

“心理诊所”丛书

玺 璽 主编

老年 心理障碍

Gean Yu Zhenzhi

个案与诊治

广州出版社



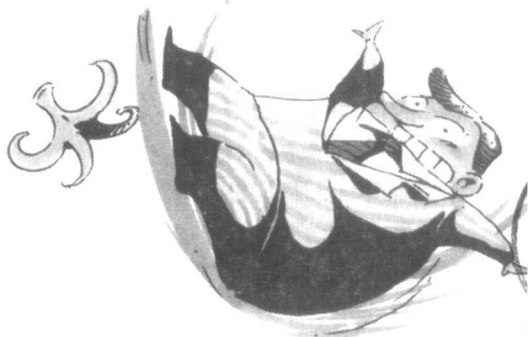
玺 璽 主编

老年

心理障碍

Gean Yu Zhenzhi

个案与诊治



广州出版社

图书在版编目(CIP)数据

老年心理障碍个案与诊治 / 玺墨著. —广州: 广州出版社,

2004. 2

(“心理诊所”丛书)

ISBN 7-80655-637-0

I. 老... II. 玺... III. 老年人—精神障碍—诊疗

IV.R749

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第007225号

“心理诊所”丛书

老年心理障碍个案与诊治

广州出版社出版发行

(地址:广州市人民中路同乐路10号 邮政编码:510121)

广东省农垦总局印刷厂印刷

(地址:广州市天河区粤垦路88号 邮政编码:510610)

开本:787 × 960mm 1/16 字数:738千 印张:56.75

2004年2月第1版第1次印刷

责任编辑: 刘 胜

责任校对: 黄 林

封面设计: 犀文设计室

插 图: 犀文设计室

发行专线:020-83793214 83781097

ISBN 7-80655-637-0/R 90

定价:68.00元(全四册)

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系调换



前言

夕阳红背后的阴影

关心老年人，现在已不单单是家庭问题，而且是一个社会问题。老年人作为一个特殊的群体，需要每个家庭乃至整个社会的关心、爱护与帮助。联合国卫生组织 2003 年公布的资料表明，近年来，全世界老年人的心理疾病患病率呈上升趋势，发展中国家的情况尤其如此，而我国特别严重。

离退休、子女成家立业、身体功能退化、所处环境孤独等因素，使老年人的生活发生很大的转变，在转变的过程中，又由于对生活遭遇的一些情况没有进行及时的处理与调整，最终导致了老年人各种心理疾病及心理障碍的产生。心理疾患严重危害着老年人的身心健康。了解各种老年人疾病的症状、成因及防治方法既是老年人的需要，也是其家人的需要。

为此，我们编写了《老年心理障碍个案与诊治》一书。本书详细介绍了老年人各种心理障碍及其病因、症状、防治方法等，并且相应地列举了大量典型的个案，同时也是一本十分有利于老年人心理健康的书。

希望通过此书，能够帮助家属更好地照顾好家里的老人，使老人们从中学会调治心疾、保健养身之法，达到延年益寿的目的，使其生活变得更加温馨与从容。

编者

2004 年 2 月



一、老年人生理、心理概述 1

- 1、老年人生理发展及特点 1
- 2、老年人心理发展及特点 10
- 3、老年人心理健康的标准 19
- 4、老年人心理疾病的成因 20
- 5、心理疾病对老年人的危害和排解 22

二、老年情绪障碍诊断及典型病例 25

- 1、冷落感 25
- 2、孤独感 28
- 3、疑虑感 32
- 4、忧郁感 36
- 5、不满感 40
- 6、老朽感 43
- 7、恐怖感 46
- 8、失落感 49

三、老年个性障碍及典型病例 53

- 1、自我中心 53
- 2、孤僻心理 57
- 3、保守心理 60
- 4、多疑心理 63
- 5、嫉妒心理 66
- 6、急躁心理 70
- 7、自卑心理 73
- 8、吝啬心理 75

