



卫生部“十二五”规划教材  
全国高等医药教材建设研究会“十二五”规划教材  
全国高职高专**配套**教材

供五年一贯制护理学专业用

# 老年护理学 学习指导及习题集

主编 罗悦性



人民卫生出版社  
PEOPLE'S MEDICAL PUBLISHING HOUSE





卫生部“十二五”规划教材

全国高等医药教材建设研究会“十二五”规划教材

全国高职高专配套教材 供五年一贯制护理学专业用

# 老年护理学 学习指导及习题集

主 编 罗悦性

副主编 胡 晓 窦丽丽

编 者 (以姓氏笔画为序)

朱杰敏 (无锡卫生高等职业技术学校)

李佳敏 (湖北省襄樊职业技术学院医学院)

张小燕 (山西太原市卫生学校)

罗悦性 (商丘医学高等专科学校)

胡 晓 (山东省青岛卫生学校)

程东阳 (黑龙江护理高等专科学校)

窦丽丽 (商丘医学高等专科学校)

人 民 卫 生 出 版 社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

老年护理学学习指导及习题集/罗悦性主编. —北京:  
人民卫生出版社, 2011. 9

ISBN 978-7-117-14762-0

I. ①老… II. ①罗… III. ①老年医学: 护理学—高等职业教育—教学参考资料 IV. ①R473

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 177544 号

|                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------|
| 门户网: <a href="http://www.pmph.com">www.pmph.com</a> 出版物查询、网上书店              |
| 卫人网: <a href="http://www.ipmph.com">www.ipmph.com</a> 护士、医师、药师、中医师、卫生资格考试培训 |

版权所有, 侵权必究!

## 老年护理学学习指导及习题集

主 编: 罗悦性

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: [pmph@pmph.com](mailto:pmph@pmph.com)

购书热线: 010-67605754 010-65264830

010-59787586 010-59787592

印 刷: 北京市卫顺印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/16 印张: 12

字 数: 293 千字

版 次: 2011 年 9 月第 1 版 2011 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-14762-0/R · 14763

定 价: 20.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: [WQ@pmph.com](mailto:WQ@pmph.com)

(凡属印装质量问题请与本社销售中心联系退换)

# 前言

本书是全国高职高专五年一贯制护理专业卫生部规划教材《老年护理学》的配套教材,各章节内容分为重点提示、习题及参考答案三部分。

重点提示以教学大纲为指导,对每一章节的内容进行简明扼要的阐述,以利于学生较快掌握老年护理学的重点内容。

习题部分力求少而精,注重体现老年人的生理及心理特点、健康问题的临床表现、护理诊断、护理措施等内容,但也照顾到知识点的覆盖。题型包括名词解释、填空题、选择题、简答题和案例分析。①名词解释要求在理解的基础上,简单准确地说出名词的定义、基本概念或原理。②填空题是在理解上下文含义的基础上,在试题的空缺处填入正确的答案。③选择题采用  $A_1$ 、 $A_2$ 、 $A_3$  型试题。 $A_1$  型题(单句型最佳选择题)以简明扼要的提出问题为特点,考查学生对单个知识点的掌握情况。 $A_2$  型题(病例摘要型最佳选择题)以叙述一段简要病历为特点,考查学生的分析判断能力。 $A_3$  型题(病例组型最佳选择题)以叙述一个以患者为中心的临床情景,针对相关情景提出测试要点不同的 2~3 个相互独立的问题,以考查临床综合能力。试题均由一个题干和五个选项组成,五个选项中只有一个为正确答案,其余均为干扰答案。干扰答案可以部分正确或完全不正确,考生在回答本题型时需对选项进行比较,找出最佳的或最恰当的选项。④简答题要求简明扼要的回答出问题的要点。⑤案例分析是对一个较为完整的案例进行综合、分析,然后回答问题,以考查学生分析、解决问题的能力。

参考答案是为了便于学生验证自己答案的正确性,学习时不要拘泥、死背答案。学生回答不要求文字上与教材相同,但要正确、清楚、全面。案例分析未设参考答案,目的是给学生留有更大的思考、发挥的空间。

