

老年流行病学

主编 于普林

主审 何慧德

中国医药科技出版社

老年流行病学

主编 于普林
主审 何慧德

中国医药科技出版社

内 容 提 要

《老年流行病学》是从事老年医学研究的 30 余位专家学者融合国内外最新的老年流行病学的观点和经验编写的我国第一本老年流行病学专著。

本书共有 28 章,第 1~10 章阐述了老年流行病学的概念、特点、任务、联合国及其他国际组织对老龄问题的看法、老年人的生活质量、健康促进、社区服务等。11~28 章阐述了主要老年疾病,如心脑血管疾病、呼吸系统疾病、肿瘤、2 型糖尿病、骨质疏松症、老年性白内障等的分布、危险因素及防治对策。

《老年流行病学》是以老年流行病学的理论、实践和方法为主线,同时对我国常见老年疾病的现状和特点进行了较系统的阐述,是老年医学工作者和老年卫生工作决策者的一本有价值的参考书和工具书。

图书在版编目(CIP)数据

老年流行病学/于普林主编. - 北京:中国医药科技出版社,2000.8

ISBN 7-5067-2265-8

I. 老… II. 于… III. 老年医学:流行病学 IV. R592

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 68487 号

中国医药科技出版社 出版
(北京市海淀区文慧园北路甲 22 号)

(邮政编码 100088)

(发行部电话 62271724)

北京市艺辉印刷有限公司 印刷

全国各地新华书店 经销

*

开本 787×1092¹/₁₆ 印张 21¹/₂

字数 505 千字 印数 1-3000

2000 年 8 月第 1 版

2000 年 8 月第 1 次印刷



定价:45.00 元

MADP/03

作者名单

- 主 编 于普林
主 审 何慧德
副主编 袁鸿江 曾尔亢
编 者 (以姓氏笔画为序)
- Dorman ,JS Graduate School of Public Health, University of Pittsburgh
于剑扉 解放军 401 医院
于普林 卫生部北京老年医学研究所
文良元 卫生部北京医院
王茂斌 卫生部北京医院
王瑞芳 同济医科大学
邓显昭 华西医科大学
兰亚佳 华西医科大学
卢桂静 湖南医科大学
刘丹萍 华西医科大学
刘桂芳 卫生部北京医院
刘德平 卫生部北京医院
向 前 湖南医科大学
孙 丁 华西医科大学
孙 敏 华西医科大学
孙福成 卫生部北京医院
安 珍 华西医科大学
许雪亮 湖南医科大学
吴 进 华西医科大学
吴升平 北京天坛医院
张 骏 华西医科大学
杜元太 卫生部北京医院
杨 泽 卫生部北京老年医学研究所
杨宇如 华西医科大学
杨跃林 华西医科大学
肖 波 湖南医科大学
迟家敏 卫生部北京医院
陈慧美 华西医科大学
欧 琼 广东省人民医院
金弘敏 北京回龙观医院

袁鸿江	华西医科大学
袁琳	华西医科大学
郭胜祥	卫生部北京医院
黄公怡	卫生部北京医院
黄松波	卫生部北京医院
黄魏宁	卫生部北京医院
彭丹涛	卫生部北京医院
曾尔亢	同济医科大学
蒋建军	华西医科大学
魏强	华西医科大学

序

随着我国社会、经济以及医药卫生事业的发展,我国人民的健康状况有了明显的改善。由于人均寿命的延长、生育率的降低,我国人口结构迅速老龄化。为迎接我国人口老龄化的压力和挑战,我们认真了解我国老年人口的现状和发展趋势,掌握老年常见病的流行现状、流行规律和分布特征,为制定我国相应的老年保健对策和干预策略提供依据。这些都需要老年流行病学工作者们作出不懈的努力。

医学的总目标是探索疾病性质及其自然发展规律,制定合理的干预策略和措施,并对其效果进行评价,使之有利于人民的健康。老年流行病学是从老年人这个群体角度来实现这个总目标的。

