

A stylized, dark green palm tree illustration is centered in the background of the cover. It has a thick, segmented trunk and several large, fan-like fronds spreading outwards.

现代 老年保健手册

余荣华 主编

AONIAN BAOJIAN SHOUC

科学技术文献出版社

现代老年保健手册

余荣华 主编

杨兴生 审校

编著者 (按姓氏笔划为序)

王学浩 刘训敦 吕秀英 朱燕俐 陈德才

杨兴生 杨美南 杨运兰 杨继玲 余荣华

周守贵 董光华 傅凤霞

科学技术文献出版社

1988

内 容 简 介

本书不同于已出版的关于老年保健书之处是,它根据老年人往往一身兼患数疾,或一疾累及多系统、多器官的特点,来要求医务人员、老年人家庭,既具有较全面的医学知识,又了解老年医学而编写的。既是一本工具书,又是一本医学读物。对于防治常见老年病,以及对危重病入的抢救,具有较高的实用参考价值。

本书还附有“老年保健药箱”,列举了临床上防治常见老年病的必备药品。

现代老年保健手册

余荣华 主编

科学技术文献出版社出版

北京京辉印刷厂印刷

新华书店科技发行所发行 各地新华书店经售

787×1092毫米 32开本 15.75印张 353千字

1988年10月北京第一版第一次印刷

印数:1—15 000册

科技新书目:179—109

ISBN 7-5023-0671-4/R·18

定价:4.70元

序

随着社会的发展，科学技术的进步，经济和生活条件的不断改善，人类的寿命也在逐渐延长，老年人在全人口中所占比例亦不断增加，因此，老年人的保健问题已受到世界各国的重视。使老年人保持健康的素质，幸福地度过晚年，是医学科学工作者责无旁贷的任务，是重要的研究课题之一。老年病学也必然成为医学领域中的重要学科。在我国，自古以来就有对老年保健和延年益寿的研究，积累了不少经验，但由于缺少精确的理论研究和现代医学的先进技术，使其发展受到限制，进展缓慢。经人口调查证明，到本世纪末，我国老年人将超过总人口的12%，老龄社会也即将来临。这不仅标志着中华民族的昌盛，也说明我国卫生保健事业的成效。近些年来，老年病学已引起我国政府和医务工作者的重视，但对于适合我国国情的老年病防治研究还处于开始阶段。老年人往往一身兼患数疾，或一疾累及多系统、多器官，这就要求医务人员既具有较全面的医学知识，又了解老年医学的特点，能从整体观点出发，全盘安排预防、治疗和护理措施，才不致顾此失彼。

老年病学在我国是一门新兴的专业，有关老年保健的书籍、资料及文献为数较少。为了给基层医疗单位从事老年保健的人员提供一本内容全面的实用性参考书，在余荣华医师的组织下，由从事临床工作多年，具有较丰富实践经验的12位中年医师编写了这本《现代老年保健手册》。它既是一

本工具书，又是一本医学读物，内容丰富，条理清楚，主次分明，简明扼要，具有较高的实用参考价值。我有幸先读受益，特此推荐给广大的医务工作者。

杨兴生

1988年1月8日于北京

前 言

随着科学技术的飞速发展，社会的不断进步，长寿老人的不断增多，老年医学已从一般医学中分化出来，并得到迅速发展。我国是世界上人口最多的国家，据1982年全国第三次人口调查资料，我国60岁以上的老人已达7600多万人，到2000年，预计我国老年人将超过总人口的12%，老龄社会即将来临，这是中华民族昌盛的标志，同时，人们对老年医学的需求也日益增加。我们在老年保健的医疗实践中，深深体会到基层医疗单位防治常见老年病对延年益寿的重要性，尤其是对老年常见危重急症的抢救，更需要丰富的老年医学知识。为了给基层医疗单位从事老年保健的人员提供一点参考资料，我们将多年来积累的老年医学资料加以整理，并参考国内外有关文献，结合自己工作实践的体会，写成了《现代老年保健手册》，希望能对广大的老年保健同道及老年人家庭有所裨益。

