

老年学导论

THE GUIDE TO GERONTOLOGY

主 编：袁 方

副主编：郭崇德 姜德珍

李冬民

社会科学文献出版社

序 言

老年学(Gerontology)是二十世纪以来,伴随着社会的发展,人口年龄结构逐渐趋于老化而产生和发展起来的一门新兴学科。虽然早在古代人类就有寻求延缓衰老的一些修身术,进而又从医学方面去研究人的老化问题,撰写了一系列著作,但都偏重于研究人的个体老化方面,未形成一门独立的、专门研究老年问题的学科。从十九世纪中叶至本世纪三十年代,老年生物学、老年心理学和老年医学研究取得了进展,研究个体老化的老年学已经真正形成。但是,关于群体老化的、综合的现代老年学还未出现。第二次大战后,随着社会、经济的发展、科学技术的进步,发达的工业化国家相继出现了人口老龄化(Aging),引起了一批人口学、社会学、经济学等领域的学者、专家们对老年问题的关注,开始从社会科学的角度去研究人类群体老化的诸多因素及其后果。由此使老年学真正成为一门内容十分广泛的多学科体系。

社会发展在世界范围内一方面是人□绝对数量在增加,另一方面是人□年龄结构趋于老化。到2025年,全世界在总人口中60岁及以上人口将占13.68%,发达国家将占22.9%,发展中国家将占11.83%,届时,老年人口的绝对数将接近10亿人,其中6亿多在发展中国家。人口老化进程的加速将会带来一系列社会问题,这已引起世界性有关组织和各国政府的高度重视。联合国1978年12月14日大会通过了第33/51号决议,提出要召开一次老龄问题世界大会,以唤起全世界关注世界人口中人数日益增加的老年人所受困扰的严重问题。接着,1982年在维也纳举行了第一次老龄问题世界大会,通过了针对老龄问题提出的《维也纳国际行动计划》。以后,世界性的老年组织,老龄问题研究机构应运而生,许多

研究其它问题的专家、学者都将注意力转向老龄问题研究方面,形成了多分支的老年学研究特点。今天,老年学的分支学科达十余门,各种有关老年学的期刊、杂志达百余种,研究领域和气氛十分活跃,日益显示出它适应人口老龄化所具有的生命力和作为一门综合性很强的、方兴未艾的独立学科的特点。

人口老龄化问题也引起中国政府和学术界有关领域的重视。早在1982年,我国就成立了全国性的老龄问题委员会,1986年4月成立了老年学学会,在学术界陆续出版了有关老年问题的论文和专著。

北京大学社会学系率先于1994年3月至7月在全国研究生中正式开设“老年学”课程,聘请有关知名专家、学者主讲,受到学生的欢迎和好评。由于国内老年学研究刚刚起步,为了推动老年学在我国的发展,我们将各位专家、学者的讲稿汇编在一起,并经本人同意作了某些修改,在此基础上出版了这本具有较高理论水平和实用价值的著作。因本书的作者绝大部分都是我国老年学各分支领域的著名专家,为便于读者对他们各人的特点和专长有一个清楚的了解,本书特以汇集的形式出版;同时,也正因此,某些章节中的内容有一定重复,特请读者谅解。

本书得以问世,首先要感谢讲授和撰稿的各位专家、学者的辛劳;其次是要感谢中国社会调查事务所在经济上的鼎助。本书能顺利出版,还要感谢社会科学文献出版社的有关领导及同志们的大力支持。在此一并致谢。

由于编者水平有限,不妥之处在所难免。

编者 1995年8月于北京

《老年学导论》撰稿人

第一章	邬沧萍		
第二章	蔡文眉		
第三章	梅慧生		
第四章	李天霖		
第五章	郭崇德	王永峰	
第六章	袁方	张新梅	
第七章	姜德珍		
第八章	熊必俊		
第九章	周俊业		
第十章	鄢盛明		
第十一章	熊必俊	董之鹰	
第十二章	李冬民	刘伟	
第十三章	熊必俊	董之鹰	
第十四章	熊必俊	董之鹰	郭崇德
第十五章	鄢盛明		