老年流行病学是一门研究与老年人群有关的各种疾病流行规律的学科。它探究各种老年病的患病率、发病率、死亡率的分布,阐明老年病的危险因素以及老年病的演变规律,同时也为开展老年人群健康促进和疾病防治提供政策和策略。我国老年流行病学工作始于50年代中期,而近年来随着人口老龄化程度的加剧越来越受到重视。目前我国老年流行病学工作已广泛开展,老年流行病学的概念不断深化,应用范围得到拓展。其方法已深入老年医学研究各个领域,特别是在原因不明的老年疾病的病因探索、老年人的健康促进和老年公共卫生服务政策和措施的制订政策方面。我国老年流行病学在学科水平方面,也有了很大幅度的提高,在老年流行病学、老年临床流行病学、老年血清流行病学、老年分子流行病学、老年遗传流行病学、老年地理流行病学,乃至老年药物流行病学等方面,都有不同程度的发展。

开展老年病流行病学工作、及时地总结和推广老年病流行病学工作的理论和实践是迎接我国人口老龄化这一严峻事实的需要,《老年流行病学》一书的出版,是符合广大老工作者及老年卫生工作决策者的愿望和迫切需要的。它的出版,对推动我国老年医学的发展及社会保障都将有十分重要的实际意义。

我十分高兴看到《老年流行病学》一书的出版。本书是我国第一部老年流行病学专著,是卫生部老年医学研究所、北京医院、同济医科大学、华西医科大学、湖南医科大学等在老年流行病学方面富有实践经验的专家们协力完成的。内容丰富,值得一读。它的出版,为我国老年医学学术园地又增添了新的、科学的、理论的实际的一页,我深信本书能使读者耳目一新、从中获益。谨以此序祝贺本书的面世。

中国科学院士、中国老年学会会长
中华医学会老年医学学会主任委员
陈可冀

2000年3月于北京

前 言

早在1994年中华老年医学分会流行病学学组成立之初,我国的老年流行病学先驱何慧德教授及其同事就倡导编写一本老年流行病学方面的专著,以推动我国老年流行病学工作。时至1999国际老年人年,在卫生部北京老年医学研究所主管所长郑宏教授的支持下,作为向国际老年人年和迎接我国21世纪老龄化社会到来的礼物,我们组织了卫生部北京老年医学研究所、卫生部北京医院、华西医科大学、同济医科大学、湖南医科大学、天坛医院、回龙观医院、广东省人民医院、解放军401医院、University of Pittsburgh 10家单位的30余位专家学者编写了此书。

本书是从事老年医学工作者们相互合作的成果。这次合作为我国老年流行病学工作打下了良好的基础,同时我们希望通过这次合作促进老年医学各学科之间的相互交流,推动我国老年医学的发展。

本书共有28章,融合了最新的国内外老年流行病学的观点和经验,第1~10章为老年流行病学的总论部分,阐述了老年流行病学的概念、特点、工作任务、联合国及其他国际组织对老龄问题的看法、老年流行病学的方法、常用的指标、老年人的生活质量、老年人的健康促进、老年人的社区服务,分子流行病学在老年医学中的应用等。第11~28章阐述了主要老年疾病,如心脑血管疾病、呼吸系统疾病、肿瘤、2型糖尿病、骨质疏松症、老年性白内障等的分布、危险因素及防治对策。

总的来看,本书是以老年流行病学的理论、实践和方法为主线,同时对我国常见老年疾病的现状和特点进行了较系统的阐述,是老年医学工作者和老年卫生工作决策者的一本有价值的参考书和工具书,它的出版对推动老年流行病学学科的发展具有重要的现实意义。在本书的编写、收集资料数据等过程中,得到了很多专家、学者的帮助和指点,也得到了各作者单位领导的肯定和支持,同时编写人员听取了各方面意见,不辞辛劳,多次修改,在此一并致谢。

由于编者的水平所限,加上这是第一部老年流行病学的专著,我们的经验还不够成熟;另外国际上老年医学领域发展迅速,随着老年医学的发展,许多观点、方法都有待于进一步完善和更新,文中缺点和错误在所难免,恳请读者批评指正,以便使我们在今后的再版工作中及时补充进新内容,更好地发挥老年流行病学在老年医学中的作用。

