

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۲۳	فصل اول: سالمند شدن جمعیت.....
۲۴	۱-۱- مقدمه.....
۲۸	۲-۱- سالمندی چیست؟.....
۲۸	۳-۱- علم سالمندشناسی و دیدگاه‌های رایج در مورد سالمندی.....
۲۹	۱-۳-۱- دیدگاه اول - سالمندی از دیدگاه زیست‌شناختی.....
۳۰	۲-۳-۱- دیدگاه دوم- سالمندی از دیدگاه علوم اجتماعی.....
۳۱	۳-۳-۱- دیدگاه سوم- سالمندی از دیدگاه روانشناختی.....
۳۲	۴-۳-۱- دیدگاه چهارم- سالمندی از دیدگاه تقویمی.....
۳۲	۴-۱- فرایند سالمندی.....
۳۵	منابع.....
۳۷	فصل دوم: جمعیت‌شناسی و تغییر جمعیت سالمندان در جامعه.....
۳۸	۱-۲- گذار جمعیتی.....
۳۸	۲-۲- پیر شدن جمعیت.....
۳۹	۳-۲- بررسی تحلیلی ویژگی‌های جمعیتی و اقتصادی -اجتماعی سالمندان کشور.....
۴۰	۴-۲- ترکیب سنی.....
۴۲	۵-۲- شاخص سالخوردگی جمعیت.....
۴۲	۶-۲- نسبت جنسی.....
۴۳	۷-۲- نسبت حمایت بالقوه.....
۴۳	۸-۲- نرخ رشد جمعیت سالمندان.....
۴۴	۹-۲- نسبت وابستگی.....
۴۴	۱۰-۲- وضعیت سواد.....
۴۵	۱۱-۲- وضعیت اشتغال.....
۴۶	۱۲-۲- معلولیت.....

منابع.....	۴۷
فصل سوم: سالمندی جمعیت و بار بیماری‌ها.....	۴۹
۱-۳- روند تغییرات جمعیتی و سالمندان در ساختار فعلی.....	۵۰
۲-۳- سالمندی جمعیت و نظام سلامت.....	۵۱
۳-۳- بار بیماری‌ها در دوره سالمندی.....	۵۱
۱-۳-۳- پرفشاری خون.....	۵۶
۲-۳-۳- بیماری‌های قلبی عروقی.....	۵۷
۳-۳-۳- آلزایمر.....	۵۸
۴-۳-۳- سرطان‌ها.....	۵۸
۵-۳-۳- دیابت.....	۵۹
۴-۳- سالمندی و هزینه‌های سلامت.....	۵۹
۵-۳- نتیجه‌گیری.....	۶۱
منابع.....	۶۳
فصل چهارم: نظریه‌های سالمندی.....	۶۵
۱-۴- مقدمه.....	۶۶
۲-۴- نظریه‌های زیست‌شناختی.....	۶۷
۳-۴- نظریه‌های برنامه‌ریزی نشده.....	۶۸
۱-۳-۴- نظریه ایمنی و خود ایمنی.....	۶۸
۲-۳-۴- نظریه پیر شدن سلولی.....	۶۹
۳-۳-۴- نظریه محدودیت عمر سلول‌های بدن.....	۷۰
۴-۳-۴- نظریه فرسودگی.....	۷۰
۵-۳-۴- نظریه اتصالات متقاطع.....	۷۰
۶-۳-۴- نظریه رادیکال‌های آزاد.....	۷۱
۷-۳-۴- نظریه تلومراز.....	۷۳
۸-۳-۴- نظریه هورمون‌ها.....	۷۴

