

Balaskó Márta dr.  
Balassa Katalin dr.  
Bakó Gyula prof.  
Blaskovich Erzsébet dr.  
Boga Balint dr.  
Csernáné Kárádi Erzsébet  
Csiba László prof.  
Csikó, Ellen L. dr.  
Darvas Katalin prof.  
Demeter Judit prof.  
Egerházy Anikó dr.  
Esterházy Zsuzsanna dr.  
Fábón György dr.  
Fajódy Pál prof.  
Fígler Mária prof.  
Gerő László prof.  
Goto Sataro prof. emerítus  
Halmos Béla dr.  
Hermann Péter dr.  
Horváth Irén prof.  
Horváth Andrea dr.  
Horváth László dr.  
Horváth Varga Zsuzsanna  
Huszár Judit dr.  
Iván László prof. emerítus  
Jozsa 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  
Mheiser Pál dr.  
Mikó András  
Molnár Péter prof.  
Nagy Éva dr.  
Nagy Lajos prof.  
Nagy Tibor dr.  
Orosz Mihály prof.  
Paksy András dr.  
Paop Géza dr.  
Pályán László  
Pétervári Erika dr.  
Petinka Erzsébet dr.  
Pók György dr.  
Radák Zsolt prof.  
Rózgonyi Ferenc prof.  
Ruszwurm Andrea dr.  
Semsei Imre dr.  
Szegeő János dr.  
Székács Béla prof.  
Székely Mária prof.  
Szilágyi, S. Jean dr.  
Szirmai Ágnes dr.  
Tamási Lilla dr.  
Tóth István dr.  
Zsuga Judit dr.

*EGÉSZSÉGÜGYI  
KARI  
JEGYZETEK 15.*

# *Gerontológia*

*Dr. Semsei Imre  
főszerkesztő*

*DEBRECENI EGYETEM  
EGÉSZSÉGÜGYI KAR  
Nyíregyháza, 2008.*

Nyíregyháza, 2008  
Debreceni Egyetem, Egészségügyi Kar  
Egészségügyi Kari Jegyzetek 15.

## **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., Fábíán 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, 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., 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., 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. Kalapos István dékán

Sorozatszerkesztők:  
Dr. Kalapos István, Dr. Fábíán Gergely, Takács Péter

© DE-EK, 2008

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

Nyomdai előkészítés: VTP Bt. – Nyíregyháza  
Nyomdai munkák: Start Nyomda, Nyíregyháza

# Tartalomjegyzék

Előszó	7
<b>I. Gerontológiai alapismeretek</b>	
Bevezetés	8
I. 1. Alapvetések (Dr. Semsei Imre)	11
I. 1. 1. Alapfogalmak	11
I. 1. 2. Alapismeretek	12
I. 1. 2. 1. Az öregedési folyamat jellemzői	12
I. 1. 2. 2. Az öregedési folyamat alapvető tényezői	14
I. 2. Gerontológia a statisztika tükrében	16
I. 2. 1. A lakosság kor megoszlása, öregedésének folyamata (Dr. Paksy András)	16
I. 2. 2. A népesség néhány öregkori demográfiai jellemzője (Dr. Józán Péter)	28
I. 3. A gerontológia rendszerszemlélete és gyakorlata (Dr. Iván László)	35
<b>II. Biogerontológia</b>	
II. 1. Biogerontológiai alapvetések (Dr. Semsei Imre)	47
II. 2. Elméleti gerontológia (Dr. Semsei Imre)	51
II. 2. 1. Öregedési elméletek	51
II. 2. 2. Az öregedés egyesített elmélete	56
II. 3. Kísérletes gerontológia	70
II. 3. 1. A magyar gerontológia rövid története (Dr. Semsei Imre)	70
II. 3. 2. A kísérletes gerontológia irányzatai (Dr. Semsei Imre)	72
II. 3. 3. Testtömeg, testösszetétel, energetikai folyamatok: változásaik az öregedés során (Dr. Székely Miklós, Dr. Pétervári Erika, Dr. Balaskó Márta)	82
II. 3. 4. A fehérjék és a fehérjemetabolizmus változása az öregedéssel (Dr. Goto Sataro)	89
II. 3. 5. Öregedés és genetika (Dr. Semsei Imre)	99
II. 3. 5. 1. Genetikai meghatározottság	99
II. 3. 5. 2. A génexpresszió változásai	109
II. 4. Az öregedés és a betegségek (Dr. Semsei Imre)	118

