



老年疾病护理 知识问答

LAONIAN
JIBING HULI
ZHISHI WENDA



宁毅军 刘剑立 主编



化学工业出版社
医学出版分社



老年疾病护理 知识问答

LAONIAN
JIBING HULI
ZHISHI WENDA



宁毅军 刘剑立 主编



化学工业出版社
医学出版分社

· 北京 ·



老年疾病护理知识问答

图书在版编目 (CIP) 数据

老年疾病护理知识问答/宁毅军, 刘剑立主编. —北京:
化学工业出版社, 2007. 7
ISBN 978-7-122-00583-0

I. 老… II. ①宁…②刘… III. 老年病-护理-问答
IV. R473. 44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 081238 号

责任编辑: 杨骏翼
责任校对: 宋 夏

装帧设计: 史利平

出版发行: 化学工业出版社 医学出版分社
(北京市东城区青年湖南街 13 号 邮政编码 100011)
印 装: 北京云浩印刷有限责任公司
850mm×1168mm 1/32 印张 9 $\frac{3}{4}$ 字数 250 千字
2007 年 7 月北京第 1 版第 1 次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686)
售后服务: 010-64518899
网 址: <http://www.cip.com.cn>
凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 23.00 元

版权所有 违者必究

编写人员名单

主 编	宁毅军	刘剑立		
副主编	刘玉莹	胡学军	黄津芳	梁 英
编 者	(按姓氏笔画排序)			
	王 莹	宁毅军	毕 娜	刘玉莹
	刘剑立	刘雪虹	孙久华	李春艳
	杨 文	何 瑞	张亚卓	张宇宁
	张绍敏	张俊丽	季瑞芬	周丽娟
	胡学军	段万玲	柴若楠	高柏青
	黄津芳	曹 力	崔玉玲	梁 英
	翟晓红	潘书敏	霍 平	霍 然

序

人口老龄化，按国际通行标准是60岁以上的老年人口在总人口中的比例超过10%或65岁以上老年人口在总人口中的比例超过7%。我国已于1999年步入人口老龄化国家行列。据有关资料显示，目前我国60岁以上人口已占全世界老年人口的1/5。中国已成为老龄化速度最快、老年人口最多的国家之一。与其他国家相比，我国的人口老龄化有以下特点：人口基数大；增长速度快；高龄化显著，老龄化周期短；地区差异大；经济发展水平低（未富先老）。

人口老龄化对我国正在健全的社会保障制度和医疗保障提出了前所未有的巨大挑战，医疗保障费用支出明显增多，按照人的生理演变，人的一生80%的医疗费用出现在60岁以后；因此，目前大部分老年人还存在看病难的问题。

2000年中共中央、国务院做出了“关于加强老龄工作的决定”，指出老龄问题涉及政治、经济、文化和社会生活等诸多领域，会给我国经济和社会发展带来一系列深刻影响；是关系国计民生和国家长治久安的重大社会问题；满足广大老年人日益增长的物质和文化生活需要，是实践“三个代表”重要思想和建立和谐社会的体现；要求全党、全社会必须从改革、发展、稳定的大局出发，高度重视和切实加强老龄工作。

老年人口增加给护理工作带来了新的挑战，也产生了相应的影响，护理服务需求显著增加。应采取的对策是建立老年护理保险制度；健全社区老年护理服务机构；高起点、有计划地发展护理事业；建立各层次老年护理保健制度；多渠道培养老年护理人才，合理地配置老年护理人力资源；发展社区护理组织。

广大医护工作者深知自己是做好老年医疗保障的中坚力量，肩负

着神圣使命。他们中不断涌现出对老年人充满感情，以诚挚、关爱、高度责任感服务于第一线的优秀医疗与护理专业人才，在工作岗位上刻苦钻研业务、兢兢业业、尽职尽责、默默奉献，充分发挥着各自的聪明才智。沈阳军区总医院的护理人员，她们对护理事业执着追求，倾注了大量时间与心血，总结老年护理工作经验；她们都是从事老年护理的科研、教学、管理与实践者，通过长期与老年人的密切接触，充分了解他们生理、心理、社会需求，同时积累了丰富的老年慢性病、多发病及常见健康问题等临床护理经验，精心编写了《老年疾病护理知识问答》一书。从老年生理、心理、病理，老年常见各系统疾病的诊断要点及护理，老年健康问题的护理及临终关怀等方面进行阐述。该书编排有序，内容充实，针对性与实用性强，既适合各级护理人员阅读学习，也适合老年人及其亲属自学；是一部很好的老年健康问题的护理指南。