学生应在学习、理解教材的基础上,进行答题练习,以更好地促进对所学内容的掌握,并反馈学习效果,同时也有利于学生熟悉考试题型,明确考试具体要求。

本书简明扼要,实用性强,主要供高职高专五年一贯制护理学专业学生使用,同时对教师辅导也有一定价值,也可供其他教育层次的护生和临床护理人员使用和参考。

尽管编者在编写本书时都高度认真负责,但由于编写时间较紧,编者的能力和水平有限,不当、错误和疏漏之处在所难免,敬请专家、读者、同行和使用者批评指正。

罗悦性

2011 年 6 月

# 目 录

|                        |    |
|------------------------|----|
| 第一章 绪论                 | 1  |
| 【重点提示】                 | 1  |
| 【习题】                   | 3  |
| 【参考答案】                 | 5  |
| 第二章 老化的理论              | 7  |
| 【重点提示】                 | 7  |
| 【习题】                   | 9  |
| 【参考答案】                 | 11 |
| 第三章 老年人的健康评估           | 13 |
| 【重点提示】                 | 13 |
| 【习题】                   | 17 |
| 【参考答案】                 | 21 |
| 第四章 老年人的健康保健           | 23 |
| 【重点提示】                 | 23 |
| 【习题】                   | 29 |
| 【参考答案】                 | 32 |
| 第五章 老年人的心理健康           | 35 |
| 【重点提示】                 | 35 |
| 【习题】                   | 38 |
| 【参考答案】                 | 41 |
| 第六章 老年人的日常生活及常见健康问题的护理 | 43 |
| 【重点提示】                 | 43 |
| 【习题】                   | 56 |
| 【参考答案】                 | 66 |
| 第七章 老年人的安全用药与护理        | 69 |
| 【重点提示】                 | 69 |
| 【习题】                   | 70 |
| 【参考答案】                 | 74 |
| 第八章 老年感官系统常见疾病患者的护理    | 76 |

|                               |     |
|-------------------------------|-----|
| 【重点提示】 .....                  | 76  |
| 【习题】 .....                    | 81  |
| 【参考答案】 .....                  | 85  |
| 第九章 老年呼吸系统常见疾病患者的护理 .....     | 87  |
| 【重点提示】 .....                  | 87  |
| 【习题】 .....                    | 90  |
| 【参考答案】 .....                  | 96  |
| 第十章 老年循环系统常见疾病患者的护理 .....     | 99  |
| 【重点提示】 .....                  | 99  |
| 【习题】 .....                    | 104 |
| 【参考答案】 .....                  | 112 |
| 第十一章 老年消化系统常见疾病患者的护理 .....    | 115 |
| 【重点提示】 .....                  | 115 |
| 【习题】 .....                    | 118 |
| 【参考答案】 .....                  | 122 |
| 第十二章 老年泌尿及生殖系统常见疾病患者的护理 ..... | 124 |
| 【重点提示】 .....                  | 124 |
| 【习题】 .....                    | 129 |
| 【参考答案】 .....                  | 133 |
| 第十三章 老年内分泌及代谢性疾病患者的护理 .....   | 135 |
| 【重点提示】 .....                  | 135 |
| 【习题】 .....                    | 140 |
| 【参考答案】 .....                  | 145 |
| 第十四章 老年神经系统常见疾病患者的护理 .....    | 149 |
| 【重点提示】 .....                  | 149 |
| 【习题】 .....                    | 154 |
| 【参考答案】 .....                  | 161 |
| 第十五章 老年运动系统常见疾病患者的护理 .....    | 164 |
| 【重点提示】 .....                  | 164 |
| 【习题】 .....                    | 168 |
| 【参考答案】 .....                  | 173 |
| 第十六章 老年人的临终关怀与护理 .....        | 175 |
| 【重点提示】 .....                  | 175 |
| 【习题】 .....                    | 177 |
| 【参考答案】 .....                  | 179 |

# 第一章 绪 论

## 【重点提示】

### 第一节 老年人与人口老龄化

#### 一、老 化

老化即衰老，人体自出生到成熟期后，随着年龄的增长，在形态和功能上所发生的进行性和衰退性变化，称为老化，老化是所有生物种类在生命延续过程中的一种生命现象。老化可分为生理性老化和病理性老化两种类型。

