

爱心关心孝心医学丛书编委会

主 编 焦 平 张明理

副主编 李国卿 张雪乔 李秀华

张福增 甄东哲 赵淑华

编 委 (以姓氏笔画为序)

王 耕 王义文 毛文玲 石玉江

许 静 李沧友 李国卿 李秀华

苏凤池 吴俊喜 张明理 张淑杰

张子平 张学林 张福珍 张雪乔

张汝金 赵淑华 焦 平 甄东哲

阙建辉

策 划 张明理

内 容 提 要

当前人口老龄化已成为世界性问题,据我国人口统计预测,到本世纪末全国老年人口将达到1.3亿,平均每10人中就有1名老人,随着老年人口的增长,老年病的医疗保健是非常重要的。老年病主要是指老年人的特发疾病以及常见疾病而言。在我国,老年医学是一门新兴的医学专业,是研究人类衰老,人体老年性变化,以及老年病防治的学科。对于老年人的解剖生理、疾病特点等,均有其不同于青壮年的特点,要充分认识和掌握这些特点,有助于老年病的早期诊断和正确治疗。因此,我们编写了这本《老年常见病症防治法》。

全书分总论、各论两大部分。总论较系统地阐述了老年学和老年医学研究的目的、内容和对象,衰老与寿命、解剖生理、流行病学、理化检查、疾病特点、用药问题及预防与护理,国内外老年医学的发展等。

各论分述了循环系统、消化系统、呼吸系统、泌尿系统、神经系统、内分泌系统、血液系统、运动系统疾病,皮肤病、眼科疾病、口腔疾病、妇科疾病、耳鼻喉科疾病,胶原性与过敏性疾病,老年外科急腹症及手术前后的处理,共24章。

本书的内容是以老年常见病、多发病为主,全面系统,注意突出实用价值,对各种疾病的特点,荟萃了中西医的精华。重点介绍了内、外、妇、眼、耳、鼻、喉、口腔、皮肤、骨伤科等临床各科常见老年病的发病原因、临床表现及中医分型、治疗、预防与护理等。

由于本书系多位作者分头编写的,各章内容的广度和深度、格局和笔调,都难取得一致,加之编者水平所限和时间仓促,谬误和缺点在所难免,衷心希望读者提出批评指正。

编者

1997年2月于河北医科大学

前 言

作为儿女，把孝心献给父母，使他们心情舒畅，身体健康，生活得幸福美满，是最大的心愿和义不容辞的责任；作为父母，如何去关心爱护、培养教育孩子，使他们成长为国家有用之才；夫妻之间，互敬互爱，互相体贴，使妻子年轻漂亮，丈夫充满青春活力，夫妻的相亲相爱是老人的寄托，关心孩子的资本。为能更好地体现这些爱心、关心、孝心，了解和掌握一些相关的医学知识，是非常必要的。《爱心关心孝心医学丛书》正是在这种情况下，从百姓实际需求出发，面向广大读者编写而成，希望我们的一份真诚换取您真正的爱心、关心和孝心，使你的家庭幸福美满，老人健康长寿，夫妻恩爱和睦，孩子健康活泼。

该书的分册形式分别介绍了老年、妇女、男性、小儿常见病症防治法，是您献给父母、爱人、孩子的一份佳品。

此书本着小病不花钱，大病少花钱和常见病少就医为原则，提高家庭自我预防、自我医疗的水平和意识。丛书集临床精华，采用中西医两套防治方法，组织了具有多年临床经验的教授、副教授、主任医师、副主任医师、主治医师担任各分册的编写工作，此书无论是对临床医师、学校老师，还是家庭人员、患者，都有一定的指导意义，是一套常备必读之书。

全书分《小儿常见病症防治法》、《老年常见病症防治法》、《妇女常见病症防治法》、《男性常见病症防治法》四册，共计160余万字。

本书通俗易懂，易学易用，病种广，治法多。涉及基础知识、各种病症的概述、常见发病原因，症状表现，中医分型。治疗分西医疗法，中医疗法。中医疗法又分有：分型治疗、中成药、常见草药单方、其他疗法。其他疗法包括了敷贴、足浴、灌肠、针灸、推拿、拔罐等。最后是预防和护理。在阅读丛书后，会给医务工作者广开思路增加多种治疗渠道，也便于临床应用普及和综