中国人民解放军护理专业委员会主任委员

王仙园

2007年5月

前 言

随着我国人口进入快速老龄化阶段，老年人的医疗保健、护理服务等问题日益受到全社会的关注，老年病学已发展成为具有专业特色的独立学科，备受广大医务工作者的重视。

传授健康知识，为人类健康服务是护理工作者义不容辞的责任。我们这些在老年临床第一线工作几十年的护理工作者，特别希望将自己对老年病护理专业理论方面的认识以及多年的临床工作经验加以总结，与护士姐妹们分享，同时能够对同行、老年朋友及其亲人、照护者起到有益的指导与帮助作用，这也是出版《老年疾病护理知识问答》一书的初衷。

全书共分十三部分，包括老年老化理论知识、老年人常见心理问题、各系统常见疾病、老年人肿瘤、老年人死亡教育与临终护理等内容。全书以问答形式，针对工作中常产生的疑问和遇到的问题，力求内容科学实用，语言通俗易懂。

黄津芳教授为此书的编写及组织结构悉心指导，并亲自参与编写老年心理护理部分；从事老干部医疗保健工作 30 余年的刘剑立教授对书中医疗相关内容严格审阅与把关。另外，此书的出版还得到沈阳军区总医院领导的全力支持。在此一并致以诚挚谢意！

由于编者能力与水平有限，书中难免存在某些错误与疏漏，恳请专家、同行及读者批评指正。

宁毅军
2007 年 5 月于沈阳

目 录

一、老年老化相关知识	1
(一) 基本知识	1
1. 何谓老年、老化和衰老?	1
2. 什么叫长寿? 什么样的老年人能叫寿星?	1
3. 有哪些因素会导致人体的衰老?	1
4. 何谓人口老龄化? 我国是否已进入老龄化社会?	2
5. 世界人口老化的特点是怎样的?	2
6. 我国人口老化与其他国家相比有哪些不同?	2
7. 老年人智力衰退的影响因素有哪些?	3
8. 与中、青年相比, 老年人在哪些方面的需要更为强烈? ...	3
9. 不同的老年人有不同的需要, 这些需要受哪些因素影响?	4
10. 与中、青年相比, 老年人有着怎样的情绪特点?	4
11. 老年人有哪些人格变化特点?	5
12. 老年人有哪些不同的人格类型?	5
13. 什么样的老年人是健康老年人?	6
14. 老年疾病的特点有哪些?	6
15. 老年疾病在治疗上应注意些什么?	7
(二) 老年生理病理特点	7
16. 老年人的感、知觉衰退表现在哪些方面?	7
17. 影响老年人视觉功能下降的因素有哪些?	8
18. 为什么说老年人听觉系统结构上的变化会引起 听觉能力下降?	8
19. 老年人的味觉为何会有所下降?	8
20. 哪些原因会导致老年人的嗅觉衰退?	9

21. 老年人在知觉上有哪些变化?	9
22. 老年人的头发为何会变白和稀少?	9
23. 老年人的皮肤为何会出现皱纹?	10
24. 老年人的眼睛有何变化?	10
25. 老年人在记忆上有哪些变化?	10
26. 老年人的记忆衰退有何规律?	10
27. 老年人为何会长老年斑?	11
28. 老年人身体组成成分有何改变?	11
29. 皮肤与毛发的改变是步入衰老过程的最初信号, 这种改变都表现在哪些方面?	12
30. 老年人的身高和体重有何变化?	12
31. 老年人的肌肉和骨质有何改变?	13
32. 老年人的生理功能有哪些变化?	13
33. 老年人的血清总胆固醇为何偏高? 对健康有什么危害?	13
34. 老年人的血糖为何容易出现升高的情况? 老年人的 糖代谢有什么变化? 对机体有什么影响?	14
35. 老年人蛋白质和核酸的代谢有何变化?	14
36. 老年人机体功能下降主要表现在哪几个方面?	15
37. 老年人的睡眠有哪些特点?	15
38. 老年人免疫功能有何改变?	15
39. 老年人神经系统有哪些改变?	16
40. 老年人心血管系统有哪些改变?	16
41. 老年人呼吸系统有哪些改变?	17
42. 老年人泌尿生殖系统有哪些改变?	17
43. 老年人内分泌系统有哪些改变?	17
44. 老年人消化系统有哪些改变?	18
45. 老年人运动系统有哪些改变?	18
二、老年心理护理	19
(一) 老年常见心理问题	19