四、老年神经症及典型病例 79

- 1、神经衰弱 79
- 2、焦虑症 87

- 3、 抑郁症 92
- 4、 癔症 98
- 5、 疑病症 101
- 6、 恐怖症 106
- 7、 强迫症 111

五、老年睡眠障碍及典型病例 119

- 1、 失眠症 121
- 2、 入睡困难 125
- 3、 夜梦多 129
- 4、 易醒 131
- 5、 早醒 133

六、老年感知障碍及典型病例 139

- 1、 幻觉症 139
- 2、 妄想症 142
- 3、 错觉 147

七、老年精神性疾病及典型病例 151

- 1、 痴呆 153
- 2、 阿尔采莫氏病 161
- 3、 老年期谵妄 164
- 4、 情感性精神病 168
- 5、 精神分裂症 172

八、其他心理问题及典型病例 179

- 1、 离退休综合症 179
- 2、 记忆障碍 185
- 3、 空巢综合症 188
- 4、 人老话多 193



一、老年人生理、心理概述

1. 老年人生理发展及特点

人步入老年阶段，身体各方面的功能都会发生很大的变化，譬如，时不时地会出现一些心理疾病，或者是一些生理功能的减退。现在，我们就来剖析一下老年人生理上的一些变化吧！

首先，老年人表现出生理功能明显的衰退趋势，贮备能力减少，全身组织器官退化。对于这些老年人来说，一旦环境发生变化或出现意外事故而处于紧张状态时，机体就难以应付。例如，运动时供应所需能源的糖元贮存不足，机体不能及时提供能量，老年人因此难以应对由于运动所带来的重负荷或应付意外事件。

其次，适应能力减弱。老年人机体多种生理功能的减退，往往导致体内环境的稳定性失调而出现各种功能障碍。例如，短期内改变老年人的生活环境，可能会导致老人水土不服、肠胃不适、睡眠不佳等现象。

再次，抵抗力下降。随着生理功能（特别是免疫功能）的衰退与紊乱，老年人的抵抗力也明显跟着下降，很容易患上某些传染性疾病、代谢紊乱性疾病、恶性肿瘤等。

最后，自理能力降低。随着机体的衰老，体力逐渐减退，老年人往往动作迟缓、反应迟钝，行动多有不便，容易出现意外事故，如容易摔跤、跌伤，或被利器割伤等。



(1) 生理功能的变化

在老化过程中,生理功能的下降也同样存在个体差异,而且,同一个个体的各个器官功能的衰退情况也不尽相同。但总的说来,机体的生理功能随年龄增长而发生的变化是有规律的,各个组织、器官系统将会出现一系列慢性的衰老变化,并呈现出各自



的特点。下面按照人体的功能系统,简单介绍老年人的主要器官功能的老龄化情况。

①心血管系统功能的变化

心血管系统功能的变化包括心脏和血管功能的变化。

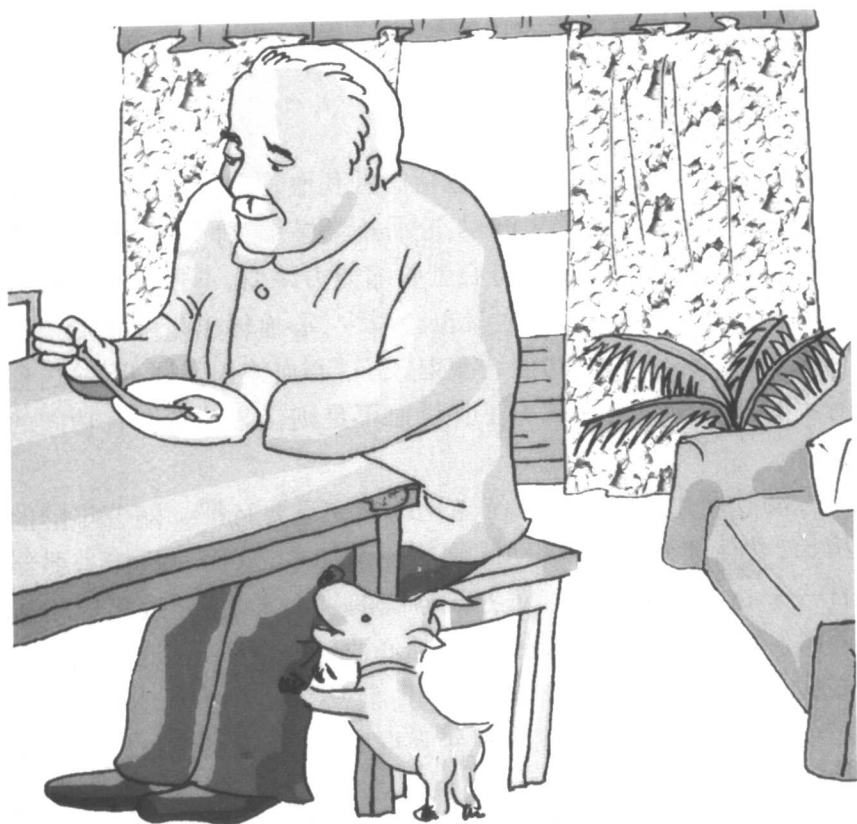
心脏方面,随着老化进程,心肌逐渐萎缩,弹性降低,心脏变得肥厚硬化。这些变化使得心脏收缩能力减弱,不仅心跳频率减慢,心脏每次搏动输出的血量也会减少。心血输出量随年龄增长而减少,到80岁时其功能约减退35%。心血输出量降低,输送到各器官的血流量也就减少了,供血不足则会影响各器官功能的发挥。