于普林

2000年3月于北京

目 录

第一章 绪言	(1)
第二章 老年人口的现状和发展趋势	(7)
第一节 概述	(7)
第二节 人口老化的成因和特点	(8)
第三节 人口老龄化带来的问题及对策	(13)
第三章 老年流行病学的研究方法	(18)
第一节 研究模式的变迁	(18)
第二节 现场调查的主要内容	(19)
第三节 调查项目的选择	(22)
第四节 现场调查设计	(23)
第五节 调查方法的选择	(24)
第六节 实验性研究	(28)
第四章 老年保健和健康老年人	(31)
第一节 老年保健	(31)
第二节 健康老年人	(36)
第五章 健康相关生活质量及其评价方法	(41)
第一节 健康相关生活质量评价产生和发展的背景、意义及用途	(41)
第二节 健康相关生活质量的 概念和特点	(43)
第三节 健康相关生活质量测量的内容和指标	(44)
第四节 生活质量的测量工具	(45)
第五节 健康相关生活质量评价的程序和方法	(52)
第六节 生活质量在老年人和慢性病评价中的应用	(54)
第七节 健康相关生活质量应用中应该注意的问题	(60)
第六章 健康促进	(62)
第一节 健康促进概念的形成和发展	(62)
第二节 健康促进项目的设计	(65)
第三节 健康促进项目的社区诊断	(65)

第四节	健康促进的评价	(68)
第五节	健康促进在老年医学中的应用	(71)
第七章	老年社区健康服务	(76)
第一节	社区健康服务概念	(76)
第二节	社区健康服务的内容	(76)
第三节	开展社区健康服务的基础	(78)
第四节	老年社区健康服务实施	(79)
第八章	姑息医学	(87)
第一节	姑息医学的基本概念	(87)
第二节	姑息医学的回顾与展望	(87)
第三节	姑息医学的意义	(88)
第四节	姑息医学的主要内容	(88)
第五节	姑息医院需要的专业技术人员	(93)
第六节	我国姑息医学的前景与展望	(93)
第九章	老年流行病学的常用指标	(95)
第一节	流行病学调查常用指标	(95)
第二节	人口老龄化的评价指标	(100)
第十章	老年分子和遗传流行病学	(103)
第一节	概述	(103)
第二节	分子生物学方法	(104)
第三节	分子和遗传流行病学的进展	(106)
第四节	分子和遗传流行病学研究	(110)
第五节	结论	(111)
第十一章	老年高血压	(113)
第一节	概述	(113)
第二节	分布特征	(114)
第三节	危险因素	(118)
第四节	预防对策	(120)
第十二章	老年冠心病	(127)
第一节	概述	(127)
第二节	分布特征	(128)
第三节	危险因素	(129)

第四节	预防对策	(135)
第十三章	脑卒中	(141)
第一节	概述	(141)
第二节	分布特征	(141)
第三节	危险因素	(144)
第四节	预防对策	(150)
第十四章	老年期痴呆	(153)
第一节	概述	(153)
第二节	分布特征	(160)
第三节	病因及危险因素	(161)
第四节	流行病学调查方法	(164)
第五节	预防对策	(164)
第十五章	老年帕金森病	(168)
第一节	概述	(168)
第二节	分布特征	(168)
第三节	危险因素	(171)
第四节	预防对策	(175)
第十六章	老年慢性阻塞性肺疾病	(178)
第一节	概述	(178)
第二节	分布特征	(181)
第三节	危险因素	(185)
第四节	预防对策	(191)
第十七章	老年睡眠呼吸暂停综合征	(195)
第一节	概述	(195)
第二节	分布特征	(199)
第三节	危险因素	(201)
第四节	预防对策	(203)
第十八章	老年恶性肿瘤	(209)
第一节	概述	(209)
第二节	分布特征	(209)
第三节	危险因素	(216)
第四节	预防对策	(221)