老化的基本特征可归纳为：①累积性。②普遍性。③渐进性。④内生性。⑤危害性。

#### 二、人口老龄化

1. 老年人 世界卫生组织（WHO）对老年人年龄的划分有两个标准：在发达国家将 65 岁以上的人群定义为老年人，而在发展中国家则将 60 岁以上人群称为老年人。

现阶段我国老年人按时序年龄的划分标准为：45～59 岁为老年前期，即中老年人；60～89 岁为老年期，即老年人；90～99 岁为长寿期，即长寿老年人；100 岁及其以上为寿星，即百岁老年人。世界卫生组织（WHO）将人的年龄界限又作了新的划分：44 岁以下为青年人；45～59 岁为中年人；60～74 岁为年轻老年人；75～89 岁为老老年人；90 岁以上为非常老的老年人或长寿老年人。

2. 人口老龄化 人口老龄化简称人口老化，是指社会人口年龄结构中，老年人口在总人口中所占比例不断上升的动态过程。

人口老龄化的常用指标：①老年人口系数。②老年人口负担系数。③长寿水平。④平均期望寿命。⑤健康期望寿命。

3. 老龄化社会 发达国家 65 岁及以上人口达到或超过总人口的 7%，~~发展中国家~~ 60 岁及以上人口达到或超过总人口的 10% 时，该国（或地区）即成为老龄化国家（或地区），达到这个标准的社会即称为老龄化社会。

#### 4. 人口老龄化的现状与趋势

（1）世界人口老龄化的现状与趋势：①全球人口老龄化的速度加快。②发展中国家老年人口增长速度快。③全球人口老龄化的区域分布不均衡。④人口平均预期寿命延长。



⑤女性老年人增长速度快。⑥高龄老年人快速增长。

(2) 中国人口老龄化的特征: ①我国老年人口绝对值为世界之最。②人口老龄化速度快, 来势猛。③区域分布不均衡, 差异大。④人口老龄化城乡倒置。⑤老年人口明显呈现高龄化趋势。⑥女性老年人比例高。⑦文化程度低。⑧老年人婚姻状况稳定。⑨我国人口的发展是未富先老。

(3) 人口老龄化带来的问题: ①社会负担加重。②社会保障费用增加。③现有产业结构需要调整。④传统养老模式受到影响。⑤保健服务需求增加。⑥老龄工作急需大力加强。

(4) 人口老龄化的对策: ①加速经济发展。②建立和完善养老福利政策和社会保障制度。③建立与健全老年人医疗保险和保健制度。④完善老年相关的法律法规体系。⑤实行弹性退休年龄制度, 充分发挥老年人力资源优势。⑥家庭养老和社会养老相结合。⑦创建健康老龄化与和谐老龄化。

## 第二节 老年护理学概述

老年护理学是研究、诊断和处理老年人对自身存在和潜在的健康问题反应的学科。它是护理学的一个分支, 与自然科学、社会科学相互渗透, 是一门跨学科、多领域, 同时又具有其独特性的综合性学科。

老年护理学强调恢复、保持和促进健康, 预防和控制由疾病引起的残疾, 发挥老年人的日常生活能力, 实现老年人机体的最佳功能, 保持人生的尊严和舒适的生活, 直至死亡。

1. 老年护理学研究的内容 ①以老年医学对衰老机制和抗衰老的研究为基础, 通过护理干预延缓老年期的衰老性变化。②研究老年人生理、心理和社会适应能力方面的问题及护理, 减少各种危险因素给老年人带来的负面影响。③研究如何发挥机体功能, 增强自我照顾能力, 提高老年人的生活质量。④研究老年人保健和健康教育, 维护和促进老年人的身心健康。总之, 老年护理学是以老年人作为对象, 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、社会和生理、心理因素对老年人健康的影响, 探讨用护理手段和措施解决老年人的健康问题。