- ۷۴ ۹-۳-۴ - نظریه فرآورده‌های غیرقابل استفاده.....
- ۷۴ ۱۰-۳-۴ - نظریه مواد دفعی سلولی.....
- ۷۵ ۱۱-۳-۴ - نظریه میتوکندری‌های معیوب.....
- ۷۵ ۱۲-۳-۴ - نظریه ازدیاد خطاها.....
- ۷۵ ۴-۴ - نظریه‌های برنامه‌ریزی شده.....
- ۷۶ ۱-۴-۴ - نظریه ژنی.....
- ۷۶ ۲-۴-۴ - نظریه جهش ژنی.....
- ۷۷ ۵-۴ - نظریه‌های روان‌شناختی سالمندی.....
- ۷۷ ۱-۵-۴ - نظریه روانی - اجتماعی اریکسون.....
- ۸۰ ۲-۵-۴ - نظریه روبرت هاویگ هرست.....
- ۸۲ ۳-۵-۴ - الگوی پیری کلاسیک.....
- ۸۲ ۴-۵-۴ - ذخیره شناختی و شکل‌پذیری (پلاستیسیته) شناختی.....
- ۸۲ ۵-۵-۴ - اثر مثبت بودن - مثالی از استراتژی شناختی.....
- ۸۳ ۶-۵-۴ - انتخاب عاطفی - اجتماعی.....
- ۸۴ ۷-۵-۴ - بهینه‌سازی انتخابی با جبران خسارت.....
- ۸۵ ۶-۴ - نظریه‌های جامعه‌شناختی.....
- ۸۶ ۱-۶-۴ - نظریه عدم تعهد.....
- ۸۷ ۲-۶-۴ - نظریه فعالیت.....
- ۸۹ ۳-۶-۴ - نظریه استمرار.....
- ۹۰ ۴-۶-۴ - نظریه تعاملی.....
- ۹۰ ۵-۶-۴ - نظریه افراد سالمند به عنوان خرده‌فرهنگ.....
- ۹۱ ۶-۶-۴ - سالمندی و مدرنیزاسیون.....
- ۹۳ ۷-۶-۴ - نظریه کنش متقابل نمادین.....
- ۹۳ ۸-۶-۴ - نظریه تبادل.....
- ۹۴ ۹-۶-۴ - نظریه بازسازی اجتماعی.....
- ۹۵ ۷-۴ - کدام نظریه صحیح است؟.....

منابع..... ۹۶

فصل پنجم: تغییرات زیست‌شناختی سیستم‌های مختلف بدن در دوران سالمندی. ۹۷

۱-۵- سیستم پوششی..... ۹۸

۱-۱-۵- پوست..... ۹۹

۲-۱-۵- اپیدرم..... ۹۹

۳-۱-۵- درم..... ۱۰۰

۴-۱-۵- هایپودرم..... ۱۰۰

۵-۱-۵- مو..... ۱۰۱

۶-۱-۵- ناخن..... ۱۰۱

۲-۵- تغییرات مرتبط با سن در پوست..... ۱۰۱

۱-۲-۵- تغییرات اپیدرمی..... ۱۰۲

۲-۲-۵- تغییرات درمی..... ۱۰۳

۳-۲-۵- تغییرات هایپودرم..... ۱۰۵

۳-۵- تغییرات مرتبط با سن در مو..... ۱۰۵

۴-۵- تغییرات مرتبط با سن در ناخن‌ها..... ۱۰۵

۵-۵- سیستم عصبی..... ۱۰۶

۱-۵-۵- سیستم عصبی مرکزی..... ۱۰۶

۲-۵-۵- تغییرات مرتبط با سن در سیستم عصبی..... ۱۰۶

۶-۵- سیستم اسکلتی-عضلانی..... ۱۰۹

۱-۶-۵- تغییرات وابسته به سن در سیستم اسکلتی..... ۱۱۱

۷-۵- سیستم عضلانی..... ۱۱۲

۱-۷-۵- تغییرات وابسته به سن در سیستم عضلانی..... ۱۱۳

۸-۵- سیستم ایمنی..... ۱۱۳

۱-۸-۵- تغییرات وابسته به سن در سیستم ایمنی..... ۱۱۵

۹-۵- سیستم ادراری..... ۱۱۵

- ۱۱۷-۵-۹-۱- تغییرات مرتبط با سن در سیستم ادراری.....
- ۱۱۸-۵-۱۰-۱- سیستم تنفسی.....
- ۱۲۱-۵-۱۰-۱- تغییرات مرتبط با سن در سیستم تنفسی.....
- ۱۲۳-۵-۱۱-۱- سیستم گوارشی.....
- ۱۲۵-۵-۱۱-۱- تغییرات مرتبط با سن در سیستم گوارشی.....
- ۱۲۵-۵-۱۱-۱-۱- دهان.....
- ۱۲۶-۵-۱۱-۱-۲- مری.....
- ۱۲۶-۵-۱۱-۱-۳- معده.....
- ۱۲۶-۵-۱۱-۱-۴- روده کوچک.....
- ۱۲۷-۵-۱۱-۱-۵- روده بزرگ.....
- ۱۲۷-۵-۱۱-۱-۶- کبد، کیسه صفرا و لوزالمعده.....
- ۱۲۷-۵-۱۲-۱- سیستم قلبی-عروقی.....
- ۱۲۸-۵-۱۲-۱- تغییرات وابسته به سن در سیستم قلبی-عروقی.....
- ۱۲۸-۵-۱۲-۲- تغییرات ساختاری مرتبط با سن.....
- ۱۳۰-۵-۱۲-۳- تغییرات عملکردی مرتبط با سن.....
- ۱۳۲-۵-۱۳-۱- سیستم غدد درون‌ریز.....
- ۱۳۳-۵-۱۳-۱- تغییرات وابسته به سن در سیستم غدد درون‌ریز.....
- ۱۳۴-۵-۱۳-۱-۱- غده هیپوفیز.....
- ۱۳۴-۵-۱۳-۱-۲- سالمندی و غده تیروئید.....
- ۱۳۴-۵-۱۳-۱-۳- سالمندی و غدد پاراتیروئید.....
- ۱۳۵-۵-۱۳-۱-۴- سالمندی و غدد فوق کلیوی.....
- ۱۳۵-۵-۱۳-۱-۵- سالمندی و پانکراس.....
- ۱۳۵-۵-۱۴-۱- سیستم تولیدمثل.....
- ۱۳۶-۵-۱۴-۱- تغییرات وابسته به سن.....
- ۱۳۸-۵-۱۴-۲- ساختار و عملکرد سیستم تولیدمثل در مردان.....
- ۱۳۹-۵-۱۴-۳- تغییرات مرتبط با سن در سیستم تناسلی مردان.....