第十九章 老年糖尿病	(225)
第一节 概述.....	(225)
第二节 分布特征.....	(229)
第三节 危险因素.....	(233)
第四节 预防对策.....	(243)
第二十章 老年原发性骨质疏松症	(249)
第一节 概述.....	(249)
第二节 分布特征.....	(250)
第三节 危险因素.....	(251)
第四节 预防对策.....	(252)
第二十一章 老年骨关节病	(254)
第一节 概述.....	(254)
第二节 分布特征.....	(255)
第三节 危险因素.....	(256)
第四节 预防对策.....	(259)
第二十二章 老年抑郁症	(262)
第一节 概述.....	(262)
第二节 分布特征.....	(263)
第三节 危险因素.....	(266)
第四节 预防对策.....	(269)
第二十三章 老年前列腺增生症	(273)
第一节 概述.....	(273)
第二节 分布特征.....	(273)
第三节 危险因素.....	(276)
第四节 自然病史.....	(277)
第二十四章 老年性耳聋	(280)
第一节 概述.....	(280)
第二节 分布特征.....	(281)
第三节 危险因素.....	(282)
第四节 预防对策.....	(283)

第二十五章	老年性白内障 ·····	(285)
第一节	概述·····	(285)
第二节	分布特征·····	(285)
第三节	危险因素·····	(286)
第四节	预防对策·····	(293)
第二十六章	老年口腔常见疾病 ·····	(296)
第一节	概述·····	(296)
第二节	分布特征·····	(296)
第三节	患病特点·····	(301)
第四节	预防对策·····	(303)
第二十七章	老年康复 ·····	(306)
第一节	老年人的日常生活活动能力和预期主动生存时间·····	(307)
第二节	老年人常见问题的有关康复医学的流行病学·····	(309)
第三节	老年人常见疾病的有关康复医学的流行病学·····	(311)
第四节	社区康复中的老年康复问题·····	(316)
第二十八章	老年人的特殊问题 ·····	(322)
第一节	概述·····	(322)
第二节	老年人的精神错乱·····	(322)
第三节	老年人的摔倒·····	(327)
第四节	老年人的二便失禁·····	(330)
第五节	老年人的活动不能·····	(332)

第一章 绪 言

一、老年流行病学概念的形成和发展

老年流行病学是以流行病学的方法应用于老年医学研究的一门方法学,研究内容主要涉及老年人的健康、疾病、保健、社会问题、心理问题、营养等问题。老年流行病学是以老年人群为研究对象,老年人群可按年龄、性别、婚姻状况、种族、职业、文化、生活习惯、社会经济状况、地域、家族疾病史等分成不同的组别。老年流行病学学者按照不同的老年人群组别来分析上述所涉及问题的发生频率,借以了解各类因素作用的强弱,找出危险因素和保护因素。老年流行病学不仅研究老年人防治疾病等的具体措施,而且更要研究老年人增进健康、防治疾病的对策,从这个意义上说,又可把老年流行病学看成是老年医学的“战略学”。

我国的老年流行病学工作始于20世纪50年代、70年代末、80年代初我国的老年流行病学专家就对老年人的健康状况、老年人生理正常值、老年人长寿原因、老年人的多发病、常见病的分布及原因,老年人的社会生活、老年人的心理状态等进行了研究;进入90年代,在上述研究的基础上开展了对老年人常见病、多发病的监测和登记、老年人常见病的综合防治试点研究;90年代末,我国老年流行病学工作者面对日益严重的老龄化挑战,在社区开展了家庭病床、老年人健康促进示范试点、老年人社区服务模式的研究等。

随着我国老龄化程度的加剧及老年流行病学学科的发展,1994年10月中华老年医学分会成立了老年流行病学学组,并于1995年4月、1997年4月和2000年4月举行了三次全国老年流行病学学术会议。会议表明,我国老年流行病学学科发展较快,许多研究接近和达到了国际先进水平,会议在总结老年流行病学工作的基础上,明确了老年流行病学的工作任务。

二、老年流行病学的任务

老年流行病学随着老龄化社会的到来和老龄化程度的加剧而发展,一般说来老年流行病学主要研究任务和范围应包括如下几项。

1. 主要控制构成公共卫生问题的老年常见病、多发病 如研究和确定老年人心脑血管疾病、呼吸系统疾病、恶性肿瘤、2型糖尿病、原发性骨质疏松症、老年期痴呆、帕金森病、老年性白内障、老年聋、良性前列腺增生等疾病的危险因素和保护因素,在有条件的地

