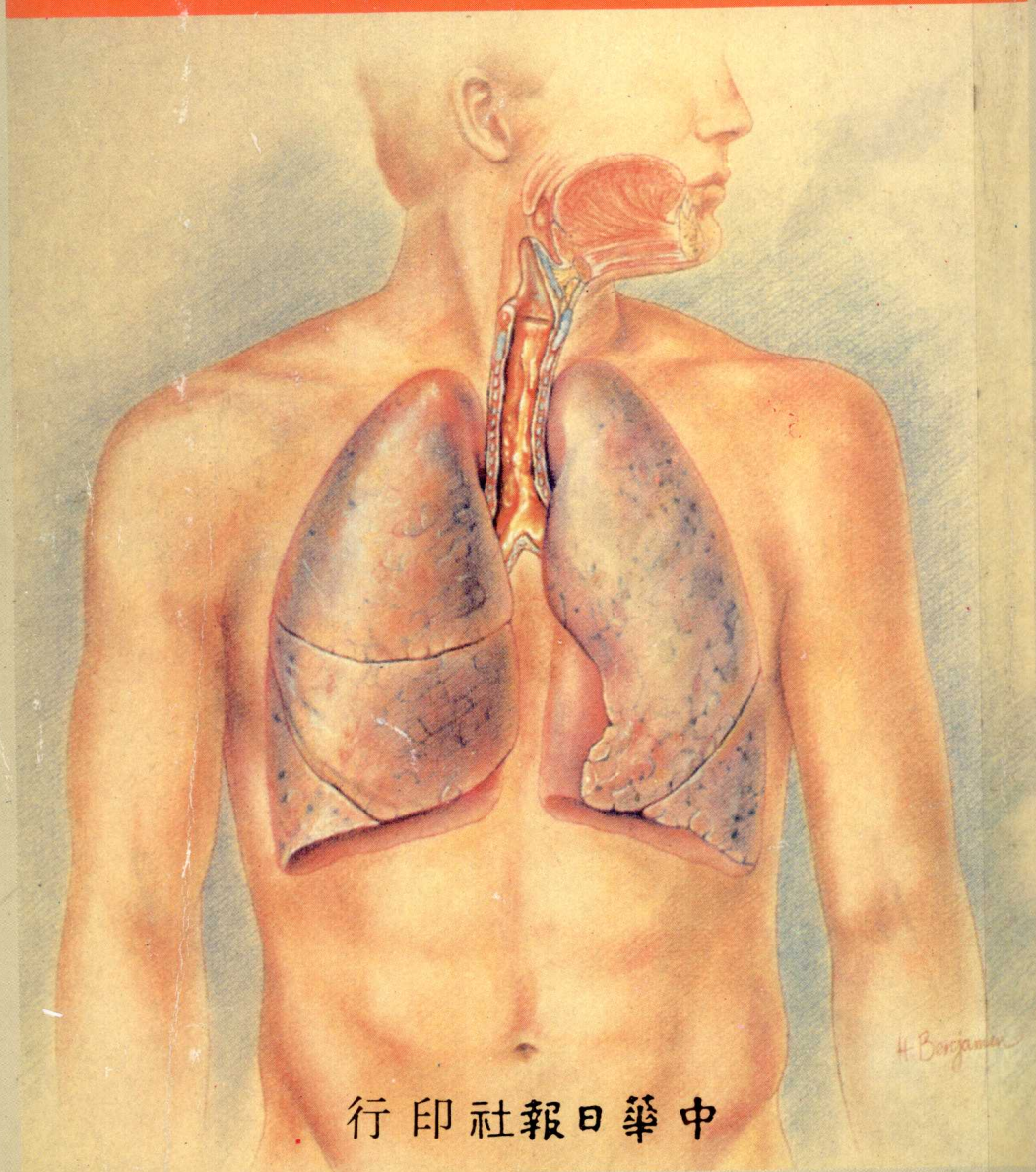


老人之認識與防治

① 長春叢書



中華日報社印行

治肺良藥之病人老

◎ 醫道部長



中華醫藥出版社

行政院新聞局核准登記證
局版臺業字第二六〇六號

版權
所有

翻印
必究

中華民國三十七年九月三十日出版

長春叢書(1)