全书共分十章，在简要地说明老年生理的基础上，较为详细地介绍了老年内科常见疾病近100种，并对神经精神科、外科、五官科、妇科、皮肤科等60余种老年多发病作了重点叙述，还扼要地论述了老年护理及老年社会福利事业，最后对老年保健工作中常用的辅助诊断检查，如心电图及B型超声等作了专门介绍。书末附录内包括了所设计的“老年保健药箱”，列举了临床上防治常见老年病的最为常用的药品。

中国人民解放军总医院主任医师、解放军军医进修学院教授杨兴生博士对全书进行了审阅，并撰写了个别章节。南京医学院第一附属医院副院长、副主任医师周守贵，该院老年医学科副主任医师陈德才，外科副教授、副主任医师王学浩，南京市第三医院妇产科副主任董光华以及上海中医学院附属曙光医院等单位的部分医师共 12 名学友分别参加了有关部分的编写。

在编写本书的过程中，曾得到原铁道兵首长及解放军总医院有关科室的热情鼓励与帮助，不少同志曾为本书提供了资料，在此表示谢意。12 名编写者均系南京医学院 1966 届以前的学友，凭着努力发展老年保健事业的一股热情集体进行编写，虽尽力使文字修辞有所统一，但诊疗常规可能带有地方特色。鉴于编者水平有限，疏漏与差错在所难免，真诚地期望专家、老师及广大读者批评指正。

余荣华 杨继玲

1987 年 9 月 30 日于北京

目 录

第一章 概述	(1)
第一节 老年生理	(1)
一、心脏血管	(1)
二、脑与脊髓	(2)
三、肺与气管	(3)
四、胃与肠道	(4)
五、肝胆与胰	(5)
六、骨与肌肉	(6)
七、血液淋巴	(7)
八、泌尿生殖	(7)
九、内分泌腺	(9)
十、感觉器官	(10)
十一、身高体重	(11)
十二、毛发皮肤	(12)
十三、免疫功能	(12)
十四、新陈代谢	(14)
十五、心理变化	(14)
第二节 老年病学	(16)
一、老年疾病	(16)
二、老年疾病的诊断	(17)
三、老年疾病常见的合并症	(20)
四、老年疾病的治疗	(21)

第三节 现代老年保健	(24)
一、老年社会医学	(24)
二、老年医疗保健	(26)
三、老年护理	(28)
四、祖国医学与老年保健	(29)
第二章 老年内科	(32)
第一节 心血管病	(32)
一、冠心病	(32)
二、心力衰竭	(55)
三、常见心律失常	(71)
四、高血压病	(93)
五、低血压症	(98)
六、慢性风湿性心脏瓣膜病	(99)
七、慢性肺原性心脏病	(105)
八、梅毒性心脏病	(110)
九、充血性心肌病	(112)
十、感染性心内膜炎	(115)
十一、心包炎	(116)
十二、血管疾病	(119)
十三、休克	(124)
十四、复苏术	(132)
十五、人工心脏起搏器的临床应用	(138)
第二节 代谢疾病	(141)
一、糖尿病	(141)
二、糖尿病昏迷	(153)
三、肥胖症	(162)
四、高脂蛋白血症	(165)

五、痛风·····	(172)
第三节 呼吸疾病·····	(176)
一、感冒·····	(176)
二、慢性支气管炎·····	(179)
三、支气管扩张症·····	(184)
四、肺气肿·····	(186)
五、肺炎·····	(190)
六、肺结核·····	(193)
七、矽肺·····	(198)
八、肺纤维症·····	(200)
九、肺癌·····	(202)
十、呼吸衰竭·····	(206)
第四节 消化疾病·····	(210)
一、食管癌·····	(212)
二、食管裂孔疝·····	(214)
三、消化性溃疡·····	(217)
四、慢性萎缩性胃炎·····	(223)
五、胃癌·····	(225)
六、胰腺炎·····	(228)
七、胰腺癌·····	(231)
八、慢性肝炎·····	(232)
九、肝硬化·····	(234)
十、肝癌·····	(236)
十一、胃肠道憩室病·····	(238)
十二、肠功能紊乱·····	(239)
十三、肠道缺血性疾病·····	(241)
十四、慢性便秘·····	(243)