1. 老年人心理健康标准是什么?	19
2. 老年人社会适应中常见的心理问题有哪些?	20
3. 离休或退休后的人在心理上会有哪些心理变化?	20
(二) 患有躯体疾病的老年病人心理护理	21
4. 有躯体疾病的老年人有何心理特点?	21
5. 有躯体疾病的老年人有何心理需要?	22
6. 老年人在选药、用药时常有哪些错误观念?	22
7. 如何对老年病人进行正确用药的心理指导?	23
8. 患病老年人在康复期间有哪些影响康复的心理因素?	24
9. 在老年病人康复期间, 如何对其进行健康的心理引导, 以帮助其获得更好的康复效果?	25
10. 如何对老年病人进行心理护理?	25
(三) 患有心身疾病的老年病人心理护理	26
11. 何谓心身疾病?	26
12. 如何判断老年人有心身疾病?	27
13. 哪些原因可导致老年人的心身疾病?	27
14. 个性与心身疾病的发生有关吗? 不同的个性分别容易 患哪些疾病?	28
15. 如何对患有心身疾病的老年人进行心理健康教育?	28
16. 如何对老年高血压病人进行心理护理?	30
17. 如何对老年冠心病病人进行心理护理?	30
18. 如何对老年糖尿病病人进行心理护理?	31
(四) 患有心理障碍的老年病人心理护理	32
19. 何谓老年人心理障碍?	32
20. 不同的老年人, 其心理障碍的程度不同, 应如何划分?	32
21. 何谓老年焦虑症? 有哪些临床表现?	32
22. 如何对老年焦虑症病人进行心理护理?	33
23. 何谓老年抑郁症? 有哪些临床表现?	33
24. 如何对老年抑郁症病人进行心理护理?	34
25. 何谓老年期痴呆? 有哪些临床表现?	35

26. 如何预防老年期痴呆?	37
27. 如何对老年痴呆病人进行心理护理?	37
28. 何谓老年人睡眠障碍? 有哪些临床表现?	38
29. 如何对老年人睡眠障碍进行心理调适?	38
(五) 自杀问题	39
30. 何谓老年人自杀?	39
31. 老年人自杀的原因有哪些?	39
32. 如何防止老年人自杀?	40
三、老年常见健康问题护理	42
(一) 跌倒	42
1. 老年人跌倒可造成哪些危害?	42
2. 老年人跌倒的原因有哪些?	42
3. 如何预防老年人跌倒, 有哪些护理措施?	43
4. 老年人跌倒后如何处理?	43
(二) 尿失禁与尿潴留	44
5. 老年人长期尿失禁有哪些常见原因?	44
6. 老年人尿失禁有哪几种常见类型?	44
7. 老年人尿失禁治疗与护理的总体目标是什么?	44
8. 老年人尿失禁常有哪些治疗方法?	45
9. 老年人尿失禁的护理措施有哪些?	45
10. 如何指导尿失禁病人进行盆底肌肉锻炼?	46
11. 老年人尿失禁的健康指导包括哪些内容?	46
(三) 大便失禁	46
12. 老年人大便失禁的病因有哪些?	46
13. 老年人大便失禁的护理措施有哪些?	47
14. 老年人大便失禁的健康教育包括哪些内容?	47
(四) 便秘	47
15. 引起老年人便秘的原因有哪些?	47
16. 老年人便秘有哪些特点?	48

17. 出现便秘时, 有哪些护理措施?	48
18. 出现便秘时, 有哪些治疗措施? 同时有哪些注意事项?	49
19. 如何预防老年人便秘?	49
(五) 压疮	49
20. 何谓压疮? 哪些老年人容易发生压疮?	49
21. 老年人压疮的特点是什么?	50
22. 老年人压疮的原因有哪些?	50
23. 如何判断老年人发生了压疮?	51
24. 如何预防老年人压疮的发生?	51
(六) 长期卧床	52
25. 老年人长期卧床的预防措施有哪些?	52
26. 老年人长期卧床的护理措施及康复训练有哪些?	52
(七) 活动、休息与睡眠	53
27. 促进老年人休息与睡眠的措施有哪些?	53
28. 老年人运动的种类、强度、时间与量如何确定?	53
29. 如何组织老年人参加娱乐活动?	54
30. 老年人运动的注意事项有哪些?	54
(八) 安全用药	55
31. 老年人用药的不良反应有哪些?	55
32. 老年人发生药物不良反应的特点有哪些?	55
33. 老年人用药的原则是什么?	56
34. 如何观察和预防老年人用药不良反应?	56
35. 提高老年人服药依从性的护理措施有哪些?	56
36. 如何对老年人进行用药的健康指导?	57
(九) 骨关节炎	57
37. 老年性骨关节炎的致病因素有哪些?	57
38. 老年性骨关节炎的特点是什么?	58
39. 老年性骨关节炎的治疗方法有哪些?	58
40. 老年性骨关节炎的用药护理有哪些内容?	58
41. 如何对患骨关节炎的老年人进行功能锻炼指导?	59

