

现代 老年学

主编 魏太星 邱保国 吕维善

XIANDAI
LAONIANXUE



郑州大学出版社

现代老年学

主 编 魏太星 邱保国 吕维善

郑州大学出版社

· 郑 州 ·

图书在版编目(CIP)数据

现代老年学 / 主编 魏太星, 邱保国, 吕维善—郑州: 郑州大学出版社, 2001. 11
ISBN 7-81048-460-5

I. 现… II. ① 魏… ② 邱… ③ 吕… III. 老年学 IV. C913.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 05663 号

出版社: 郑州大学出版社

(地址: 郑州市大学路 40 号

邮政编码: 450052)

发行单位: 郑州大学出版社

承印单位: 河南第二新华印刷厂

开本: 850 mm × 1 168 mm

1/16

印张: 67.5

字数: 1771.2 千字

印数: 1 ~ 2 000 册

版次: 2001 年 11 月第 1 版

印次: 2001 年 11 月第 1 次印刷

书号: ISBN 7-81048-460-5/R · 425

定价: 138.00 元

顾 问	费孝通	陈可冀	邬沧萍	何慧德
主 编	魏太星	邱保国	吕维善	
副主编	林富瑞	高天星	王国富	李质怀
	刘汴生	魏经汉	段振离	宁 选
编 委	(按姓氏笔画排列)			
	于善林	王宇中	王志铭	王秀云
	王秀梅	王淑梅	方永奇	左中孔
	田元生	牟 梅	庄恒国	许建中
	孙学士	刘学杰	何 巍	李 忠
	李 锐	李子森	李东风	李振三
	李新莲	李福全	李景月	陈玉龙
	吴伟康	汪丽娟	苗延宗	罗乐宣
	张效房	张原震	张鸣钟	贺长清
	钟以莲	敖拉哈	曾育生	董义光

前 言

世界各国及联合国已注意到这样一个事实：现在出生的正常人的预期寿命比1 000年前增长约4倍，20世纪世界人口从16亿增长到了59.82亿，世界65岁以上老年人口达到7%，较发达地区老年人口占14%。一个不容忽视的事实是到21世纪中期，全球新增加的老年人中，25%来自中国。每4个人中就有1个是老年人，而每4个老年人中就有1个是中国老年人。从现在起，中国肩负着解决世界1/5~1/4老年人的问题，是全世界老年人口最多的国家。人类平均寿命延长以及老年人在总人口中所占的比例不断增加，老龄问题已成为突出问题，为世界各国所关注。

老年学是随着人类寿命延长而逐渐发展起来的一门新兴学科。尽管老年学萌发于我国先秦和古希腊时代，但真正发展成一门学科是在20世纪50年代，我国自20世纪80年代开始老年学蓬勃发展。老年学是一门系统研究老龄问题的科学，探讨老龄问题的生物、环境、社会、经济、文化、心理、疾病等；研究老龄的发展趋势及其对策；研究衰老过程、原因及防治衰老、保持健康延寿的方法。它是一门涉及诸多学科的边缘性、综合性学科，从多角度全面探讨老龄问题。

本书除绪论外，还包括9篇，即老年社会学、老年文化学、老年心理学、老年生物学、老年预防医学、老年临床医学、老年康复医学、老年运动医学及中医老年学。是国内目前老年学方面比较系统、全面的大型参考书。全书约180万字。本书有别于教科书，它突出老年特点；除国外最新资料外，注重我国老年文献的搜集，以尽可能突出中国特色；准确阐发老年学理论，特别加强在实用上下功夫，上下纵横，条分缕析，开卷有益，旨在读者信手可获取老年学知识。

在本书问世之际，作为编著者，深感我国迫切需要老年学为社会实践服务。我国老年学起步较晚，老年学的发展又涉及到人类的根本发展，已引起科学工作者的极大兴趣和我国政府的重视。老年学无疑是老年人关心的科学，它同整个社会 and 不同年龄层都有密切关系，老年学研究的广泛性和复杂性又决定了这门学科必须从多学科的角度来研究，它是一门综合性科学。

我国人口众多，老年人口增长的比例及绝对数量之大，都是世界上独一无二的。老年人已成为全社会关注与社会向前发展的大问题，为此，要在全社会加强老龄观念。老年学的建立与发展，是社会发展的需要；完善和提高老年学系统理论以指导老龄工作，是我国庞大老年人口增长和老年人健康长寿，提高生活质量的需要；老年学也是制定发展我国现代化的经济战略、政策、发展计划的需要；老年学又是探索中国式的老龄工作道路，中国特色的社会福利保障模式的需要。老年学作为一门科学将愈来愈发挥巨大作用。