研究老年科学
促进社会发展

雷洁琼



一九九五年十月

目 录

序言

第一章 老年学的形成、研究对象和科学性质	(1)
一、老年科学产生于人类对自身老化规律认识的需要.....	
.....	(3)
二、老年学的研究对象和科学性质.....	(7)
三、老年学的科学体系.....	(15)
第二章 老年人口学	(19)
一、研究老年人口学的必要性与重要性.....	(19)
二、老年人口的特征.....	(22)
第三章 人类衰老生物学	(29)
一、什么是衰老生物学,它的目的、任务.....	(29)
二、人类衰老生物学研究简史.....	(31)
三、人类的寿限与个体老化现象.....	(32)
四、老化的原因与衰老学说.....	(44)
第四章 老年医学	(52)
一、老年人的年龄划分与生物医学特征.....	(52)
二、老年人疾病和老年人群健康的特点.....	(53)
三、老年保健.....	(64)
第五章 人口老龄化与老年社会保障	(66)
一、人口老龄化的意义与衡量指标.....	(66)
二、人口老龄化对经济、社会发展的影响	(67)
三、我国人口老龄化的趋势.....	(69)
四、建立和健全老年社会保障制度,迎接人口老龄化的挑战	(72)

第六章 老年社会学	(80)
一、老年社会学的建立与发展	(80)
二、老年社会学的主要理论	(84)
三、老年社会学的研究方法	(95)
第七章 老年心理学	(100)
一、什么是老年心理学及老年心理学发展状况	(100)
二、研究老年心理学的目的和意义	(103)
三、老年人心理活动的特点	(106)
四、老年人心理健康	(111)
第八章 老年经济学	(119)
一、老年经济学的产生和发展	(120)
二、老年经济学研究的对象和意义	(125)
三、老年人的经济地位与价值	(128)
四、建立有中国特色的新兴老年经济学	(129)
第九章 老年法学	(134)
一、老年法学的研究内容	(135)
二、老年人合法权益的法律保护	(137)
三、老年人法律保护的基本权利	(153)
四、关于老年人犯罪问题	(154)
第十章 社会老年学	(157)
一、什么是社会老年学	(157)
二、社会老年学的理论基础及其主要理论	(161)
三、社会老年学的研究方法	(163)
四、80年代美国社会老年学研究领域的发展变化	(167)
第十一章 老年人口的社会与组织管理	(172)
一、老年人口组织管理产生的背景	(172)
二、一些国家和地区的老年人口组织管理	(177)
三、我国老年人口的社会与组织管理	(186)

第十二章 老年社会参与	(198)
一、老年社会参与的基本概念	(198)
二、老年社会参与的基本类型	(205)
三、老年社会参与的社会效果	(212)
四、影响老年社会参与的主要因素	(217)
第十三章 健康老化——跨世纪的金秋工程	(224)
一、健康老化的由来	(224)
二、健康老化与健康老龄化的内涵	(228)
三、健康老化的作用与意义	(231)
四、如何实现健康老化	(237)
第十四章 老年社区服务	(239)
一、社区意识对养老模式发展的作用	(239)
二、社区意识促进了两种养老环境的结合	(243)
三、完善社区服务是改善养老环境的保证	(246)
四、发展以老年人为重点的社区服务体系	(250)
第十五章 老年人的养生保健	(255)
一、老年期身体的衰老变化	(255)
二、老年人常见的老年病	(258)
三、老年人的养生保健原则与方法	(265)

第一章 老年学的形成、研究 对象和科学性质

老年学既是一门源远流长的古老学问,又是一门在本世纪初才逐步形成的新兴学科。在人类社会已意识到将面临不可避免的人口老化态势的当代,老年学日益显示出它的生命力。它正成为一门方兴未艾的独立的综合学科,为人类认识自身老化的客观规律、为政府和社会对老龄问题的科学研究和决策服务。

我国老年学起步很晚,五、六十年代只有一部分自然科学和医学工作者对此略有所知,而社会科学界知之甚少。进入八十年代,显而易见的老龄问题提到议事日程,老龄工作的实践需要老年学理论作指导,这就为我国老年学的发展开辟了道路。因为国内外几十年的社会实践和科学研究证明,老年学之所以称得上是独立的知识体系,其标志是:

其一,老年学在三十年代开始使用一个科学的概念,即“老龄化”(Aging),从而为现代老年学奠定了基础。1945年成立美国老年学会时首次将“Gerontology”作为这门学科的名称,接着全世界普遍接受了这一学名。用这一学名或以“老龄化”为名的书籍大量涌现,学术杂志也不下几十种,可以认为老年学已是举世公认的一门学科。

其二,许多国家都有以老年学命名的专门学术研究团体和学会。1945年美国老年学会成立时,欧美至少有十七个国家都有这类学术研究团体。1950年在比利时的列日成立了国际老年学会,它表明对这门学科有了进行广泛国际学术交流的要求,日本这时也参加了学会。到1968年时学会已拥有二十八个国家的会员。

世界各国从事老年学学术和实践研究的人数迅速增长。例如,美国有两个全国老年学学会:全美老龄化研究会(ASA)和美国老年学学会(CSA)。据1985年公布的材料,在册的会员分别为6000人和5500人。可以认为,国外老年学及其分支学科是有广泛的学术研究基础的。

其三,1982年联合国在维也纳召开了有一百二十四个国家参加的老龄问题世界大会,1986年9月在东京召开了人口老化和发展国际专家会议和亚太地区人口老化出现的新问题的研讨会,都号召各国加强研究和培训老年学及其各分支学科的专业人员,表明老年学受到空前的重视。老年学比较发达的美国,八十年代初在各大大学中设有老年学讲座。在社区大学中有三分之一至一半开设一至数门老年学课程。六十年代前后,全美还有十三万人受过正式的老年学培训。在一些著名大学,如密执安大学、加州大学、南加州大学、杜克大学、佛罗里达大学等,都设有专门的老年学或老年学某一支的研究机构,并安排有培训的教学计划。

其四,老年学同其他学科一样有它的发展历史。从朴素肤浅的认识逐步发展成为具有规律性知识的认识,从直观的认识利用科学方法进行探索。它决不是一哄而起,绝不会昙花一现就销声匿迹,它是随着今天人类老化过程遍及整个世界并日益得到充实和发展。在人类历史长河中,现在的老年学不过是它的胚胎萌芽状态。

在我国,同许多科学一样,老年学在过去没有获得发展的社会环境。近几年,由于许多自然科学和社会科学工作者的倡议筹备,在中国科学院、中国社会科学院和中国老龄问题全国委员会的有力支持下,1986年4月经国务院批准成立了中国老年学学会。它作为研究老年学的全国的群众学术团体出现在学术界,预示着老年学这门科学在中国大地上将会生根发芽、茁壮成长。本章就老年学的发展史来论述创建具有中国特点的老年学问题。

一、老年科学产生于人类对自身老化规律认识的需要

同任何一门科学一样,老年科学产生于人类社会对它的需要。其发展还有赖于其他相关知识的发展和有一个允许科学发展的社会环境。

人类自身的老化可以区分为个体的老化和群体的老化。人类以往只懂得个体的老化,对群体的老化可以说到本世纪才有所认识。正因为这样,老年学首先产生于研究人类个体老化。每个人都自发地观察到周围的人出生、成长、发育、成熟、衰老最终到死亡的过程,对于这种个人的生命周期,必然自发地产生一种长生不老甚至返老还童的愿望。这种愿望就导致各种延缓衰老和照顾老人的看法和作法,这就是老年学的萌芽,但它还远不是一门科学。

从有文字记载的历史来看,公元前的《内经》所讲“生长壮老已”和“生长化收藏”,就是对人和植物生命过程的朴素的科学描述。西方老年科学的萌芽可以追溯到希伯来、希腊和罗马关于老年人生理、病理和护理的观点和记述。现在科学上使用老年学和老年医学的前缀词都是来自希腊文字头。古希腊的苏格拉底、亚里斯多德都有关于老人的记述和不同的观点。希腊名医希波克拉特(Hippocrates 460—370 B.C)被称为“医学之父”,就提出过许多关于老年期的生理和病理的特性。公元前二世纪的盖仑(Galen)进一步发展了希波克拉特的观点。他们的观点直到中世纪还继续有影响。罗马时代的西塞罗(Cicero)认为人要得到满足,身心要有训练的机会,人类的智慧能力就能保持到老年,这一观点一直具有深远的影响。在古代由于受自然和社会知识的限制,研究老年问题的人常常既是医生又是哲学家或其他学者。研究也不限于医学,还有关于对老年人的伦理道德、世界观和社会问题。而且很多还带有神秘的宗教色彩,在一定程度上还带有阶级特点。因为那时最关心长生不老

