



临床护理指南丛书

名誉总主编 成翼娟 李继平
总主编 胡秀英 宁宁

老年 第2版 护理手册

胡秀英 主编

 科学出版社

临床护理指南丛书

名誉总主编 成翼娟 李继平
总 主 编 胡秀英 宁 宁

老年护理手册



主 编 胡秀英

科学出版社

北 京

内 容 简 介

本书共10章,包括绪论、老化理论与老化伴随的各种功能变化、老年人的健康综合评估、与老年人的沟通、老年人的日常生活护理、老年综合症的护理、老年人常见疾病与护理、老年人的临终关怀护理、老年人安全风险防范护理、老年人的健康保健护理等。强调老年护理专科特色,用较大篇幅介绍老年人的健康综合评估、老年综合症的护理、老年人的日常生活护理以及临终关怀护理。对老年人常见疾病与护理,除了突出老年病护理特点外,以概述、病因、诊断要点、治疗、主要护理问题、护理目标、护理措施、并发症的处理及护理、前沿进展、特别关注、知识拓展等板块进行了编写。本书旨在帮助读者树立新的老龄意识和老年护理理念,提高老年护理知识、技能及解决问题的能力,从而真正为病人提供规范化优质护理服务。本书的编写内容简明扼要,易于快速理解与掌握,适合广大护理同仁阅读,尤其适用于各级老年相关机构、医院及老年科的护理人员查阅。

图书在版编目(CIP)数据

老年护理手册/胡秀英主编.—2版.—北京:科学出版社,2015.6
(临床护理指南丛书/胡秀英,宁宁主编)

ISBN 978-7-03-045122-4

I.老… II.胡… III.老年医学-护理学-手册 IV.R.473-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第133831号

责任编辑:杨小玲 戚东桂/责任校对:胡小洁

责任印制:赵 博/封面设计:黄华斌

版权所有,违者必究。未经本社许可,数字图书馆不得使用

科 学 出 版 社 出 版

北京东黄城根北街16号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

北京市安泰印刷厂 印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2011年1月第 一 版 开本:787×960 1/32

2015年6月第 二 版 印张:15 5/8

2015年6月第二次印刷 字数:330 000

定价:59.00元

(如有印装质量问题,我社负责调换)

《临床护理指南丛书》编委会

名誉总主编 成翼娟 李继平

总主编 胡秀英 宁 宁

编 委 (按姓氏汉语拼音排序)

陈 红 (四川大学华西医院)

陈 林 (四川大学华西医院)

陈正香 (南京大学医学院附属鼓楼医院)

陈云涛 (北京大学口腔医院)

陈茂君 (四川大学华西医院)

邓立梅 (四川大学华西口腔医院)

董 艳 (首都医科大学附属北京同仁医院)

董颖越 (北京协和医院)

刁永书 (四川大学华西医院)

杜春萍 (四川大学华西医院)

方进博 (四川大学华西医院)

冯 灵 (四川大学华西医院)

付红英 (贵州省人民医院)

符 琰 (四川大学华西医院)

甘 露 (北京大学口腔医院)

辜德英 (四川大学华西医院)

龚 姝 (四川大学华西医院)

何为民 (四川大学华西医院)

何其英（四川大学华西医院）
胡秀英（四川大学华西医院）
黄浩（四川大学华西医院）
黄燕（四川大学华西第二医院）
黄雪花（四川大学华西医院）
黄桂玲（武汉大学中南医院）
贾晓君（北京大学人民医院）
蒋艳（四川大学华西医院）
蒋玉梅（西安交通大学第一附属医院）
姜文彬（青岛大学附属医院）
江露（第三军医大学西南医院）
冷亚美（四川大学华西医院）
雷春梅（西安交通大学第一附属医院）
李卡（四川大学华西医院）
李芸（四川大学华西医院）
李敏（中国医科大学附属第一医院）
李燕（泸州医学院附属医院）
李春蕊（中日友好医院）
李俊英（四川大学华西医院）
李秀娥（四川大学华西口腔医院）
李小麟（四川大学华西医院）
李尊柱（北京协和医院）
廖燕（四川大学华西医院）
廖天芬（四川省人民医院）

