

中医养生康复系列丛书

中医老年病学

北京中医学院养生康复文献编委会



上海中医学院出版社

中医老年病学

主 编	袁立人			
编写人员	刘占文	李乃卿	宋乃光	
	张湖德	袁立人	崔洪博	
特 约	马必生	李书良	李 立	
	江幼李	何绍奇	陈 凯	
	张光泰	魏林娜		
协 编	曹 蓓	梁 蓓		
审 订	王绵之	陈可冀		

上海中医学院出版社

沪新登字206号

中医老年病学

主编 袁立人

上海中医学院出版社出版发行
(上海零陵路 530 号 邮政编码 200032)

新华书店上海发行所经销

上海长鹰印刷厂印刷

开本 850×1168 1/32 印张 19 字数 477 千字

1992 年 5 月第 1 版 1992 年 5 月第 1 次印刷

印数 1-3 500

ISBN 7-81010-148-X/R·147

定价: 13 元

陈 序

中国人口的发展,也有自身的规律,到二〇〇〇年,我国社会人口进入老年型的格局已定。所谓“人生有涯,白发无情”,老年人的赡养,老年病的预防和治疗,都应当引起全社会公众和整个国家的广泛注意,使老年人能够过一个有意义和健康的晚年。我们中医药老年学工作者,更应在探索总结出适合我国实际情况的老年人健康长寿之道方面做出应有的贡献。

我国素有敬老、尊老之美德,对老年病的防治、积累有极为丰富的理论和经验,全世界人民寄厚望于我国。我们这一代人,有责任做好这一宝贵遗产的继承和发扬的工作。我国现存古籍八万余部,其中中医中药古籍约一万部,有关古典养生学、老年医药学以及涉及养性寿老的经书、史书、佛书等,共约数百种,对老年疾病的防治,老年保健颐养经验等,有至为翔实的临床实践记载,不可不谓丰富多采!

北京中医学院所编《养生康复系列丛书》中,注意选列了《中医老年病学》一书,实为有真知灼见之举,该书在主编袁立人教授的辛勤努力下,援引古典老年医学专著,老年病证治医籍抗老养生食疗医方及本草学论述,不仅系统阐发中医老年病学发展史、老年生理病理特点及诊察特点、辨证特点和治疗原则,以及预防和调养事宜,而且结合临床实际经验,就三十余种常见老年证候及六十余种常见老年性疾病的防治,作了系统介绍,理论性及实用性都很强,是当前中医老年病学的一部优秀著述。深信本书的出版将为中西医养生康复工作者及老年医学工作者提供一本很好的参考书,也是高等医药院校学生学习的一个很好的教本。研读之余,至

以为慰，爱乐为之序。

中国中医研究院老年医学研究所

陈可冀教授

1989年初夏于北京西苑

王 序

《吕氏春秋·尽数》云：“圣人察阴阳之宜，辨万物之利以便生，故精神安乎形而年寿得长焉。长也者，非短而续之也，毕其数也。毕数之务，在乎去害。”旨哉斯言！生身以养寿为先，养寿以去害是务。然而，年老之人，精血俱耗，脏腑日衰，筋弱骨痿，阴阳失调，一旦受邪致病，则缠绵难愈而多枝蔓，甚至变生不测。故年老者于饮膳颐养之外，尤当见微知著，调协阴阳，以祛邪除病，俾全生益寿，终其天年，即所谓：“毕其数也”。

论治老人之疾者，史有越人过雒之说，医有轩辕岐伯之论，至若先秦诸子及历代前贤之论著，则为数众矣。其阐病机、述四诊、论辨证、示治则、议方药、讲食养，无不言之成理，论之有据，行之有效。至于慎起居、顺四时、调饮食、动筋骨、和喜怒、戒房劳诸法，与针灸方药并论，亦所以养气血、调阴阳于形神健旺之际。盖与其救治于既病之后，不若防微杜渐，全筋力于欲衰未病之时而“毕其数”。此正中医学之特色，而当今之世，老龄问题已为社会所关注。有鉴于此，袁立人等诸君特汇集古今医论之精华，参照临证实践之心得，著成《中医老年病学》，宗经旨而集众长，以指导临证，启迪后学，俾世人咸登寿域，仁者之心，功莫大焉，是以为序。

