**СТУДЕНТАМ! СДЕЛАТЬ КОНСПЕКТ В ТЕТРАДИ!**

**ПМ 01 МДК 01 Здоровый человек и его окружение.**

**Раздел. Лица пожилого и старческого возраста**

**Тема: «Основы геронтологии и гериатрии»**

**План:**

1.Понятие о науке

2.Классификация возраста

3.Типы возрастных изменений

4.Долголетие

5.Теория старения

6.Организация гериатрической службы

**Геронтология** – (от.лат. geron –старый, logos-наука) – наука о закономерности старения живых существ. в том числе человека.

**Гериатрия** – (geron-старый; jatres-лечение) – наука об особенностях течения болезней в старческом возрасте.

**Витаукт**– это наука о продлении жизни.

Разделы геронологии:

* ***Геригигиена -*** гигиена людей старческого возраста
* ***Геронтопсихология*** – изучает психологию пациентов старческого возраста

***Геронтология*** – наука фундаметальная, изучает механизмы старения организма, эта наука социального т.к. изучает взаимодействие пожилого человека с обществом, а также это наука имеет следующие методы изучения.

**Методы изучения геронтологии:**

1. Клинические методы (жалобы, осмотр, пальпация, перкуссия, аускультация, и т.д)
2. Биологические методы
3. Биохимические методы
4. Биофизические методы
5. Физиологические методы

**Классификация возрастных периодов по ВОЗ**

1. до 1 года-младенчество
2. до 4 лет-дошкольный
3. от 6-14 лет-школьный
4. от 15-24-юношеский
5. от 25-44-наибольшей активности
6. от 45-64-средний возраст
7. 65-74-ранний период старости
8. Более 75 лет-старость

Пожилые – от 60-75 лет

Долгожители – дожившие до 90 лет и более.

**3 типа возрастных изменений**

**I тип** Характеризуется понижением функции органов (уменьшение сократительной функции миокарда, уменьшение активности ферментов пищеварительных желез)

**II тип** Отсутствие изменений показателей (сахар крови, морфологический состав крови)

**III тип** Увеличение показателей (повышение количества гормонов гипофиза).

Для старости характерны следующие признаки – ***гетеротопность*** – различные органы в организме стареют неодинаково. Кожа стареет быстрее, чем другие внутренние органы.

**Гетерокинетичность** – органы стареют с различной скоростью (седина, климакс и т.д.)

**Гетерокатефтентность**– разнонаправленность возрастных изменений клеток.

Преждевременное старение – факторы влияющие на преждевременное старение:

* внутренние
* внешнее

Внутренние –наследственность, болезни (гипотериоз, сахарный диабет, туберкулез, язвенная болезнь, синдром хронической усталости)

Внешние – экология, неполноценное питание, психические травмы.

**Прогерия** – синдром преждевременной старости (появляются морщины, седина, облысение, невысокий рост, выпадение зубов, остеопороз и т.д). Прогерия у детей развивается от 5-8 мес., от3-4 лет, от 13лет, взрослых от 30-40 лет. Чаще синдром прогерии проявляется у мужчин (остеопороз, диабет, нарушение полового развитие, низкорослость).

***Что влияет на долголетие?***

Отрицательные факторы – вредные привычки, плохая экология, прием лекарственных препаратов, работа на вредном производстве, избыточный вес, наследственность.

Положительные факторы– удовлетворение трудом, положительные эмоции.

**Теория долголетия**

1. Гипотеза износа. Основатель Рубнер – энергия в организме истощается с возрастом.
2. Нейрогуморальная теория или нейроэндокринная
3. Иммунная теория
4. Молекулярно-генетическая. В ее основе лежит генная теория.

**Различают следующие виды возрастов:**

1.Биологический возраст – это показатель уровня износа структуры, функции организма.

Таблицы для определения биологического возраста:

Антропометрические данные (АД, ЖЕЛ, ЧДД,ЧСС, острота слуха, острота зрения, ОАК, ОАМ,ЭКГ, функциональные пробы и т.д.

Если показатели превышают данные таблицы на 5 лет – это хорошо.

Если меньше – признаки преждевременного старения.

2.Календарный возраст – характеризуется единицей времени (дата рождения и дата смерти)

3. Функциональный возраст – определяется качество жизни, работоспособную и познавательную деятельность, эмоциональную сферу.

4. Психологический возраст – характеризует состояние психики

Структура геронтологической службы:

1.здоровые люди

2.практически здоровые люди (подлежат осмотру 1р/год)

3. хронические заболевания без осложнений

4.хронические заболевания с осложнениями (подлежат осмотру 1р/3мес)

5.больные с декомпенсацией, все инвалиды, одинокие, престарелые люди. (подлежат осмотру 1р/мес)

Структура геронтологических служб:

1.Участковая служба

2.Домашний стационар

3. Дневные стационары в поликлинике

4.Геронтологические палаты

5.Геронтологические центры

6.Интернаты для тех. кто может себя обслуживать и для тех, кто частично себя обслуживает, психиатрические больницы.

7. Хосписы

8.Красный крест

9.Социальная служба включает в себя социальные центры и социальных работников.