黎贵湘（四川大学华西医院）
梁 燕（四川大学华西医院）
林 英（上海交通大学附属第一人民医院）
刘 玲（四川大学华西医院）
刘 俐（四川大学华西医院）
刘 霆（四川大学华西医院）
刘晓艳（四川大学华西医院）
刘智平（重庆医科大学附属第一医院）
罗春梅（第三军医大学新桥医院）
卢 敏（中国人民解放军成都军区总医院）
卢嘉渝（中国人民解放军成都军区总医院）
吕嘉乐（香港东区尤德夫人那打素医院）
马 婕（第四军医大学口腔医院）
马 莉（四川大学华西医院）
马青华（四川省人民医院）
宁 宁（四川大学华西医院）
倪 钊（美国杜克大学护理学院）
彭莉萍（深圳市南山区人民医院）
钱卫红（广州军区武汉总医院）
秦 年（四川大学华西医院）
任建华（四川大学华西第二医院）
申文武（四川大学华西医院）
孙丽华（贵阳医学院附属医院）
宋 敏（中国人民解放军成都军区总医院）

宋晓楠（北京协和医院）
史晓娟（第四军医大学西京医院）
唐承薇（四川大学华西医院）
田永明（四川大学华西医院）
童莺歌（杭州师范大学护理学院）
万群芳（四川大学华西医院）
王 英（四川大学华西医院）
王丽香（中国人民解放军成都军区总医院）
王春丽（北京大学口腔医院）
王黎梅（浙江省嘉兴市第一医院）
王海玲（首都医科大学宣武医院）
王晓云（山西省人民医院）
王颖莉（四川大学华西医院）
文 秀（澳门镜湖护理学院）
文艳秋（四川大学华西医院）
吴小玲（四川大学华西医院）
向明芳（四川省肿瘤医院）
鲜均明（四川大学华西医院）
谢徐萍（四川大学华西医院）
谢双怡（北京大学第一医院）
徐玉斓（浙江大学医学院附属邵逸夫医院）
许瑞华（四川大学华西医院）
武仁华（四川大学华西医院）
严 红（北京大学口腔医院）

杨旭（北京协和医院）
杨蓉（四川大学华西医院）
杨玲凤（中南大学湘雅医院）
杨小莉（四川大学华西医院）
袁丽（四川大学华西医院）
游潮（四川大学华西医院）
游桂英（四川大学华西医院）
余蓉（四川大学华西医院）
余春华（四川大学华西医院）
张琳（北京大学口腔医院）
张铭光（四川大学华西医院）
张明霞（北京大学人民医院）
赵佛容（四川大学华西口腔医院）
曾继红（四川大学华西医院）
曾子健（香港微创泌尿中心）
甄立雄（澳门仁伯爵综合医院）
周昔红（中南大学湘雅二医院）
周莹霞（上海交通大学医学院附属瑞金医院）
邹树芳（泸州医学院附属医院）
朱红（四川大学华西医院）

总编写秘书 陈佳丽 吕娟

《老年护理手册》（第2版）

编者人员

主 编 胡秀英

副主编 陈 茜 张雪梅

编 者（按姓氏汉语拼音排序）

陈 茜	邓秀琳	邓泽蓉	范丽娟
封 燕	高浪丽	郭菊红	韩曾利
胡 雪	胡春艳	胡翠林	胡晓宜
胡秀英	黄兆晶	李 芸	李 智
李蓉琼	李亚琴	廖再波	刘 俐
刘 敏	刘红琼	刘祚燕	龙 纳
蒙张敏	蒲丽辉	任 静	阮顺莉
王 英	王晓玲	王苑蓉	王艳艳
吴琳娜	谢冬梅	谢灵灵	徐 凌
余 姣	杨 玲	杨婉玲	袁冬梅
张 元	张晓军	张晓艳	张雪梅
赵艺璞	钟文逸	郑 萍	郑玉霞
左满花			

秘 书 胡春艳

《临床护理指南丛书》前言

《临床护理指南丛书》（第1版）作为口袋书，小巧、实用，便于护理人员随身携带并查阅。本套丛书是在查阅大量国内外文献的基础上，结合作者丰富的临床护理经验编撰而成，贴近临床并适用于临床。自出版以来，本套丛书受到国内各大医院的临床护理工作者及护理院校师生的欢迎与追捧，获得了广大读者的肯定。为适应医学科学技术与临床护理工作的不断发展与变化，提升丛书质量，使丛书能够更好地为专科护理人员服务，满足不断增长的临床护理工作者的需求，我们对《临床护理指南丛书》中业界评价较高、读者反响较好的分册进行了再版。