北京中医学院

王绵之教授

1989.5.24于北京

前 言

敬老、养老是我们中华民族的传统美德和良好风尚。数千年来,我们的祖先为保证老人健康、祛病延年,曾进行了多方面的探讨和实践,创立了中医防治老年疾病的理论,并积累了丰富的经验。

老年病及老年病学虽然不是祖国医学传统的名词概念,但就其所研究的内容而论,在中医学理论及临床实践中,却有着极其丰富的内容。这是因为中医学中有关老年病防治的理论和经验,是与传统的养生方法及临床各科紧密联系在一起,并与之同时产生、丰富和发展起来的,其中偏重于老年疾病的预防和治疗的内容,就是中医老年病学的基础。在医学科学不断发展的今天,老龄问题已为世界所瞩目,对老年病进行系统整理,不仅可以促进老年医学的发展,对于指导临床实践,保证老年人健康也具有实用价值。基于此,我们编写了《中医老年病学》。

全书共分十五章,大体上可分为三部分内容。第一至第六章为基础理论部分,重点论述了中医对老年病的认识及发展概况、老年人生理、病理特点以及老年病的诊察、辨证、防治原则、调养措施等内容;第七章为证治部分,对三十六种病证的辨证论治及预防调养分别予以阐述。第八至第十五章为老年人常见疾病部分,按中医辨证论治的原则,对现代医学中的一些老年人常见疾病,阐述其治疗、预防、调养办法。第十五章为骨科疾病,这部分治疗方法以正骨手法为主要内容,与其他部分在表述上有所不同,故放于最后。为保证理论阐述的系统性及临床上的实用性,本书特约有关专家、学者参加部分内容的撰写工作。陈可冀教授王绵之教授、对

本书进行了审订,并写了序;骨伤科专家冯雨亭审阅了本书第十五章内容;李田老师也为本书完稿做了一定工作,在此一并表示感谢。

基于我们的水平,书中难免有误,恳切希望中医同道及广大读者予以批评指正。

编 者

1989年4月20日

目 录

第一章 概述	(1)
第一节 老年与老年病	(2)
第二节 防治老年病的意义	(7)
第二章 祖国医学对老年病的认识及发展	(10)
第一节 先秦时期	(10)
第二节 汉唐时期	(16)
第三节 宋元时期	(18)
第四节 明清时期	(22)
第五节 近代及现代研究简况	(24)
第三章 老年的生理病理特点	(26)
第一节 衰老变化的特点	(27)
第二节 脏腑生理病理特点	(30)
第三节 血气精津生理病理特点	(35)
第四节 阴阳失调	(37)
第五节 老年期与肿瘤	(38)
第六节 老年病的特点	(40)
第四章 老年病的诊察特点	(43)
第一节 望诊	(43)
第二节 闻诊	(50)

第三节	问诊	(51)
第四节	切诊	(56)
第五章	老年病的辨证特点和治疗原则	(59)
第一节	老年病的辨证特点	(59)
第二节	老年病的防治原则	(67)
第六章	老年病的调养	(77)
第一节	精神调养	(77)
第二节	起居调理	(83)
第三节	饮食配膳	(89)
第四节	运动健身	(98)
第五节	环境适宜	(102)
第七章	老年病证治	(106)
第一节	咳嗽	(106)
第二节	痰饮	(111)
第三节	喘证	(115)
第四节	肺胀	(121)
第五节	头痛	(125)
第六节	眩晕	(132)
第七节	耳聋	(137)
第八节	中风	(141)
第九节	心悸	(150)
第十节	胸痹、心痛	(154)
第十一节	不寐	(159)
第十二节	健忘	(163)
第十三节	胃脘痛	(167)

第十四节	腹痛	(172)
第十五节	泄泻	(175)
第十六节	便秘	(182)
第十七节	脱肛	(188)
第十八节	消渴	(192)
第十九节	臌胀	(198)
第二十节	水肿	(203)
第二十一节	汗证	(209)
第二十二节	血证	(213)
第二十三节	郁证	(222)
第二十四节	厥证	(226)
第二十五节	癫狂	(230)
第二十六节	麻木	(234)
第二十七节	痿证	(237)
第二十八节	腰痛	(241)
第二十九节	阳痿	(244)
第三十节	阴痒	(247)
第三十一节	癃闭	(249)
第三十二节	遗尿、失禁	(255)
第三十三节	虚劳	(258)
第三十四节	癌	(264)
第八章 老年人常见内科疾病		(273)
第一节	感冒	(273)
第二节	慢性支气管炎	(277)
第三节	肺炎	(281)
第四节	肺气肿	(285)
第五节	肺结核	(289)

