

Debreceni Egyetem
Egészségügyi Kar
Egészségügyi Kari Jegyzetek 17.

Gerontológia

Főszerkesztő
Dr. Semsei Imre

2. Javított kiadás

Debreceni Egyetem
Egészségügyi Kar

Nyíregyháza, 2011
Debreceni Egyetem, Egészségügyi Kar
Egészségügyi Kari Jegyzetek 17.

Gerontológia

Főszerkesztő: Dr. Semsei Imre

Szerzők: Balaskó Márta dr., Balassa Katalin dr., Bakó Gyula prof., Blaskovich Erzsébet dr., Boga Bálint dr., Csernáthné Kárádi Erzsébet, Csiba László prof., Csikai, Ellen dr., Darvas Katalin prof., Demeter Judit prof., Égerházy Anikó dr., Exterdéné Zsurkai Ilona dr., Fábián Gergely dr., Fejérdy Pál prof., Figler Mária prof., Gerő László prof., Goto Sataro prof. emeritus, Halmos Béla dr., Hermann Péter dr., Horkay Irén prof., Horváth Andrea dr., Horváth László dr., Horváth Varga Zsuzsanna, Huszár Judit dr., Iván László prof. emeritus, Jászberényi József dr., Józán Péter dr., Kálmán Anikó dr., Kéry Ágnes prof., Kolozsvári Lajos prof., Küstel Marianna dr., Lakatos Péter prof., Losonczy György prof., Magyar Pál prof., Mészáros Lászlóné, Miheller Pál dr., Miló András, Molnár Péter prof., Nagy Éva dr., Nagy Lajos prof., Nagy Tibor dr., Oberkamp Mária dr., Orosz Mihály prof., Paksy András dr., Papp Géza dr., Patyán László, Pétervári Erika dr., Petrika Erzsébet dr., Pék Győző dr., Radák Zsolt prof., Rozgonyi Ferenc prof., Ruszwurm Andrea dr., Semsei Imre dr., Szalkai Iván dr., Szegedi János dr., Székács Béla prof., Székely Miklós prof., Szilágyi, S. Jean dr., Szirmai Ágnes dr., Tamási Lilla dr., Tóth István dr., Zsuga Judit dr.

A kötetet lektorálta:
Prof. Dr. Iván László

Felelős kiadó:
Dr. Fábián Gergely dékán

Sorozatszerkesztők:
Dr. Semsei Imre, Dr. Kiss János, Dr. Ködmön József

© DE-EK, 2011

Minden jog fenntartva, beleértve a sokszorosítás, a nyilvános előadás, a rádió- és televízióadás, valamint a fordítás jogát, az egyes fejezeteket illetően is.

Nyomdai munkák: Debreceni Egyetemi Kiadó
ISBN xxxxxxxxxxxxxxxx

Tartalomjegyzék

Előszó	7
--------	---

I. GERONTOLÓGIAI ALAPISMERETEK

Bevezetés	8
I. 1. Alapvetések (Dr. Semsei Imre)	11
I. 1. 1. Alapfogalmak	11
I. 1. 2. Alapismeretek	14
I. 1. 2. 1. Az öregedési folyamat jellemzői	14
I. 1. 2. 2. Az öregedési folyamat alapvető tényezői	16
I. 2. Gerontológia a statisztika tükrében	18
I. 2. 1. A lakosság kormegoszlása, öregedésének folyamata (Dr. Paksy András)	18
I. 2. 2. A népesség néhány öregkori demográfiai jellemzője (Dr. Józán Péter)	30
I. 3. A gerontológia rendszerszemlélete és gyakorlata (Dr. Iván László)	37