- ۱۳۹-۱۵-۵- سیستم حواس.....
- ۱۴۰-۱-۱۵-۵- تغییرات مرتبط با سن در چشم.....
- ۱۴۰-۱-۱-۱۵-۵- قرنیه.....
- ۱۴۰-۲-۱-۱۵-۵- اتاقتک قدامی (بخشی از فضای حاوی زلالیه چشم که در جلو عنبیه قرار دارد).....
- ۱۴۰-۳-۱-۱۵-۵- عنبیه.....
- ۱۴۱-۴-۱-۱۵-۵- مردمک.....
- ۱۴۱-۵-۱-۱۵-۵- عدسی.....
- ۱۴۱-۶-۱-۱۵-۵- مایع زجاجیه.....
- ۱۴۲-۷-۱-۱۵-۵- شبکیه چشم.....
- ۱۴۲-۲-۱۵-۵- پیامدهای خاص تغییرات بصری مرتبط با سن.....
- ۱۴۳-۳-۱۵-۵- اختلالات مرتبط با سن در سیستم بینایی.....
- ۱۴۳-۱-۳-۱۵-۵- پیرچشمی.....
- ۱۴۳-۲-۳-۱۵-۵- آبسیاه.....
- ۱۴۴-۳-۳-۱۵-۵- آب مروارید.....
- ۱۴۵-۴-۳-۱۵-۵- رتینوپاتی دیابتی.....
- ۱۴۶-۴-۱۵-۵- تغییرات مرتبط با سن در گوش.....
- ۱۴۸-۱-۴-۱۵-۵- وزوز گوش.....
- ۱۴۸-۵-۱۵-۵- سیستم وستیبولار (سیستم دهلیزی).....
- ۱۴۹-۱-۵-۱۵-۵- تغییرات مرتبط با سن در سیستم وستیبولار.....
- ۱۵۰-۲-۵-۱۵-۵- بیماری منیر.....
- ۱۵۰-۶-۱۵-۵- طعم - چشایی.....
- ۱۵۲-۱-۶-۱۵-۵- تغییرات مرتبط با سن در چشایی.....
- ۱۵۴-۷-۱۵-۵- بویایی.....
- ۱۵۴-۱-۷-۱۵-۵- تغییرات مرتبط با سن در حس بویایی.....
- ۱۵۵-۸-۱۵-۵- حس لامسه.....

منابع.....	۱۵۶
فصل ششم: کیفیت زندگی در دوره سالمندی.....	۱۵۷
۱-۶- مفهوم کیفیت زندگی.....	۱۵۸
۲-۶- تعاریف کیفیت زندگی.....	۱۶۰
۳-۶- حیطه‌های کیفیت زندگی.....	۱۶۲
۴-۶- عوامل مؤثر بر کیفیت زندگی.....	۱۶۵
۵-۶- رویکردهای کیفیت زندگی.....	۱۶۵
۶-۶- ابعاد کیفیت زندگی.....	۱۶۷
۷-۶- مدل‌های کیفیت زندگی.....	۱۶۷
۸-۶- سنجش کیفیت زندگی.....	۱۶۸
۹-۶- سنجش کیفیت زندگی اختصاصی سالمندان.....	۱۷۱
۱-۹-۶- پرسشنامه CASP- 19.....	۱۷۱
۲-۹-۶- پرسشنامه OPQOL-35.....	۱۷۱
۳-۹-۶- پرسشنامه WHOQOL-OLD.....	۱۷۲
۴-۹-۶- پرسشنامه WHO-QOL-100.....	۱۷۲
۵-۹-۶- پرسشنامه کیفیت زندگی اروپایی - ۵ بعد - سه سطح.....	۱۷۳
۶-۹-۶- پرسشنامه SF36.....	۱۷۴
۷-۹-۶- پرسشنامه کیفیت زندگی سالمندان - لیپاد.....	۱۷۴
منابع.....	۱۷۵
فصل هفتم: بهداشت روان و مشکلات شایع دوران سالمندی.....	۱۷۹
۱-۷- مقدمه.....	۱۸۰
۲-۷- تغییرات سیستم عصبی مرکزی در سالمندی.....	۱۸۱
۱-۲-۷- تغییرات ساختاری سیستم عصبی مرکزی در سالمندی.....	۱۸۱
۲-۲-۷- تغییرات کارکردی سیستم عصبی مرکزی در سالمندی.....	۱۸۱
۳-۲-۷- تأثیر تغییرات عصب‌شناختی بر حافظه.....	۱۸۱

