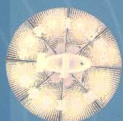


老年疾病的 防治与护理

张芹 苑玉萍 何允兰 崔雪玲 主编



中国科学技术出版社

老年疾病的防治与护理

张芹 苑玉萍 何允兰 崔雪玲 主编

中国科学技术出版社

· 北 京 ·

图书在版编目(CIP)数据

老年疾病的防治与护理/张芹等主编. —北京:中国科学技术出版社,2007.6

ISBN 978-7-5046-4717-7

I. 老… II. 张… III. ①老年病-防治 ②老年病-护理 IV. R592

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 087807 号

自 2006 年 4 月起本社图书封面均贴有防伪标志,未贴防伪标志的为盗版图书。

中国科学技术出版社出版

北京市海淀区中关村南大街 16 号 邮政编码:100081

电话:010-62103210 传真:010-62183872

<http://www.kjpbooks.com.cn>

科学普及出版社发行部发行

北京长宁印刷有限公司印刷

*

开本:850 毫米×1168 毫米 1/16 印张:25.5 字数:630 千字

2007 年 6 月第 1 版 2007 年 6 月第 1 次印刷

定价:35.00 元

ISBN 978-7-5046-4717-7/R·1245

前 言

我国已进入老龄社会。1990 年以来,我国老年人口以平均每年 3.32% 的速度在增长。到目前 60 岁以上老年人已达 1.3 亿,约占全国人口的十分之一。预计到本世纪中叶,老龄人口占总人口的比例将达 25%,也就是说,那时我国每 4 个人中就有一位老人。人口寿命的增加从某个方面体现了社会的进步,说明一个国家或地区社会安定、人民生活富足、医疗保健体系健全。但人口老龄化却是一个重大的社会问题,它不仅涉及个人、家庭、单位,而且关系到社会的稳定。

老年人由于各种原因,特别是因身体功能的减退,常患有各种疾病,有的甚至数病缠身,据北京市朝阳区地区社区卫生服务需求调查表明,因医疗条件限制,加上自我保健知识的缺乏,在家中或就医途中死亡的人数占死亡人口总数的 33.7%。

随着社会的发展,人民生活水平的提高,我国的疾病谱发生了很大变化,据流行病学调查结果表明,近年来,心脑血管疾病、肿瘤等慢性病的发病率显著上升,1996 年城市脑血管病死亡率为 134.59/10 万,占死亡原因的首位,因此,慢性病护理的需求量将增加。而医药费用的过快增长,致使一部分人群医药费用负担加重,基本医疗和预防保健得不到有效保证。家庭健康询问调查的结果表明,全国城乡居民两周患病未就诊率为 35.7%,未就诊原因中 14.3% 是由于经济上困难,57.1% 的未就诊者采用了自我医疗,而自我医疗服用的药品 45% 是从药店购买,45% 是家庭常备或以前剩余的,需要住院而未能住院率为 32.1%。特别是老年慢性病患者,绝大部分护理任务都将由家庭负担。

对慢性病人、老年病人的病情观察、家庭自我保健、预防、护理等都非常重要,例如,对于晚期癌症病人打止痛针、糖尿病病人注射胰岛素、高血压病人的血压测量等,频繁去医院是不现实的,这样必然会增加病人的痛苦和家庭的负担,这类病人的生活质量评价往往在家庭环境中进行才更真实可靠。

据调查,大部分老年慢性病患者只有在危重期才住院治疗,基本模式都是定期门诊就医,长期家庭用药。但在很多情况下,无论是病人还是家属来说,对疾病都缺乏应有的认识,对医学常识、疾病的防护知识的要求十分迫切。

为了使老年人更好地了解自己,把握自己,自觉养成良好的生活习惯,保持健康的心理状态,做好老年人疾病的预防、治疗和护理,也使家庭成员学会照顾和护理老人,使老年人幸福、美满、健康地欢度晚年,共享天伦之乐。我们编写了《老年疾病的防治与护理》一书。

本书循序渐进地介绍了老年人的生理、心理特点,老年保健教育,老年常见健康问题的家庭护理对策,并按疾病系统介绍了老年常见疾病的病因、表现、治疗、预防和健康指导,不仅让人们了解一些疾病的发病规律、治疗方法,更重要的是引导人们更主动地加入到防患于未然的预防护理中去。内容全面,科学实用,通俗易懂,可供广大临床护理工作阅读参考,也可作为老年保健与护理的家庭参考书。