II. BIOGERONTOLÓGIA

II. 1. Biogerontológiai alapvetések (Dr. Semsei Imre)	49
II. 2. Elméleti gerontológia (Dr. Semsei Imre)	52
II. 2. 1. Öregedési elméletek	52
II. 2. 2. Az öregedés egyesített elmélete	57
II. 3. Kísérletes gerontológia	71
II. 3. 1. A magyar gerontológia rövid története (Dr. Semsei Imre)	71
II. 3. 2. A kísérletes gerontológia irányzatai (Dr. Semsei Imre)	73
II. 3. 3. Testtömeg, testösszetétel, energetikai folyamatok: változásaik az öregedés során (Dr. Székely Miklós, Dr. Pétervári Erika, Dr. Balaskó Márta)	83
II. 3. 4. A fehérjék és a fehérjemetabolizmus változása az öregedéssel (Dr. Goto Sataro)	90
II. 3. 5. Öregedés és genetika (Dr. Semsei Imre)	100
II. 3. 5. 1. Genetikai meghatározottság	100
II. 3. 5. 2. A génexpresszió változásai	110

II. 4. Geriátria	119
II. 4. 1. Az öregedés és a betegségek (Dr. Semsei Imre)	119
II. 4. 2. Az idős betegek vizsgálata (Dr. Boga Bálint)	123
II. 4. 3. Az időskori elváltozások, betegségek és kezelésük	138
II. 4. 3. 1. Az idegrendszer időskori elváltozásai és betegségei (Dr. Zsuga Judit, Dr. Csiba László)	138
II. 4. 3. 2. Szívérrendszer öregkori változásai, és betegségei (Dr. Székács Béla)	148
II. 4. 3. 3. Az immunrendszer öregedése (Dr. Bakó Gyula)	165
II. 4. 3. 4. Endokrin-anyagcsere betegségek és jellegzetességei időskorban (Dr. Gerő László)	175
II. 4. 3. 5. Az öregedés hatása a légzőrendszerre és betegségeire (Dr. Tamási Lilla, Dr. Losonczy György, Dr. Magyar Pál)	191
II. 4. 3. 6. Csont-izület-kötőszövet időskori eltérései (Dr. Lakatos Péter)	202
II. 4. 3. 7. Gasztroenterológiai megbetegedések időskorban (Dr. Miheller Pál)	212
II. 4. 3. 8. A bőr öregedése (Dr. Horkay Irén)	223
II. 4. 3. 9. Időskori szemészeti problémák (Dr. Kolozsvári Lajos)	235
II. 4. 3. 10. Fül-orr-gégebetegségek időskorban (Dr. Nagy Tibor)	242
II. 4. 3. 11. Az időskori szédülés (Dr. Szirmai Ágnes, Dr. Küstel Marianna)	249
II. 4. 3. 12. Idős kor és vesebetegség (Dr. Szegedi János)	254
II. 4. 3. 13. A szájüreg, az állcsontok és a fogazat jellemző elváltozásai időskorban (Dr. Orosz Mihály, Dr. Fejérdy Pál, Dr. Hermann Péter)	265
II. 4. 3. 14. A vérképzés időskorban, zavarai és betegségei (Dr. Demeter Judit, Dr. Balassa Katalin)	276
II. 4. 3. 15. Az időskori fertőző betegségek (Dr. Rozgonyi Ferenc, Dr. Horváth Andrea)	285
II. 4. 3. 16. Perioperatív szak és műtéti érzéstelenítés idős korban (Dr. Darvas Katalin)	300
II. 4. 3. 17. Geriátriai sebészet és traumatológia (Dr. Papp Géza)	312
II. 4. 4. A gyógyszeres kezelés szempontjai időskorban (Dr. Bakó Gyula)	322

III. PSZICHOGERONTOLÓGIA

III. 1. Gerontopszichológia	335
III. 1. 1. Az időssekkel kapcsolatos attitűdök komplex szemlélete (Dr. Molnár Péter)	335
III. 1. 2. Pozitív modellek az öregedés magatartástudományi és egészségpszichológiai megközelítésében (Dr. Pék Győző)	343
III. 2. Gerontopszichiátria	351
III. 2. 1. Depresszió és szorongás időskorban (Dr. Égerházi Anikó)	351
III. 2. 2. Az időskor pszichiátriája (Dr. Égerházi Anikó)	360