合治疗，尤其是医学生、基层医务人员，更能从中受到启发和引导；对广大患者来说，了解多种医学知识和多种家庭自我保健，自我防治的方法，避免了看病难，花钱多。

丛书共分四册，每册各有特点，如儿科涉及病症 200 余种，治疗除中西医常规治疗外，针对儿科喂药难的问题，注意编写了中成药，草药单方和外治法，具有简便验廉的特点，妇科涉及女子的特殊生理特点，从月经来潮、痛经、怀孕到不孕症和常见病症防治，具有深入浅出防治结合的特点；老年病，以人体细胞衰老，到身体、精神衰老，详细描述了老年病症的具体病症和预防措施，治疗方法，以及近代气功、书画等养生疗法；男性病更是一个新起的热门话题，以前总以为是难以启齿的病，现代被广泛认识和治疗，根据近几年的临床报道和编者的临床经验，总结出了宝贵的男性病治疗、预防措施，对男性病患者和从事男性病治疗的医务工作者有较好的指导作用。

由于我们对编写一套丛书，还缺乏经验，加之水平有限，时间仓促，不妥之处，在所难免，诚恳地希望广大读者提出宝贵意见。

爱心关心孝心医学丛书编委会

一九九八年元月

目 录

总 论

第一章 概说	(1)
一、老年学的研究内容.....	(1)
二、老年医学的研究目的和对象.....	(2)
三、老年人的衰老与寿命.....	(3)
四、老年病与衰老的关系.....	(8)
五、国外老年医学的发展.....	(9)
六、我国老年医学的发展情况	(11)
第二章 老年人生理解剖学特点	(14)
一、皮肤的老年性变化	(14)
二、眼与耳的老年性变化	(15)
三、呼吸系统的老年性变化	(17)
四、心血管系统的老年性变化	(18)
五、消化系统的老年性变化	(19)
六、泌尿系统的老年性变化	(21)
七、生殖系统的老年性变化	(22)
八、神经系统的老年性变化	(24)
九、运动系统的老年性变化	(25)
十、内分泌系统的老年性变化	(26)
十一、免疫系统的老年性变化	(28)
第三章 老年人疾病的特点	(29)
第四章 老年人的用药问题	(31)
第五章 老年人的营养与饮食	(34)

第六章	老年人的理化检查	(37)
第七章	老年病人的护理	(40)
第八章	老年病的流行病学	(43)

各 论

第一章	循环系统疾病	(53)
一、	老年高血压病	(53)
二、	冠状动脉粥样硬化性心脏病	(60)
(一)	心绞痛	(60)
(二)	心肌梗塞	(64)
三、	慢性肺原性心脏病	(69)
第二章	消化系统疾病	(76)
一、	返流性食管炎	(76)
二、	食管裂孔疝	(80)
三、	食管癌	(83)
四、	慢性胃炎	(88)
五、	消化性溃疡	(93)
六、	胃癌	(99)
七、	上消化道出血	(105)
八、	老年小肠吸收不良	(109)
九、	老年人便秘	(112)
十、	克隆氏病	(118)
十一、	溃疡性结肠炎	(121)
十二、	肠道易激综合征	(126)
十三、	大肠息肉	(130)
十四、	大肠癌	(133)
十五、	老年人黄疸	(138)
十六、	慢性肝炎	(142)
十七、	肝硬化	(145)

十八、原发性肝癌·····	(150)
十九、胆石症·····	(154)
二十、急性胆囊炎·····	(157)
二十一、慢性胆囊炎·····	(160)
二十二、急性胰腺炎·····	(162)
二十三、慢性胰腺炎·····	(164)
二十四、胰腺癌·····	(167)
第三章 呼吸系统疾病 ·····	(171)
一、慢性支气管炎·····	(171)
二、阻塞性肺气肿·····	(174)
三、老年性肺炎·····	(177)
四、肺结核·····	(179)
五、原发性支气管肺癌·····	(181)
六、肺栓塞·····	(184)
第四章 泌尿系统疾病 ·····	(187)
一、老年急性肾小球肾炎·····	(187)
二、老年慢性肾小球肾炎·····	(191)
三、老年人尿路感染·····	(195)
四、老年人肾盂肾炎·····	(198)
五、老年前列腺增生症·····	(201)
六、老年人泌尿系结石·····	(204)
七、神经源性膀胱·····	(209)
八、泌尿系肿瘤·····	(213)
九、老年人慢性肾功能衰竭·····	(216)
第五章 神经系统疾病 ·····	(224)
一、老年人神经系统临床检查特点·····	(224)
二、老年人脑血管疾病·····	(226)
(一) 脑出血·····	(226)
(二) 蛛网膜下腔出血·····	(232)

