

# 《老年护理》

## 图书基本信息

书名：《老年护理》

13位ISBN编号：9787117127844

10位ISBN编号：7117127848

出版时间：2010-6

出版社：人民卫生出版社

作者：唐凤平 编

页数：224

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《老年护理》

## 内容概要

《老年护理》按照护理专业人才培养模式和教学改革与建设的规划要求，突出实用型护理人才的培养目标，在编写过程中以现代护理观为指导，以健康维护和健康促进为理念，以护理程序为框架，以满足老年群体健康需求为重点，突出老年人的特点，体现了护理专业特色。《老年护理》为避免与护理学基础、内、外科护理学等教材中交叉重叠的内容重复，注意与相关专业课程内容的衔接，突出了老年护理的特点；加强了老年人自我保健和护理等内容的阐述；增加了知识链接、护理小技巧，以体现本教材的实用性。

# 《老年护理》

## 书籍目录

第一章 绪论 第一节 老年人与人口老龄化 一、老化的定义及特征 二、老年人的年龄划分 三、人口老龄化 第二节 老年护理概述 一、老年护理学及其相关学科 二、老年护理的目标、任务、原则 三、老年护理特点 四、老年护理的道德准则和执业标准 第三节 老年护理的发展 一、国外老年护理的发展 二、我国老年护理的发展 第二章 老年人的健康评估 第一节 老年人躯体健康的评估 一、健康史采集 二、体格检查 三、功能状态的评估 四、实验室检查 第二节 老年人心理健康的评估 一、老年人认知状态的评估 二、老年人情绪与情感状态的评估 三、压力与压力应对的评估 第三节 老年人社会健康的评估 一、角色功能评估 二、家庭评估 三、环境评估 四、文化评估 第四节 老年人生活质量的评估 一、生活质量的内涵 二、生活质量的综合评估 第三章 老年保健与照护 第一节 健康老龄化 一、养老新理念 二、健康老龄化 第二节 老年保健 一、老年保健的概念 二、老年保健与照护的重点人群 三、老年保健的基本原则 四、老年保健的任务 五、老年保健的策略 第三节 老年保健与照护体系的发展与建设 一、国外老年保健与照护体系的发展与建设 二、我国老年保健与照护体系的发展与建设 三、护理专业在老年保健与照护体系建设中的作用 第四节 老年人自我保健 一、老年人自我保健的概念 二、自我保健的内容 三、自我保健的措施 四、在自我保健中应注意的问题 第四章 老年人的日常生活护理 第一节 老年人的生活及环境护理 一、日常生活护理的注意事项 二、老年人环境的要求与调整 第二节 老年人沟通 一、非语言沟通的技巧 二、语言沟通的技巧 第三节 老年人活动的护理 一、老年人活动的生理意义 二、影响老年人活动的因素 三、老年人活动的指导与护理 第四节 老年人休息与睡眠的护理 一、休息 二、老年人的睡眠 三、老年人睡眠障碍 四、睡眠呼吸暂停综合征.....第五章 老年人安全用药与护理 第六章 老年人常见精神心理问题的护理 第七章 老年人常见健康问题的护理 第八章 老年人常见疾病与护理 第九章 老年人的临终护理 附录

## 章节摘录

2.自我照料、自我参与老年人在力所能及的范围内参与社会活动、家庭生活、自我照顾的过程中，不仅能为国家、家庭进一步贡献力量，而且能充实自我。 3.自我调节包括老年人自身和照顾者的自我调节。

(1) 老年人的自我调节：首先老年人自我调节的关键是要胸襟豁达。社会在不断向前，人处在一定的历史活动中，离退下来让年轻人接班是发展规律，急流勇退也是明智的选择。正确地处理与子女的关系可以使老年人在家庭生活中永葆智者的风范：向子女学习，善于从子女身上获得信息、知识；不要用传统的思想观念衡量、要求年轻人；要与子女建立平等、相互尊重的关系，不要认为自己是长辈，子女就必须绝对听从自己的意见、安排。其次，老年人要学会自我欣赏。被人欣赏，不仅是孩子，更是老年人的心理需求。每个平凡的人都有自身独特的闪光点。只要不自轻自贱，人人都有自我欣赏的资本。随着生活水平的提高，老年人在充实自己生活的同时，自我欣赏可以从适当注意穿着打扮开始。爱美是热爱生活的表现，外表的整洁得体可以带来内心的坚定与自信。

(2) 照顾者的自我调节：生活不能自理的老年人在家中，大多数照顾者是老人的配偶，也有的是子女或其他家属。不论是配偶还是亲属，在长期照顾老人过程中都会受到很大困扰，特别是配偶也是老人，也可能患有慢性病，长期的照顾工作引起体力疲乏，睡眠不好，情绪抑郁，身心疲惫，健康状况很快会下降。结果造成既不利于照顾者自己，又影响照顾老人的效果。因此，照顾者应正确进行自我调节，维持良好的心态，只有这样，才能有效承担起长期看护老人的重任。照顾者可以从以下几方面进行自我调节：第一，及时放松心情。照顾老人虽然需花很多时间，但照顾者也应考虑一下自己的需要。忙里偷闲，适当抽出一些时间去做其他事情，如与亲友一起出去活动、做一些自己喜欢的事情、参加一些运动以缓解身心压力和保持健康等。第二，要正确理解自己的情绪波动。有时照顾者会觉得很生气、沮丧、恐惧和愤恨，这是正常的情绪波动，不要为此而内疚。可以向自己信赖的朋友倾诉内心的感受，甚至可以去看心理医生。第三，必要时寻求帮助和社会支持。社会支持的来源除家人、亲戚外，还有社会服务机构、日间托老所、老人福利院、老年康复院等。当照顾者觉得再也不能承担护理老人的责任时，可考虑送其到这些机构，这并不意味着照顾者无能，换一种新的护理方式可能对每个人都有好处。照顾者借此可以松弛一下，甚至恢复正常工作，心理上也得到平衡。

(五) 自我急救 在特殊危急的情况下，老年人及家属应具有一定的急救常识，才能最大限度地提高治疗效果，挽救患者的生命。包括： 熟知急救电话和指定医院电话； 外出时随身携带自制急救卡，写明姓名、年龄、联系电话、指定医院、血型及主要疾病等关键内容； 患有心绞痛的老年人应随身携带急救药盒； 患有心肺疾病的老年人家中应常备氧气装置。

# 《老年护理》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)