由于水平所限,书中难免有疏漏和不当之处,恳请广大读者批评指正。

编 者

2007 年 4 月

老年疾病的防治与护理

主 编 张 芹 苑玉萍 何允兰 崔雪玲

副主编 (以姓氏笔画为序)

马 敏	马春娥	王彦华	申玉涛	朱凤娥
刘凤兰	孙丽燕	吴玉霞	李冬菊	李爱兰
李献忠	张欣华	陈爱菊	庞桂兰	侯俊英
南会敏	高 峰	高爱英	曹玉霞	韩 丽

编 委 (以姓氏笔画为序)

王守磊	邓文霞	田松梅	朱 颖	刘 静
李春花	李振龙	李清云	张令香	侯英华
赵继莲	黄 霞	潘爱兰		

责任编辑 吕秀齐

责任校对 杨京华 凌红霞

责任印制 安利平

目 录

第一部分 总 论

第一章 老年期概述	(3)
一、年龄界限划分	(3)
二、健康老年人的标准	(3)
三、老年人各系统的老化改变	(3)
四、老年人的心理变化	(4)
第二章 老年人的生理	(8)
一、皮肤	(8)
二、毛发与眉毛	(8)
三、感觉器官	(8)
四、心脏	(8)
五、血管	(9)
六、血小板	(9)
七、呼吸系统	(9)
八、消化系统	(9)
九、泌尿系统	(10)
十、生殖系统及性功能	(10)
十一、神经系统	(10)
十二、骨、关节	(11)
十三、身高与体重	(11)
十四、睡眠	(11)
十五、内分泌及代谢	(11)
十六、免疫系统	(11)
十七、心理活动及行动	(11)
第三章 衰老	(12)
一、人体衰老的原因	(12)
二、抗衰老的对策	(15)
第四章 老年人营养问题	(19)
一、老年人的营养需要	(19)

二、影响老年人营养的有关因素	(19)
三、老年人的基础热量需要和营养物质的基础需要	(21)
四、老年人在营养方面的特殊要求	(22)
第五章 老年人日常生活的护理	(24)
一、饮食的护理	(24)
二、营养失调的护理	(26)
三、心理保健与护理	(28)
四、生活护理要求	(29)
第六章 老年疾病的特点	(32)
一、病史采集的特点	(32)
二、症状不典型,容易漏诊或误诊	(32)
三、易发生意识障碍	(32)
四、易出现水、电解质紊乱	(32)
五、病程长,恢复慢	(32)
第七章 老年人用药	(33)
一、老年人对药物的反应	(33)
二、老年人用药原则	(33)
三、老年病常用药物	(34)
四、重危急症抢救常用药物	(35)
第八章 老年人的心理状态、生活习惯与疾病的关系	(38)
一、概述	(38)
二、老年人的饮食习惯与健康	(38)
三、老年人的情绪、性格与健康	(40)
四、老年人的心理保健与起居卫生	(42)

第二部分 各 论

第一章 呼吸系统疾病	(45)
第一节 急性上呼吸道感染	(45)
第二节 慢性支气管炎	(48)
第三节 支气管哮喘	(52)
第四节 支气管扩张症	(57)
第五节 肺脓肿	(59)
第六节 肺原性心脏病	(60)
一、慢性肺原性心脏病	(60)

二、急性肺原性心脏病	(67)
第七节 呼吸衰竭	(69)
第二章 循环系统疾病	(74)
第一节 心功能不全	(74)
一、慢性心功能不全	(74)
二、急性心功能不全	(79)
第二节 心律失常	(80)
一、窦性心律失常	(80)
二、过早搏动	(81)
三、阵发性心动过速	(82)
四、心房颤动	(84)
五、房室传导阻滞	(85)
第三节 心脏骤停	(86)
第四节 风湿性心瓣膜病	(87)
一、二尖瓣狭窄	(87)
二、二尖瓣关闭不全	(88)
三、主动脉瓣关闭不全	(88)
四、主动脉瓣狭窄	(88)
第五节 冠状动脉粥样硬化性心脏病	(90)
一、心绞痛	(91)
二、心肌梗死	(93)
第六节 原发性高血压	(96)
第七节 病毒性心肌炎	(100)
第八节 心肌病	(101)
一、扩张型心肌病	(101)
二、肥厚型心肌病	(102)
第九节 感染性心内膜炎	(103)
一、亚急性感染性心内膜炎	(103)
二、急性感染性心内膜炎	(104)
第十节 安置永久性人工心脏起搏器术护理与指导	(104)
第十一节 心血管病介入性诊治及护理	(107)
一、心导管检查术	(107)
二、经皮穿刺球囊二尖瓣成形术	(108)
三、经皮穿刺球囊肺动脉瓣成形术	(108)
四、心导管射频消融术	(109)
五、冠状动脉造影术	(109)
六、经皮穿刺腔内冠状动脉成形术及冠状动脉内支架安置术	(110)
七、冠状动脉内粥样斑块消除术	(112)