### III. Geriátria

III. 1. Az idős betegek vizsgálata (Dr. Boga Bálint)	122
III. 2. Az időskori elváltozások, betegségek és kezelésük	137
III. 2. 1. Az idegrendszer időskori elváltozásai és betegségei (Dr. Zsuga Judit, Dr. Csiba László)	137
III. 2. 2. Szívérrendszer öregkori változásai, és betegségei (Dr. Székács Béla)	147
III. 2. 3. Az immunrendszer öregedése (Dr. Bakó Gyula)	164
III. 2. 4. Endokrin-anyagcsere betegségek és jellegzetességei időskorban (Dr. Gerő László)	174
III. 2. 5. Az öregedés hatása a légzőrendszerre és betegségeire (Dr. Tamási Lilla, Dr. Losonczy György, Dr. Magyar Pál)	190
III. 2. 6. Csont-izület-kötőszövet időskori eltérései (Dr. Lakatos Péter)	201
III. 2. 7. Gasztroenterológiai megbetegedések időskorban (Dr. Miheller Pál)	211
III. 2. 8. A bőr öregedése (Dr. Horkay Irén)	222
III. 2. 9. Időskori szemészeti problémák (Dr. Kolozsvári Lajos)	234
III. 2. 10. Fül-orr-gégebetegségek időskorban (Dr. Nagy Tibor)	241
III. 2. 11. Az időskori szédülés (Dr. Szirmai Ágnes, Dr. Küstel Marianna)	248
III. 2. 12. Idős kor és vesebetegség (Dr. Szegedi János)	253
III. 2. 13. A szájüreg, az állcsontok és a fogazat jellemző elváltozásai időskorban (Dr. Orosz Mihály, Dr. Fejérdy Pál, Dr. Hermann Péter)	264
III. 2. 14. A vérképzés időskorban, zavarai és betegségei (Dr. Demeter Judit, Dr. Balassa Katalin)	275
III. 2. 15. Az időskori fertőző betegségek (Dr. Rozgonyi Ferenc, Dr. Horváth Andrea)	284
III. 2. 16. Perioperatív szak és műtéti érzéstelenítés idős korban (Dr. Darvas Katalin)	299
III. 2. 17. Geriátriai sebészet és traumatológia (Dr. Papp Géza)	311
III. 3. A gyógyszeres kezelés szempontjai (Dr. Nagy Lajos)	321

## **IV. Szociális gerontológia**

IV. 1. Gerontopszichológia	322
IV. 1. 1. Az idősekkel kapcsolatos attitűdök komplex szemlélete (Dr. Molnár Péter)	322
IV. 1. 2. Pozitív modellek az öregedés magatartástudományi és egészségpszichológiai megközelítésében (Dr. Pék Győző)	330
IV. 1. 3. Depresszió és szorongás időskorban (Dr. Égerházi Anikó)	338
IV. 1. 4. Az időskor pszichiátriája (Dr. Égerházi Anikó)	347
IV. 2. Az idősödés társadalompolitikai vonatkozásai	356
IV. 2. 1. Őszülő társadalmak (Dr. Fábián Gergely)	356
IV. 2. 2. Az időspolitika dimenziói (Patyán László)	367
IV. 2. 3. Az idős emberek szociális ellátása (Dr. Horváth László)	381
IV. 3. Az idős betegek ápolása és gondozása	390
IV. 3. 1. Ápolás és gondozás	390
IV. 3. 1. 1. Demens időszerűak gondozása (Csenáthné Kárándi Erzsébet)	390
IV. 3. 1. 2. Pszichoszociális módszerek a demencia Ápolásában (Dr. Szilagyi, S. Jean)	400
IV. 3. 1. 3. Immobilizációs szindróma (Dr. Ruszwurm Andrea)	406
IV. 3. 2. Életvitel	413
IV. 3. 2. 1. Fejlődés vagy hanyatlás (Horváth Varga Zsuzsanna)	413
IV. 3. 2. 2. Megküzdési stratégia időskorban (Dr. Exterdéné Zsurkai Ilona)	422
IV. 3. 2. 3. Táplálkozás (Dr. Figler Mária)	433
IV. 3. 3. Rehabilitáció	445
IV. 3. 3. 1. Célok és szempontok a geriátriai Rehabilitációban (Dr. Huszár Judit)	445
IV. 3. 3. 2. A geriátriai mozgásszervi rehabilitáció alapelvei (Dr. Halmos Béla)	450
IV. 3. 4. Gero-thanatológia és hospice	459
IV. 3. 4. 1. A gero-thanatológia és a hospice-ellátás idősgyógyászati vonatkozásai (Dr. Iván László, Dr. Blaskovich Erzsébet)	459
IV. 3. 4. 2. A haldokló gondozása hospice által és palliatív gondozással (Dr. Csikai, Ellen)	472

## **V. Prevenció - az öregedés lassításának lehetőségei**

V. 1. Elméleti lehetőségek (Dr. Semsei Imre)	486
V. 2. Prevenció és öregedés	491
V. 2. 1. Az idős kor és a prevenció (Dr. Tóth István)	491
V. 2. 2. Az idősek komplex mozgásprevenciója (Mészáros Lászlóné)	503
V. 3. A mozgás szerepe az öregedés lassításában	510
V. 3. 1. Testedzés és öregedés (Dr. Radák Zsolt)	510
V. 3. 2. Testmozgás és sportolás idős korban (Dr. Petrika Erzsébet)	518
V. 3. 3. A távol keleti mozgásformák hatása, idősebb korban (Sifu Miló András)	527
V. 4. A táplálkozásban rejlő lehetőségek	536
V. 4. 1. A táplálkozás szerepe az öregedés preveniójában (Dr. Figler Mária)	536
V. 4. 2. A gyógynövények szerepe az öregedéssel járó panaszok preveniójában és terápiajában (Dr. Kéry Ágnes)	545
V. 5. Gondolkodásunk és öregedésünk kapcsolatai	554
V. 5. 1. Öregedés és a felnőttkori folyamatos tanulás (Dr. Kálmán Anikó)	554

## **VI. Függelékek**

### **VI. 1. A fejezetek szerzői**

### **VI. 2. Tárgymutató**