



现代老年学

老年病的治疗与陪护

LAONIANBINGDE ZHILIAOYUPEIHU

[日] 井口昭久 / 著 余泽云 张杰 余泽明 / 译



NLIC 2970693256

云南出版集团公司
云南人民出版社

现代老年学

老年病的治疗与陪护

LAONIANBINGDE ZHILIAOYUPEIHU



[日] 井口昭久 / 著 余泽云 张杰 余泽明 / 译



NLIC 2970693256

云南出版集团公司
云南人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

现代老年学：老年病的治疗与陪护/（日）井口昭久著；余泽云，张杰，余泽明译. —昆明：云南人民出版社，2008

ISBN 978 - 7 - 222 - 05414 - 1

I. 现… II. ①井…②余…③张…④余… III. 老年医学
IV. R592

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 063284 号

著作权合同登记号：图字 23 - 2007 - 003 号

Korekara no Ronengaku

Copyright © 2000 by Akihisa Iguchi

Chinese translation rights in simplified characters arranged
with The University of Nagoya Press Through Japan UNI
Agency, Inc., Tokyo

责任编辑：陈粤梅

装帧设计：杨晓东

责任印制：施建国

书 名	现代老年学——老年病的治疗与陪护
作 者	井口昭久著 余泽云 张杰 余泽明译
出 版	云南出版集团公司 云南人民出版社
发 行	云南人民出版社
社 址	昆明市环城西路 609 号
邮 编	650034
网 址	www. ynpph. com. cn
E - mail	rmszbs@ public. km. yn. cn
开 本	787 × 1092 1/16
印 张	20.25
字 数	320 千
版 次	2008 年 6 月第 1 版第 1 次印刷
排 版	云南文化照排有限公司
印 刷	云南福保东陆印刷股份有限公司
书 号	ISBN 978 - 7 - 222 - 05414 - 1
定 价	48.00 元

尊敬的读者：若你购买的我社图书存在印装质量问题，请与我社发行部联系调换。

发行部电话：(0871) 4194864 4191604 4107628（邮购）

中文版序言

无论什么时代都会有老人存在，最近几年日本开始认真考虑老人问题。根据2007年4月日本厚生省统计情报，65岁以上人口比例已经超过20%。

过去，老年人的衰老、老化、死亡总被当成阴暗面，现在却出现了研究老年人的热潮，对老年人的生活、生存意义、老年人的作用、生存质量（QOL）等正进行着较为深入的研究。但读者中也许会有不少人对我们论述这个问题感到疑惑吧？笔者就是想从科学的角度，对有关老年人的知识进行解惑答疑才编著了这本书。

首先要明确一个概念：何谓陪护？

陪护是指从事生活护理干预的相关工作，这个职业已经是日本的一个重要行业，中国对该职业的管理尚不充分。它包括在各级医疗机构中广泛使用的“护工”、“家庭护士”以及社区医疗服务站中的工作人员、疗养院里的“陪护理疗师”等。

所谓老年学是包括医学、生物学、社会学在内的、涵盖范围很广的老年学问。本书从开阔的视野出发，从自然科学到社会科学，列举了寿命、老化、老年人的疾病、陪护、福利等方面的知识，谋求在各学科发展的同时，能够实现信息互通，对过去知之甚少的医疗、陪护、福利等领域之间的关系加以重视。

人类总在探寻长生不老，过去有很多科研人员总想揭开决定衰老的原因及决定寿命的主要因素之谜。尽管这个理想目前仍然是一个梦，但相信随着老年科学研究成果的不断进步，我们正在接近揭开生命之谜。本书将在第一章“老化的自然科学”中阐明迄今为止对此问题的研究成果以及在哪些方面有新的发现。

第二章“老年医疗”和第三章“老年人的疾病”横向地将原来都是独立专科的内科、外科、整形外科等科室，以及内科中的循环、呼吸、消化等串联起来阐述对老年人疾病的诊治和护理。由于一位老人可以同时患有多种疾病，一旦患病没有希望完全治愈，护理和陪护将贯穿整个治疗的始终。在此过程中，单单靠某个医疗机构中的某一位专家是不能独自完成的，这是临床实情。