动脉硬化是心血管系统老化的又一重要特征。随着年龄的增长,动脉弹性的降低,动脉硬化逐渐加重,从而使机体主要器官——心、脑、肾的血管对各该器官的供血不足,导致相应功能障碍。如果是冠状动脉硬化,供给心肌的血液不足,就会引发冠心病,其主要表现是心绞痛、心律失常或心肌梗塞等。动脉硬化还会引发高血压。因此,在老年人中,心血管系统最常见的疾病就是冠心病和高血压病。

②呼吸系统功能的变化

呼吸系统功能的变化主要包括肺脏和参与呼吸运动的肌肉与骨骼功能的变化。

随着年岁的增多,一方面老年人的肺泡总数也开始逐年减少,肺脏的柔软性和弹性减弱,膨胀和回缩能力降低;另一方面,老年人会出现骨质疏松、脊柱后凸、肋骨前突、胸腔筒状变形,加上呼吸肌力量的减弱,便限制了肺脏的呼吸运动,造成肺通气不畅,肺活量下降。一般人到70岁时,肺活量可减少25%。老年人的呼吸功能明显退化,肺的通气和换气功能减弱,造成一定程度的缺氧或二氧化碳滞留现象,因而容易发生肺气肿和呼吸道并发症,如老年慢性支气管炎等。



③ 消化系统功能的变化

消化系统功能的变化包括口腔和胃肠功能的变化。

a. 牙齿。老年人牙龈萎缩, 牙齿组织老化, 以致牙齿容易松动或者脱落, 造成咀嚼不充分, 影响食物消化; 有些人甚至根本不能吃硬一点的食物。

b. 舌。舌肌发生萎缩、体积减小, 舌的运动能力减弱, 以致使咀嚼食物时不能均匀搅拌。

c.口腔。口腔内的唾液分泌减少,使牙齿的咀嚼能力下降,食物碎食不全。

d.食管。由于食管退化,食物在食管内的蠕动幅度降低而使吞咽缓慢。

e.胃。消化酶分泌的减少,导致消化能力减弱,引起消化不良,使老年人易患胃炎。据统计,60岁以上的老年人中约有 1/3 的人存在胃酸偏低或无胃酸的情况。

f.小肠和结肠。肠道萎缩使其对食物的消化吸收功能减弱、蠕动无力,导致便秘发生。

④运动系统功能的变化

运动系统功能的变化包括肌肉、骨骼和关节功能的变化。

a.肌肉。随着年龄增大,肌肉弹性降低,收缩力减弱,肌肉变得松弛,很容易会产生疲劳,因而老年人耐力减退,难以坚持长时间的运动。

b.骨骼。骨骼中的有机物减少,无机盐增加,致使骨骼的弹性和韧性降低,因此骨质疏松在老人中也较多见,且易出现骨折现象。

c.关节。由于关节面上软骨的退化,容易导致骨质增生、关节炎等疾病。

⑤内分泌系统功能的变化

内分泌系统功能的变化包括脑垂体、甲状腺、肾上腺、性腺和胰岛等内分泌组织功能的变化。

老年人内分泌器官的重量随年龄增加而减轻。一般到高龄时,脑垂体的重量减轻 20%,供血也相应减少。另一方面,内分泌腺体发生组织结构的变化,尤其是肾上腺、甲状腺、性腺、胰岛等激素分泌减少,可引起不同程度的内分泌系统的紊乱。例如,胰岛素分泌的减少使老年人易患上糖尿病,性腺萎缩常导致更年期综合症的出现。



⑥神经系统功能的变化

神经系统功能的变化包括大脑和神经功能的变化。

进入老年期后,人的大脑逐渐萎缩,脑重量减轻,脑细胞数相应减少 20%~50%。老年人易患脑动脉硬化,使其血流量减少近 1/5。另外,神经传导功能下降,使老年人对刺激的反应时间延长,大多数感觉减退、迟钝甚至消失。这些改变标志着老年人脑力的劳动能力减弱,只能从事节律较慢、负荷较轻的工作。由于神经中枢机能衰退,老年人变得容易疲劳、睡眠欠佳、睡眠时间减少。此外,由于脑功能失调而出现的智力衰退,还易引发老