八、先天性心血管病的心导管介入治疗	(112)
第三章 消化系统疾病	(113)
第一节 胃炎	(113)
一、急性胃炎	(113)
二、慢性胃炎	(113)
第二节 消化性溃疡	(115)
第三节 溃疡性结肠炎	(117)
第四节 肝硬化	(120)
第五节 急性胰腺炎	(125)
第六节 上消化道出血	(128)
第七节 便秘	(133)
第四章 泌尿系统疾病	(135)
第一节 慢性肾衰竭	(135)
第二节 透析疗法的护理	(140)
一、血液透析	(140)
二、腹膜透析	(142)
第五章 内分泌及代谢性系统疾病	(144)
第一节 糖尿病	(144)
第二节 骨质疏松症	(147)
第三节 痛风	(150)
第四节 肥胖症	(152)
第六章 神经及精神系统疾病	(155)
第一节 周围神经疾病	(155)
一、三叉神经痛	(155)
二、面神经麻痹	(156)
三、坐骨神经痛	(157)
四、急性感染性多发性神经根炎	(158)
第二节 脑血管疾病	(160)
一、短暂性脑缺血发作	(160)
二、脑梗死	(162)
三、脑栓塞	(166)
四、脑出血	(167)
五、蛛网膜下腔出血	(170)
第三节 重症肌无力	(172)
第四节 老年抑郁症	(176)

第五节 老年痴呆症	(178)
第六节 帕金森病	(181)
第七章 风湿免疫性疾病	(184)
第一节 类风湿性关节炎	(184)
第二节 骨性关节炎	(186)
第八章 泌尿系统梗阻性疾病	(188)
第一节 肾积水	(188)
第二节 良性前列腺增生	(189)
第三节 急性尿潴留	(191)
第九章 尿石症	(194)
第一节 上尿路结石	(195)
第二节 膀胱结石	(196)
第三节 尿道结石	(197)
第十章 器官移植病人的护理	(200)
第一节 概述	(200)
第二节 器官移植术前的准备	(201)
第三节 器官移植	(203)
第十一章 骨科疾病	(209)
第一节 概述	(209)
一、骨折的定义、病因、分类和骨折段移位	(209)
二、骨折的诊断和治疗	(210)
三、骨折的并发症	(211)
四、骨折愈合的过程和影响因素	(212)
五、骨折的急救	(213)
六、护理	(213)
第二节 常见的四肢骨折	(214)
一、肱骨干骨折	(214)
二、桡骨下端骨折	(215)
三、股骨颈骨折	(215)
第三节 腰腿痛	(218)
一、腰椎间盘突出症	(219)
二、腰椎管狭窄症	(220)
三、护理	(221)
第四节 颈肩痛	(223)

一、颈椎病	(223)
二、粘连性肩关节囊炎	(225)
三、护理	(226)
第十二章 老年常见癌	(228)
第一节 原发性支气管肺癌	(228)
第二节 食管癌	(233)
第三节 胃癌	(239)
第四节 原发性肝癌	(245)
第五节 结肠癌、直肠癌	(251)
一、结肠癌	(251)
二、直肠癌	(253)
三、护理	(256)
第六节 泌尿生殖系统肿瘤	(258)
一、肾癌	(258)
二、膀胱癌	(259)
三、前列腺癌	(261)
四、护理	(261)
第七节 乳房癌	(263)
第十三章 妇科疾病	(269)
第一节 老年性阴道炎	(269)
第二节 更年期综合征	(270)
第三节 子宫脱垂	(272)
第四节 卵巢肿瘤	(274)
第五节 子宫颈癌	(277)
第六节 外阴癌	(280)
第七节 子宫内膜癌	(282)
第十四章 耳鼻咽喉科疾病	(285)
第一节 概述	(285)
第二节 鼻出血	(285)
第三节 耳鼻咽喉科常见恶性肿瘤	(287)
一、喉癌	(287)
二、鼻咽癌	(292)
三、鼻腔及鼻窦恶性肿瘤	(293)
第四节 老年聋	(294)