第四章“陪护、医疗、福利”是由身处临床一线的医务人员执笔，介绍在工作实践中，护理老年人存在的问题及如何更好地去处理等知识。

本书面对的读者群是医学院师生、医院医生、护士及与医疗福利、保险行业等相关的人群，也包括老年朋友们。希望本书能成为您枕边的普及性医学知识读物。

从生存率曲线来看,65岁以上者谁都有可能在未来的20~30年里死亡,虽然,当今的时代比以往任何时候都更适于人类生存,不必考虑死亡的威胁。但是,每个人都会老的,希望本书对正在走向老年的、有忧郁感的人群也有帮助。

最后,衷心感谢对出版本书给予大力帮助的日本名古屋大学出版社的村井美惠子女士、神馆健司先生、中国云南人民出版社的李银和先生以及昆明保元堂药业公司段兴先生。

井口昭久 林登志雄 余泽云 张杰 余泽明

2007年5月18日

〔主要作者简介〕

井口昭久：男，日本名古屋大学院医学研究科教授，日本著名的老年病、老年学专家。曾任名古屋大学医学部附属医院院长、名古屋大学医学部附属医院老年科教授。是全日本名老会会长、老年医学会教育委员会委员长、日本厚生省长寿科学综合研究班班长、21 世纪医疗开拓研究会推进专业委员、日本科技厅未来预测委员、爱知县陪护保险审查会会长。

〔主要翻译者简介〕

余泽云：女，副主任医师，云南中医学院第一附属医院消化内科主任，中华中医药学会脾胃病分会常委，云南省中西医结合学会消化病专业委员会副主任委员。

余泽云分别于 1992 年 8 月至 1993 年 8 月、2004 年 6 月至 2005 年 6 月两次由云南省公派到日本名古屋大学医学部附属医院心血管科和老年科访问研修，是名古屋大学附属医院客座研究员。公开发表各种学术论文 40 余篇，参加中日国际合作科研 1 项及多项厅级、院级临床科研课题的研究。

〔日本方面情况介绍〕

1. 名古屋市及名古屋大学

名古屋市是日本中部地区最大的中心城市，人口约 215 万人。以著名的丰田汽车公司为中心的汽车制造业是日本经济的重要支柱，而该公司就位于名古屋。另外，名古屋地区的电子工业等也在日本的经济生活中占有重要的地位。

世界万国博览会于 2005 年 3 ~ 9 月在名古屋地区长久手町举办，日本最新的、中部最大的国际机场于 2005 年 2 月在名古屋地区建成并开始运营。

名古屋大学与东京大学、京都大学、大阪大学一样，属于日本著名的国立大学，拥有诺贝尔化学奖获得者野依良治先生。名古屋大学各分部包括：理学部、工

学部、医学部、文学部、农学部、地球水循环研究中心、环境医学研究所、太阳地球环境研究所、年代测定综合研究中心、生物机能开发利用研究中心等部门，在校学生近 10 万人。每年有近 600 名来自中国的各类留学生、访问人员在名古屋大学所属的各部学习、访问、进修。

2. 名古屋大学附属病院

名古屋大学附属病院是一所具有 130 多年历史的大学病院，病院院本部的占地面积为 26452 平方米，各种设施使用面积相加，达到近 17 万平方米。另有分院 2 所。附属病院拥有 1035 张住院床位，日门诊量超过 2000 人。

名古屋大学大学院医学系研究科于 1955 年设立，拥有生理系 7 个科室、病理系 3 个科室、社会医学系 4 个科室、内科系 7 个科室、外科系 7 个科室，共 5 个专业、28 个科室。

名古屋大学附属病院 2002 年共收治住院病人 31 万多人，平均住院天数 16 天。2003 年共收治住院病人 31.19 万人，2004 年收治住院病人近 30 万人，2005 年收治住院病人超过 32 万人，2006 年更甚至达到 35 万余人，长年病床使用率达到 92% 以上。诊疗科室有 29 个，诊疗附属设施有 26 个。是日本中部地区重要的医疗、教学、科研、护理、康复、药剂研究、动物实验研究的临床基地，学术水平处于世界先进行列。