(三) 短暂性脑缺血发作	(234)
(四) 脑梗塞	(237)
三、老年人震颤麻痹	(241)
四、老年性痴呆	(245)
五、老年人神经衰弱	(250)
第六章 内分泌系统疾病	(251)
一、老年人糖尿病	(251)
二、老年人甲状腺功能亢进症	(257)
三、老年人甲状腺癌	(260)
四、老年人高脂血症和高脂蛋白血症	(262)
第七章 血液系统疾病	(265)
一、老年人贫血	(265)
(一) 缺铁性贫血	(265)
(二) 巨幼红细胞性贫血	(267)
(三) 再生障碍性贫血	(269)
二、老年人恶性淋巴瘤	(271)
三、急性白血病	(274)
四、慢性白血病	(276)
第八章 胶原性病与过敏疾病	(279)
一、类风湿性关节炎	(279)
二、系统性红斑狼疮	(284)
三、结节性多发性动脉炎	(289)
四、多发性肌炎	(293)
五、过敏性休克	(296)
第九章 老年人常见皮肤病	(301)
一、老年性带状疱疹	(301)
二、老年性角化病	(305)
三、脂溢性角化	(307)
四、老年神经性皮炎	(309)

五、老年性湿疹·····	(314)
六、老年性疣贅·····	(318)
七、老年性瘙癢症·····	(328)
八、小腿静脉性溃疡·····	(331)
第十章 眼科疾病·····	(336)
一、老年性白内障·····	(336)
二、老年性青光眼·····	(339)
三、老年性结膜下出血·····	(343)
四、老年环·····	(345)
五、老年性黄斑变性·····	(346)
六、糖尿病性视网膜病变·····	(348)
七、视网膜动脉硬化·····	(352)
八、视网膜动脉阻塞·····	(353)
九、视网膜静脉阻塞·····	(356)
第十一章 口腔粘膜疾病·····	(360)
一、牙本质过敏症·····	(360)
二、龋病·····	(362)
三、牙髓病·····	(364)
四、牙周病·····	(367)
五、复发性口疮·····	(370)
六、口腔念珠菌病·····	(374)
七、带状疱疹·····	(377)
八、口腔白斑病·····	(380)
九、口腔扁平苔藓·····	(383)
十、口腔干燥综合征·····	(386)
十一、舌癌·····	(388)
第十二章 妇科疾病·····	(392)
一、更年期综合征·····	(392)
二、老年性阴道炎·····	(396)

三、外阴白色病变·····	(398)
四、子宫脱垂·····	(401)
五、外阴恶性肿瘤·····	(404)
六、阴道肿瘤·····	(407)
七、子宫颈癌·····	(410)
八、子宫内膜癌·····	(413)
九、子宫肉瘤·····	(417)
十、卵巢癌·····	(419)
第十三章 运动系统疾病·····	(423)
一、颈椎病·····	(423)
二、腰椎椎管狭窄症·····	(428)
三、骨性关节炎·····	(433)
四、骨质疏松症·····	(437)
五、肩关节周围炎·····	(441)
六、痛风性关节炎·····	(446)
第十四章 老年人外科急腹症·····	(451)
一、急性胰腺炎·····	(451)
二、急性阑尾炎·····	(454)
三、肠梗阻·····	(457)
四、胃、十二指肠急性穿孔·····	(461)
五、胆道系统感染和胆石病·····	(464)
第十五章 耳鼻喉科疾病·····	(467)
一、老年性鼻出血·····	(467)
二、老年性鼻息肉·····	(478)
三、老年人鼻咽癌·····	(484)
四、老年人喉癌·····	(500)
五、老年性眩晕·····	(509)
六、老年食管异物·····	(514)
七、老年性耳聋·····	(518)