第十五章	眼科疾病	(297)
第一节	概述	(297)
第二节	老年性睑外翻	(297)
第三节	泪囊炎	(298)
第四节	白内障	(299)
	一、老年性白内障	(299)
	二、糖尿病性白内障	(301)
第五节	青光眼病人的护理	(301)
	一、急性闭角型青光眼	(302)
	二、开角型青光眼	(304)
	三、继发性青光眼	(306)
第六节	视网膜动脉阻塞	(307)
第七节	老年性黄斑变性	(308)
第八节	老视	(309)
第十六章	口腔疾病	(310)
第一节	概述	(310)
第二节	口腔护理	(310)
第三节	牙体牙髓病	(311)
	一、龋病	(311)
	二、非龋性牙体疾病	(313)
	三、急性牙髓炎	(314)
	四、根尖周病	(317)
第四节	牙周组织疾病	(319)
第五节	常见口腔黏膜病	(321)
	一、口腔黏膜白斑	(321)
	二、口腔扁平苔藓	(323)
	三、口腔白色念珠菌病	(325)
第六节	拔牙	(326)
第十七章	皮肤疾病	(328)
第一节	概述	(328)
第二节	药物皮炎	(329)
第三节	皮肤瘙痒症	(331)
第四节	手足癣	(333)
第五节	过敏反应性皮肤病	(334)
第六节	脂溢性角化病	(339)
第七节	老年性角化病	(340)
第八节	带状疱疹	(341)

第十八章 药物中毒	(343)
第一节 概述	(343)
一、毒物的体内过程	(343)
二、中毒机制	(344)
三、病情评估	(344)
四、救治原则	(346)
五、护理	(350)
第二节 常见的药物中毒	(352)
一、有机磷杀虫药中毒	(352)
二、急性一氧化碳中毒	(356)
三、镇静催眠药中毒	(358)
四、急性酒精中毒	(361)
五、毒蕈中毒	(363)
六、河豚鱼中毒	(363)
七、急性亚硝酸盐中毒	(364)
八、强酸、强碱中毒	(365)
第十九章 物理因素性疾病	(368)
第一节 中暑	(368)
第二节 淹溺	(371)
第三节 触电	(373)
第二十章 老年常见急症	(376)
第一节 老年急症的特点	(376)
一、一组症状群表现的多脏器病变	(376)
二、同种疾病,而不同于青年人的症状	(376)
三、易发生意识障碍	(377)
四、容易发生水、电解质紊乱	(377)
五、疾病本身被衰老状态掩盖	(377)
六、不易问清病史	(377)
第二节 老年急重症中的几个特殊的问题	(377)
一、老年人跌倒	(377)
二、老年人的位置性低血压和老年人晕厥	(382)
三、老年人的低温意外和老年人的发热	(385)
四、老年人的便秘和大便失禁	(390)
五、老年人褥疮	(392)
参考文献	(396)

第一部分 总 论

第一章 老年期概述

随着我国社会的稳定和进步,经济建设的发展,人民生活的改善,我国人口身体素质也明显提高,平均寿命延长,老年人的数量在逐年递增。当前,老年人的身心健康,已越来越成为社会关注的重要话题。老年人生命质量良好与否直接关系到老年人和家庭的幸福,也是社会文明的重要体现。老年人的护理目的是:保持健康,延缓衰老,预防疾病,使老年人有一个良好的生命质量。

一、年龄界限划分

人的一生,要经历生长发育期、成熟期、衰退期。对老年群体在各个国家和地区,在不同的时期有不同的划分标准。目前,我国老年人年龄界限的划分沿用亚太地区标准:凡年满 60 岁及 60 岁以上的人统称为老年人。我国对各年龄组的划分标准是:

- 0~24 岁为生长发育期;
- 25~44 岁为成熟期(成年期);
- 45~59 岁为老年前期(初老期);
- 60~89 岁为老年期;
- 90 岁以上为长寿期;
- 100 岁以上为百岁老人。