区对中老年人进行定期体检,防止某些严重疾病的发生。

2. 在社区内积极倡导老年人健康促进活动 老年人的健康促进活动是老年人的一项综合行动,涉及到众多领域,它包括物质、文化生活、卫生等。老年流行病学的方法是老年人健康促进的常用方法,可用于社区诊断、干预和评估。

3. 老年保健及社区卫生服务模式研究 我国从1996年起将社区卫生服务纳入医疗卫生改革的重点内容。以社区为基础的慢性病防治和老年保健工作日益受到重视,社区卫生服务的主要对象是老年人,其服务一般由街道医院、街道卫生站、街道办事处共同组织为老年人医疗、护理、康复、健康教育、定期体检、家庭病床服务等,但这些服务的范围和内容十分有限,不能满足我国老龄化的需要,因此我们应积极探索一种适合我国国情的新模式,改善老年人卫生服务,提高老年人健康水平和生活质量。

4. 研究提高老年人生活质量的措施并评价其效果 老年学和老年医学的奋斗目标不仅是为了延长老年人的寿命,更重要的是提高老年人的生活质量,对老年人生活质量进行调查、评估,并采取有效措施改善老年人生活质量是老年流行病学的重要课题。

5. 积极开展社区综合防治试点研究 在示范社区内建立主要老年疾病的档案,对主要的老年疾病进行监测,通过监测获得较准确的发病率、致残率、致死率和有关危险因素等的资料,在社区内针对主要老年疾病的危险因素和保护因素开展综合性防治的前瞻性研究。

6. 将现代流行病学及卫生统计学方法应用于老年医学研究,如确定老年医学的研究重点,评估老年医学研究课题是否科学、合理、可行,对老年人合理用药、老年人营养保健品、传统的保健方法等进行科学的评价和验证。

7. 在新的历史条件下,继续对长寿地区和长寿老人、百岁老人开展长寿调查,包括高龄老人和百岁老年人的社会状态、心理活动及其正负影响因素等,继续深入开展老年医学综合考察、老年人生理参考值的研究。

8. 积极开展老年人健康教育 老年人健康教育应包括老年人本身及其家属、基层医护人员、高层医护人员以及从事老年卫生工作的行政管理干部、决策者,促进老年人的健康方式和健康行为,提高老年人的自我保健水平。

9. 协助政府部门和社区决策者们建立老年人卫生工作的计划。

三、老年流行病学的方法

一般说来,老年流行病学的方法与流行病学的方法没有什么区别,它们不同的是侧重点和一些特有指标不一样。老年流行病学的基本方法是调查分析,在调查分析中采用对比法,一般说来需要了解老年人健康状况、老年人特殊需求,以及老年疾病的时间、空间以及年龄、性别、文化背景、种族等分布特征,由此作出有关老年疾病危险因素和保护因素的假设,然后进行专门的调查研究,分析某特定因素和老年人健康、特殊需求和老年疾病的关系。在干预过程中进行评估,保证干预顺利进行,然后考核干预效果。

根据以上所述,老年流行病学的工作方法应包括:①描述老年人健康状况、疾病、分布、特殊需求的分布,称为描述流行病学。②解释老年人健康、疾病及特殊需求的分布,提

出假设、探索病因和流行规律,这类工作称为分析流行病学。③在社区内进行对社区老年人群实施干预,根据社区诊断规定干预的效果,然后进行评估,这类研究称为实验流行病学。④各项因素与老年人健康、疾病、特殊需求之间用数学方式表示,揭示它们之间的关系,称为理论流行病学。

四、老年流行病学与其老年学科的关系

根据现代医学模式(生物-心理-社会医学模式)老年流行病学作为老年医学的一门方法学,策略学,老年流行病学与其他老年医学有着不可分割的关系。老年流行病学、老年临床医学和老年基础医学三者之间并不是它们的研究内容不同,而是从不同的角度去进行研究。各类学科之间的方法可以相互应用。老年临床医学要用老年基础医学的方法,也要应用老年流行病学的方法。老年流行病学也要应用老年临床医学,老年基础医学、老年社会学、老年心理学等学科的知识,任何一种学科的发展,往往对其他学科的发展有促进作用,各学科协同作战,密切配合,才能够取得有效的成绩。