八、老年性耳鸣·····	(523)
第十六章 老年人外科手术前后的处理 ·····	(530)
一、心血管系统·····	(530)
二、呼吸系统·····	(532)
三、泌尿系统·····	(533)
四、肝脏疾病·····	(534)
五、内分泌系统·····	(534)
六、水和电解质·····	(536)
七、免疫功能·····	(537)
八、血粘度·····	(537)

总 论

第一章 概 说

老年，是人生的一个阶段，也是机体变化很大的一个阶段。我国人民习惯于将老年期称为“金色年华”、“金色时光”。许多人为年老而感到不安，这是可以理解的，因为它毕竟是人生的一次新经历。其实，纵观人生，无时无刻不在变化之中，从幼年成长、接受教育、进入社会、结婚成家、生儿育女，都是人生的重大转变。当进入中老年时只是这个转变的延续，因此，人们应以充满希望的心情去迎接中老年的来临。不要以为老年人必然是思想迟钝、行动缓慢和体弱多病、而害怕年老，由此使晚年生活灰暗无光。其实老年阶段也具有自己的特点，老年人对年老应有充分的理解和认识，坦然地面对年老。法国巴雷尔作家说的好：“老人并非是暮色中的夜行人，凄凄凉凉，走向黑暗，而是在人生历程中走向次日黎明的游子。”希望中老年人要正确地认识人体的生理变化过程，对晚年生活要有积极进取的乐观态度。因此，老年学和老年医学越来越引起世界各国的重视。

一、老年学的研究内容

由于老年学是研究人类衰老和与老年有关的一门综合性科学，它是涉及到老年生物学、老年医学、老年心理学、老年社会学和老年康复医学等诸多领域的多种学科的科学，已成为一门重

要而独立的科学体系。其内容非常广泛，由于衰老是生物的普遍规律，因此，研究生物学有助于阐明人类衰老的本质，可以探索衰老的一般规律和特殊规律，找出预防早衰和延长寿命的方法。从研究人类和其它生物在生命发育后期的特征，并从组织胚胎学、解剖学、生理学、生物化学、病理学、分子生物学以及分子遗传学等方面，来寻找衰老原因及其发病机理。当人到老年之后，不仅存在感觉、知觉、记忆、思维、情感、性格、智能等心理与特征等方面的衰老，在精神和心理方面也会发生变化。而社会环境如政治、经济、文化和行为习惯等也对老年人精神和身体健康有影响。老年人离退休问题如社会福利、医疗保健和再就业等问题的影响都应广泛深入研究，特别是对于伤病和残疾者，在身体功能上、精神上 and 职业上，都要帮助他们在身体条件许可范围内，最大限度地恢复生活和劳动能力，使伤残患者能够参与工作和社会生活。因此，老年学研究的范围非常广泛，不但在医学科学的基础上用来研究人体衰老的原因及其发展过程，而且，还研究老年人的生理变化及老年病发生和发展的原因、机理及诊断、治疗和预防措施，调查研究影响老年人健康和寿命的各种因素，研究维持健康和延年益寿的卫生条件和各项措施及各项医疗保健措施。

二、老年医学的研究目的和对象

老年医学是专门研究老年人的健康以及预防和治疗老年性疾病的学科。研究目的主要是防治老年人常见病和多发病，防止人类早衰，使人们健康长寿，使老年人能够继续发挥自己的智慧和专长，为国家多做贡献，能够健康地欢度晚年。因此，老年医学研究的对象是“老年人”。

国内外老年学家对老年人的定义有十几种观点。世界卫生组织和卫生部规定六十岁以上为老年人。但是，在现实生活中，人们不难发现，同是花甲之人，状况却相差悬殊，有的人身体健康，

有的人病魔缠身，有的人朝气蓬勃，有的人暮气沉沉，有的人老当益壮，有的人未老先衰，有的人壮心不已，有的人万念俱灰。显然简单地从年龄或表面现象来划分老年人是很不科学的。究竟老年人的概念是什么？应当根据自然年龄、生理年龄、心理年龄和社会年龄来确定老年人。