42. 老年性骨关节炎的健康指导有哪些内容？	59
(十) 骨质疏松症	59
43. 何谓骨质疏松症？	59
44. 老年人骨质疏松症的特点是什么？	60
45. 老年人骨质疏松的致病因素有哪些？	60
46. 目前治疗老年骨质疏松的药物主要有哪些？	60
47. 老年骨质疏松症用药注意事项有哪些？	61
48. 骨质疏松程度的诊断标准是什么？	61
49. 骨质疏松症的预防措施有哪些？	61
50. 老年骨质疏松症的健康指导包括哪些内容？	62
(十一) 疼痛	62
51. 老年人疼痛常见的原因有哪些？	62
52. 老年人疼痛反应的特点是什么？	62
53. 老年人疼痛的表现有哪些？	63
54. 常见疼痛的反应有哪几种？	63
55. 为何要对疼痛进行评估？目前评估疼痛的方法有几种？	63
56. 影响疼痛表达的因素有哪些？	63
57. 老年人疼痛的不良影响有哪些？	64
58. 常见的止痛药分哪几类？	64
59. 老年人疼痛药物治疗的原则是什么？	64
60. 老年人疼痛的药物治疗特点是什么？	64
61. 老年人非药物止痛的方法有哪些？	65
62. 老年人疼痛的一般护理有哪些内容？	65
63. 老年人疼痛的专科护理包括哪些内容？	66
(十二) 其他	66
64. 老年人膳食原则和饮食护理的内容是什么？	66
65. 老年人营养合理选择与搭配的要点对是什么？	67
66. 各类食物的营养特点是什么？	67
67. 什么是鼻饲？给老年人鼻饲的目的是什么？	67
68. 如何给昏迷病人留置胃管？鼻饲的注意事项有哪些？ ...	68

69. 老年人需要性生活吗?	68
70. 影响老年人性生活的因素有哪些?	68
71. 对患病老年人性生活的指导有哪些内容?	69
72. 预防老年皮肤干燥的食物有哪些?	69
73. 老年人如何清洁、保养皮肤?	69
74. 防止老年人自理能力丧失的要点是什么?	70

四、老年呼吸系统常见疾病护理 71

(一) 基础知识..... 71

1. 与年轻人相比,为什么老年人肺炎发生率较高?	71
2. 为什么老年呼吸系统疾病临床表现不典型?	71
3. 为什么老年人肺部疾病极易出现呼吸衰竭?	72
4. 为什么老年人易发生呼吸肌疲劳?	72
5. 老年人呼吸系统疾病的常见合并症和并发症有哪些?	72
6. 对老年呼吸系统疾病的诊断有哪些特点?	73
7. 老年呼吸系统疾病的治疗应注意哪些方面?	73

(二) 老年肺炎..... 73

8. 老年人何为易患肺炎?	73
9. 老年肺炎有哪些临床特点?	74
10. 哪些老年人易患肺炎?	74
11. 老年社区获得性肺炎与医院获得性肺炎的临床 诊断有何区别?	75
12. 老年重症肺炎诊断依据是什么?	75
13. 老年肺炎抗生素治疗失败的常见原因有哪些?	75
14. 老年肺炎的症状评估要点有哪些?	76
15. 老年吸入性肺炎的体位与排痰护理应注意什么?	76
16. 如何做好老年肺炎病人的舒适和安全护理?	77
17. 老年肺炎病人呼吸道护理应注意什么?	77
18. 如何对老年肺炎病人进行健康教育?	78
19. 如何采集老年肺炎病人痰标本? 有何意义?	79

