



广西社会科学界联合会重点科普读物

人口老龄化与 老年保健护理



刘丽萍◎著

ENKOU LAOLINGHUA YU
LAONIAN BAOJIAN HULI



电子科技大学出版社

广西社会科学界联合会重点科普读物

人口老龄化 与 老年保健护理



ENKOU LAOLINGHUA YU
LAONIAN BAOJIAN HULI

刘丽萍 著



电子科技大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

人口老龄化与老年保健护理 / 刘丽萍著. —成都: 电子科技大学出版社, 2009. 4

广西社会科学界联合会重点科普读物

ISBN 978-7-5647-0069-0

I. 人… II. 刘… III. ①人口年龄构成—老人问题—研究—中国②老年人—保健—研究—中国 IV. C924.24
R161.7

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第044940号

广西社会科学界联合会重点科普读物

人口老龄化与老年保健护理

刘丽萍 著

出 版: 电子科技大学出版社(成都市一环路东一段159号电子信息产业大厦 邮编: 610051)
策划编辑: 谢晓辉
责任编辑: 谢晓辉 李述娜
主 页: www.uestcp.com.cn
电子邮箱: uestcp@uestcp.com.cn
发 行: 新华书店经销
印 刷: 电子科技大学出版社印刷厂
成品尺寸: 140 mm×203 mm 印张 10.875 字数 293 千字
版 次: 2009年4月第一版
印 次: 2009年4月第一次印刷
书 号: ISBN 978-7-5647-0069-0
定 价: 26.80 元

■ 版权所有 侵权必究 ■

- ◆ 本社发行部电话: 028-83202463; 本社邮购电话: 028-83208003。
- ◆ 本书如有缺页、破损、装订错误, 请寄回印刷厂调换。



▶▶ 2007年参观加拿大李国贤护理安老院



▶▶ 与加拿大前驻华大使Earl Drake先生交流



▶▶ 与先生在尼亚加拉大瀑布留影



►► 2006年与广西中医学院护理学院吴彬院长在泰国



►► 与获奖的广西中医学院一附院邓家刚副院长和先生留影



►► 与石小敏夫妇在德天瀑布



▶▶ 见习课后与学生合影



▶▶ 在2001高护班毕业联欢晚会合影留念



▶▶ 与留在广西中医学院一附院工作的学生合影



»» 2004年广西民歌节



»» 母亲和我



»» 回老家探望住院的父亲



►► 2000年与华西医科大学（现四川大学）老师合影



►► 2006年参观苏州卫生职业技术学院



►► 名师培训班考察无锡卫生学校



►► 大学毕业二十周年女生合影



►► 2009年春节婆婆家团聚



►► 和最好的同学一家

广西社会科学界联合会
重点科普读物编辑委员会

主 任 庞汉生

副主任 汤竹庭 姚 兵 张瑞枝

委 员 （按姓氏笔画为序）

汤竹庭 许家康 刘 俊 张瑞枝

庞汉生 姚 兵 曹 平

序 言

中国养老文化主要体现在孝文化，孝文化源远流长，甲骨文中就有“孝”字，即在公元前 11 世纪以前，华夏先民就已经有了“孝”的观念。《诗经》中则有“哀哀父母，生我劬（qú）劳”、“哀哀父母，生我劳瘁”的咏叹。

《礼记·王制篇》说“凡养老，有虞氏以燕礼，夏后氏以飧礼，殷人以食礼，周人修而兼用之。五十养于乡，六十养于国，七十养于学，达于诸侯”。所谓“国老”，指卿大夫一级年老致仕的封建贵族；所谓“庶老”，指庶民百姓中德高望重的长者。周代的学校就是官学，把“国老”、“庶老”们安排在官学养老，让他们兼任学校的老师，传播知识，推广教化，可见当时不但注重养老、敬老，而且还注重发挥老年人的智力资源。