第六节	肺源性心脏病	(292)
第七节	心律失常	(295)
第八节	心功能不全	(299)
第九节	冠心病	(301)
第十节	高血压病	(304)
第十一节	脑血管意外	(307)
第十二节	老年人贫血	(311)
第十三节	老年人白血病	(314)
第十四节	老年性痴呆	(317)
第十五节	慢性胃炎及消化性溃疡	(321)
第十六节	上消化道出血	(326)
第十七节	病毒性肝炎	(329)
第十八节	肝硬化	(335)
第十九节	慢性肾炎	(340)
第二十节	尿毒症	(343)
第二十一节	三叉神经痛	(346)
第二十二节	震颤麻痹	(351)
第二十三节	老年人甲状腺病	(354)
第二十四节	肥胖病	(358)
第九章 老年人常见外科疾病		(363)
第一节	急性阑尾炎	(363)
第二节	胆道系统感染及胆石症	(367)
第三节	肠梗阻	(375)
第四节	痔(附:直肠脱垂)	(384)
第五节	前列腺肥大	(391)

第十章	老年人常见皮肤科疾病	(398)
第一节	带状疱疹	(398)
第二节	荨麻疹	(401)
第三节	皮肤瘙痒症	(404)
第四节	天疱疮	(405)
第五节	下肢静脉曲张	(408)
第十一章	老年人常见耳、鼻、咽喉、口腔疾病	(410)
第一节	耳鸣、耳聋	(410)
第二节	鼻衄	(416)
第三节	喉暗	(421)
第四节	喉痹	(425)
第五节	口疮	(430)
第六节	龋齿	(436)
第七节	牙周病	(440)
第十二章	老年人常见眼科疾病	(445)
第一节	老视	(445)
第二节	溢泪症	(447)
第三节	玻璃体混浊	(452)
第四节	老年性白内障	(456)
第五节	青光眼	(460)
第六节	视网膜血管栓塞	(464)
第十三章	老年人常见妇科疾病	(469)
第一节	子宫脱垂	(469)
第二节	更年期综合征	(473)

第三节	外阴瘙痒·····	(477)
第四节	老年性阴道炎·····	(480)
第十四章	老年人常见肿瘤·····	(483)
第一节	乳腺癌·····	(483)
第二节	原发性支气管肺癌·····	(489)
第三节	食道癌·····	(497)
第四节	胃癌·····	(504)
第五节	大肠癌·····	(512)
附I	老年期肿瘤治疗中的注意事项·····	(519)
附II	老年期肿瘤的预后和预防·····	(521)
第十五章	老年人常见骨、关节、肌肉疾病·····	(523)
第一节	老年人常见的骨折及正骨疗法·····	(523)
第二节	骨质疏松症·····	(548)
第三节	骨软化症·····	(554)
第四节	老年型类风湿性关节炎·····	(559)
第五节	增生性骨性关节炎·····	(565)
第六节	肩关节周围炎·····	(569)
第七节	老年性肌病·····	(572)
附I	方剂索引·····	(579)
附II	主要参考文献·····	(585)

第一章

概 述

健康与长寿,自古以来就是人类普遍的愿望,同时也是医学研究的重要课题。在探讨生命的奥秘及与疾病斗争的过程中,人们不仅重视如何避免生命的夭折,也十分重视对生命衰老的研究。在这方面,祖国医学积累了系统的理论和丰富的经验。

早在数千年以前,我们的祖先对生命发展、变化的规律,就有较为深刻的认识。他们认识到,世上万物万类,一成不变的东西是没有的,旧的衰亡,新的生长,生生化化永不停息。对于包括人类在内的一切生物,生、长、壮、老、已是不以人们的意志为转移的客观规律,想从根本上扭转这一规律,不老不死,是绝对不可能的。但是,当人们认识和掌握了生命在各个不同发展阶段的特点及规律之后,创造一切条件,以适应外界自然气候的变化,增强机体的抗病能力,使生命保持旺盛的活力,即达到所谓“阴平阳秘”的动态平衡状态,便可以延缓其向衰老、死亡的转化,使生命的历程相对延长。反之,则影响健康及寿命。这正如《素问·上古天真论》所说:“其知道者,法于阴阳,和于术数,饮食有节,起居有常,不妄作劳,故能形与神俱而尽终其天年,度百岁乃去。”倘若“以酒为浆,以妄为常,醉以入房,以欲竭其精,以耗散其真,不知持满,不时御神,务快其心,逆于生乐,起居无节,故半百而衰也。”足以说明,在与疾病作斗争的长期实践中,我们的祖先总结出了一整套养生、防病、治病的理论和具体措施,形成了具有中华民族特色的医学理论体系,为我国人民的子孙繁衍、延年益寿作出了重大贡献。

