程中,护士要充分认识到 the elderly 的人际关系以及社会参与程度的重要性,因为它们往往对老年护理过程构成明显的影响。护士应通过访谈或其他评价方式了解有谁能 for the elderly 提供照顾,他们是否参加了某个社会团体,以及 the elderly 特有的过去、现在和未来的个体连续性等情况,做到全面地认识 the elderly,尊重 the elderly 对于家庭和社会的作用与贡献,为 the elderly 提供多侧面、多层次的护理。

(二) Commitment to negotiating care decisions(协商护理)

在护理工作中,护士要积极与 the elderly 及家属协商,要认识到 the elderly 和他们的家人有权作出自己的决定,根据他们的需要与愿望进行护理,尊重 the elderly 的选择权和优先权。

(三) Promoting dignity and respect(尊敬与尊重)

在护理的各个方面都要注意保护老年人的尊严,要尊敬 the elderly,包括对 the elderly 个人隐私的体谅与保密。

(四) Maximizing potential(充分发挥潜能)

根据 the elderly 的个性特征制定合适的护理计划和护理措施,充分发挥 the elderly 的潜能。通过优质的护理可以改变 the elderly 的消极态度,增加他们的知识,提高他们享受生活的技能,避免 the elderly 过分依赖他人的照顾,使他们能够发挥自己的潜能而取得成功。

(五) Commitment to an enabling environment(创建良好的环境)

为 the elderly 创造良好的生活或照顾环境,包括物理环境和社会心理环境,为 the elderly 传

送希望与成就。

(六) Establishing equity of access(公平公正)

努力保护 the elderly 的权益,使 the elderly 享有与其他年龄组的人相同的权力,接受同等的服务,反对年龄歧视。

(七) Commitment to developing innovative practice(开展创新实践)

选择与创新对于护理工作都非常重要。在老年护理工作中要尽可能地根据新的护理理论选择新的护理技术,并根据不同的个体选择不同的个体化护理方案,提高护理水平与质量。另外,在老年护理实践中还要不断创新,创建新的护理方法,不断提高护理技术。

(八) Consistency of vision(达成共识)

在制定护理计划时,护士要与患者及家属达成共识,清楚地说明老年护理的基本价值和护理 the elderly 的标准及其家人所期望的目标。

(九) Commitment to teamworking(团队工作)

老年护理工作的团队性很强,通常需要小组协作来完成。作为团队的一个组成部分,护理人员要承认和尊重每一个对老年护理有贡献的其他人员的工作。通过团队集体的努力,以满足 the elderly 及其家人的需求与愿望。

三、The subject and contents of the gerontological nursing(老年护理的研究对象和研究内容)

(一) The subject(研究对象)

Gerontological nursing 的研究对象是 the elderly,包括老年患者和未生病的 the elderly。老年是生命过程中组织与器官老化、生理功能衰退的阶段。由于每个 the elderly 的个体差异、衰老的速度不尽相同,即使在同一个 the elderly 身上,各脏器与系统的衰老变化也并不完全一致。因此对 the elderly 的各方面都应很好地研究。

(二) The contents(研究内容)

Gerontological nursing 的研究内容主要分为以下 3 个方面:

1. The health care of the elderly(老年人的健康护理) Gerontological nursing 要从健康的概念出发,围绕着生理、心理、社会三因素进行研究,对 the elderly 进行身体照顾、心理护理、社会适应能力的培养等。开展宣传教育工作,普及老年保健知识,提高 the elderly 健康水平,减少老年病的发生。

2. The nursing of the geriatric patients(老年患者的护理) 针对 the elderly 的特点,在基础护理、护理技术操作、老年患者管理、老年病专科护理等方面,开展对老年病的临床护理与实验研究,提高老年病护理水平,减少老年病对 the elderly 的危害程度。

3. The rehabilitation of the geriatric illness(老年病的康复护理) 老年病的康复护理旨在延缓 the elderly 的功能衰退,使残存功能达到最佳水平,帮助老年患者回归社会,提高老年患者的生活质量。

第二节 Review of gerontological nursing(老年护理的发展概况)

由于科学的迅速发展,人类平均寿命及 the elderly 在人口中所占比例的不断增加,“人口老龄化”已成为当今一个新的社会问题,它是不以人的意志为转移的必然趋势,已引起世界各国政府的关心和重视。为此,老年学及老年医学也随之蓬勃发展起来,与老年医学相适应的 gerontological nursing 也成为一门独立的护理学分支而逐渐完善起来。

The term gerontology is defined as “the branch of science that deals with aging and older adults.” The gerontology model is typically multidisciplinary.

The term geriatrics is “associated with the diseases and disabilities of elder individuals, and geriatric medicine is recognized as a subspecialty of medicine”.

一、Development of gerontology(老年学的发展)

Gerontology(老年学)是处理老化及老人问题的一门分支学科。是一门跨学科多领域的而又具有独特性的综合学科。老年学在不同的领域各具特点,如老年生物学、老年医学、老年社会学、老年心理学、老年文化学、老年运动学、老年康复学等。Geriatrics(老年医学)与 the elderly 的疾病与残疾有关,是医学科学中的一门重要分支学科。老年医学的发展与社会的进步和科学技术的发展有着密切的关系,它的形成可以追溯到公元前。人类对老年病及保健问题研究从远古时代已开始,中国传统老年学从有文字记载算起,约有 4 000 多年的历史,我国安阳发现的殷代甲骨文和钟鼎文里就已出现了“老”和“寿”字的形象。

我国《黄帝内经》一书认为,随着时序年龄的增长,人体会出现表 1-1 内相应的衰老特征(表 1-1)。

表 1-1 时序年龄与衰老特征

年龄	衰老特征	行为表现
40 岁	五脏六腑十二经脉盛大平和,腠理疏松,容颜开始衰退,头发带有花白	好坐
50 岁	肝气退,胆汁分泌逐渐减少	视力减退,视物不清
60 岁	心气衰,血气渐衰	懈怠,好躺卧
70 岁	脾气虚,须发变白,骨质疏松,牙齿稀落	皮肤枯皱
80 岁	肺气去	易说错话
90 岁	肾气枯	健忘,言语不清
100 岁	五脏虚空	躯体独存,尽终天命

春秋战国时期,儒家创始人孔子在《论语》一书里提出:社会让“老者安之”、“老吾老,以及人