从生理意义上讲，“老年”是生命过程中组织与器官趋向老化，生理功能日趋衰退的阶段。一般情况下，老年人各种细胞、组织、器官的结构和功能随着年龄的增长而逐渐老化。但是，衰老变化不仅是逐渐形成的，而且受到先天的遗传因素和后天的环境因素等方面的影响。每个老年人的个体差异很大，衰老的速度并不一样，即使在同一个老年人身上，各脏器与各系统的衰老变化也不完全一致。因此，“老年”一词仅具有相对的意义。为了研究之便，常常是人为地以大多数人衰老改变的平均时间为依据。目前由于各国人口平均寿命不同，政治、经济、文化状况各有不同，因而对老年人的年龄划分标准尚未统一。一般发达国家规定 65 岁以上为老年人，而发展中国家规定 60 岁以上为老年人。因此，老年医学是老年学的重要组成部分，对于老年医学研究已日益引起人们的关注和重视。

三、老年人的衰老与寿命

人总是要老的，因为衰老是人生命的一个过程，这个过程是生物的共同特征和客观的必然规律。但人为什么会衰老呢？这个问题是比较复杂的，有各种各样的说法，尽管这样，但是公认的事实是衰老随着年龄的增长而使人体发生一系列的变化，体内的细胞组织的代谢产物积累，代谢平衡失调，致使机体正常功能不能进行而引起全身衰老。从生理角度来说，衰老是由新陈代谢的衰退而引起的。更多的学者认为衰老的起因是细胞本身内在发生变化的结果，实验室已证实正常人胚胎细胞分裂 50 次后就停止分

裂而死亡，好像预先是由遗传决定的。在人体细胞不断更新和衰老过程中，如果不能及时补充足够的营养物质，细胞的消耗大于细胞的再生，消耗和补充二者间距离的不断扩大就会产生细胞的衰老。有人观察发现人过 40 岁后体内激素的水平渐渐降低，各种内分泌如脑垂体、胸腺、甲状腺、肾上腺等产生退化，如妇女到更年期时产生雌激素的量降低了 90%。已证实丘脑下部通过操纵激素的单胺氧化酶对内分泌腺进行控制，使人发生衰老。同时随着年龄的增长，人的免疫机能也不断减退，由此而诱发许多老年常见病如癌症、糖尿病、慢性肺气肿或气管疾病等，从而加剧了人体组织细胞和器官的衰老过程。免疫系统和人体内大多数器官保持接触，免疫功能的改变必然影响这些器官的组织细胞，这就是衰老的免疫学说。有人研究认为由三种纤维蛋白和粘蛋白组成的人的结缔组织的硬化性改变也是导致衰老的原因之一，随着年龄增长这些蛋白分子的交联逐渐加强，使胶原蛋白在结构上及物理化学性质上发生改善，胶原纤维变硬，妨碍了细胞功能活动，就出现了老年人皮肤皱缩、腰背弯曲、动作迟缓、关节僵硬等衰老现象。在人体的代谢过程中由于不断产生带有一个以上不对称电子的分子或原子即自由基，这些自由基与核酸、蛋白质和脂肪等物质发生反应生成过氧化物，这些过氧化物可使细胞膜发生破溃而失去功能，造成细胞代谢等一系列功能改变，导致了衰老，这就是所谓衰老的自由基学说。虽然关于人为什么衰老的学说很多，但是，都有哪些因素可以促使人的衰老呢？既然衰老是人生命过程中的一个阶段，而且是客观的必然规律，但是为什么有的人 40 岁以后便开始衰老了，而有的人 60 甚至 70 岁还没有衰老？除了遗传等因素有关外，还有许多可以促使人衰老的因素，主要的有社会因素、疾病、营养、锻炼、环境、气候、精神等。社会因素是影响人类衰老和寿命的基本因素。在古代由于自然灾害、食物不足、生产落后和疾病流行等致使人类生命遭受着各种不幸和灾害。封建社会由于科学落后、政治压迫和经济剥削，人们的生活