随着社会的进步、科学技术的发展，以及人们生活水平的提高，人们的健康状况得到改善，这就使得人类的平均寿命大大增加，老年人在全体人口中的比重越来越大。据统计，在1975年，世界上已有60岁以上的老人三亿五千万。目前，我国60岁以上的人已有八千多万，并且仍在不断增加。就世界而言，预计到公元2000年时，全世界65岁以上的老人将达到五亿七千八百万。老年是生命过程中的一个必经阶段，只要人口不断增长，老年人数也必定继续增加。面对这为数庞大的老人社会，无疑会促使人们对老年人的生理特点、病理表现以及老年人出现的种种问题进行专门研究。因而，在本世纪二十年代，国外出现了一门新兴学科——老年学。这是一门涉及到生物学、医学以及社会学等多学科综合的、专门研究衰老问题的科学。而老年病学，则是老年医学的重要组成部分之一，它是以老年人常见疾病为主要研究对象的专门学科。对于老年人预防疾病，益寿延年，有非常现实的意义。

中医老年病学，就是以传统的中医理论为基础，结合临床实践，对老年人常见疾病的临床表现、病因病机、诊察、辨证、治法、方药，以及预防措施、病后调养等诸方面问题，予以系统阐述的专门学科。

第一节 老年与老年病

祖国医学认为，人类生命的自然规律大致可分为生、长、壮、老、已几个阶段，老年阶段，意味着生命的发展，特别是机体的新陈代谢活力趋向于衰退，并逐渐走向死亡。这个阶段，对于人的寿命长短，是至关重要的。而老年时期发生的各种疾患，不仅影响机体健康，对老年人的生命也是一个很大的威胁。因而，加强老年保健，重视老年病的防治，对于保证老年人健康，延长人的寿命，具有重

要的现实意义。

一、老年

老年阶段究竟应如何划分呢?在我国古代文献中,对“老”是有许多论述的。如:汉代许慎所撰的《说文解字》一书在解释“老”字时说:“七十曰老……言须发变白也,凡老之属皆从老。”这里,指出了“老”的含意当从两方面去理解,一是从年岁、寿命上,大致有个划分;二是按机体衰老的程度上,大致有个划分,前者以时间为限度,后者以形态为指征。

(一) “老”的年限

对于何时开始算作“老”,历代文献中有不少划分标准,但在认识上略有差异。如:《灵枢·卫气失常》认为:“人年五十以上为老。”而《庄子·盗跖》上说:“人上寿百岁,中寿八十,下寿六十”。至汉代,在《说文解字》中,又说:“七十曰老”。看来,我国古代认为“老”的年限,是以五十开始的,这是最低年限。上述文献记载,与当前国际上通常所说的老年前期(50岁左右)、老年期(65岁左右)是很接近的。当然,这只是机械地以年岁大小来进行划分,只是一个大致的限度。

(二) 衰老的程度

以人的年岁划分“老”的年限,自然比较方便,但是,由于生活环境、生活条件、社会经历以及身体禀赋、生活习惯、性别差异等诸方面因素,即使是同年龄的人,其老化程度也会有很大差异。对不同年龄的人来说,衰老程度也并非全都与年龄成正比。有的人,年龄虽然已进入“老”的阶段,但并不出现“老态”;有的人,年龄虽不算“老”,但已有“未老先衰”之态。在实际生活中,这些情况并不少见。正如《素问·上古天真论》中所说:有“度百岁乃去”者,也有“半百而衰者”。因此,人的衰老程度,似乎以衰老现象或者说老化程度的轻重予以区分更能反映实际情况。例如,衰老初期的征兆,大都反映在皮肤、毛发、容颜等方面,“容华颓落”、“发鬓颁白”、“面