孔子在《孝经》中说“夫孝，天之经也，地之义也，民之行也，”不仅极力推崇孝敬父母，而且把孝演绎至“夫孝，始于事亲，中于事君，终于立身”。

随着人们生活水平的提高，健康老龄化成为人们追求的目标。老人不仅仅要吃得科学、保健娱乐，还要追求人际交往、自我展现、老有所为，共享社会繁荣果实，提高生活质量，增添人生价值感与幸福满意度。孝道作为中华民族的一种传统文化，随着中国社会文明的发展，不断赋予新的科学内容。

刘丽萍著的《人口老龄化与老年人保健护理》一书，是一本较好的老年护理专著。第一部分在宏观上综述了我国老龄化社会的趋势与特点，分析老龄化对经济社会发展的影响，特别揭示了老年人的价值，以增加年轻人孝敬老人的价值感、文明感；探讨了城市、农村现存各种养老模式的优势与不足，站在科学角度，尤其是护理

专业角度探讨养老问题与发展对策。第二部分阐述老年护理学概念、老年护理目标、老年护理的发展现状与趋势，还详细阐释了生理性衰老在各系统的主要表现。第三部分的主要内容是老年专科护理，重点描述老年人的一般健康评估、老年人营养评估与饮食护理、老年人活动评估与安全护理、老年人的睡眠评估与护理、老年人常见心理与精神问题评估与护理、老年人常见疾病的保健护理，以及老年人临终关怀护理。这些内容既有最新综述，也有作者个人经验的总结与深入思考，尤其是在老年人的临终护理，死亡教育理念、对策方面有所突破，令人耳目一新。第四部分，汇集本书作者对老年人进行的相关调查研究，包括老年人疾病构成、跌倒、糖尿病并发症、人际交往的调查研究，通过分析第一手资料，针对具体问题，从理论角度提出解决问题的方法与策略。第五部分是对护理学院管理老年公寓的优势进行研究，展示了广西中医学院护理学院在老年专科护理上，通过不断总结长期承办老人院的工作经验，积极摸索中国自己的老年护理教育模式与实践模式。

认识刘丽萍是在九年前，当时她来华西医科大学护理系 CMB 护理师资进修班学习，我有幸成为她的班主任。刘丽萍文静，语言不多，人很踏实勤奋，进修学习期间要求写的论文她都能高质量完成，一篇《网络教学在护理继续教育的应用现状及前景》发表在《护士进修杂志》上，另一篇《用现代护理观指导护理课程设置》发表在《广西中医学院学报》上。毕业后由于工作的忙碌彼此联系稀疏。2008 年底我刚从美国马凯特大学进修学习回来，便接到刘丽萍的来信，希望我为这本书写序。我很高兴我曾经的学生、现在的同行在护理事业上所取得的成绩。一开始我觉得给她的著作写序言不合适就推辞了，一来我不是这方面的专家，在老年护理方面还不具有深刻的理论与实践水平，二来我不是知名的学者，不能为本书增光添彩。但刘丽萍坚持的理由是“老年护理我还是在华西护理启的蒙，自从去华西医科大学进修，被你和殷磊等护理学院好几位老师执著为中国护理事业奋斗的精神所感动，在事业上你们是我的榜样。希

望你能为我的书写序，如果你觉得书质量太差，有损老师形象，那就算了”。看到作者那股执著和韧性上来了，在做了仔细阅读后，我觉得这本书的理论功底不错，理论与实际相结合，有深入的调查，资料翔实，的确扎扎实实做了一些学问。本书具有一定的前瞻性、创新性，较好的实用性与先进性，是广西壮族自治区第一部老年护理专著，给全国寥寥无几的老年护理专著中增添了新的力作，值得推荐。我为有这样为护理事业发展执著追求、努力钻研的同行感到骄傲。

相信阅读了本书的人，能与作者一起共同感受孝敬所有老人的文化意境、孝敬自己父母的拳拳之心，树立服务老人的全面意识。希望专业人员阅读了这本书，能分享专业护理老人的科学知识与经验体会，探索老年护理的新问题，研究发展更适合中国城乡的老年护理模式，共同推进中国的老年护理事业兴旺发达。