十五、结肠与直肠癌·····	(245)
第五节 内分泌病·····	(247)
一、甲状腺疾病·····	(248)
二、甲状旁腺疾病·····	(253)
三、老年期性功能减退·····	(256)
四、更年期综合征·····	(259)
第六节 泌尿系疾病·····	(261)
一、泌尿系感染·····	(261)
二、肾盂肾炎·····	(263)
三、泌尿系结石·····	(266)
四、尿失禁·····	(268)
五、膀胱癌·····	(269)
六、肾癌·····	(272)
七、肾功能衰竭·····	(274)
第七节 其他内科疾病·····	(281)
一、贫血·····	(281)
二、老年人与出血·····	(283)
三、老年人与感染·····	(284)
第三章 老年神经精神科·····	(287)
第一节 神经疾病·····	(287)
一、一过性脑缺血发作·····	(287)
二、脑动脉血栓形成·····	(289)
三、脑栓塞·····	(296)
四、脑出血·····	(297)
五、蛛网膜下腔出血·····	(301)
六、帕金森氏病与帕金森氏综合征·····	(303)
七、锥体外系疾病·····	(305)

八、小脑萎缩症·····	(307)
九、脑瘤·····	(308)
十、周围神经疾病·····	(309)
十一、三叉神经痛·····	(311)
第二节 精神疾病·····	(312)
一、神经官能症·····	(312)
二、老年性痴呆·····	(314)
三、老年抑郁症·····	(316)
第四章 老年外科·····	(318)
第一节 老年人的麻醉·····	(319)
第二节 普通外科疾病·····	(320)
一、幽门梗阻症·····	(320)
二、胆囊炎及胆石症·····	(321)
三、急性阑尾炎·····	(323)
四、疝·····	(324)
五、痔·····	(325)
第三节 骨与关节疾病·····	(326)
一、常见骨折·····	(327)
二、骨质增生症·····	(329)
三、骨质疏松症·····	(335)
四、类风湿性关节炎·····	(337)
五、肩关节周围炎·····	(340)
六、肌纤维织炎·····	(342)
第四节 其它外科疾病·····	(343)
一、乳腺癌·····	(343)
二、前列腺疾病·····	(346)
三、老年人跌倒·····	(349)

四、老年人褥疮·····	(350)
第五章 老年五官科·····	(352)
第一节 耳鼻喉疾病·····	(352)
一、中耳炎·····	(352)
二、老年性耳聋·····	(354)
三、耳源性眩晕·····	(356)
四、慢性鼻炎·····	(357)
五、慢性副鼻窦炎·····	(358)
六、鼻出血·····	(360)
七、慢性咽炎·····	(361)
八、鼻咽癌·····	(362)
第二节 眼病·····	(364)
一、青光眼·····	(364)
二、白内障·····	(365)
三、睑内翻·····	(367)
四、泪腺萎缩·····	(368)
五、老视·····	(368)
六、黄斑变性·····	(369)
第三节 口腔疾病·····	(370)
一、龋齿·····	(370)
二、牙周病·····	(372)
三、口腔粘膜白斑·····	(372)
第六章 老年妇科·····	(374)
第一节 妇科肿瘤·····	(374)
一、卵巢肿瘤·····	(374)
二、子宫颈癌·····	(376)
三、子宫体癌·····	(379)

第二节 其它妇科病	(380)
一、外阴搔痒症	(380)
二、阴道炎	(382)
三、子宫脱垂	(383)
四、功能性子宫出血	(386)
五、绝经后阴道出血	(387)
第七章 老年皮肤科	(389)
第一节 皮肤肿瘤	(389)
一、恶性黑色素瘤	(389)
二、皮肤鳞状细胞癌	(390)
三、皮肤基底细胞上皮瘤	(391)
第二节 其它皮肤病	(391)
一、皮肤搔痒症	(391)
二、银屑病	(393)
三、湿疹	(393)
四、带状疱疹	(394)
五、老年性角化病	(395)
六、阴茎干皱症	(396)
七、女阴干皱症	(397)
第八章 老年护理	(398)
第一节 老年饮食	(398)
一、老年营养	(398)
二、老年饮食	(400)
第二节 老年护理	(402)
一、医疗护理	(403)
二、生活护理	(405)
第三节 老年运动指导	(407)