〔翻译者的心声〕

《现代老年学》是一本关于老年学问的书，但它所涉及的内容已经远远超过医学范畴，是涉及到经济学、工程学、社会学、医学、护理学、生物学等综合学科知识的学问。它涉及的老年人相关知识林林总总，诸如早老症、老年人综合功能评价、激素与老化、老年人各系统常见疾病及特征、老年人的生活与福利等等，其中总会有一个是令您感兴趣的吧？

长寿是人人向往的境界，长生不老是人类永远的梦。如何从生活、医疗、护理、家庭医疗救助、康复技术等方面来关心、保健老年人，是我们作为医务工作者的职责所在，也正在成为整个社会的时代使命。

日本在为老年人服务方面做出了很好的表率。中国是与日本一衣带水的邻邦。有人说，“远学欧美、近学日本”，他山之石可以攻玉！我很赞同这句话。

根据日本 2007 年 4 月的人口统计报告，65 岁以上者已经超过人口的 20%。预测到 2020 年，日本 65 岁以上人口将达到惊人的 25% 左右，即 4 人中有 1 位老年人。中国的情形也不容乐观，中国人口基数大，独生子女多、独身或不生育者也在增加，按照人口推算值，到 2020 年老年人口比例也会达到 18% ~ 20%，即 5 人中

会有一位老人，那时 15 亿人口的大国，将会有多少老年人？

令我们特别钦佩的是：井口昭久教授等人编著的这本书，从“老化的自然科学”、“老年人的医疗”、“老年人的疾病”以及“陪护、医疗与护理”等四个方面，详细论述了如何研究老化的自然规律及如何诊断、治疗、护理、帮助老年人和老年病人，其研究之细致，考虑之周到，令人感动与钦佩！该书的又一特点是：在全书的后面，设有疾病名检索栏目，方便学习者反复查阅。可以说本书是老年医学的百科知识全书之一。

中国人信奉孔子所言：“三十而立，四十而不惑，五十而知天命，六十而耳顺，七十而能识人”。“天命难违”！人终有生老病死，但是，今后通过医学工作者、社会工作者的共同努力，延长寿命至 120 岁（成熟年龄的 5 倍）也不是不可能的事。生物信息学的发展，特别是人类基因组研究的巨大成功，使我们看到了长寿研究的曙光。

我们每个人都会老的，希望这本书不仅可以作为研究老年病的医生、护士、医学生、医疗保险业等职业人员的必读书籍，也能对正在走向老年的朋友们、老龄患者有益！

在本书的翻译过程中，日本爱知淑德大学的杨卫平先生、名古屋大学附属病院循环器科基因应用诊断学的成宪武先生、四川大学华西医院老年病科的丁群芳副教授及南京中医药大学的刘泽萱医师都给予了大力帮助，在此一并致谢！

译者：余泽云 张杰 余泽明

2007 年 5 月于昆明

目 录

中文版序言·····	1
主要作者简介·····	3
主要翻译者简介·····	3
日本方面情况介绍·····	3
翻译者的心声·····	4

第一章 老化与自然科学

概说·····	3
第一节 老化的机理·····	6
一 何谓老化·····	6
二 早老症·····	9
三 动脉硬化·····	11
四 氧化应激·····	15
五 细胞老化·····	16
六 生理性老化·····	19
第二节 激素与老化·····	21
一 促性腺激素·····	21
二 去氢异雄酮·····	22
三 性激素·····	22
四 近来引起关注的激素·····	24
第三节 NO 与老化·····	25
一 NO 与生理性老化·····	26
二 NO 与病理性老化·····	26
第四节 脑与老化·····	29
一 随年龄增长脑出现的器质性变化·····	29
二 高级脑神经功能的老化·····	30