2. 老年护理的目标 ①增强自我照顾能力。②延缓恶化及衰退。③提高生活质量。④做好临终关怀。

3. 老年护理的原则 ①满足需求。②社会护理。③整体护理。④个体化护理。⑤早期防护。⑥持之以恒。

老年护理的发展大致经历了四个时期: ①理论前期。②理论基础初期。③推行老年人医疗保险福利制度后期。④全面发展和完善的时期。

4. 老年护理学的发展趋势 ①老年护理学的发展会逐步引起人们观念的转变, 加深对老年护理的必要性、特殊性、专业性认识。②老年护理人员角色功能的转变。③学科间的合作加强。④随着老年护理学的发展, 研究内容由注重延长生命到注重提高生命的质量, 在传统养老观念的基础上新的护理观念已逐步形成。

5. 老年护理的道德准则 ①奉献精神; ②尊老敬老; ③热忱服务, 一视同仁; ④高度负责, 技术求精; ⑤良好的沟通技巧和合作精神。



## 【习题】

## 一、名词解释

1. 老化
2. 人口老龄化
3. 健康期望寿命
4. 老年人口系数
5. 老年护理学

## 二、填空题

1. 老化的特点包括\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_。
2. 老年护理的原则包括\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_。
3. 人口老龄化带来的问题有\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_。
4. 老年护理的目标有\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_。
5. WHO 将人的年龄界限又作了新的划分：44 岁以下为\_\_\_\_\_；45~59 岁为\_\_\_\_\_；60~74 岁为\_\_\_\_\_；75~89 岁为\_\_\_\_\_；90 岁以上为\_\_\_\_\_或\_\_\_\_\_。
6. 老化可分为\_\_\_\_\_和\_\_\_\_\_两种类型。
7. 老年护理学的发展大致经历了四个时期：即\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_。
8. 老年学包括\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_。
9. 老年护理的对象不仅包括\_\_\_\_\_，还应包括\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_。

## 三、选择题

A<sub>1</sub> 型题

1. 下列哪项不属于老化的特征（ ）
  - A. 渐进性
  - B. 普遍性
  - C. 累积性
  - D. 规律性
  - E. 危害性
2. WHO 对发达国家老年人年龄划分标准为（ ）
  - A. >55 岁
  - B. ≥60 岁
  - C. ≥65 岁
  - D. ≥70 岁
  - E. ≥75 岁
3. 老年护理作为一门独立的专业需要被确定是在哪年（ ）
  - A. 1961
  - B. 1900
  - C. 1966
  - D. 1975
  - E. 1976
4. 下列哪项是反映人口老龄化的主要指标（ ）
  - A. 老年人口系数
  - B. 长寿水平
  - C. 老年人口负担系数
  - D. 老龄化指数
  - E. 平均期望寿命
5. 世界卫生组织关于年龄的划分，不正确的是（ ）

- A. 35 岁以下为青年人                      B. 45~59 岁为中年人  
C. 60~74 岁为年轻老年人                D. 75~89 岁为老老年人  
E. 90 岁以上为长寿老年人
6. 下列哪项不是老年护理人员的角色 ( )  
A. 教育者                      B. 沟通者                      C. 研究者  
D. 协调者                      E. 替代者
7. 老年护理作为一门学科最早出现于 ( )  
A. 英国                      B. 中国                      C. 美国  
D. 日本                      E. 韩国
8. WHO 对发展中国家老年人年龄划分标准为 ( )  
A.  $>45$  岁                      B.  $\geq 60$  岁                      C.  $\geq 65$  岁  
D.  $\geq 70$  岁                      E.  $\geq 75$  岁
9. 高龄老年人是指老年人的年龄 ( )  
A.  $\geq 60$  岁                      B.  $\geq 61$  岁                      C.  $\geq 65$  岁  
D.  $\geq 80$  岁                      E.  $\geq 90$  岁
10. 我国开始进入老龄化社会的时间是 ( )  
A. 1980 年底                      B. 1989 年底                      C. 1990 年底  
D. 1999 年底                      E. 2000 年底
11. “老化过程是机体的结构和功能衰退的过程, 使机体功能下降乃至丧失, 往往对生存不利”反映了老化的 ( )  
A. 累积性                      B. 渐进性                      C. 内生性  
D. 危害性                      E. 普遍性
12. “老化是源于本身固有的特性”反映了老化的 ( )  
A. 累积性                      B. 渐进性                      C. 普遍性  
D. 危害性                      E. 内生性
13. 根据世界卫生组织的规定, 75~89 岁的老年人称为 ( )  
A. 老年前期老年人                      B. 老年期老年人                      C. 年轻老年人  
D. 老老年人                      E. 长寿老年人