本书由于涉及多学科，国内许多知名老年学专家和专业工作者参加了编写，本书的面世是集体智慧和劳动的结晶。“尺有所短，寸有所长”，本书荟萃成册，疏漏谬误和不足处在所难免，敬希“入乎其内，故能写之；出乎其外，故能观之”的同道、学者，精心赐教，斧正其缺，补益其疏，以渐臻完善，共同为营造中国自己的“老年学”而努力！

需要特别指出的是本书使用法定计量单位,时间上用 d 表示日(天),h 表示小时,min 表示分,s 表示秒。

魏太星 邱保国 吕维善

2001 - 08 - 01

目 录

绪 论	(1)
第一节 老年学的定义、对象、目的与内容	(1)
第二节 老年学的起源与发展	(3)
第三节 老年人的年龄划分	(9)
第四节 社会老龄化的评价	(11)
第五节 人类的寿命	(12)
第六节 社会的发展与人口的结构变化	(24)
第七节 我国老年人口问题	(29)
第八节 老龄问题的国际动向与发展	(35)
第九节 老年学的发展与展望	(37)
【附】 老龄问题名词解释	(39)

第一篇 老年社会学

第一章 老年社会学的形成与发展	(43)
第一节 老年社会学的概念	(43)
第二节 老年社会学的形成与发展	(43)
第三节 国内外老年社会学研究概述	(46)
第二章 老年社会学的研究对象、任务及其调查研究方法	(50)
第一节 老年社会学的研究对象	(50)
第二节 老年社会学主要研究任务和内容	(51)
第三节 老年社会学的学科性质	(52)
第四节 老年社会学与其他老年学科之间的关系	(52)
第五节 老年社会的调查与研究方法	(54)
第三章 老年经济	(59)
第一节 老年分享社会发展成果是人类社会发展的必然	(59)
第二节 老年人的经济来源	(60)
第三节 老年人的消费特点与消费结构	(63)
第四节 老龄产业的兴起与开发	(66)

第四章 老年人参与社会与再就业	(71)
第一节 老年人参与社会和再就业的概念	(71)
第二节 老年人参与社会与再就业是历史发展的必然	(71)
第三节 老年人参与社会与再就业的现状	(73)
第四节 老年人参与社会和再就业的途径	(76)
第五节 老年人参与社会和再就业的对策	(77)
第五章 老年人的家庭	(80)
第一节 老年人家庭状况	(80)
第二节 老年人在家庭中的地位与作用	(83)
第三节 老年人家庭关系	(85)
第四节 养老模式	(88)
第六章 老年人的婚姻	(93)
第一节 老年人婚姻状况	(93)
第二节 老年人再婚	(95)
第三节 老年人婚姻生活	(100)
第七章 老年社会保障和立法、管理	(103)
第一节 老年社会保障	(103)
第二节 老年立法	(114)
第三节 老年管理	(119)

第二篇 老年文化学

第一章 老年文化学的创立和建设	(127)
第一节 创立老年文化学的时代背景	(128)
第二节 老年文化学与中国传统文化	(128)
第三节 创建老年文化学的理论价值	(129)
第四节 老年文化学研究方法的认知	(130)
第五节 老年文化学建设面对的形势	(130)
第六节 开创老年文化研究的新局面	(132)
第二章 老年文化学的研究任务与方法	(134)
第一节 老年文化学的研究对象	(134)
第二节 老年文化学的研究任务	(137)
第三节 老年文化学的研究方法	(140)
第四节 老年文化事业管理机制	(141)
第三章 中国老年文化的传统理念	(143)
第一节 古代的老年名称	(143)