第九章 老年社会福利	(411)
第一节 老年福利需求	(411)
第二节 老年福利设想	(412)
第十章 辅助诊断检查	(413)
第一节 老年心电图	(413)
一、老年心电图的特点	(413)
二、心电图诊断程序	(414)
三、正常心电图	(418)
四、常见异常心电图的特征	(418)
五、心脏负荷试验	(440)
第二节 B型超声检查在老年医学中的应用	(448)
第三节 循环系统常见老年病的X线诊断	(449)
一、正常心脏及大血管的X线解剖	(449)
二、循环系统常见老年病的X线表现	(453)
附录	(455)
一、实用老年保健药箱	(455)
二、肿瘤化学药物疗法	(473)
三、常用血液检验正常参考值	(484)
主要参考文献	(488)

第一章 概 述

衰老是生物的自然现象，人类也不例外。衰老是普遍地出现于人体全部脏器和组织的改变，它有一个渐进的过程。随着年龄的增加，人体各系统呈现出各种对应的生理变化；老年疾病的发生、发展及其转归，也自然体现了老年的特点。但是，科学的现代老年保健工作，可以使衰老得到合理的控制。为了有效地预防老年疾病的发生，使老年病得到正确的诊断、合理的治疗、完善的护理，首先需要概略地了解老年生理的特点。

第一节 老 年 生 理

由于多种因素的影响，老年人各器官的衰老程度不尽相同，同一个人在不同时期的衰老速度也各不一样，但人体的衰老趋势，体现了共同的老年生理特点。

一、心脏血管

衰老的心脏，随着老年生理需要和正常活动的减少，其负荷量亦减少。加之心肌内ATP酶活性随着年龄增长而降低，心肌复极化过程减慢，心肌能量的消耗和对氧的需求增加，收缩时间延长，收缩力减退，这样，心脏的排血量减少。65岁老年人的心输出量较25岁青年人平均减少30~40%。通常情况下，老年人心脏的体积与重量均可减小，但不少患

有高血压症或其他各种类型心脏病的老年人，心脏可因劳损而代偿性肥厚或扩大，老化的心脏心内膜增厚和硬化，瓣膜逐渐变硬增厚，不少老年人出现主动脉瓣及其瓣环钙化，临床上可出现喷射性收缩期杂音。心脏老化后，心肌细胞内出现脂褐质并呈褐色萎缩，心肌硬化，舒张期顺应性降低，对增加负荷的适应力下降，这是容易发生心功能不全的基本原因。心肌对药物的反应性下降，毒性反应的敏感性增加，尤其容易发生洋地黄中毒。增龄变化使窦房结的起搏细胞减少，窦房结的自律功能降低，故窦性心动过缓及病态窦房结综合征在老年人中较多。有人提出，老年人心率超过90次/分，应诊断为窦性心动过速。有人认为，动脉老化与动脉粥样硬化是各自独立进行的两个过程，动脉粥样硬化是病理性的，而血管的老化主要在主动脉中层，表现为血管的弹性硬蛋白的弹性减小。通常情况下，动脉弹性减退后，主动脉常加大容量进行代偿，主动脉内可有较多的血液充盈，这样，主动脉的收缩压及脉压差常升高。小动脉的毛细血管基膜增厚，外膜纤维胶原化，孔径缩小，毛细血管代谢率下降，结果可能导致机体各部分的供血不足。

二、脑与脊髓

随着增龄变化，脑外表的硬脑膜和软脑膜逐渐增厚和纤维化，偶有软脑膜局部钙化。有人认为，脑的重量从30岁开始逐渐减轻，60岁以后减少得更明显，脑本身常有某种程度的萎缩，其中以大脑半球前半部最为明显，而大脑半球的后半部、脑干和小脑受影响较轻。脑神经细胞随年龄增长而减少，但各个部位减少的程度不一，并有明显的个体差异。老年人的脑神经细胞一般减少10~17%，有些部位可减少达45%；