#### A<sub>2</sub> 型题

14. 护士张某, 为糖尿病老年患者讲解控制血糖的重要性。张某的行为属于护理人员的哪种角色 ( )  
A. 执业者                      B. 照顾者                      C. 研究者  
D. 沟通者                      E. 教育者
15. 王太太, 63 岁, 依照 WHO 关于人的年龄界限的新划分标准, 王太太为 ( )  
A. 中年人                      B. 年轻老年人                      C. 老老年人  
D. 青年人                      E. 非常老的老年人
16. 护士张某, 为社区糖尿病老年人进行压疮护理。张某的行为属于护理人员的哪种角色 ( )  
A. 教育者                      B. 照顾者                      C. 研究者  
D. 沟通者                      E. 执业者

**A<sub>3</sub> 型题**

(17~18 题共用题干)

患者张某,男,72岁,患老年痴呆症,记忆减退,生活自理能力下降,对护理人员的道德修养提出了更严格的要求。

17. 下列哪项是老年护理道德的基本原则 ( )

- A. 奉献                      B. 关怀                      C. 尊重  
D. 平等真诚              E. 以上均是

18. 老年护理的道德准则是 ( )

- A. 奉献精神              B. 尊老敬老              C. 热忱服务,一视同仁  
D. 高度负责,技术求精   E. 以上均是

**四、简答题**

1. 简述我国人口老龄化的现状与趋势。
2. 简述世界人口老龄化的现状与趋势。
3. 老年护理的发展大致经历了哪几个时期?
4. 简述老化的特点。
5. 简述老年护理的道德准则。
6. 简述老年护理学研究的内容。

**五、论述题**

1. 论述人口老龄化对护理工作的挑战。
2. 试述人口老龄化带来的问题与对策。

**【参考答案】****一、名词解释**

1. 老化即衰老,是指人体自出生到成熟期后,随着年龄的增长,在形态和功能上所发生的进行性和衰退性变化,称为老化。
2. 人口老龄化简称人口老化,是指社会人口年龄结构中,老年人口占总人口中的比例不断上升的动态过程,实际上是人口年龄结构的老龄化。
3. 健康期望寿命是指在健康条件下的期望寿命,即个人在良好状态下的平均生存年数,也就是指老年人能够维持良好的日常生活活动功能的年限。
4. 老年人口系数又称老年人口比例,是反映人口老龄化的主要指标,是指某国家或地区的总人口构成中,老年人口数占总人口数的比例。
5. 老年护理学是研究、诊断和处理老年人对自身存在和潜在的健康问题反应的学科。

**二、填空题**

1. 累积性    普遍性    渐进性    内生性    危害性
2. 满足需求    社会护理    整体护理    个体化护理    早期防护    持之以恒

3. 社会负担加重 社会保障费用增加 现有产业结构需要调整 传统养老模式受到影响 保健服务需求增加 老龄工作急需大力加强

4. 增强自我照顾能力 延缓恶化及衰退 提高生活质量 做好临终关怀

5. 青年人 中年人 年轻老年人 老老年人 非常老的老年人 长寿老年人

6. 生理性老化 病理性老化

7. 理论前期 理论基础初期 推行老年人医疗保险福利制度后期 全面发展和完善的时期

8. 老年基础医学 老年临床医学 老年康复医学 老年预防保健医学 老年流行病学 老年社会医学等内容

9. 老年患者 健康的老年人 老年人家庭的成员 家庭照料者

### 三、选择题

1. D    2. C    3. B    4. A    5. A    6. E    7. C    8. B    9. D  
10. D    11. D    12. E    13. D    14. E    15. B    16. E    17. E    18. E

