

# 노인과 질병

**\* 병과 노환은 구분되어야 한다.**  
여기에는 전문의의 체크가 필요!

- 노인은 겉으로는 건강해 보여도 나이가 들면 누구에게나 다음과 같은 변화가 나타난다.

- 이때는 나이탓인지 병때문인지 구분이 잘 안가는 경우가 보통.

- 건강검사를 통한 체크가 꼭 필요한 때이다.

근육의 노화  
관절이 굳어짐  
쉽게 피로함  
야간 화장실 출입



## \* 노인병의 특징

① 특별한 증상없이 알지 못하는 사이에 시작된다.

② 여러가지 질병이 합쳐진 경우가 많다.

③ 병의 경과가 길고 감기에 걸려도 잘 낫지 않는다.

④ 만성병이 대부분이다.

⑤ 체력이 떨어지면 회복이 늦는다.

⑥ 운동능력이 떨어진다.

⑦ 병이 나면 드러내기 쉽다.

⑧ 입원 등 환경 변화가 병태에 영향을 준다.

⑨ 때로는 생각지도 않은 병태로의 급변이 있다.

**\* 가족들의 논의와 합심으로, 병을 잘 관리해 나가도록 한다.**

- 대부분의 만성질환은 오늘날의 발달된 의학으로도 치료되지 않는다.

- 만성질환이 되면, 다소 결함이 있는 중고차를 다루듯이 주의해서 운전해야 한다.

- 즉 병을 잘 관리하면서 일상 생활을 해야 한다.

- 또 병이 있다고 해서 일생을 입원하고 있을 필요는 없다.

- 가족의 사랑 속에서 합병증을 일으키지 않도록 주의하는 것이 가장 이상적이다.

- 병은 가정에서 치료하는 것이 기본이다.



**\* '눅는' 일은 최소한으로 줄인다.**

- 안정을 위해 눅는 일이 필요한 경우는 극히 드물다.

- 예를 들면 폐렴, 기관지염, 급성 감염증으로 인한 발열, 심장 발작 후 안정이 필요한 시기, 뇌졸중 발작 직후 등은 눅는 일이 필요하다.

- 이외의 경우나 증상이 호전되었을 때는 가능한한 침상을 벗어나 낮에는 잠옷 대신 실내복을 입고 보통의 생활에 접근하도록 한다.