和返老还童的人，常常是帝王将相、王公贵族，他们从奴隶、农奴身上榨取血汗，尽情地享受人间的富贵荣华，唯恐一命呜呼，因而对延缓衰老最为迫切。而广大劳动群众则因终日胼手胝足，终年不得温饱，常常是朝不保夕，对长生不老的追求当然不如剥削阶级那样强烈。中外历史上，帝王、法老等千方百计追求长生不老之药而受骗上当的记载很多。中国秦始皇派徐福到日本采长生不老之药，是传说中帝王追求长生不老的明显例子。

到了中世纪，研究老年生理、病理的人也很多，写过一些有影响的著作流传至今。例如西班牙的 A. 威兰纳瓦(Arolds Villanova 1235—1311)的“养生法简论”、R. 培根(Roger Bacon 1214—1292)的《老年的延迟治疗和青春的保持》、麦莫尼德斯(Maimonides 1135—1214)的《老年养生必备》等，在中世纪欧洲，神权的统治和宗教斗争中，极大地影响了老年学的研究。这个时期各种巫术、点金术在某种程度上代替了真正的科学，这就决定了欧洲中世纪在老年学的发展上对人类的贡献并不象后来那样突出。我国自魏晋隋唐至清代在老年养生或调养上，也有过不少有益的贡献。如魏晋嵇康、唐代孙思邈等，清代曹廷栋著的《老年恒言》，从生理、病理谈到延缓衰老和延长寿命，标志着人类对老化认识迈进一步，但还不能说已成为科学。

到十五世纪末十六世纪初以后，对老年的研究才逐渐摆脱宗教迷信的束缚，向科学的老年学迈进。值得一提的是 G. 塞比(Gabriele Zerbi 1468—1505)在他的著作中划分了人的老年期，叙述了老化的原因、特点和星相术占卜对长寿的不利影响，提出健康管理及居住问题的设想。L. 克奈罗(Luigi Cornaro 1464—1566)对衰老、长寿、死亡进行了研究，重视自然的延年益寿，提倡预防卫生、环境卫生、精神卫生，反对炼金术(炼丹之类)和星相卜占术等神秘迷信的长寿锻炼法。

近代老年学从 F. 培根(Francis Bacon 1561—1625)开始，经 J. 弗洛伊(J. Floyo 1649—1734)、A. 开利斯(Antony Carlisle)到

J. M. 查克特(J. M. Charcot 1825—1893)等人,逐步奠定基础。培根的老年著作《生与死的历史》,论述了生理方面的特点和合乎科学道理的保健方法。弗洛伊所著的《老年卫生学》,提出了许多针对老年病的诊断和防治。A. 开利斯十九世纪初的著作《试论老年病》也是当时的重要著作。M. 查克特所著《老年病临床讲义》对精神病和老年慢性病作了探讨。十九世纪中期,德国康司丹特所著《老年人的疾病及其治疗》,也为老年医学作出了贡献。十六世纪到十九世纪,个体老化的研究取得了很大的成绩。这不仅是由于社会对老年问题的关心,而且还由于当时各门科学得到了不同程度的发展和整个学术研究空气摆脱了宗教的影响。这时已经有可能使老年医学的基础研究和临床分开,老化生物学也脱颖而出。

进入二十世纪以后,老年医学和老年生物学方面的著作和论文问世日多,如 T. B. 扬格(T. B. Young)的《百岁长寿》(1905)、L. 麦提内克弗(L. Metchnikoff)的《延长寿命》、C. M. 柴尔德(C. M. Child)的《老年期及其返老还童》、J. 斯超比(J. Schwulbe)的《老年病教科书》、施莱辛格的《老年人口疾病》(1914)等。其后到1919年 L. 内舍(L. Nasher)发表的巨著《老年医学》,用 Geriatrics 命名,被看作是正式的老年医学。1919年 M. W. 塞利斯(M. W. Thcelis)写的《照顾老人(老年医学)》,老年学可以说作为一门科学被公认了。在二十世纪初,老年医学、老年生物学和老年临床医学的发展,只是表明老年学还被限于研究个体老化,而对群体老化还处于几乎茫然无知的阶段。十九世纪以前人口几乎无例外地都是高出生和高死亡,各国的年龄结构十分近似,那时65岁以上的老年人占全部人口的比重几乎都是3—5%,类似今天非洲发展中国家的年龄结构。只是到了十九世纪中叶,欧洲国家出现生育率由高向低的转变,人类才开始出现年龄结构老化,首先出现于法国,接着是比利时,其后又波及瑞典、英国和德国等国家。现在能确定法国生育率开始下降的时间是1840年,英国是1870年。但是那时生育率下降是缓慢的,几乎使人觉察不到。到本世纪初,65岁以上人口占全部