《临床护理指南丛书》（第2版）共包含24个分册，内容涵盖了临床护理的各个专科，包括内科、外科、妇科、口腔等各临床护理领域。随着疼痛作为第五大生命体征的确立，全国各层次医院疼痛关爱病房的建立，疼痛护理已成为临床护理工作中不可分割的一部分，基于此，第2版新增《疼痛科护理手册》，以指导临床护理，促使疼痛护理更加规范、加速疼痛专科护理人才向专业化转型及学科发展。各分册在遵从丛书编写基本要求的基础上，遵循“专病专护”原则，结合各专科特色并融入快速康复理念，持续关注学科前沿进展，站在护理的角度辅以图文并茂的方式全面系统地展开了全书的编撰工作。

在编写形式上，本套丛书结构层次清晰，文字简

洁、精练，紧密结合临床护理工作实际，以病人为中心，以具体疾病护理为纲，要点式地重点介绍护理措施，特别注意描述护理关键环节、难点及其对策和护理细节。在结构体系上彻底改变了护理学专业多数教辅资料按照护理程序编写的共同模式，根据医护人员的临床思维，在综合以往各专科护理常规与理论的基础上，发展符合现代临床需要的科学模式。本丛书的一大亮点还在于，遵循“科学、实用，通俗、易懂”的基本原则，兼顾不同地区、不同层次临床医护人员对各专科常见疾病、多发疾病临床护理的认识，同时结合案例、图片等多种编撰和展现形式，进一步提高本套丛书的可读性与临床实用性。整套丛书内容简要而不失详尽，浅显易懂又全面丰富，既包含临床知识技能，又纳入许多相关知识或科普故事，让全书不致过于严肃死板，读者在丰富临床理论之余，还能了解更多其他知识，使得临床各专科护理的学习变得更为生动有趣，提高读者学习阅读的积极性。

本丛书作为临床专科护理指南，对从事临床一线护理工作的护理同仁具有较大的参考价值，同时还可作为各级医院各专科新手岗前培训、规范化培训、继续教育及临床实习辅导丛书，从而从各个层次的专科人才培养着手，提高各专科临床护理水平，促进护理质量的进一步提高。

参加编写《临床护理指南丛书》（第2版）的作者除四川大学华西医院护理专家外，还有来自全国多家医学院校及医疗机构的临床护理专家，她们多在临床一线工作，在繁忙的临床和管理工作的之余完成了本

套丛书的编写工作，在此向她们表示衷心的感谢。

全体编者均以高度认真负责的态度参加了本丛书编撰工作，但由于编写时间仓促且涉及众多专科领域，各专科编写人员思维方式、知识层次、经验积累存在差异，因此书中难免存在不足之处，敬请广大读者给予批评指正！

编者

2015年6月

前 言

人口老龄化已成为当今世界的一个突出的社会问题。退休人口数量增加、人类寿命延长及少子化加速已使劳动力短缺，加重了劳动人口与整个社会的负担。根据联合国最新资料统计，目前全球老龄人口总数已达 6.29 亿，平均每 10 个人中就有一位 60 岁或 65 岁以上的老人。到 2050 年，60 岁以上的老龄人口总数将达到 20 亿，占总人口数的 21%，并将超过 14 岁以下儿童人口的总数。我国已经进入老龄化社会，2012 年底我国老年人口 1.94 亿，占总人口数的 14.3%，其中 80 岁以上高龄老年人达到 2273 万人；2013 年老年人口已突破 2 亿大关，老龄化给我国包括卫生保健在内的各个领域带来深远的影响。

为应对人口老龄化和老龄社会挑战，对老年护理进行体系化和规范化建设，《老年护理手册》第一版于 2011 年出版，旨在适应护理模式的改革及临床护理工作的需要，帮助从事老年护理的临床实践与教学人员，尤其是未接受过老年护理教育的大量临床护士，树立新的老龄化意识和老年护理理念，提高老年护理知识、技能以及解决问题的能力，从而为老年人提供规范化优质护理服务，培养有能力和高素质的“实用型”老年护理人才。

作为老年科护理同仁临床工作的口袋书，第一版老年护理手册总结了老年科临床护理工作中的护理关键环节、难点及其对策和护理细节。该书推出后，受

到了国内老年护理同行的广泛好评。老年医学及老年护理学是一个迅速发展的学科，近几年针对老年人的基础理论、护理技术的研究层出不穷，出现很多新知识、新技术和新理念，鉴于此，我们对第一版《老年护理手册》进行了修订。