1. 老年流行病学与老年基础医学 老年基础医学围绕着衰老的有关问题进行研究,它不仅研究老年期的一般表现,而且还研究老年期的基本特征,研究各种疾病在衰老机体内发生、发展过程以及衰老的机制。老年流行病学与老年基础医学互相补充、互相提供线索。老年基础医学偏重与衰老的直接因素研究而老年流行病学则侧重于对引起衰老因素的预防和控制加以研究。

2. 老年流行病学与老年临床医学 老年临床医学研究不仅限于疾病在老年人中的特殊表现、诊断、治疗以及老年人特有的临床问题,如摔倒、二便失禁、精神错乱、活动不能等,而且是以老年患者个体为研究对象。然而老年流行病学则是以老年人群作为对象,包括健康老年人和老年患者。老年临床医学对已病的老年人进行诊断和治疗,而老年流行病学所进行的是老年群体诊断,社区诊断,找出影响老年人公共卫生问题的因素。老年流行病学医师所考虑的不仅是老年病人,而且亦考虑自然环境、社会环境。老年流行病学医生要确定老年人群的健康状况、疾病、及特殊需求,判断其动态,预测未来的发展趋势,拟订对策并考核其效果。亦就是说老年流行病学工作者不仅要考虑现在,而且也应考虑老年人群健康、疾病、特殊要求的发展与未来。

3. 老年流行病学与统计学 统计学方法对老年流行病学工作是不可缺少的,整个老年流行病学研究,包括研究的设计、资料的收集、抽样方法、社区诊断、数据分析等,均需要有统计学作为工具,老年流行病学工作者应熟悉一般的统计学技术的应用。近年来计算机的应用和发展,也对老年流行病学起到积极的推进作用。

4. 老年流行病学与其他学科的关系 老年流行病学涉及范围很多,除和医学中的许多学科有联系外和其他非医学学科也有关系,如研究社会因素对人体健康和疾病的影响时就涉及到老年社会学,老年社会学主要研究社会、经济、文化等对老年人生活与健康的影响,研究人口老化、保障老年人生活与健康的社会措施,研究老年人与社会关系和作用等。当研究心理因素对老年人健康和疾病的影响时,就涉及到老年心理学,如各种心身疾病、情绪障碍、不良行为和恶习、对社会的适应能力等。这些均是老年流行病学的研究范畴。

五、联合国对老龄问题的看法

1982年,世界老龄大会通过了维也纳国际老龄化行动计划。该计划概述了老年人数量和比例日益增加,给事业发展提出了挑战和机遇。大会的建议包括:①健康和营养——强调对残疾和疾病的预防。②社会参与——鼓励开展志愿者活动,非全日制工作以及在老年人,尤其是在老年妇女中开展互助、自助活动,克服消极的定型观念及其他一些障碍。③经济安全——推荐社会保障、实物福利、就业机会以及酌情给家庭以直接介入帮助。④住房、环境,消费者保护、研究及教育等。

1991年联合国大会上通过的一组原则指出,老年人应该:①通过所得收入、家庭和社区支助以及自助,能够得到充足的食物、水、住房、衣服、社会和法律服务以及医疗保健。②有工作和培训的机会,并能参与决定他们将于何时、何地退休。③居住在安全和能够适应不同变化的环境中。④帮助制定和实施影响他们幸福的政策,将自己的知识与年青人共享,自愿参与符合他们技能和兴趣的社区服务,并成立协会。⑤能够享受适当的住院治疗,当住在任何护理机构中时他们的尊严、信仰、隐私和对所受照顾作出决定的权利能受到尊重;生活得安全并且有尊严,不受剥削和身心虐待,不论年龄、性别、种族、民族、残疾或经济地位如何都能受到公平对待。

1999年的国际老人年促进了这些原则,国际老人年的主题是“建立一个适合各年龄层的社会”。联合国各机构和自愿组织将举行专家组会议和公众活动,以促进老少融合和反对社会排斥。1999年10月1日,世界卫生组织、当地政府和非政府组织将在奥克兰、悉尼、东京、上海、曼谷、日内瓦、伦敦、里约热内卢、纽约和温哥华组织各代人一同参加的徒步旅行,以强调通过健康的生活方式,老年人可以和其他任何年龄的人一样保持活力。