极端贫困，再加上连年战争，造成人的平均寿命很短。但近一个世纪以来人类的寿命几乎增加了一倍。这是因为社会的安定，科学文化的提高，医疗保健措施的改善而导致人类寿命的延长。疾病是造成人衰老的最重要因素，过去传染病的流行成为人类死亡的主要原因。近代由于医学科学的发展，抗生素的应用，一些主要传染病已被控制，但不少老年病如心血管疾病、呼吸系统疾病、脑血管病、肿瘤等仍然威胁着人类的生命。有的学者计算人类若能控制上述几种疾病，可使人的预期寿命增加。营养不足和营养不当二者都可促使人的衰老。有的学者强调“适宜的饮食对维持生命比应用医学技术重要得多”，动脉粥样硬化和冠心病等与饮食过剩有关。某些癌症如结肠癌、乳腺癌、前列腺癌等发病增多可能与饮食过度 and 体重过重有关。上消化道癌症与营养不足维生素缺乏有关。缺乏体力活动是加速人的衰老的原因之一，因为劳动可改善人体代谢过程和生理功能。近年研究证实体育锻炼能防止老化，增强体质和抗病能力。其它因素如环境污染、气候炎热、居住条件差、精神焦虑和创伤等都是促使人衰老的因素。如果我们能够控制和改变上述使人衰老的因素，显然延缓衰老是完全可以实现的。

众所周知，衰老的过程是人生不可抗拒的必然规律，但人的衰老有哪些早期表现呢？随着年龄的增长人到了中年后各脏器就开始呈现衰减现象，而到了老年期就会相继出现各种衰老征象。这种衰老的过程既有生理演变过程即所谓正常的老年变化，也有病理演变过程即疾病、创伤引起的变化。由于老年人身体组织结构的退化萎缩，器官功能的障碍，身体抵抗力减弱，免疫功能降低，机体修复能力衰退，并表现为对环境适应力、器官的应激力和包括脑力和体力在内的活动能力都有不同程度的减退。通常衰老的最早表现是外貌和体型的变化，当中年以后开始有眼的老视，随之头发灰白，容易脱落，皮肤皱纹增加，据统计每20年身高约降低1.2cm。老年人细胞内液比青年人减少30%~40%，所以体重

也会减轻，但老年人肥胖者也不在少数。至于妇女由成年期过渡到老年期的所谓更年期可以出现许多症状，如月经不调，1~2年内月经逐渐停止而结束，这种绝经期主要由于卵巢功能减退所致。

衰老的早期表现还反映在体力和脑力的功能方面，如容易疲劳，精力不如以前，有时睡眠不好，对近事新事容易忘记，这些症状在神经衰弱等疾病也可以出现，不是衰老的特有表现。至于听力减退、牙齿脱落、内脏功能的减弱等也属衰老的明显表现，往往发生在60~65岁或65岁以后的老年人。值得注意的是人的衰老进程不是千篇一律的，由于老年人个体的差异很明显，又因每个人的健康状况、生活条件、环境因素各异，因此，衰老的快慢程度也不同。由此可知，衰老与人的寿命，这是人们十分关注的问题，人们都希望能健康长寿，尤其是人到中年之后，自然地会想到“我还能活多少年”？我国最早的一部经典医书《内经》中说“终其天年，度百岁乃去”，已预测人的正常寿命在百岁。美国学者海弗里用细胞分裂次数来推算人类的寿命，预测人类寿命可达120岁，这是对人类正常寿命的预测，但实际生活中活到百岁以上者毕竟是少数，这是因为疾病、环境、生活习惯、劳动条件、饮食习惯、体育锻炼和营养状态以及遗传因素等影响到人们的自然寿命。

寿命是指生物的生命活动存在于自然界全过程的时间概念，通俗地说，是指生物从生到死的时间，严格地讲是指生物自然存亡的时间。人类的自然寿命是根据生物学的规律推测出来的，自然寿命又称正常寿命或真正寿命。究竟健康人的自然寿命有多长？目前有三种说法，一种认为哺乳动物的最高寿命相当于它的性成熟期的8~9倍，如果人的性成熟期按14~15岁计算，则最高寿命应该是110~150岁。第二种认为凡生长期长的动物，寿命也长，所谓生长期即指动物的生长发育阶段，一个动物寿命相当于它生长期的5~7倍，人的生长期为20~25岁，那么寿命就应该是100~175岁了。第三种认为人体内的细胞从胚胎发育开始分裂，每隔