第二节	古代的老年理念	(148)
第三节	古代的老年寿道	(151)
第四节	古代的老年礼法	(153)
第五节	古代的老年论著	(155)
第六节	古代的老年诗文	(157)
第四章	老年文化的基本特征	(161)
第一节	老年文化的民族性	(161)
第二节	老年文化的时代性	(162)
第三节	老年文化的群体性	(163)
第四节	老年文化的稳定性	(164)
第五节	老年文化的传承性	(164)
第六节	老年文化的变异性	(165)
第五章	老年文化的价值与功能	(167)
第一节	老年文化的价值与功能	(167)
第二节	老年文化的教化功能	(168)
第三节	老年文化的认知功能	(169)
第四节	老年文化的审美功能	(170)
第五节	老年文化的娱乐功能	(171)
第六节	老年文化的自律功能	(172)
第六章	老年家庭文化	(175)
第一节	关于家的理论认知	(175)
第二节	现代家庭正面临深刻变革	(177)
第三节	家庭养老是我国现代养老形式	(179)
第四节	《老年人权益保障法》的文明与进步	(180)
第五节	现代老年家庭发展趋势与展望	(181)
第七章	老年民俗文化	(182)
第一节	民间祈寿风俗	(182)
第二节	老年人节日风俗	(184)
第三节	老年人饮食风俗	(187)
第八章	老年旅游文化	(189)
第一节	老年旅游文化的现代认识	(189)
第二节	老年旅游文化的现代化建设	(191)
第三节	老年旅游文化的现代消费观念	(191)
第四节	老年旅游文化的现代发展道路	(192)
第九章	老年娱乐文化	(193)

第一节	老年运动之乐	(193)
第二节	老年学习之乐	(194)
第三节	老年书画之乐	(196)
第四节	老年歌舞之乐	(197)
第五节	老年品茶之乐	(199)
第六节	老年饮酒之乐	(201)
结语	未尽的言与意	(206)

第三篇 老年心理学

第一章	老年心理学概述	(211)
第一节	老年心理学的概念与界定	(211)
第二节	老年心理学的研究范畴	(211)
第三节	老年心理学的研究历程和现状	(212)
第四节	老年心理发展的有关理论	(214)
第五节	老年心理学的研究方法	(216)
第二章	老年心理的变化与特征	(217)
第一节	老年人的感觉和知觉	(217)
第二节	老年人的记忆	(224)
第三节	老年人的能力	(226)
第四节	老年人的需要与情绪	(229)
第五节	老年人的人格变化	(233)
第三章	老年期常见的心理问题与心理障碍	(240)
第一节	角色转变中一般心理问题	(240)
第二节	行为问题	(243)
第三节	老年期常见的神经症	(244)
第四节	失眠问题	(253)
第四章	老年临床心理学	(259)
第一节	老年病人的临床心理行为特点与调适	(259)
第二节	老年人常见的心身疾病的心理诊治简介	(261)
第三节	老年期性功能障碍与调适	(270)
第四节	老年病人临终心理与关怀	(271)
第五章	老年期心理卫生	(273)
第一节	更年期(准老年期)心理卫生	(273)
第二节	影响老年人心理变化的因素	(275)
第三节	促进老年心理卫生	(277)
第四节	心理保健机制	(279)

第五节 心理保健与长寿	(280)
第六节 老年性心理卫生	(283)
第六章 老年心理评估	(285)
第一节 心理测验在老年心理研究中的应用	(285)
第二节 心理评定量表在老年心理研究中的应用	(288)
 第四篇 老年生物学	
第一章 老年生物学基础	(307)
第一节 衰老的定义	(307)
第二节 衰老的特征	(308)
第三节 生物体的寿命	(312)
第四节 生物群体的衰老	(314)
第五节 营养与衰老	(315)
第六节 环境与衰老	(317)
第七节 遗传与衰老	(318)
第二章 细胞的衰老	(320)
第一节 细胞的结构与功能	(320)
第二节 细胞的衰老变化	(323)
第三节 细胞凋亡与衰老	(326)
第四节 体外培养细胞的衰老	(328)
第五节 单细胞动物的衰老	(330)
第三章 结缔组织的衰老	(332)
第一节 结缔组织的结构与功能	(332)
第二节 衰老过程中结缔组织的改变	(335)
第四章 器官、组织系统的衰老	(337)
第一节 神经系统	(337)
第二节 内分泌系统	(339)
第三节 心血管系统	(341)
第四节 呼吸系统	(342)
第五节 消化系统	(343)
第六节 泌尿系统	(345)
第七节 肌肉骨骼系统	(347)
第八节 免疫系统	(348)
第九节 皮肤系统	(350)
第十节 感觉器官	(351)