此外,大会还通过了八项全球性有关老年人2001年目标,以便建立一个老少融合的社会。在这个社会中,在满足老年人的关怀需求的同时,还鼓励他们发挥其才干和参与意识。

六、人发会议有关老龄问题和老年人的看法

人发会议行动纲领指出,世界正在经历“老年人不管是在比例还是在数量方面都有创记录的增加”,包括高龄老人,同时“同工作年龄人口比起来,老年群体正在稳步增长”。该纲领强调“老年人构成了社会人力资源中宝贵的组成成分”,并呼吁各国政府:①帮助老年人更加自立并获得更高质量的生活。②帮助他们“在各自的社区中尽可能或按期望独立地工作和生活,最大限度地发挥他们的技能和能力。③承认和鼓励老年人作为志愿者和照顾者对家庭和社会作出的贡献。④改进满足老年人需求的保健和卫生政策。⑤发展老年经济和社会保障系统来保障代际之间和同代人之间的平等和团结,对妇女的需求应给予特别关注。⑥鼓励多代家庭并帮助家庭对老年人提供更好的照料。⑦消除对老年人任何形式的暴力和歧视。⑧提高社会对人口老龄化的认识并鼓励对人口老龄化问题的讨论。

七、国际非政府组织协助解决当地老年人的问题

国际助老组织通过自身网络支持 50 多个非政府组织。支持的项目有建立社区中心,给老年妇女提供小型贷款,教给年轻人传统的手工艺,推动社区长者教育年青人抵制人体免疫机能缺损病毒/艾滋病的推广服务;支助研究老年人健康和营养的需求及保健;组织信息交流;支持提供服务者、会员小组和筹集资金者的区域网,并培训非政府组织工作人员、护士和社会福利工作者。

美国退休人员协会(AARP)还协助国际网络和国内机构的发展,使之为老年人呼吁。它的战略是承认在老年人的人数和比例超过现存体制所能承受之前,有必要在各国建立政策机制和方案。美国退休人员协会无论是在国际上还是在国内,都为国际老人年的筹备工作起到了积极的作用。国际助老组织和美国退休人员协会也携手合作,建立一个地方和国家非政府组织网络,该网络是由中东欧老年人组成并为老年人服务的。

八、发展老年流行病学的策略

老年流行病学涉及到老年医学的各个方面,引导老年流行病学的正确导向必需有正确的策略。

1. 开发领导层 老年卫生工作的正确决策是解决许多老年问题的关键,这就要求卫生行政管理人员要真实了解我国人口老化的现状和发展趋势,以及由此给国民经济、人民生活等各方面造成的影响,在科学决策中提高科学水平。

2. 强化政府职责 老年流行病学要为政府提供关于老龄化的人口统计、社会经济、健康状况的背景材料;分析老年人在经济、文化、健康等各方面的特征;评价有关老年人的政策和计划,并提出一整套的政策和计划、供领导层参考。

3. 加强老年医学防治机构的建设 建立和健全各省、自治区、直辖市老年医学防治机构;建立和健全老年人常见病多发病的三级防治网,建立老年人常见病、多发病的报告登记制度。

4. 建立和健全适合我国国情的、多层次的老年人医疗保健制度 把老年保健工作纳入初级卫生保健工作计划中,设计多种形式的适合社区老年居民需要的社区医疗卫生保障体系,在社区内建立社区医院、老年病门诊、临终关怀医院及病房,培训基层家庭医师及家庭护士,为老年人就医提供方便。

5. 加强老年流行病学工作的总结和交流 定期召开全国性的老年流行病学学术会议,在有条件时召开国际老年流行病学学术会议,加强国际间的交流和合作,促进老年流行病学学科的发展。

6. 加强老年病防治研究专业队伍的培训 在全国有计划的建立几个防治培训中心,为各省、市培训老年人常见病的防治队伍,并推广行之有效的防治措施,同时在医学院校开设老年课程提高老年病的防治质量。

(于普林)