(三) 老年慢性支气管炎和肺气肿	79
20. 老年慢性支气管炎和肺气肿的定义是什么?	79
21. 吸烟对老年支气管炎和肺气肿发病有何影响?	79
22. 老年慢性支气管炎和肺气肿的常见病因有哪些?	80
23. 老年慢性支气管炎和肺气肿的基本病理改变有哪些? ...	81
24. 老年慢性支气管炎和肺气肿有哪些主要临床症状?	81
25. 老年慢性支气管炎和肺气肿有哪些典型体征?	81
26. 老年慢性支气管炎如何分型?	82
27. 老年慢性支气管炎和肺气肿的诊断标准是什么?	82
28. 老年慢性支气管炎治疗的注意事项及目的是什么?	82
29. 老年慢性支气管炎和肺气肿有哪些主要治疗方法?	82
30. 如何实施老年慢性支气管炎和肺气肿的咳嗽、 咳嗽训练?	83
31. 如何实施老年慢性支气管炎和肺气肿病人的 呼吸功能训练?	84
32. 如何预防老年慢性支气管炎和肺气肿的急性发作?	84
33. 老年慢性支气管炎和肺气肿健康教育内容有哪些?	85
34. 如何对老年慢支和肺气肿急性发作期的病人 实施排痰护理?	86
35. 老年慢支和肺气肿出院指导内容有哪些?	86
(四) 老年支气管哮喘	87
36. 老年哮喘有哪些特点?	87
37. 老年哮喘的临床表现特点如何?	87
38. 为什么老年哮喘病人要避免或慎用药物?	88
39. 为什么老年哮喘病人更容易导致呼吸衰竭?	88
40. 什么是老年哮喘病人六步管理法?	89
41. 老年哮喘病人哮喘长期管理和治疗的目标包括 哪些内容?	89
42. 老年哮喘病人护理评估内容有哪些?	89
43. 如何指导老年哮喘病人正确使用定量吸入器	

吸入药物?	90
44. 应用吸入疗法的注意事项有哪些?	91
45. 如何指导老年哮喘病人正确使用喷射雾化器	92
46. 对老年哮喘住院病人的一般护理有哪些内容?	92
47. 老年哮喘病人的教育内容包括哪些?	92
(五) 老年呼吸系统疾病护理值得注意的问题	93
48. 为何应对患有呼吸系统疾病的老年人加强气道湿化 护理? 应如何实施?	93
49. 老年呼吸系统疾病的咳嗽、咳痰护理应注意 哪些问题?	94
50. 老年人吸痰护理的注意事项有哪些?	94
51. 老年Ⅱ型呼吸衰竭病人吸氧原则有哪些? 为什么?	94
52. 老年氧疗护理应注意哪些问题?	95
53. 老人呼吸系统疾病的社区护理有哪些内容?	96
54. 老年呼吸系统疾病的病人进行机械通气监护的 注意事项是什么?	97
55. 老年呼吸系统疾病病人进餐时的注意事项是什么?	98
56. 老年肺部疾病的病人为什么要慎用镇咳药?	98
57. 老年机械通气病人通气参数的设置应注意什么?	99
58. 为老年呼吸系统疾病病人留取痰标本时应注意什么? ...	99

五、心血管系统常见疾病护理 101

(一) 冠心病	101
1. 什么是冠心病?	101
2. 哪些因素会导致冠心病的发生?	101
3. 冠心病的病因与危险因素有哪些?	102
4. 急性冠状动脉综合征是什么?	102
5. 冠心病的临床表现是什么?	102
6. 冠心病会遗传吗?	103
7. 冠心病动脉粥样硬化的“先兆”有哪些?	103

8. 动脉粥样硬化与冠心病有什么关系？	104
9. 典型心绞痛的特点有哪些？	104
10. 什么是不稳定型心绞痛？	105
11. 不稳定型心绞痛的发病特点是什么？	105
12. 老年人心绞痛的表现有哪些？	105
13. 心绞痛的主要护理措施有哪些？	106
14. 心绞痛发作时心电图有什么变化？	106
15. 何谓心肌梗死？	106
16. 急性心肌梗死有哪些先兆？	106
17. 发生急性心肌梗死的典型症状是什么？	107
18. 老年人心肌梗死的诱发因素有哪些？	107
19. 急性心肌梗死的并发症有哪些？	107
20. 冠心病心电图上有哪些表现？	108
21. 冠状动脉造影的临床意义是什么？	108
22. 冠心病的主要治疗药物及其分类是什么？	109
23. 左、右旋支冠脉发生阻塞可引起哪些部位的 心肌梗死？	109
24. 什么是急性心梗的溶栓治疗？	109
25. 老年冠心病调脂的注意事项是什么？	109
26. 老年心肌梗死病人如何安排休息和活动？	110
27. 什么是经皮冠状动脉介入治疗？	110
28. 什么是冠状动脉旁路移植术？	110
29. 冠心病病人行冠状动脉旁路移植手术前准备 有哪些？	111
30. 对冠心病病人怎样进行冠状动脉旁路移植 手术后护理？	111
31. 冠状动脉造影及经皮冠状动脉介入治疗术前准备 护理有哪些内容？	112
32. 冠状动脉介入治疗术后护理有哪些内容？	112
33. 冠心病是老年病吗？为什么？	113