老人病之認識與防治

定價：新台幣一百二十元整

著作人：許成仁等

發行人：黃肇珩

發行所：中華日報社出版部

地址：台北市松江路一三一號

電話：五六三〇七八〇

郵撥：〇〇〇二二五〇一九

印刷所：然美彩色印刷有限公司

地址：台北市通河西街一段八八號

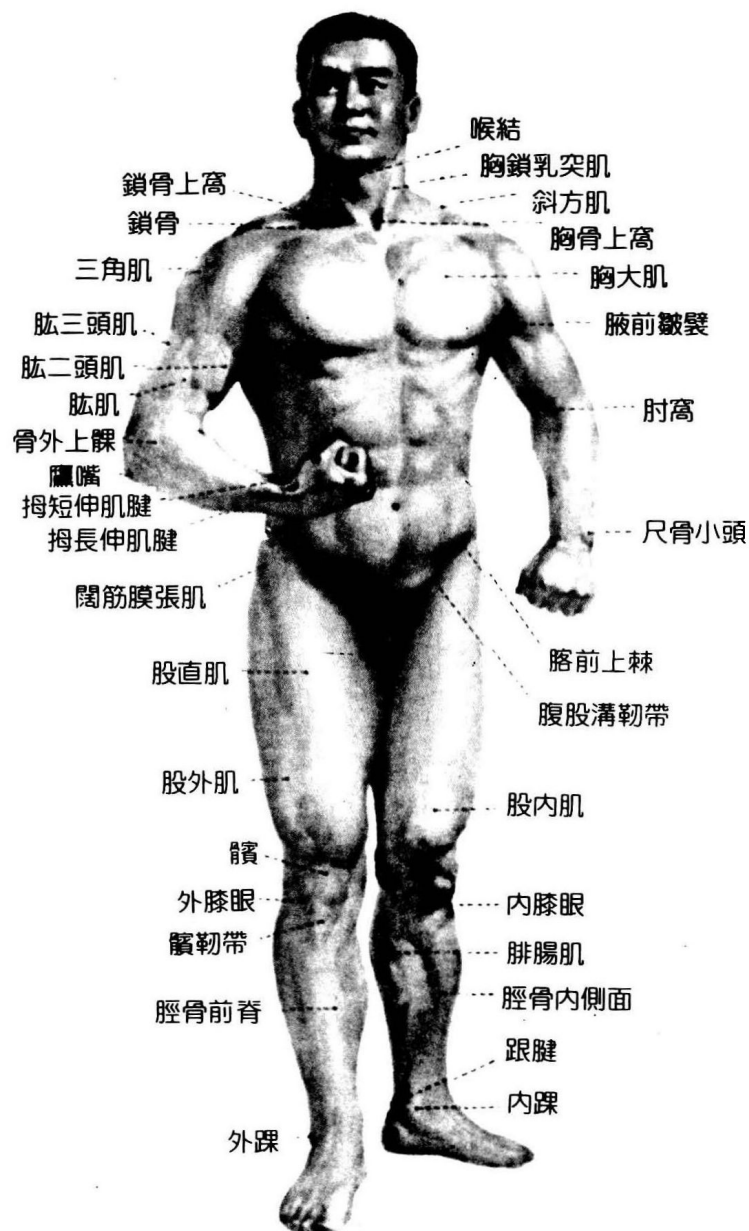
電話：八一二一六八五

老人病之認識與防治

① 長春叢書

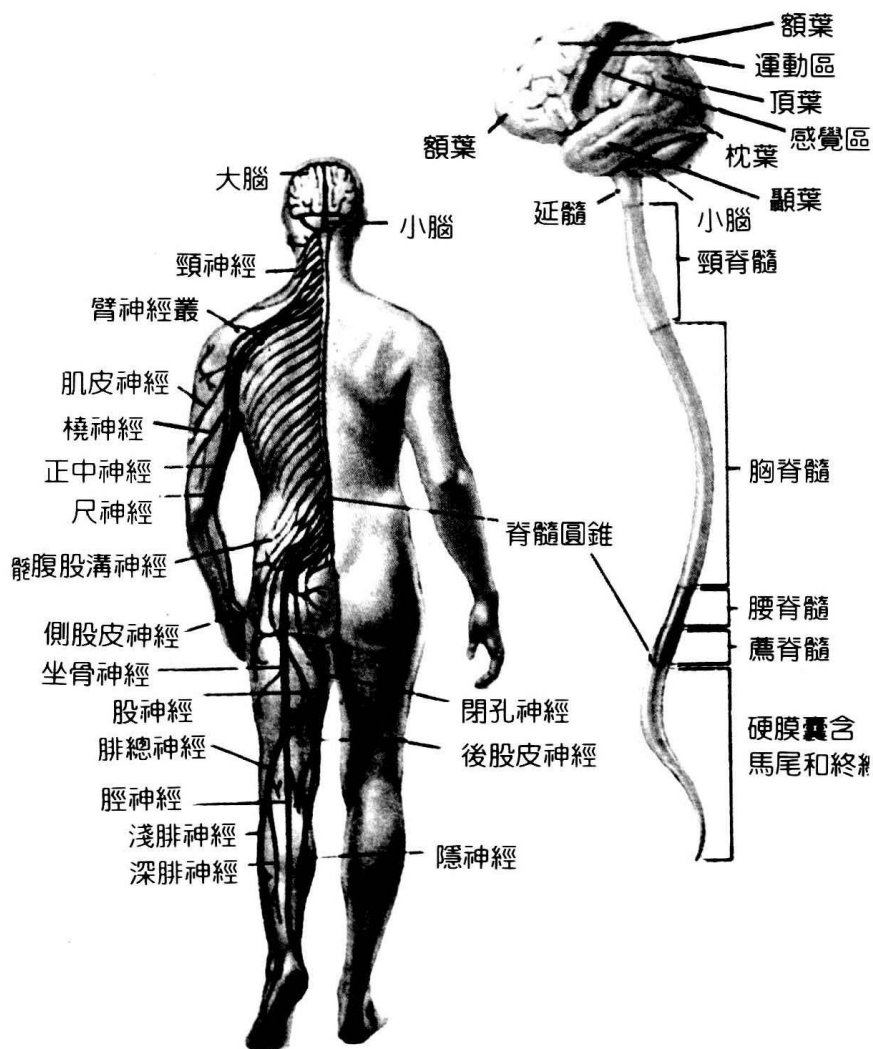


中^日華^報 1977年6月1日 印行