第二章 老年人的医疗

概说·····	35
第一节 老年病流行病学·····	38

一	人口统计	38
二	人口老龄化	38
三	老年人的死因	41
第二节	QOL	43
一	何谓 QOL	43
二	老年人的生存质量	43
三	老年人在医学领域的生存质量 (QOL)	45
四	老年医疗现实中的生存质量问题	47
第三节	老年人疾病的特征	48
一	老年人疾病的特征	48
二	老年人易患的疾病	51
第四节	老年人与癌症	54
一	老年人癌症的流行病学	54
二	老年人癌症的特征	55
三	老年人癌症的治疗	57
第五节	老年人的检查	58
一	老年人检查所见的一般特征	58
二	检查结果的阅读方法	58
三	生化学检查	60
第六节	康复医疗	62
一	年龄增长与功能损伤	62
二	何谓康复医疗	63
三	自闭综合征和失用综合征	64
四	脑卒中的康复医疗	66
第七节	多元性老年人综合功能评价	68
一	何谓多元性老年人综合功能评价	68
二	一个目的和效果	73
第八节	老年人和药物	75
一	老年人的身体机能	75
二	老年人药代动力学变化	76
三	老年人的药物相互作用	77
四	老年人用药时的注意点	77
五	联合用药与毒副作用发生频率	78
六	用药量的设定方法	78
第九节	老年人与中医学	80
一	老年人与中医	80
二	中医学的特征	80
三	中医学的适用范围及其在老年人群中的应用	81

四 老年综合征的中医治疗	83
五 中医医疗技术	85
第十节 老年人的营养问题	86
一 消化功能的变化与食欲不振	86
二 老龄社会的特性和营养问题	88
三 老年人营养状况的评价	88
四 老年人的营养需求量	88
第十一节 老年人的陪护	90
一 团队医疗中陪护士的作用	90
二 老年人的陪护评价	90
三 面对生活环境的变化	90
四 帮助进食	91
五 对排便的援助	92
六 皮肤护理	93
七 给家属的援助	93

第三章 老年人的疾病

概说	97
第一节 老年人的神经疾病	100
一 年龄增加出现的神经系统变化	100
二 老年人神经系统疾病特征	100
三 老年人神经系统疾病的发生率	101
四 老年人的脑血管损害	101
五 阿尔茨海默型痴呆	106
六 帕金森病	114
第二节 老年人的精神疾病	115
一 老年人精神疾病的特征	115
二 老年易出现的精神症状	116
三 老年忧郁症	117
第三节 老年人的呼吸系统疾病	120
一 老年人呼吸系统的特征	120
二 老年人呼吸系统疾病的特征	121
三 慢性阻塞性肺病	122
四 肺癌	123
第四节 老年人循环系统疾病	125
一 高血压病	126

二	缺血性心脏疾病	132
三	心功能不全	134
四	心律失常	137
第五节	老年人的消化系统疾病	140
一	老年人消化系统疾病特征	140
二	消化器官的老年性变化	140
三	胃食管反流病	141
四	药物诱发的消化系统损害	144
五	恶性肿瘤	145
第六节	老年人的肾脏及泌尿系统疾病	149
一	随着衰老出现的肾脏改变	149
二	老年人肾病分类及其内容	150
三	肾脏病	151
四	前列腺肥大症	153
五	前列腺癌	157
第七节	老年人的内分泌及代谢疾病	159
一	伴随衰老发生的激素变化	159
二	激素变化在临床上的重要意义	160
三	老年人的内分泌、代谢疾病的发病率	161
四	老年人内分泌、代谢疾病的特征	162
五	糖尿病	162
六	甲状腺功能减退症	165
七	高脂血症	168
第八节	老年人的骨骼与运动系统疾病	171
一	随年龄的变化	171
二	老年人的临床特点	172
三	骨质疏松症	172
四	慢性类风湿性关节炎	176
第九节	老年人的血液病	180
一	老年人血液病的背景与特征	180
二	老年人的贫血	180
三	老年人骨髓异常综合征	182
四	老年人的恶性淋巴瘤	184
五	老年人多发性骨髓瘤	184
第十节	老年人的五官疾病	187
一	随衰老出现的五官损害	187
二	白内障	189
三	耳聋	191