人口比重除法国和瑞典略微超过8%以外,其他西北欧国家在5—6%上下,英国是4.69%,美国是4.07%,德国是4.88%。因此在那时才对人口老化有点视而不见,但到三十年代,特别是资本主义世界出现经济大危机后,发达国家开始对人口老龄化予以关注。一方面欧洲国家本世纪三十年代已成为老年人口比重较高的国家,65岁以上人口大多都接近或超过7%,法国已高达9.35%,瑞典9.38%,西北欧国家以及美国等都已预感到老年人比重越来越高是必然的趋势。另一方面,经济危机造成老年人口的失业和生活贫困问题更加严重,美国和其他一些资本主义国家政府不得不把老年人的社会保险作为一个优先考虑的问题来加以解决,否则必然导致整个社会的动荡不安。在这种社会背景下,三十年代在美国出现了对老年问题的研究,提出人口老龄化的概念,随后成立老年学学会,创建老年学,使用 Gerontology 一词作为这门学科的名称,随后出版大量著作和刊物。老年学的研究由本世纪二十年代的老年医学发展到四十年代的老年学,是一个质的飞跃,它标志着老年学的研究由考察人类个体老化,发展到考察群体老化。研究群体老化的最重要的特点就是更多地从社会经济、社会心理等角度来考察。与此相适应,出现了社会老年学这一大分支。

从以上对老年学发展简史的回顾来看,可以把老年学的发展,归纳为四个阶段:

第一阶段是十九世纪中叶以前,是老年科学的酝酿和准备阶段,即老年学作为潜科学的时期。这一阶段产生过一些朴素唯物主义的对待人类老化的自然规律的认识。也是人类艰苦积累老年学点滴知识的时期,因为先驱们除了同愚昧作斗争外还要同强大的宗教势力和迷信作斗争。在老年学上作出贡献的,在早期既是哲学家也是医生,其后才逐渐由医生、生物学家等把人类老化的自然规律整理和丰富起来。

第二阶段是十九世纪中叶以后至本世纪四十年代。在这一阶段中,人类从自然科学的角度研究个体老化取得了很大的进展。伴

随着细胞学、解剖学、化学和生物学的发展,老年医学逐渐形成一个相对独立的知识部门,并且使老年基础医学和临床医学的界限日趋明确。老年医学、老年病理学和老化生物学等知识已经相对独立并系统化。

第三阶段是本世纪四十年代至 1982 年老龄问题世界大会以前,是社会老年学创立和发展的时期。这一阶段从人口学、经济学、社会学的角度来研究人口老化问题,日益受到重视。不仅对个体老化的认识日益加深,而且对人类的群体老化问题有所认识,并进行了研究和探索。老年学的科学活动和学术出版,都得到空前的发展。

第四阶段是 1982 年维也纳老龄问题世界大会以后。这次会议对老年学的发展是一个极大的推动。其显著的特点是明确老年学要以人口老龄化为重点,但也不应忽视对个体老化的人道主义问题。与此相适应,从社会科学的角度考虑老年学比以前更为强调。此外,过去老年学的研究局限于发达国家内,现在已认识到人口老化是人类社会的普遍规律,发展中国家或迟或早也要面对人口老化的挑战,使得老年学真正成为一门人类共同需要研究的科学,也预示着这门科学今后将越来越发展。

二、老年学的研究对象和科学性质

任何一门科学的研究对象都有一个从模糊到逐步明确的过程。在老年学这门科学发展的过程中,仅从学名的选用本身,就表明对其对象和内容认识的逐步深化。因此应考察:(一)这门学科历史上使用的学名和内容的演变;(二)当代学者对研究对象所下的各种定义;(三)实践对这门学科的要求。