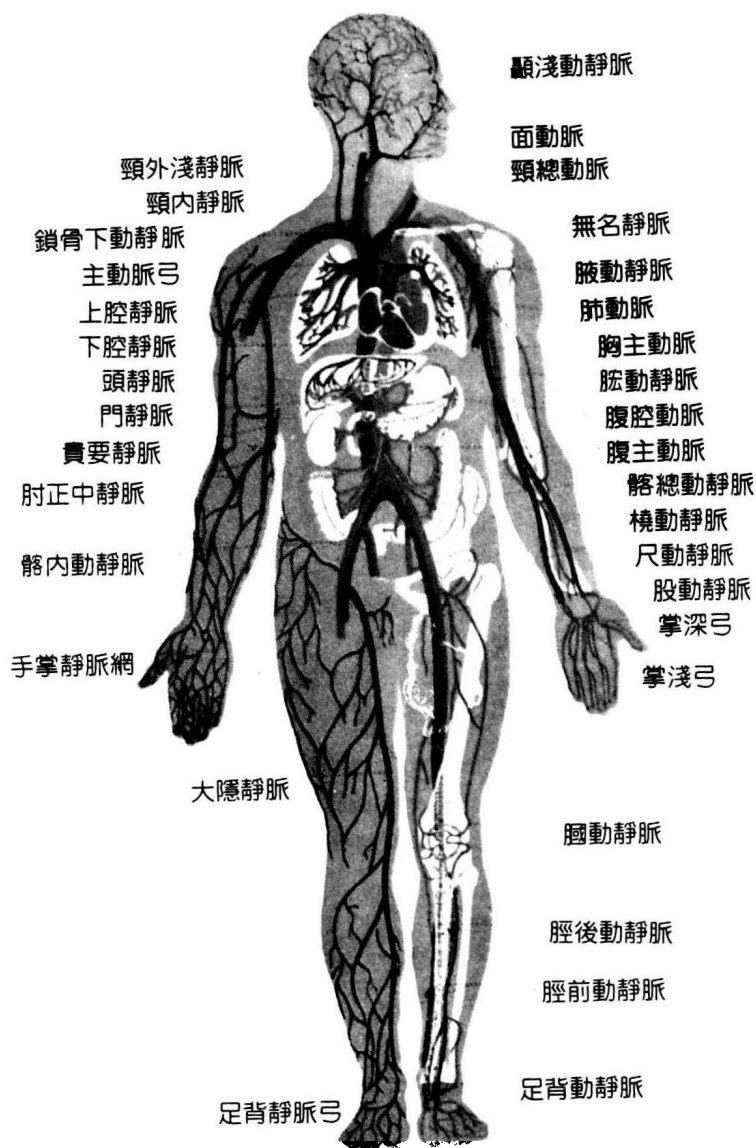


人體的外貌

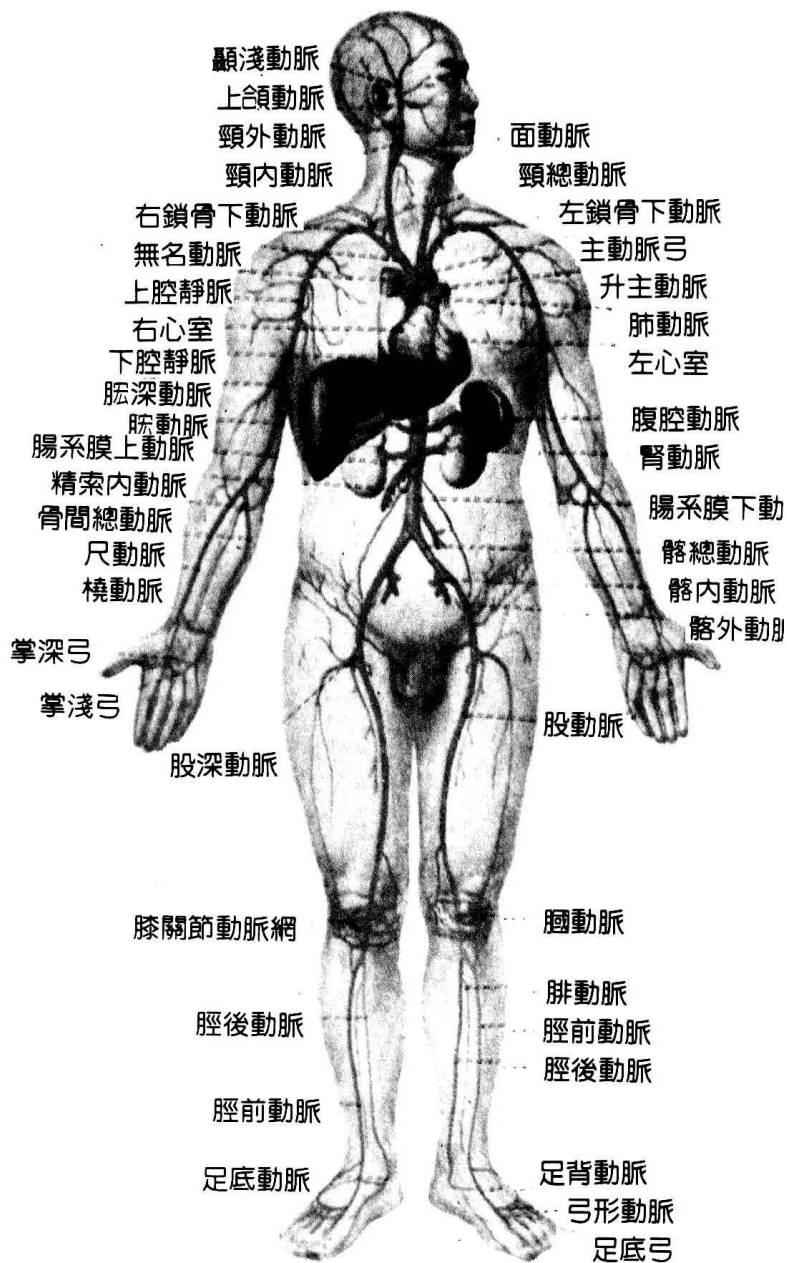
腦和脊髓神經



腦和脊髓神經



全身血管分佈圖



全身動脈圖

編者

由於經濟發展及醫療保健之進步，台灣地區民衆之平均壽命大爲提高，老年人口在總人口所佔的比例日形增加，老年福利工作乃成爲政府有關機關之重要業務之一。如何使所有老人在生活、醫療及社會活動上均能獲得妥善之照顧與保障，期使老人們面對老年而無所擔憂、無所恐懼，實爲老年福利工作之重要課題。

台灣省政府社會處爲落實老年福利工作，除依老人福利法及其施行細則加強辦理各項福利措施外，爲提升老人福利服務層次，擴大老人福利服務領域，於民國七十二年六月訂頒「台灣省加強辦理老人福利業務實施要點」，規劃辦理十項福利服務；其中一項爲編輯「長春叢書」作爲老人讀物，俾資充實老人晚年之精神生活，並向老人介紹有關養生保健、社會適應及調適其身、心生活之新知。

長春叢書內容主要以①老人病之認識與防治；②老人養生之道；③老人對社會、家庭之適應；④老人應有之休閒活動；⑤老人應如何做到老仍有用；以及⑥適合老人興趣之成語及歷史故事爲主題。爲激發讀者之興趣，本叢書文字力求生動及趣味性，引喻敘述均深入淺出而易解，並儘量加附圖片，以增進讀者知識及陶冶性情。