IV. TÁRSADALOMGERONTOLÓGIA

IV. 1. Társadalmi gerontológia	369
IV. 1. 1. Őszülő társadalmak (Dr. Fábián Gergely)	369
IV. 1. 2. Az időspolitika dimenziói (Patyán László)	380
IV. 1. 3. Az idős emberek szociális ellátása (Dr. Horváth László)	394
IV. 2. Szociális gerontológia	403
IV. 2. 1. Ápolás és gondozás	403
IV. 2. 1. 1. Demens időskorúak gondozása (Csenáthné Kárándi Erzsébet)	403
IV. 2. 1. 2. Pszichoszociális módszerek a demencia ápolásában (Dr. Szilagyi, S. Jean)	413
IV. 2. 1. 3. Immobilizációs szindróma (Dr. Ruszwurm Andrea)	419
IV. 2. 2. Életvitel	426
IV. 2. 2. 1. Fejlődés vagy hanyatlás (Horváth Varga Zsuzsanna)	426
IV. 2. 2. 2. Megküzdési stratégia időskorban (Dr. Exterdéné Zsurkai Ilona)	435
IV. 2. 2. 3. Táplálkozás (Dr. Figler Mária)	446
IV. 2. 3. Rehabilitáció	458
IV. 2. 3. 1. Célok és szempontok a geriátriai Rehabilitációban (Dr. Huszár Judit)	458
IV. 2. 3. 2. A geriátriai mozgásszervi rehabilitáció alapelvei (Dr. Halmos Béla)	463
IV. 2. 4. Gero-thanatológia és hospice	472
IV. 2. 4. 1. A gero-thanatológia és a hospice-ellátás idősgyógyászati vonatkozásai (Dr. Iván László, Dr. Blaskovich Erzsébet)	472

IV. 2. 4. 2. A haldokló gondozása hospice által és palliatív gondozással (Dr. Csikai, Ellen)	485
V. PREVENCIÓ - AZ ÖREGEDÉS LASSÍTÁSÁNAK LEHETŐSÉGEI	495
V. 1. Elméleti lehetőségek (Dr. Semsei Imre)	499
V. 2. Prevenció és öregedés	504
V. 2. 1. Az idős kor és a prevenció (Dr. Tóth István)	504
V. 2. 2. Az idősek komplex mozgásprevenciója (Mészáros Lászlóné)	516
V. 3. A mozgás szerepe az öregedés lassításában	523
V. 3. 1. Testedzés és öregedés (Dr. Radák Zsolt)	523
V. 3. 2. Testmozgás és sportolás idős korban (Dr. Petrika Erzsébet)	531
V. 3. 3. A távol keleti mozgásformák hatása, idősebb korban (Sifu Miló András)	540
V. 3. 4. A jóga szerepe az idősödés preveniójában (Dr. Oberkamp Mária)	549
V. 4. A táplálkozásban rejlő lehetőségek	564
V. 4. 1. A táplálkozás szerepe az öregedés preveniójában (Dr. Figler Mária)	564
V. 4. 2. A gyógynövények szerepe az öregedéssel járó panaszok preveniójában és terápiájában (Dr. Kéry Ágnes)	573
V. 4. 3. Az ayurvéda dietoterápiája (Dr. Szalkai Iván)	582
V. 5. Gondolkodásunk és öregedésünk kapcsolatai	598
V. 5. 1. Öregedés és a felnőttkori folyamatos tanulás (Dr. Kálmán Anikó)	598
V. 5. 2. Gerontoeducáció (Dr. Jászberényi József)	608
VI. FÜGGELÉKEK	633
VI. 1. A fejezetek szerzői	633
VI. 2. Tárgymutató	638