

## <<老年人保健全书>>

### 图书基本信息

书名：<<老年人保健全书>>

13位ISBN编号：9787543627307

10位ISBN编号：7543627302

出版时间：2006-1

出版时间：山东青岛

作者：王玉玲，孙春梅 主编

页数：347

字数：320000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<老年人保健全书>>

### 内容概要

人口老龄化从某个方面体现了社会的进步，说明一个国家或地区社会安定、人民生活富足、医疗保健体系健全。

但人口老龄化又是一个重大的社会问题，它不仅涉及个人、家庭、单位，而且关系到社会的稳定。

为了使老年人更好地了解自身，把握自己，自觉养成良好的生活习惯，保持健康的心理状态，身患疾病后及时、恰当地医治，也使家庭成员学会照顾和护理老人，使老年人幸福、美满、健康地欢度晚年，共享天伦之乐，我们编写了这本《老年人保健全书》。

本书介绍了人口老龄化的特点和健康老龄化的含义以及抗衰老知识，讲述了老年人生理变化、饮食与营养、自我保健与护理方法以及生命指征自我监测与家庭用药知识，详细讲述了32种常见老年病的病因、表现、治疗方法、预防保健与护理措施等。

内容全面，科学实用，通俗易懂，可作为指导老年保健与护理的家庭参考书。

<<老年人保健全书>>

书籍目录

人口老龄化 人口老龄化的特点 1.老年人口绝对数大 2.地区间的差异大 3.老龄化发展速度快 4.老年人口文化素质低 健康老龄化的含义 1.个体健康 2.整体健康 3.人文环境健康 健康老年人的标准老年人的生理变化 1.皮肤 2.毛发与眉毛 3.感觉器官 4.心脏 5.血管 6.血小板 7.呼吸系统 8.消化系统 9.泌尿系统 10.生殖系统及性功能 11.神经系统 12.骨、关节 13.身高与体重 14.睡眠 15.内分泌及代谢 16.免疫系统 17.心理活动及行为衰老 人体衰老的原因 1.衰老的概念 2.衰老的主要特点 3.衰老原因的基本学说 4.导致衰老的各种因素 5.导致衰老的精神因素 6.导致衰老的生活习惯 7.导致衰老的环境因素 8.导致衰老的疾病因素 9.导致衰老的社会因素 抗衰老的对策 1.保持良好的精神状态 2.建立并保持良好的生活方式和行为习惯 .....老年人的饮食与营养老年人自我保健与护理老年人常用保健方法生命指征的自我监测老年人家庭用药老年人常见病的防治与护理

## <<老年人保健全书>>

### 章节摘录

**人口老龄化** 人口老龄化也称人口老化，即人口平均年龄增长的过程，也反映了老年人在社会群体中的比例增大。

世界卫生组织（WHO）制定的标准是：当一个国家（或地区、城市）60岁以上的人口数占其总人口数的10%或65岁以上人口达到7%时，就认为该国家（或地区、城市）已进入老龄化社会。

对老年人的年龄界限的划分，在不同的时代、不同的国家，有不同的标准。

在1982年世界卫生组织召开的老龄问题世界大会上，联合国秘书长建议，60岁以上的人为老年人，这是当前比较统一的年龄界限。

人口老龄化达到一定水平时，就形成老龄化社会。

由于生活条件的改善和医学的发展，人口老龄化是世界范围内必然出现的一种现象，是“人口转型”的必然结果。

所谓人口转型，是指人口由早期的高出生率、高死亡率，经过一定年代的高出生率和低死亡率的过渡，转变到低出生率、低死亡率的现象。

这种转型的结果是人的平均寿命延长了。

世界上许多发达国家和一些发展中国家的老龄人口的比例不断增长，全世界人口老龄化问题日益突出。

人口老龄化是当今世界普遍存在的一个重大的社会问题，它不仅给社会的经济、文化、医疗卫生等带来一系列的影响，也会给每个家庭带来诸多问题。

由此产生的老年人保健、老年人卫生服务、老年人护理及康复等问题，是全社会所共同关注的。

在我国，这个问题之所以越来越受到重视，这是由我国人口老龄化的特点和由此产生的一系列社会和家庭问题所决定的。

.....

<<老年人保健全书>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>