此類叢書之編撰，在國內尚屬首創，本報受台灣省政府社會處之委託，約請有關醫藥保健、營養衛生、心理、社會等方面之專家學者，或提供資料或執筆撰寫，並由本報負責編輯出版，由台灣省政府社會處贈送全省各老人福利機構轉贈老人們閱讀。社會處並爲推廣老人福利工作，普及本叢書所刊各項知識，特授權本報加印若干冊以成本價供一般社會大眾購閱。

台灣省政府社會處爲增進老人福利，及弘揚我國固有敬老尊賢之美德，殫精竭慮，無時不在全力以赴，本報能協助省社會處完成此項長春叢書編撰工作，至感榮幸，並向從事老人福利工作的省社會處全體同仁們表示崇高的敬意。

目

錄

人體外貌 2

腦和脊髓神經 3

全身血管分佈圖 4

全身動脈 5

一、老年人的健康——損害健康之原因及保健 12

二、高血壓 22

三、心絞痛 28

四、急性心肌梗塞 34

五、認識心臟衰竭 40

指導人：曾文賓
指導人：吳德祿
執筆人：王志楣
執筆人：王志楣

許成仁

陳志鴻

陳志鴻

老人病之認識與防治

二一、夕陽無限好，未必近黃昏

——中老年人的性生活和保健 146

二二、停經 156

二三、如何維持年輕時的「暢快」 162

二四、老年糖尿病人的難題 170

二五、老年人精神問題透析 176

二六、剪不斷，理還亂

——老年人常見心理精神疾病各論 180

二七、神祕的老年性痴呆 186

指導人：李鎡堯

執筆人：李淑娟
江漢聲

指導人：張典齊

執筆人：李淑娟
戴東原

指導人：張典齊

執筆人：李淑娟
李淑娟

附錄

二八、老當益壯 190

二九、美國專家談老人健康

王昭麟 譯

王昭麟 譯

三〇、主要食物營養表 205

三一、台灣省公立醫療院、所七十二年一至十二月底止
七十歲以上老人門診統計資料表 206

台灣省政府衛生處

老人病之認識與防治

老年人的健康

損害健康之原因及保健

台大醫院教授 許成仁

近年來由於生活水準的提高、醫學科技之進步、環境衛生之改進等的結果，平均壽命有顯著的延長，老年人之數目及其在人口中所佔的百分率增加至為迅速。根據統計，民國七十二年台灣居民之平均壽命，男超過七十歲、女超過七十五歲，而六十五歲以上老年人所佔的百分率台灣省已達到四·八一，這個百分率到民國九十年可能超過七。但是老年人的健康常不如年輕人，往往需要別人的照顧。每個人都希望長壽，但唯有健康而長壽，才能過著有意義和有用的人生。沒有健康的長壽不但沒有意義，對個人亦是痛苦，也會帶給家庭及社會很大的負擔。

一、損害老年人健康的原因

會影響老年人健康的原因很多，但可歸納下列三點：

1. 老化現象

隨著年齡之增加，身體會發生構造之變化及生理功能之衰退。換言之，就是老化現象。每一個器官都會因年齡之影響而變化，但其開始老化之年齡及程度，則依器官而不同，也因人而異，因此有了個人差異。

這樣的老化現象，一般是慢慢進行的，不會直接引起死亡，但是老年人因有老化現象，他的健康狀況較不好，如受到外因性或內因性的侵害，因其抵抗力低，容易受到傷害，其結果就較為嚴重，所以受到輕微的刺激，也可引起厲害的傷害。

2. 長年生活中的傷害

老年人從小孩到老年的長年生活中會受到種種之傷害。有的傷害會完全恢復，但有的傷害可留下殘餘或身體障礙，留下的每一個殘餘也是輕微的，但其累積的結果卻是相當可觀而大大的影響老年人的健康。有時，老年人的不健康

完全是以前的傷害所導致。

3. 疾病

老年人因有老化現象及長年生活中受到傷害留下的殘餘的關係要比年輕人容易得到疾病，而且其疾病多為慢性、進行性的，其治療困難而常常會引起殘廢或死亡。

以上三個原因中，很難說何者為最重要，有些人，特別是年紀很大的人，可能老化現象最重要，而有些人因過去的傷害引起的障礙最重要，不過一般而言，第三個原因，就是疾病，所扮演的角色最為重要。

二、老年人常見的疾病

老年人常見的疾病很難明定，但從對健康及生命有危險的角度來看時，常見的疾病為：