### 四、简答题

1. ①我国老年人口绝对值为世界之最。②人口老龄化速度快，来势猛。③区域分布不均衡，差异大。④人口老龄化城乡倒置。⑤老年人口明显呈现高龄化趋势。⑥女性老年人比例高。⑦文化程度低。⑧老年人婚姻状况稳定。⑨我国人口的发展是未富先老。

2. ①全球人口老龄化的速度加快。②发展中国家老年人口增长速度快。③全球人口老龄化的区域分布不均衡。④人口平均预期寿命延长。⑤女性老年人增长速度快。⑥高龄老年人快速增长。

3. ①理论前期。②理论基础初期。③推行老年人医疗保险福利制度后期。④全面发展和完善的时期。

4. ①累积性。②普遍性。③渐进性。④内生性。⑤危害性。

5. ①奉献精神。②尊老敬老。③热忱服务，一视同仁。④高度负责，技术求精。⑤良好的沟通技巧和合作精神。

6. 以老年人为对象，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 and 生理、心理因素对老年人健康的影响，探讨用护理手段和措施解决老年人的健康问题。

### 五、论述题

略。

(张小燕)

---

## 第二章 老化的理论

---

### 【重点提示】

现在比较常见的老化理论有老化的生物学理论、心理学理论、社会学理论。到目前为止,关于老化的机制以及老化发生过程中老年人出现的生理、心理、社会的变化没有一个确切的理论可以解释,它是多种因素共同作用的结果,老化的理论有待于老年工作者继续研究。

### 第一节 老化的生物学理论

基因理论代表学说有细胞定时老化论、遗传程序衰老学说和基因突变论。细胞定时老化论认为:动物有预先设定的生命周期,细胞基因有固定的生命期限,并以细胞分化次数决定个性寿命。遗传程序衰老学说认为:体内“生物钟”支配着所有生命现象的循序展开,目前实验表明,这个“生物钟”就是细胞核内的脱氧核糖核酸,它控制着生物个体的衰老程序。基因突变理论认为:衰老是体细胞突变或细胞 DNA 复制错误引起的损伤,造成老年人体内细胞特性的变化,从而影响细胞功能。

体细胞突变学说认为老化是由体细胞显性突变引起的。

分子串联论认为串联的分子成分附着于 DNA 分子的单链上,导致细胞突变,使细胞丧失正常运转电子与排泄废物的功能,胶原蛋白丧失弹性,使组织器官功能衰退。

细胞耗损理论认为生命的死亡是由于组织细胞耗损来不及修复,不能再生,导致细胞或者细胞分子结构的损坏或者耗损、细胞衰老,无法发挥正常功能。

自由基学说认为身体的老化及疾病的发生,与体内氧自由基的存在有很大的关系,内源性的和外源性的自由基都可加速衰老的进程。

免疫理论认为衰老与机体免疫功能减退和自身免疫增强有关。

脂褐质和游离放射理论认为,细胞中脂褐质的沉积是细胞老化的具体表现,随年龄增长,体内游离放射物增加,抗氧化物减少,引起脂褐质沉积,细胞损伤,老化现象出现。

神经内分泌学说认为老化现象是由于脑内神经传导物质不平衡,大脑和内分泌腺体的功能失调所致。

长寿和衰老理论认为:当人进入老年期开始衰老的时候,自然会伴有疾病。该理论不

仅研究人长寿的原因，也注重老年人的生活质量。

错误成灾理论认为在核酸、蛋白的生物合成时不断产生的差错可能是细胞老化的因素之一，这些错误在复制时逐渐积累扩大，阻碍正常生理功能，引起机体老化。

修饰基因学说认为动物在性成熟之前，由某种“修饰基因”来抑制加速衰老的基因的有害作用。随着年龄的增长，“修饰基因”的这种抑制作用就会逐渐丧失，加速衰老的基因就会起作用，因而机体日渐衰老。

线粒体 DNA 损伤学说认为线粒体 DNA 损伤时，能量（ATP）减少，影响细胞的能量供给，导致细胞、组织、器官功能的衰退。

## 第二节 老化的心理学理论

在人的需要理论中，最具代表性的是马斯洛的“人的基本需要层次理论”。理论中指出人类的需要有五个不同的层次，从低到高分别为：生理的需要、安全的需要、爱与归属的需要、自尊的需要、自我实现的需要。马斯洛认为：这些需要是人类普遍存在的，并有先后层次的区分，当较低层的需要获得满足后，更高层次的需要才会出现；不同的人生阶段有不同的需要，这些需要不断变化，总是向更高层次的需要发展；人的基本需要应该得到满足，满足的需要有利于治疗疾病，反之会引发疾病。