第五章 衰老的生物化学	(354)
第一节 血浆蛋白质	(354)
第二节 血脂与血浆脂蛋白	(355)
第三节 酶	(356)
第四节 物质代谢与能量代谢	(358)
第六章 衰老机制	(363)
第一节 细胞衰老的端粒假说	(363)
第二节 衰老的线粒体学说	(365)
第三节 遗传程序学说	(368)
第四节 衰老的自由基学说	(369)
第七章 衰老的生物学检测	(376)
第一节 衰老的外观指征	(376)
第二节 衰老的生理功能指征	(379)
第三节 衰老的生化指征	(386)
第四节 衰老的细胞形态指征	(391)
第五节 人体衰老的测定方法	(392)
第六节 动物衰老的测定方法(寿命试验)	(395)
第八章 延缓衰老研究回顾与探索	(398)
第一节 衰老生物学前研究的回顾	(398)
第二节 延长人类寿命的探索	(399)

第五篇 老年预防医学

第一章 概 述	(407)
第一节 老年人健康现况与展望	(407)
第二节 老年流行病学的研究方法	(415)
第三节 老年人生活质量的调查与评估	(420)
第二章 老年常见病的流行病学	(424)
第一节 老年高脂血症的流行病学	(424)
第二节 老年冠心病的流行病学	(427)
第三节 老年高血压的流行病学	(430)
第四节 老年脑卒中的流行病学	(432)
第五节 老年糖尿病的流行病学	(435)
第六节 老年恶性肿瘤的流行病学	(439)
第七节 老年骨质疏松症的流行病学	(446)
第八节 老年痴呆的流行病学	(452)
第九节 老年白内障的流行病学	(454)

第十节 老年常见口腔疾病的流行病学	(456)
第十一节 老年残疾的流行病学	(458)

第三章 我国长寿的研究	(462)
第一节 我国高龄老人的现状	(462)
第二节 我国高龄老人增长趋势	(466)
第三节 我国长寿研究的几点启示	(467)

第四章 老年人的营养	(469)
第一节 营养与衰老的关系	(469)
第二节 营养与老年病的关系	(473)
第三节 老年人的营养需求	(476)
第四节 老年人的饮食调配	(484)

第五章 老年人的生活	(487)
第一节 老年人的生活环境	(487)
第二节 老年人科学的生活方式	(493)
第三节 老年人精神卫生	(503)

第六篇 老年临床医学

第一章 老年呼吸系统疾病	(513)
第一节 老年呼吸系统的特点	(513)
第二节 急、慢性支气管炎	(514)
第三节 慢性阻塞性肺气肿	(517)
第四节 慢性肺源性心脏病	(518)
第五节 老年肺炎	(522)
第六节 老年肺结核	(525)

第二章 老年心血管系统疾病	(528)
第一节 老年的心血管特点	(528)
第二节 老年高血压病	(529)
第三节 老年冠状动脉性心脏病	(530)
第四节 老年心力衰竭	(534)
第五节 老年心律失常	(535)
第六节 老年心脏性猝死	(537)
第七节 老年退行性心脏病	(538)

第三章 老年消化系统疾病	(542)
第一节 老年消化系统的特点	(542)
第二节 老年食管疾病	(546)

第三节	反流性食管炎	(548)
第四节	消化系统疾病与心理障碍	(552)
第五节	功能性消化不良	(557)
第六节	肠易激综合征	(560)
第七节	小肠假性梗阻综合征	(568)
第八节	糖尿病与消化道运动异常	(569)
第四章	老年泌尿系统疾病	(573)
第一节	老年泌尿系统的特点	(573)
第二节	急性肾小球肾炎	(574)
第三节	老年尿路感染	(575)
第四节	肾动脉硬化症	(577)
第五节	老年急性肾功能衰竭	(579)
第六节	老年慢性肾功能衰竭	(583)
第七节	肾癌	(584)
第八节	膀胱癌	(586)
第九节	前列腺癌	(588)
第十节	前列腺增生	(590)
第十一节	老年尿失禁	(594)
第五章	老年内分泌系统疾病	(598)
第一节	老年甲状腺功能亢进症	(598)
第二节	老年甲状腺功能减退症	(600)
第六章	老年代谢性疾病	(603)
第一节	老年糖尿病	(603)
第二节	老年高脂血症和高脂蛋白血症	(613)
第三节	老年痛风	(616)
第七章	老年神经系统疾病	(620)
第一节	神经系统的老年改变	(620)
第二节	老年脑血管病	(621)
第三节	老年帕金森病	(632)
第四节	老年痴呆	(637)
第八章	老年精神疾病	(646)
第一节	老年情感性精神障碍	(646)
第二节	更年期精神病	(655)
第三节	老年谵妄症	(657)
第四节	路易小体型痴呆	(661)