老年学(Gerontology)及其先驱老年医学(Geriatrics)的词根都是来自希腊文。Geron 在希腊文里就是老人(old man),Geras 是

老龄(old age)之意。古希腊称元老官是 Gerontes,称衰老为 Gerontie,把执政的老人集团称 Gerontocracy。在古代研究老年起自希腊,希腊哲学家苏格拉底、亚里斯多德和希波克拉特(Hippocratr)等人,都有相当的论述,以后的研究继承了希腊的传统。使用 Gerototi 或 Geronto,从而作为一个学名研究老人问题就很自然了。十五世纪末意大利研究老年的医生 C. 塞比(Cabicle Zerti)就用拉丁文写了《老年卫生学》(Gerontocomica),概括为关于老年人的护理和生活方式。他可能是最早一个使用 Gerontoconica 这一学名的人。到十八世纪英国的弗洛伊(Floye)在《介绍盖伦(Galen)关于老年人保健方法》一文中,也使用了 Gerontoconica 和 Geroconia 两词,都称为老年卫生保健。Geriatrics 是 1909 年内舍(Nasher)第一次正式使用的,1919 年 M. W 塞利斯写了第一本《老年医学》,其副题为:论衰老、老年病及对老年的照顾。接着在 1946 年第五版时使用《对老年人的照顾(老年医学)》这一书名,可以认为是对老年医学的研究对象和内容的概括。在该书第二部分使用 Geratology,解释为“衰老现象和科学”(The Science of Phenomena Decadence),在第三章中使用了 Gerocomia,可称为老年卫生学,对这一学名解释为“高年期的卫生”(Hygienics of Advanced Life)。但是自从 1945 年美国老年学会成立后使用 Gerontology(老年学),就把这一学科的学名固定下来。其他 Gerontology 和 Gerontocomica 和 Geroconia 等也不见使用了。

当代的著作给老年学下了许多大同小异的定义,我们可以举其中主要者如下:

(一)美国《韦氏大字典》的定义为:“对老化过程和对老年人问题的科学研究。”

(二)英国新版牛津小字典的定义为:“对老龄和老化过程以及老人特有的问题的科学研究。”

(三)美国《美利坚大百科全书》的定义为:“研究与老化有关的各种现象。”

(四)美国著名老年学家、杜克大学校长 E. W. 布斯(E. W. Buhse)下的定义为:“从生物学、心理学、社会学等不同方面研究老龄化就称为老年科学。”

从目前所有的定义中都把人口老龄化作为老年学的核心问题,这点是完全一致的。

1982 年世界老龄问题大会把世界具有普遍性的老龄问题归纳为两个方面:一是人道主义问题,就是老年人所特有的问题;一是发展问题,就是人口老龄化问题。

根据以上老年学的历史,从目前所下的科学的定义和实践对科学提出的需要来进行分析,老年学的研究对象可以概括如下:

老年学研究人类老化的现象和过程,研究人类个体老化和群体老化的规律性,以及人类老化与社会生活环境之间的相互关系的本质联系。

这个研究对象的定义有四层意思:

第一层意思是,老年学研究人类老化的现象和过程,把这门科学同生物学、动物学等其他学科研究人类以外其他生物的老化区别开来,这是老年学研究的特殊矛盾。其他自然科学和社会科学没有一个是专门以人类老化为研究对象的,如果确实以人类老化为研究对象,它将构成老年学一个分支学科。

第二层意思是,研究人类老化不能笼而统之,必然区分为研究个体老化和研究群体老化。因为人类的个体和群体的老化过程既有联系又有区别。个体老化的结果必然是人的死亡。人类群体老化即人口老化,它不会导致人类的灭亡,它是伴随着人类的发展、进步而出现的现象。个体老化是一往直前,不会返老还童,而群体老化则是可以继续老龄化,也可以年轻化。个体老化是完全受生物规律制约的,而人口老化虽然是同个体老化有关,但人口老化主要是受社会规律制约的。研究人类老化,两者缺一不可,这点是近年来人类科学知识进步,认识到群体老化这个现象后才明确的。在本世纪中叶以前,老年学的研究几乎都只限于研究个体,现代的老年