年痴呆症。

⑦感觉系统功能的变化

感觉系统功能的变化主要包括视觉、听觉、味觉、嗅觉、皮肤感觉等感官功能的变化。

a.视觉。老年人均会出现不同程度的视力障碍。比较常见的是远视(即老花眼),主要原因是视觉感官的调节功能减退。此外,还会出现视野狭窄、对光量度的辨别力下降,以及老年性白内障等。

b.听觉。老年人对声音的感受性和敏感性持续下降,导致生理性的听力减退甚至耳聋。

c.味觉。舌面上的味蕾数量逐渐减少,使得老年人味觉迟钝,常常感到饮食无味。研究表明,50岁以前味蕾数约为200多个,70岁时减少到100个以下。

d.嗅觉。老年人鼻内感觉细胞逐渐衰竭,导致嗅觉不灵敏,而且对从鼻孔吸入的冷空气的加热能力减弱,因此老年人容易对冷空气过敏或患上伤风感冒。

e.皮肤感觉,包括触觉、温度觉和痛觉。由于皮肤内的细胞退化,老年人的触觉和温度觉减弱,容易造成烫伤或冻伤。另外,痛觉也会变得相对迟钝,以致难以及时躲避伤害性刺激的危害。

f.其它方面。除上述之外,老年人维持身体平衡的器官也出现功能减退,容易因失去平衡或姿势不协调而摔跤,造成意外事故。

总之,以上所有变化都标志着老年人感觉器官系统的老化,各种感觉功能的衰退;而感觉器官的老化和感觉功能的衰退则使他们对外界各种刺激往往表现出感受性较弱、反应迟钝等状况。

(2)生理形态的变化

从形态上的变化来讲,它包括细胞的变化、组织和器官的变



化以及整体外观的变化。

①细胞的变化

这一变化是人体衰老的根本原因,主要表现为细胞数的逐渐减少。人体细胞大约有 60 兆,一般地说,每一秒钟就会死亡 50 万个,同时再生 50 万个。如此反复两年,人体的细胞使差不多更换一新。随着年龄的增长,再生细胞数愈来愈少,死亡数却愈来愈多。日本学者经长期研究认为,细胞数目的下降是导致衰老的主要原因。据研究测定,男性在 40 岁以后、女性在 20 岁以后细胞数就开始缓慢减少,70 岁以后更是急剧减少。除此以外,还会出现细胞分裂、细胞生长及组织恢复能力降低、细胞萎缩等现象。

②组织和器官的变化

由于内脏器官和组织的细胞数减少,内脏器官随之发生萎缩、重量减轻。据估计,70 岁老人的肺、肾、脑和肌肉的细胞数量大致相当于 20 岁年轻人细胞数的 60% 左右,70 岁老人的脾脏和淋巴结的重量相当于中年人的一半。器官在长期活动中的消耗和劳损也引起了功能减退。例如,心脏每时每刻都在不断地搏动,日久天长,就会使心脏的弹性减弱,心肌发生萎缩,功能不断衰退。

③整体外观的变化

随着年龄的增长,体态和外形也逐渐出现变化,主要体现在以下几个方面:

a. 头发。老年人头发变白是一种明显的特征。少数人在 30 岁前头发已经发白,随着年岁的增长,白发的数量不断增多,在 60 岁以后,头发几乎 100% 变白了。很多老年人还会出现脱发甚至秃顶等情况。