第九章 老年妇科疾病	(665)
第一节 老年妇科的特点	(665)
第二节 老年期女性生殖器官解剖及生理变化	(668)
第三节 外阴疾病	(669)
第四节 老年性阴道炎	(676)
第五节 子宫疾病	(677)
第十章 老年皮肤科疾病	(683)
第一节 老年性皮肤萎缩	(683)
第二节 脂溢性角化病	(683)
第三节 皮 赘	(684)
第四节 老年性血管瘤	(685)
第五节 老年性白斑	(685)
第六节 老年皮脂腺增生	(685)
第七节 带状疱疹	(685)
第八节 瘙痒症	(688)
第九节 基底细胞癌	(690)
第十节 鳞状细胞癌	(691)
【附】 艾滋病的诊断与治疗	(691)
第十一章 老年骨与关节的疾病	(694)
第一节 老年骨与关节的老化变化	(694)
第二节 骨质疏松症	(695)
第三节 老年骨折	(696)
第四节 老年骨关节病	(697)
第五节 腰椎骨性关节炎	(697)
第六节 颈椎骨关节病	(698)
第七节 肩关节周围炎	(699)
第十二章 老年眼科疾病	(701)
第一节 老年眼的特点	(701)
第二节 老年性白内障	(707)
第三节 青光眼	(709)
第四节 老年性黄斑变性	(712)
第十三章 老年耳、鼻、咽、喉科疾病	(714)
第一节 老年耳、鼻、咽、喉的特点	(714)
第二节 老年性耳聋	(719)
第三节 老年性耳鸣	(721)
第四节 老年性眩晕	(725)
第五节 老年性鼻出血	(728)

第六节	鼻腔及鼻窦恶性肿瘤	(732)
第七节	咽、食管异物	(735)
第八节	鼾 症	(737)
第九节	喉 癌	(740)
第十四章	老年口腔颌面疾病	(746)
第一节	老年口腔颌面的特点	(746)
第二节	老年龋病	(749)
第三节	楔状缺损	(752)
第四节	老年牙周病	(753)
第五节	老年口腔黏膜病	(759)
第六节	颜面部皮肤癌	(763)
第七节	牙龈癌	(764)
第八节	腺淋巴瘤	(765)
第九节	嗜酸粒细胞腺瘤	(767)
第十节	腺 癌	(767)
第十一节	上皮 - 肌上皮癌	(768)
第十五章	老年恶性肿瘤	(770)
第一节	概 述	(770)
第二节	食管癌	(775)
第三节	胃 癌	(779)
第四节	原发性肝癌	(783)
第五节	大肠癌	(786)
第六节	肺 癌	(790)
第七节	乳 癌	(794)
第八节	恶性淋巴瘤	(799)
第十六章	老年用药	(804)
第一节	老年药物代谢动力学特点	(804)
第二节	药物的相互作用	(815)
第三节	常用保健类药物	(830)
第十七章	老年护理学	(837)
第一节	老年护理概论	(837)
第二节	老年护理种类	(839)

第七篇 老年运动医学

第一章	老年人的机体变化	(847)
第一节	老年人的形态学变化	(847)

第二节	老年人的代谢变化	(848)
第三节	老年人的免疫系统	(849)
第四节	骨关节的老化与运动	(850)
第二章	运动对老年人的好处	(852)
第一节	心血管系统	(852)
第二节	呼吸系统	(854)
第三节	消化系统	(855)
第四节	运动系统	(856)
第五节	神经系统	(857)
第三章	老年人锻炼应注意的问题	(859)
第一节	体力劳动不能代替体育锻炼	(859)
第二节	做好体格检查 争取医师督导	(860)
第三节	选择适当运动项目	(861)
第四节	循序渐进与持之以恒	(862)
第五节	防止过度疲劳与外伤	(863)
第四章	适合老年人锻炼的运动项目	(865)
第一节	健身步行	(865)
第二节	健身跑	(867)
第三节	二十四式简化太极拳	(869)
第四节	太极剑术三十二式	(886)
第五节	骨筋经	(896)
第六节	八段锦	(898)
第七节	五禽戏	(902)
第八节	三浴锻炼疗法	(905)
 第八篇 老年康复医学		
第一章	概 论	(911)
第一节	康复医学的定义	(911)
第二节	对象与内容	(911)
第三节	康复医学的发展史略	(913)
第四节	基本原则	(915)
第五节	康复医学的重要地位	(917)
第六节	残疾的分类与分级	(918)
第二章	老年人康复预防和医疗	(922)
第一节	康复预防	(922)
第二节	康复医疗的特点	(922)