四川大学华西护理学院 李晓玲
二〇〇九年牛年元宵节

目 录

第一章 概述.....	1
第一节 老年和老化.....	1
第二节 老年护理学概述.....	13
第二章 人口老龄化.....	20
第一节 老龄化社会.....	20
第二节 人口老龄化的特征与趋势.....	21
第三节 老龄化对社会发展的影响.....	25
第四节 老年人价值.....	29
第三章 养老模式及发展趋势.....	31
第一节 养老模式及其历史发展变迁.....	31
第二节 我国养老模式发展的现状特征.....	33
第三节 我国养老模式发展存在的问题.....	36
第四节 我国三种基本养老模式优劣与趋势.....	41
第五节 发展完善我国养老模式的对策建议.....	44
第四章 城市养老模式及其发展.....	50
第一节 家庭养老.....	50
第二节 敬老院、福利院现状与趋势.....	52
第三节 社区养老现状与发展趋势.....	53
第四节 民间养老机构现状与发展趋势.....	54
第五节 老人医院、长期护理院现状与发展趋势.....	55

第六节 老人公寓现状与发展趋势.....	56
第七节 养老总趋势.....	58
第五章 农村养老模式及其发展.....	60
第一节 概述.....	60
第二节 家庭养老的主导型.....	60
第三节 自己养老的独立型.....	63
第四节 社区养老的集中型.....	64
第五节 社会养老的福利型.....	66
第六节 五保村.....	71
第六章 老年人健康评估.....	77
第一节 概述.....	77
第二节 老人躯体健康的评估.....	81
第三节 老年人心理健康的评估.....	88
第四节 老年人社会功能评估.....	96
第五节 老年人生活质量的评估.....	99
第七章 老年人营养与饮食.....	105
第一节 老年人的营养需求种类和量.....	105
第二节 影响老年人营养的因素.....	113
第三节 老人营养现状.....	115
第四节 老年人的饮食护理.....	116
第八章 老年人活动与安全.....	121
第一节 老年人的生活环境.....	121
第二节 老年人的活动.....	123
第九章 老年人睡眠护理.....	131



第一节	概述.....	131
第二节	老年人的睡眠形态.....	132
第三节	老年人的睡眠障碍.....	133
第四节	老年人睡眠障碍的护理.....	136
第十章	老年期精神心理护理.....	144
第一节	老年人的心理特点及影响因素.....	144
第二节	老年焦虑症患者的护理.....	152
第三节	老年抑郁症患者的护理.....	156
第四节	离退休综合征患者的护理.....	164
第五节	空巢综合征患者的护理.....	166
第六节	高楼综合征老人的护理.....	169
第七节	老年疑病症的护理.....	171
第八节	老年人健康心理的增进与维护.....	173
第十一章	老年人常见疾病护理.....	175
第一节	老年人高血压病的护理.....	175
第二节	冠心病老人的临床特点与长期护理.....	188
第三节	脑中风后遗症老人的护理.....	206
第四节	老年痴呆症及其护理.....	214
第五节	老年骨质疏松症及其护理.....	223
第十二章	老年人安全用药护理.....	234
第一节	老化对药物使用的影响.....	234
第二节	老年人的用药护理.....	238
第三节	家庭用药指导.....	244
第十三章	老年人临终护理.....	248
第一节	概述.....	248

第二节	临终病人和家属的评估及护理	251
第三节	死亡教育	258
第四节	临终病人的权利和护理原则	264
第十四章	老年人护理热点与调研	272
第一节	老人跌倒的评估及预防	272
第二节	广西重阳老年公寓跌倒的调查分析	278
第三节	广西重阳老人公寓疾病构成调查	284
第四节	公寓老年人交往需求的调查分析	288
第五节	加拿大李国贤护理安老院与广西重阳老年公寓	296
第六节	老年糖尿病患者并发症知晓率的调查分析及对策	305
第七节	护理学院管理老年公寓优势研究	310
	主要参考资料	316
	后 记	321