

老年疾病护理管理与心理健康

主编 邹 晖 谭庙琴 湛于敏 李小清



图书在版编目

老年疾病护理管理与心理健康 / 邹晖等 主编 — 澳门：

澳门科学出版社，2024.10

ISBN 978-99981-16-19-1

I. ①老... II. ①邹... III. ①老年疾病护理②心理健康

IV. ①R473.59②R395.6

老年疾病护理管理与心理健康

邹 晖等 主编

ISBN 978-99981-16-19-1

责任编辑：谢嘉深

责任校对：谢嘉深

装帧设计：吴惠华

出版发行：澳门科学出版社

地 址：澳门南湾大马路恒昌大厦 11 楼 F 座 邮 编：999078

网 址：<https://www.mospbs.com>, <https://moaj.mospbs.com>

总 机：+853-62961666 反 馈：book@mospbs.com

印装公司：翰林出版集团有限公司

开 本：787 mm × 1092 mm 1/16 印 张：9.25

字 数：219 千字 印 数：1 ~ 3000

版 次：2024 年 10 月第 1 版

印 次：2024 年 10 月第 1 次印刷

核准编号：2024101508

如有缺损质量问题，请联系本社销售中心。

版权所有 违者必究

作者简介

邹 晖，国家三级健康管理师，广东省中西医结合学会创面处理专业委员会第三届委员会委员，广东省自然医学研究会精神心理健康专业委员会委员，广东省伤造口专科护士，擅长压疮、糖尿病足的预防、治疗与护理管理，慢病健康管理指导，擅长PICC置管及维护管理，全国老年医学人才培训基地带教老师，负责护理教学培训工作多年、担任老年病科护理组长，拥有社区护士资格证，申报省级课题一项，发表中文核心论文数篇，参与抑郁症方面研究SCI论文的书写，拥有两个老年康复器械的实用新型专利，参与居家上门护理服务工作。

谭庙琴，南方医科大学南方医院精神心理科（睡眠医学中心）病区护士长，广东省护理学会ICU专科护士，广东省护理学会ICU谵妄护理专业委员会副主任委员，广东省护理学会神经内科重症护理专业委员会专家库成员，CSPEN认证肠内营养置管护士，在神经内科重症监护病房从事临床护理工作20年，现担任精神心理科（睡眠医学中心）病区护士长，擅长神经危重症及精神心理、睡眠相关疾病的护理干预和康复管理，对老年疾病如脑卒中、高血压、糖尿病、心理和睡眠障碍等疾病的护理管理有丰富的临床经验，主持市级课题1项，参与相关课题5项，发表相关论文12篇，取得实用新型专利6项。

谌于敏，国家三级健康管理师、拥有国家心理咨询师资格，南方医科大学南方医院糖尿病专科联络员，老年病科责任组长，擅长糖尿病饮食管理及制定，老年基础压疮及糖尿病足换药的护理管理，老年患者高难度静脉穿刺，配合医生胃肠镜镜下治疗，参与居家上门服务工作。

李小清，毕业于中山大学护理学专业，长期从事老年病科护理工作，安宁疗护专科护士，致力于老年慢性病管理及心理健康，参与多篇老年中文核心论文撰写，申报实用新型专利一项，参与居家上门护理工作。

程代红，中国脑心健康管理师，PICC 置管国际认证护士，肠内营养护理规范化培训项目技能认证置管护士，广东省卒中学会护理分会第二届委员会委员，广东省护士协会第二届理事会职称与职级发展护士分会委员，在神经内科工作 23 年，现任南方医院神经内科脑卒中出院随访小组组长，南方医科大学南方医院老年专科小组成员，对脑卒中患者健康建档与随访，老年病的护理管理、PICC 管置管及维护有着丰富的护理经验，尤其擅长老年疾病的健康管理和 PICC 管敷料更换、感染预防等问题的临床处理与健康咨询。

