

WIRGINIA CYTOWICZ-KARPIŁOWSKA
BARBARA KAZIMIERSKA
AGNIESZKA CYTOWICZ

POSTĘPOWANIE USPRAWNIAJĄCE W GERIATRII

PODSTAWY, WSKAZANIA, PRZECIWWSKAZANIA



ALMAMER
WYŻSZA SZKOŁA EKONOMICZNA

15 lat

WARSZAWA 2009

Recenzenci

Dr hab. n. med. prof. AWF Janusz Domaniecki

Prof. zw. dr hab. n. med. Jerzy Grossman

Autorzy składają serdeczne podziękowania

Pani Dyrektor mgr Barbarze Kaczmarskiej, Pracownikom oraz Pensjonariuszom Zakładu
Opiekuńczo-Leczniczego Samodzielnego Zakładu Opieki Zdrowotnej przy ul. Mehoffera w Warszawie
za życzliwość i pomoc przy powstawaniu niniejszej publikacji

Redakcja i korekta

Joanna Warecka

Opracowanie techniczno-graficzne

Beata Kocój

Projekt okładki

Tomasz Fabiański

ALMAMER Wyższa Szkoła Ekonomiczna

01-201 Warszawa, ul. Wolska 43

www.almamer.pl

© Copyright by ALMAMER Wyższa Szkoła Ekonomiczna, Warszawa 2009

ISBN 978-83-60197-85-1

Druk i oprawa

Zakład Wydawniczy DrukTur

01-201 Warszawa, ul. Wolska 43

tel./fax 022 321 85 03

e-mail: wydawnictwo@druktur.com.pl

Spis treści

Wstęp	5
1. <i>Charakterystyka procesu starzenia</i>	9
Zmiany w narządach charakterystyczne dla okresu starości	12
Zmiany w układzie krążenia	13
Zmiany w układzie oddechowym	13
Zmiany w aparacie ruchu	14
Zmiany w układzie nerwowym	18
Wielochorobowość	18
2. <i>Choroby najczęściej występujące u osób starszych</i>	19
Układ sercowo-naczyniowy	19
Choroba nadciśnieniowa	19
Postępowanie usprawniające	21
Choroba niedokrwienności serca (CHNS)	21
Postępowanie usprawniające	22
Przewlekła niewydolność serca (PNS)	23
Postępowanie usprawniające	25
Miażdżyca zarostowa tętnic kończyn dolnych	25
Postępowanie usprawniające	26
Cukrzyca	28
Postępowanie usprawniające	29
Choroby aparatu ruchu	29
Zmiany zwyrodnieniowo-wytwórcze	30
Postępowanie usprawniające	30
Osteoporoza starcza	31
Postępowanie usprawniające	32
Reumatoidalne zapalenie stawów (rzs)	33

Postępowanie usprawniające	33
Zesztywniające zapalenie stawów kręgosłupa (zszk)	35
Postępowanie usprawniające	35
Inne schorzenia i problemy wieku starczego	38
Choroba zakrzepowo-zatorowa	38
Postępowanie usprawniające	38
Udar mózgu	39
Postępowanie usprawniające	39
Choroba Parkinsona	42
Postępowanie usprawniające	42
Depresja	43
Otępienie (demencja)	44
Postępowanie usprawniające	45
Upośledzenie sprawności zmysłów wzroku i słuchu	46
Nietrzymanie kału i moczu	46
Upadki	47
Postępowanie usprawniające	50
Odleżyny	52
Profilaktyka przeciwoleżynowa i postępowanie usprawniające	55
3. <i>Specyfika postępowania usprawniającego w geriatricii.</i>	57
Wskazówki metodyczne	61
Pozycje ułożeniowe w różnych stanach chorobowych	65
Leżenie tyłem po udarze	65
Niewydolność układu krążenia	68
Niewydolność oddechowa	69
Przemieszczanie chorego	69
Asekuracja w czasie chodu	73
4. <i>Badania klinimetryczne osób w starszym wieku</i>	77
Całościowa Ocena Geriatriczna (COG)	77
Skrócony Test Sprawności Umysłowej wg Hodgkinsona (AMTS – Abbreviated Mental Test Score)	78
Skala Oceny Podstawowych Czynności w Życiu Codziennym (Skala Katza; ADL – Activities of daily living)	80
Skala Oceny Równowagi i Chodu	81
Skala Oceny Złożonych Czynności Życia Codziennego (Skala Lawtona, IADL)	85
Geriatriczna Skala Oceny Depresji	87
Wskaźnik funkcjonalny „RETPY”.	89
Skala Oxford	91
Test Folsteina	92
Kwestionariusz oceny stanu psychicznego wg E. Pfeiffera	93
Bibliografia	95
Spis rycin	99
Spis tabel	101