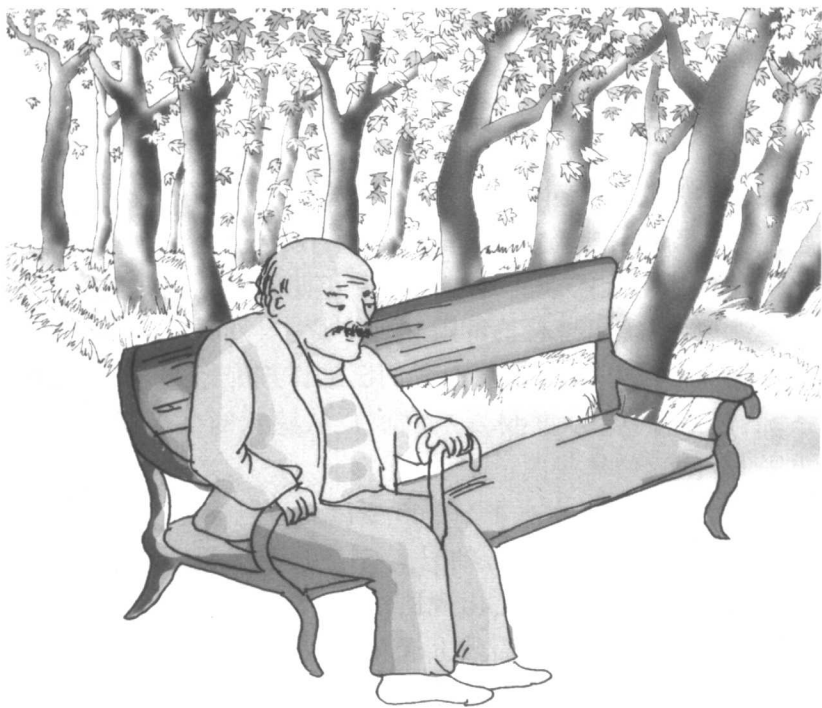
b. 皮肤。皮肤有了皱褶并变得粗糙,弹性减弱,出现老年疣、老年性色素斑及眼角膜上的老人环等。

c. 身高。人到老年时,身高逐渐变矮。据日本的统计资料,从

30岁到90岁之间,男性身高平均降低2.25%,女性平均降低为2.5%。伴随这一变化,老年人会出现弯腰驼背等情况。

d.体重。老年人体重的变化因人而异,有些人随年龄增大而逐渐减轻,变得消瘦,这是因为老年人细胞内的液体含量比年轻人大约少30%-40%;但也有老年人体重逐渐增加,这是因为脂肪代谢功能减退导致脂肪沉积增加,尤其是在更年期内分泌功能发生退化以后更为显著。

需要指出的是,上述变化的个体上差异很大,它与一个人的健康状况、生活方式、营养条件、精神状态以及意外事件等因素都有密切关系。例如,所谓“一夜白头”,就是指人在遭受重大精神创伤后,在短期内头发急剧变白,皮肤皱纹增多,以致整个人顿时显出老态。当然,头发的变白和脱落程度往往与家族遗传有



关。此外,长期患有慢性病的人也可能发生未老先衰的体征,这些与年龄不相适应的老化现象是一种病理现象,不是自然的生理现象。

2. 老年人心理发展及特点

人的心理是非常复杂的。要研究人在进入老年期后出现的心理变化,首先应该去了解什么是人的心理。

人的心理是人脑对客观事物的直接反映,是人的心理过程和个性心理的统称。因此,要研究老年时期人的心理变化状况,就要分别从老年人的心理过程和个性心理等角度来着手,研究他们的感觉、知觉、记忆、智力、情绪、情感、性格、需要、兴趣、自我意识等方面的变化。

(1) 老年人感知觉的变化。

人的心理活动是外界刺激通过感觉器官作用于大脑的结果,没有感知觉接受外界的各种刺激,心理活动就成了无源之水。因此,感知觉是论述所有心理活动的出发点。老年期的心理变化也是从感知觉的渐变开始的。老年期感知觉变化的一般特征是:各感觉系统出现普遍的退化性变化,对外界刺激反应的敏锐度下降,感知时间延长。前面我们已经详细介绍过老年人的感觉系统,包括视觉、听觉、味觉、嗅觉、皮肤感觉的生理变化,这里不再一一赘述,只举些例子来说明。

①视觉。人的视力水平,在 60 岁以后急剧衰退。据统计,70 岁健康老人的视力超过 0.6 的只有 51.4%,其中近距离视力比远距离视力减退得更为明显,出现所谓的“老花眼”;老人们常常要将读物拿得远远的,或者需戴上老花镜(凸透镜),才能进行正常的阅读,这就是患上“老花眼”的表现。

②听觉。听力上,老年人的高音听力比低音听力衰退得更显著,这就是为什么老人更喜欢听中音和低音音乐的原因所在;而且,老人对声音的辨别能力也在减弱,特别是在不良听觉条件下或有噪音的情况下。因此,人们在日常生活中有时会出现这样的情况,即与家人一起坐在客厅里看电视,旁边有人闲谈时,老人对电视情节的理解能力往往会下降。

③味觉。我们常听到老人抱怨现在的食品食之无味。事实上,食品的味道并没有变差,而是老人对甜、酸、苦、辣、咸五种味觉要素的敏感程度减退了,因此,老人往往错误地认为过去那些美味的食品现在都变得乏味了。老人对食物的抱怨还有一个可