《老年护理手册》第二版仍分为十章，包括绪论、老化理论与老化伴随的各种功能变化、老年人的健康综合评估、与老年人的沟通、老年人的日常生活护理、老年综合征的护理、老年人常见疾病与护理、老年人的临终关怀护理、老年人安全风险防范护理和老年人的健康保健护理。

本书在第一版注重突出“以人为中心”的整体护理思维方式和现代护理程序化工作方法，体现基础理论、基本知识、基本技能的“三基”原则，注重思想性、科学性和适用性的基础上，对各章节均进行了更新和完善。本书列出了各个学者对老化理论的最新研究，特别为读者介绍了老化的中医学理论，结合我国的中医特色来理解老化。本书参考最新的资料，更新了老年人的健康综合评估具体方法以及评估时的注意事项；为读者提供了与认知功能障碍老年人的沟通技巧，方便读者在临床实际工作中灵活运用；根据国内外最新的各领域指南，对老年综合征和老年人常见疾病的诊断标准和护理措施进行了修正，确保为读者提供最新、最科学的护理理念和护理技术。因前列腺增生在老年男性中的发病率高，本书特别在疾病护理章节为读者增加了老年前列腺增生与护理的知识，希望对临床工作有所帮助。随着老年医学及老年护理学的

发展，以及人们生活水平的提高，人们越来越注重健康保健，《老年护理手册》第二版更强调疾病的三级预防，关注老年人的预防保健和疾病的健康教育。

本书作者均为从事老年护理工作的临床和教学人员，根据各自的专长安排编写相应章节，旨在使本书更具权威性和实用性，方便读者通过速查本书解决在实践中遇到的问题。

本书在修订的过程中，得到了卫计委有关部门的指导和大力支持，也得到了参编者的大力合作，在此致以诚挚的谢意。

限于编者的能力与水平，本书在文字及专业水平方面难免存在错误与疏漏，恳请读者谅解并惠予指正。

胡秀英
2015年4月

目 录

第一章 绪论	1
第一节 老年与老化相关概念.....	1
第二节 人口老龄化现状、趋势与挑战.....	8
第三节 老年护理学的发展.....	15
第四节 老年护理执业范围与老年护理实践模式.....	28
第五节 老年护理观与老年护理目标.....	33
第二章 老化理论与老化伴随的各种功能变化	38
第一节 老化理论与护理.....	38
第二节 老化伴随的各种功能变化.....	48
第三章 老年人的健康综合评估	60
第一节 老年健康综合评估概述.....	60
第二节 老年健康综合评估的原则及注意事项.....	62
第三节 老年人躯体健康的评估.....	65
第四节 老年人心理健康的评估.....	78
第五节 老年人社会健康评估.....	88
第六节 老年人生活质量评估.....	93
第七节 老年综合评估的实施与进展.....	94
第四章 与老年人的沟通	101
第一节 沟通的概述.....	101
第二节 非语言沟通.....	107
第三节 语言沟通.....	111
第四节 促进有效沟通的方法.....	113
第五节 如何与认知障碍的老年人沟通.....	114
第五章 老年人的日常生活护理	128
第一节 老年人日常生活护理的理念及目标.....	129

第二节	老年人的饮食和营养	135
第三节	老年人的休息和睡眠	141
第四节	老年人的活动和生活节律	144
第五节	老年人的皮肤清洁和衣着卫生	153
第六节	老年人的排泄	156
第七节	老年人的性需求和性生活卫生	159
第八节	老年人安全用药的护理	162
第六章	老年综合症的护理	168
第一节	跌倒与护理	168
第二节	吞咽障碍与护理	182
第三节	尿失禁与护理	196
第四节	便秘与护理	211
第五节	大便失禁与护理	221
第六节	压疮与护理	229
第七节	睡眠障碍与护理	236
第七章	老年人常见疾病与护理	248
第一节	老年疾病的特点	248
第二节	老年人心理问题与护理	251
第三节	老年胃食管反流病与护理	273
第四节	老年骨质疏松症与护理	280
第五节	老年退行性骨关节病与护理	287
第六节	老年慢性阻塞性肺疾病与护理	297
第七节	老年高血压病与护理	314
第八节	老年冠心病与护理	322
第九节	老年脑梗死与护理	343
第十节	老年糖尿病与护理	351
第十一节	老年痴呆与护理	361
第十二节	老年前列腺增生与护理	370