编委会

主 编

邹 晖（南方医科大学南方医院）

谭庙琴（南方医科大学南方医院）

湛于敏（南方医科大学南方医院）

李小清（南方医科大学南方医院）

副主编

程代红（南方医科大学南方医院）

前 言

本书是一本专为护理人员编写的实用指南，聚焦于老年护理管理与心理健康的全面探讨。本书旨在为护理人员提供系统的理论知识与实际操作指导，帮助他们提升老年患者的护理质量与心理健康水平。

全书共分为四部分。第一部分详细介绍了老年医学基础知识及老年护理的基本技能，奠定了护理工作的理论基础。第二部分深入探讨了心血管、呼吸、消化、内分泌、神经、肌肉骨骼及肾脏等常见老年疾病的护理管理方法，提供了具体的操作指南。第三部分则聚焦于老年心理健康护理，从心理健康评估、干预技术到特定心理问题的护理，全面解析了老年心理护理的各个方面。第四部分综合了老年患者的护理管理策略、护理质量管理及新兴护理服务模式，展望了老年护理的未来发展方向。

本书内容简洁明了，语言通俗易懂，兼具理论性与实用性，适合老年科和心理科的护理人员、护理学生及相关专业人士参考使用。通过阅读本书，读者将能够更好地理解老年患者的护理需求，掌握科学的护理技巧，提供更优质的护理服务，从而提升老年患者的生活质量与健康水平。

目 录

第一篇 老年护理管理基础	1
第一章 老年医学基础知识	1
第一节 老年人生理变化	1
第二节 常见老年疾病概述	3
第三节 老年护理的基本原则	6
第二章 老年护理的基本技能	10
第一节 基础护理操作技能	10
第二节 老年患者的安全管理	12
第三节 营养支持与饮食护理	14
第二篇 常见老年疾病的护理管理	18
第一章 心血管疾病护理	18
第一节 高血压的护理	18
第二节 冠心病的护理	20
第二章 呼吸系统疾病护理	23
第一节 慢性阻塞性肺疾病（COPD）的护理	23
第二节 肺炎的护理	25
第三节 呼吸衰竭的护理	28
第三章 消化系统疾病护理	34
第一节 老年人消化性溃疡的护理	34
第二节 老年人慢性胃炎的护理	37
第三节 老年人便秘的护理	39
第四章 内分泌疾病护理	42
第一节 老年人糖尿病的护理	42
第二节 老年人甲状腺疾病的护理	44
第三节 老年人骨质疏松症的护理	47
第五章 神经系统疾病护理	51
第一节 老年痴呆的护理	51
第二节 帕金森病的护理	53
第三节 脑卒中的护理	55
第六章 肌肉骨骼系统疾病护理	60
第一节 老年人关节炎的护理	60
第二节 老年人骨折的护理	64
第三节 老年人衰弱综合征的护理	68
第七章 肾脏疾病护理	73
第一节 老年人慢性肾脏病的护理	73
第二节 老年人尿失禁的护理	76

第三节 老年透析患者的护理	79
第三篇 老年心理健康护理	84
第一章 老年心理健康概述	84
第一节 常见老年心理问题	84
第二节 老年人心理健康评估	85
第三节 老年人心理护理的基本原则	87
第四篇 老年心理干预技术	91
第一章 老年人沟通技巧与心理支持	91
第一节 老年人沟通的重要性	91
第二节 老年人压力管理与放松训练	93
第三节 老年人心理团体疗法与支持小组	94
第二章 特定心理问题的护理	98
第一节 老年抑郁症的护理	98
第二节 老年焦虑症的护理	100
第三节 老年认知障碍的护理	102
第三章 临终关怀与心理支持	107
第一节 临终患者的心理护理	107
第二节 患者家属的心理支持	109
第三节 丧亲家属心理辅导	111
第五篇 综合护理与管理	115
第一章 老年患者的综合护理管理	115
第一节 多重用药管理	115
第二节 慢性病管理与健康教育	116
第三节 老年患者的康复护理	119
第二章 护理质量管理	122
第一节 护理质量评估与改进	122
第二节 风险管理与预防	124
第三章 老年护理服务模式	128
第一节 社区护理与家庭护理	128
第二节 安宁疗护与居家照护	131
参考文献	134