自我概念理论认为每个人在社会上同时扮演许多不同的社会角色，扮演的角色不同，自我概念也不同。当人类进入老年期，由于扮演的社会角色逐渐减少甚至丧失，再加上本身生理功能的衰退，健康水平逐年下降，致使老年人自我概念减弱，老化心态也随之出现。

人格发展理论认为整个人生过程从出生到死亡分为八个主要阶段。每一个发展阶段都有其特定的发展任务，若能顺利完成，人生趋向完美和成熟；反之，人生就会出现失败的停滞或扭曲发展的现象。年纪大的老年人处在晚年发展阶段，如果老年人对自己的一生评价是满意的，就会对老年生活产生满足并且会有良好的生活态度；若对自己的以往经历充满懊悔，这样会对老年生活产生失望、愤怒，甚至产生惊恐的行为表现。

## 第三节 老化的社会学理论

隐退理论认为社会平衡状态的维持，决定于社会与老年人退出之间互相作用所形成的利于双方的过程。该过程不因个人意愿而改变，是不可避免的，当老年人社会交往的数量、性质、方式逐渐改变，他们与社会交往的机会就会减少，隐退即将开始。

角色理论认为随着年龄逐渐增长，情感性角色逐步取代了功能性角色，老年人的行为特点则变为保守谦和。该理论主张老年人若能对所承担的角色有所认识，并对角色改变的自然过程有所认知并接受，将有助于对老年生活的适应。

持续理论认为一个人的人格及行为特征是由环境影响与社会增强结果所塑造出来的。人的人格会随年龄的增加而持续地动态改变，如果个体能适时改变人格，适应人生不同阶



段的生活, 则能较成功地适应老化。

活跃理论认为老年人因年龄大而失去原有角色功能, 会使老年人失去生活的信心与意义, 如果能让老年人有机会参与社会活动, 贡献自己的力量, 他们对晚年生活的满意度就会增加, 而不会觉得自己是没有用的人, 从而能很好地适应老年生活, 更好地提升老年人的生活品质和满意度。

次文化理论认为老年人在社会团体中是一群非主流人群, 他们有自己的特有文化特点, 从而自成一个次文化团体。同一次文化团体中, 群体间的相互支持和认同与适应老化过程呈正相关。

年龄阶层理论认为老年人作为社会团体中的一个年龄阶层, 老年人会影响其老年社会化过程, 使得老年群体间拥有某些特定的普遍性行为模式。

社会环境适应理论是阐述不同的环境背景, 会塑造出不同人格与行为特点的老年人群。

老化的相关理论是以不同角度以及不同老年人群来研究的, 各种老化的理论都有其局限性, 护理人员在应用老化理论的时候需要谨慎选择, 并应用不同的老化理论指导不同的老年人。

## 【习题】

### 一、名词解释

老化

### 二、填空题

1. 细胞定时老化论认为: 动物有预先设定的\_\_\_\_\_, 细胞基因有固定的\_\_\_\_\_, 并以细胞分化次数决定\_\_\_\_\_。
2. 遗传程序衰老学说认为: 体内“生物钟”支配着所有生命现象的循序展开, 目前实验表明, 这个“生物钟”就是细胞核内的\_\_\_\_\_, 它控制着生物个体的\_\_\_\_\_。
3. 体细胞突变学说理论认为老化是由\_\_\_\_\_显性突变引起的。
4. 免疫论认为衰老与机体免疫功能\_\_\_\_\_自身免疫\_\_\_\_\_有关。
5. 马斯洛认为: 人类的需要有五个不同的层次, 从低到高分别为: \_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_。
6. \_\_\_\_\_是指个人对自己角色功能的认知和评价。