二、健康老年人的标准

我国依据医学模式从生物医学模式向社会—心理—生物医学模式转变的要求,提出了既符合当前我国老年人的实际情况,又符合世界卫生组织(WHO)对人体健康标准规定的老年人健康具体标准:

- (1)躯干无明显畸形,无明显驼背等不良体形,骨关节活动基本正常。
- (2)无偏瘫,无老年痴呆及其他神经系统疾病,神经系统检查基本正常。
- (3)心脏基本正常,无高血压、冠心病及其他器质性心脏病。
- (4)无明显肺部疾病,无明显肺功能不全。
- (5)无肝肾疾病、内分泌代谢疾病、恶性肿瘤及影响生活功能的严重内脏器质性疾病。
- (6)有一定的视、听功能。
- (7)无精神障碍,性格健全,情绪稳定。
- (8)与家人和睦,能恰当地处理家庭和社会人际关系。
- (9)有交往能力,能适应环境,具有一定的社会交往能力。
- (10)具有一定的学习、记忆能力。

三、老年人各系统的老化改变

机体老化是生命过程中的一种必然现象,在人体成熟期后就出现了漫长的老化演变过程。随着年龄的增长,人体组织器官日趋老化,生理功能逐渐减退。下面简单介绍有关系统的老化改变。

(1) 心血管系统。动脉硬化,心脏重量增加,心肌收缩与舒张功能下降,心脏储备功能下降;窦性心率随年龄的增长而减慢;心排血量减少,动脉压力升高,静脉压力下降,心脏和内分泌功能减退,微循环障碍等。

(2) 呼吸系统。上呼吸道腺体萎缩,分泌功能减退,加温和湿化功能减弱;黏膜上皮萎缩,分泌型免疫球蛋白 A 减少,防御功能下降;肺泡数目减少,肺泡壁变薄,肺总换气面积减少,肺通气功能降低,残气量增加,换气效率明显降低等。

(3) 消化系统。口腔味蕾数目减少,味觉减退;牙齿可有部分或全部缺失;唾液腺分泌功能减低;食管黏膜上皮萎缩,平滑肌蠕动及输送食物的功能减弱;胃运动、分泌功能减退,消化能力低下;肠道上皮黏膜变粗、萎缩,腺体形态异常,肌层萎缩,张力降低;肝脏重量减轻,肝功能减退;胆汁分泌量减少;胰腺分泌脂肪酶减少等。

(4) 神经系统。脑重量减轻;神经细胞减少,神经纤维传导速度减慢,神经递质减少;脑血流量与氧代谢率降低,记忆力衰退,思维活动缓慢,感觉功能障碍等。

(5) 泌尿系统。肾脏重量减轻,皮质减少;肾血流量减少;肾小球出现生理性硬化,肾小球滤过率下降;肾小管储钠及排钠功能受损,稀释功能降低,尿酸化功能受损等。

(6) 内分泌系统。代谢生长激素降低,性激素水平下降,胰岛素分泌迟缓,胰岛素受体敏感性减低,脂代谢和糖代谢障碍,蛋白质和核酸代谢障碍等。

(7) 其他。免疫功能老化,表现为血清天然抗体滴度下降,自身抗体水平升高;运动系统肌肉神经萎缩,骨质增生;听觉功能障碍,老视等。

四、老年人的心理变化

现代医学认为,人的健康不仅仅是身体健康,必须同时心理也健康,才是全面健康。

(一) 心理健康标准

- (1) 对现实生活具有敏锐的知觉。
- (2) 热爱生活,热爱他人,热爱大自然。
- (3) 在所处的环境中能保持独立的见解。
- (4) 注意基本的哲学和道德伦理。
- (5) 对于日常所发生的事物能保持兴趣。
- (6) 乐于助人,能和一些人建立深厚的友谊。
- (7) 能兼容并纳,听取各种不同的意见。
- (8) 工作有创造性,能克服困难。
- (9) 具有幽默感,但又不落俗套。
- (10) 能承受欢乐与忧伤的考验。

除以上 10 条标准之外,老年人心理健康还应具备以下特征:

- (1) 开拓进取,老有所为,充分实现人生价值。
- (2) 紧跟时代步伐,对新事物敏感,不固步自封。
- (3) 开朗乐观,知足常乐,不计个人得失。
- (4) 自尊自信,乐于奉献,热心社会活动。
- (5) 宽厚待人,热心助人,积极培养年轻人。
- (6) 沉稳冷静,珍惜晚年,充分发挥余热。