第一篇 老年护理管理基础

第一章 老年医学基础知识

第一节 老年人生理变化

随着年龄的增长，老年人的身体会经历一系列的生理变化。这些变化不仅影响着老年人的日常生活，也对他们的健康状况产生着重要的影响。了解老年人生理变化的特点，有助于我们更好地关爱和照顾老年人，提高他们的生活质量。

一、身体外观的变化

随着年龄的增长，老年人的身体外观会发生明显的变化。皮肤会变得松弛、干燥，皱纹增多。这是由于皮肤中的胶原蛋白和弹性纤维减少，皮下脂肪变薄所致。老年人的皮肤还容易出现色素沉着、老年斑等问题，这与皮肤的代谢功能下降有关。

老年人的头发会逐渐变白、稀疏。这是因为毛囊中的黑色素细胞减少，导致头发失去颜色。头发的生长速度也会变慢，容易脱落。



老年人的身高会逐渐变矮，脊柱会出现弯曲。这是由于骨骼中的钙质流失，导致骨质疏松，脊柱的椎体压缩变形。老年人的体重也会有所变化，一般来说，老年人的体重会逐渐减轻，但也有部分老年人会出现肥胖的问题。

2019

历史机遇 · 打造交流合作基地

Historic Opportunity · Build Communication And Cooperation Bases

· 粤港澳大湾区 · 发展规划纲要

解读2019年新发布《粤港澳大湾区发展规划纲要》

★★★★

大湾区规划 · Introduction

《粤港澳大湾区发展规划纲要》明确了澳门“一个中心、一个平台、一个基地”的三个定位，即：建设世界旅游休闲中心、中国与葡语国家商贸合作服务平台，**打造以中华文化为主流、多元文化共存的交流合作基地。**

It further clarified the three orientations of "one center, one platform and one base" of Macao, namely, to build a world tourism and leisure center, a business and trade cooperation service platform between China and Portuguese-speaking countries, and to build an exchange and cooperation base with Chinese culture as the mainstream and multicultural coexistence.



全球发行 · Publishing worldwide



由于国内自费书没有实际销售，出版社不会实际发行，属于非正式出版物，因此国内自费书绝大部分是属于非正式出版物。国际出版即便在没有销售市场的情况下也可以在海外发行上架。世界上其他地方（包括中国）的读者可以通过海外电商平台进行订购和销售。

Since there is no market for self-funded books in mainland China, mainland publishing houses will not actually issue them, so most of self-funded books in the Mainland are informal publications.



- 呼吸系统基本基础与临床 Fundamentals and clinic of respiratory diseases
- 临床肿瘤护理学 Clinical oncology nursing
- 感染性皮肤病学 Infectious dermatology
- 内分泌系统疾病 Endocrine system disease



- 实用小儿内科学 Practical pediatric internal medicine
- 消化系统疾病诊疗学 Diagnosis and treatment of digestive system diseases
- 现代中医诊断学 Modern diagnostics of traditional chinese medicine
- 皮肤修复与再生 Skin repair and regeneration

出版流程 · Publishing Process

出版流程快速简便，在填写基本信息、签订合同并支付费用后，IBPC将原始内容进行校对、排版及封面设计；在经过多次校对后，提交申请国际书号；可根据实际需求进行印刷和馆藏存档，最后上架发行。全程专人沟通指导，以极高性价比的方式出版属于自己的作品。

The publishing process is simple and convenient, after filling in the basic information, signing the contract and paying the fee, IBPC will conduct proofreading, typesetting and cover design. After multiple proofreading, submit the ISBN application. According to the actual needs, we will arrange printing and collection archiving, and finally put on the shelves and issued.

检索服务 · Retrieval Service

IBPC的检索服务可提供出版物国际注册文件及出版物所在地的图书馆检索证明，为作者提供证明文件支撑。同时，优秀图书将推荐至国际数据库中收录，提升出版物的认可度。

IBPC can provide retrieval service including the registration documents and the library search certificate. Meanwhile, excellent books will be recommended for inclusion in authoritative databases to enhance the recognition of publications.