### 三、选择题

#### A<sub>1</sub> 型题

1. 用于解释老化、健康观、健康行为之间的老化理论是 ( )  
A. 免疫理论                      B. 错误成灾理论                      C. 神经内分泌学说

- D. 长寿和衰老理论      E. 修饰基因学说
2. 下列哪种理论认为衰老在机体内类似一种“定时钟”( )
- A. 免疫理论      B. 差错灾难理论  
C. 预期寿命和功能健康理论      D. 长寿和衰老理论  
E. 遗传程序衰老理论
3. 活跃理论和隐退理论的缺欠促成了哪种理论的产生( )
- A. 角色理论      B. 持续理论      C. 年龄阶层理论  
D. 活跃理论      E. 隐退理论
4. 依据下列哪种理论护士可以指导老年人从事一些有意义的工作, 继续发挥专长( )
- A. 持续理论      B. 角色理论      C. 活跃理论  
D. 次文化理论      E. 社会环境适应理论
5. 依据下列哪种理论护士可以指导老年人适应老化、适应退休、适应空巢和丧偶等变化( )
- A. 次文化理论      B. 角色理论      C. 年龄阶层理论  
D. 活跃理论      E. 隐退理论
6. 按马斯洛人类基本需要论的观点, 对一个急性腹痛的患者刚入院, 护士应满足其哪一层次的需要( )
- A. 生理      B. 自我实现      C. 尊重  
D. 爱与归属      E. 安全
7. 关于年龄阶层理论的叙述下列哪项是错误的( )
- A. 同一年代出生的人除了具有相似的年龄外, 还具有相似的生理特点、心理特点和社会经历  
B. 新的年龄层群体不断出生, 并会对历史有不同的感受  
C. 社会可根据不同的年龄及其所属的角色被分为不同的阶层  
D. 社会不断变化, 各年龄阶层的人群以及他们的角色也不断变化  
E. 人的老化与社会变化之间的相互作用是呈静态的, 老年人与社会没有相互影响
8. 健康长寿者与下列哪项因素无关( )
- A. 遗传因素      B. 适量饮酒      C. 适量吸烟  
D. 社会环境因素      E. 饮食因素

### A<sub>2</sub> 型题

9. 患者邢某, 因家离医院较远, 家人来探视较少, 患者往往表现心情焦虑、不语、流泪, 要求出院。护士应从哪一方面给予满足( )
- A. 安全      B. 生理      C. 爱与归属  
D. 自我实现      E. 尊重
10. 一母亲住院期间逃跑回家, 试分析可能是哪种需要未得到满足( )

- A. 生理需要
- B. 安全需要
- C. 爱与归属的需要
- D. 尊重与被尊重的需要
- E. 自我实现的需要

#### 四、简答题

1. 简述马斯洛的人的基本需要层次论及其对护理工作的重要意义。
2. 简述体细胞突变学说。
3. 长寿和衰老理论认为健康长寿者与哪些因素有关?

### 【参考答案】

#### 一、名词解释

老化是指在整个生命周期中随着时间的推移而表现出来的形态和功能不断衰退、恶化甚至死亡的过程。

#### 二、填空题

1. 生命周期 生命期限 个性寿命
2. 脱氧核糖核酸 衰老程序
3. 体细胞
4. 减退 增强
5. 生理的需要 安全的需要 爱与归属的需要 自尊的需要 自我实现的需要
6. 自我概念

#### 三、选择题

1. D     2. E     3. B     4. C     5. B     6. A     7. E     8. C     9. C
10. C

#### 四、简答题

1. (1) 人类的需要有五个不同的层次,从低到高分别为:生理的需要、安全的需要、爱与归属的需要、自尊的需要、自我实现的需要。

(2) 对护理工作有着重要的意义:①可以分清护理问题中的轻重缓急。②有利于全面的收集评估资料,及时发现老年人的需要,并尽量满足他们的需要。③可以帮助老年人满足需要,解决健康问题。因此,只有当老年人对各层次的需要得到满足后,才能保证老年人的良好健康状态。

2. 该理论认为老化是由体细胞显性突变引起的。生物的体细胞不断受到内、外环境中理化因素和生物学因素的影响,从而引起基因损伤,导致体细胞突变、染色体畸变、细