第十一节 老年人的感染症	194
一 老年人免疫力特点	194
二 老年人感染症的特点	194
三 疫苗与抗菌素	195
四 肺炎	195
五 尿路感染	197
第十二节 老年人的口腔病	201
一 牙与牙周病	201
二 颌骨骨折、下颌关节脱臼	202
三 口腔不适症	203
四 口腔粘膜疾病	203
五 预计将来会出现的新问题	205
第十三节 老年人的特殊疾病	206
一 尿失禁	206
二 跌倒、步行障碍	209
三 晕厥、眩晕	212
四 脱水、电解质异常	215
五 褥疮	219

第四章 陪护、医疗与福利

概说	225
第一节 老年人的生活与福利	228
一 生活与社会	229
二 老年人的生活与家庭	234
三 老年人的生活与社会福利制度	239
第二节 陪护的现状	247
一 老年人的护理与陪护	248
二 老年人的陪护与技术	251
三 老人的陪护与虐待问题	257
第三节 陪护保险制度	261
一 陪护保险制度的意义	261
二 陪护保险制度的构成	264
第四节 陪护保险的实施及其他新制度	271
一 关爱老年人计划	271
二 成年后继制度	276
第五节 终末期医疗	281

一 老人终末期医疗的特征·····	282
二 终末期医疗与自己决定·····	285
三 临终关怀·····	288
第六节 老年医疗及陪护的未来与展望·····	293
一 从经济学观点看老年医疗·····	294
二 建设宜民社区 ——从医疗机构陪防向家庭陪护转移的经营战略·····	299
三 改革陪护观念·····	306
执笔者姓名一览（按照原书顺序）·····	310

第一章

老化与自然科学

◆ 概说

老年学(gerontology)包括了分子·细胞生物学及临床医学、保健、福利、看护等,涉及的范围很广泛。老化是所有生物都不可避免要发生的过程。确立一个学术体系,应从更广的思路来思考各学科的密切联系,作为理解人的老化的开端,在第一章里,将着重介绍老年学作为一门科学与老龄化相关的最新研究进展,将有助于读者对老年医学其他章节的理解。在第一章里介绍的热门研究情况可能会令读者觉得难懂,不容易全面理解。但请不要拘泥于细微部分,相信大家会用愉快的心情来阅读老化科学研究现状的框架性知识。

* 老化的自然科学发展

近年来,老化研究从原来的病理学、解剖学等以形态变化为中心的研究这种古典式方法中脱离出来,快速进步到着眼于分子·细胞生物学的新观念,推进了对老化的理解。因此,很多原来关于老化的学术观点已经落后于时代,需要进行研究方法的更新。以前,有许多关于老化的学说,但随着分子·细胞生物学的闪亮登场,其中有些知识已被淘汰。我们已掌握的有些学说虽有相互排斥之处,但也有很多知识是互补的。

最近,已经弄清老化与生物的进化、有性生殖的发达之间有密切的关系。即:地球上的生物进化过程是由于克服了氧的生物毒性才进化成现在的需氧生物,但是生物体依然还不能完全抑制代谢过程中产生的氧毒性,从而成为老化的原因之一。

* 老化研究的热门话题

在关于老化的学说中,近来最引人注目的是根据“氧自由基损伤学说”和“生物进化学说”发展而来的“个体利用抛弃学说(disposable soma theory)”。该学说是指生物个体因为基因内环境的损伤,为了维持、保护自身,排出难于排泄的废弃物,必须进行能量的调节、构筑复杂而精细的防御体系,这些过程必然要付出高昂代价,有时生物体会为了适应生存竞争的需要,放弃这种代偿,使个体承受“利用抛弃化”带来的老化衰退。这种生物个体意义上的牺牲,是以生殖细胞超越时限遗传为基础的。在生殖期内,对于遗传性生物进化,生殖后期为了维持自身的生物进化就不可避免地要发生老化。对于人这种高级动物,个体老化与死亡不一定