销售协议 · Sales Agreement

作者签订销售合作协议后，IBPC可提供多种上架渠道，包括官网、京东、天猫、亚马逊、当当网等平台，可销售纸质印本与电子图书等形式，并按照合作协议进行利润分成。

After the author signs the sales agreement, IBPC can provide a variety of sales channels, such as the official website, JD & T-mall overseas Purchase, Amazon and other platforms, printed paper and electronic books are available, and the authors share the profits according to the sales agreement.



填写信息
Information Filling



签订合同
Contract Signing



支付费用
Payment



提交书稿
Submitting



内容校对
Proofreading
内容排版
Content Layout
封面设计
Cover Design



申请书号
ISBN Apply



印刷出版
Printing



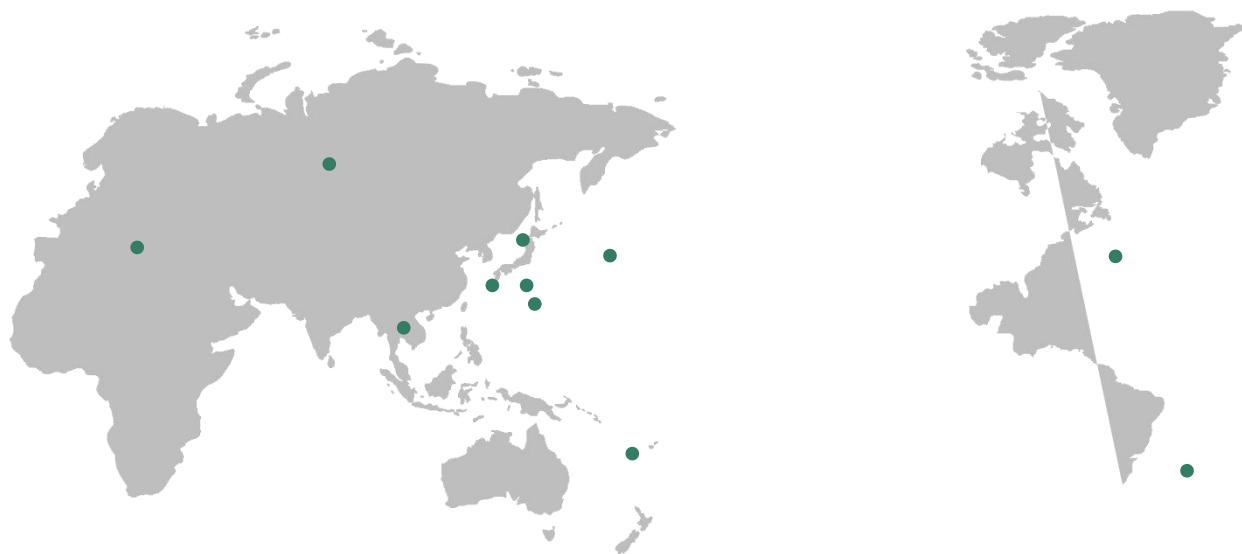
馆藏存档
Archives



上架发行
Publication

澳门科学出版社 MOSP

“以服务青少年及青年科学才俊为己任，
打造国际性的科学技术交流平台”



正规国际出版，首选澳科出版

- 学术著作/个人作品 - 优质
- 中华“强国文化”输出战略 - 翻译后国际出版
- 数字教材 - 教材出书 & 数字化媒体上线

所有优质内容，均可申请出版减免资助。

所有澳门本土内容，均可申请出版减免资助；

澳门总部

电话：0853-62961666（澳门）

邮件：book@mospbs.com

地址：中国澳门南湾大马路恒昌大厦F座11楼

网址：www.mospbs.com（英文）| moaj.mospbs.com（中文）

特别提醒：MOSP所有业务均有出版社的正规盖章合同，
若有任何疑问，可联系出版社编辑确认。