- ۱۸۳-۳-۷- تغییرات توجه در سالمندی.....
- ۱۸۳-۴-۷- تغییرات زبان و گفتار در سالمندی.....
- ۱۸۳-۵-۷- سایر تغییرات شناختی در سالمندی.....
- ۱۸۳-۶-۷- تغییرات عملکردی و شناختی مغز در دوران سالمندی.....
- ۱۸۵-۷-۷- تغییرات شخصیت و هیجانات سالمندان.....
- ۱۸۹-۸-۷- اختلالات شایع سیستم عصبی در دوران سالمندی.....
- ۱۸۹-۱-۸-۷- دلیریوم.....
- ۱۹۱-۱-۸-۷- عوامل مستعد کننده ایجاد دلیریوم.....
- ۱۹۱-۲-۸-۷- عوامل تشدیدکننده ایجاد دلیریوم.....
- ۱۹۲-۳-۸-۷- راه‌های پیشگیری.....
- ۱۹۳-۲-۸-۷- افسردگی.....
- ۱۹۴-۱-۲-۸-۷- علائم افسردگی در سالمندان.....
- ۱۹۵-۲-۲-۸-۷- عوامل بروز افسردگی.....
- ۱۹۵-۳-۲-۸-۷- تأثیر افسردگی بر حافظه و سایر عملکردهای شناختی.....
- ۱۹۶-۳-۸-۷- اختلالات شناختی خفیف یا فراموشی خوش‌خیم سالمندی.....
- ۱۹۷-۴-۸-۷- زوال عقل (دمانس).....
- ۱۹۸-۱-۴-۸-۷- شایع‌ترین علل زوال عقل.....
- ۱۹۸-۲-۴-۸-۷- علائم بالینی زوال عقل.....
- ۱۹۸-۳-۴-۸-۷- مداخلات آموزشی برای اصلاح شیوه‌ی زندگی به منظور تقویت حافظه و کنترل دمانس در سالمندان.....
- ۱۹۹-۴-۴-۸-۷- نشانه‌های رفتاری و روانشناختی دمانس.....
- ۲۰۰-۵-۸-۷- آلزایمر.....
- ۲۰۱-۱-۵-۸-۷- معیارهای DSM-IV برای آلزایمر.....
- ۲۰۳-۶-۸-۷- بیماری پارکینسون.....
- ۲۰۵-۱-۶-۸-۷- مراحل پارکینسون.....
- ۲۰۶-۷-۸-۷- اختلالات اضطرابی.....

- ۲۰۷ ۸-۸-۷ اختلال اضطراب فراگیر
- ۲۰۸ ۹-۸-۷ اختلال خواب
- ۲۰۸ ۱-۹-۸-۷ تعریف خواب
- ۲۰۸ ۲-۹-۸-۷ کیفیت خواب
- ۲۰۹ ۳-۹-۸-۷ اهمیت خواب
- ۲۰۹ ۴-۹-۸-۷ انواع خواب
- ۲۱۰ ۵-۹-۸-۷ خواب با حرکات سریع چشم (خواب متناقض یا خواب ناهم‌زمان)
- ۲۱۰ ۶-۹-۸-۷ خواب و سالمندی
- ۲۱۱ ۷-۹-۸-۷ اختلال خواب در سالمندان
- ۲۱۲ ۸-۹-۸-۷ علل بی‌خوابی در سالمندان
- ۲۱۲ ۹-۹-۸-۷ آپنه
- ۲۱۳ ۱۰-۹-۸-۷ کژخوابی در سالمندان
- ۲۱۳ ۱۱-۹-۸-۷ درمان کم‌خوابی و بی‌خوابی در دوران سالمندی
- ۲۱۳ ۱۲-۹-۸-۷ بهداشت خواب سالمندان
- ۲۱۶ منابع
- ۲۱۷ فصل هشتم: بیماری‌ها و سندروم‌های شایع دوران سالمندی**
- ۲۱۸ ۱-۸-۱ تعریف اپیدمیولوژی بیماری‌های مزمن
- ۲۲۱ ۲-۸-۱ بیماری‌های قلبی - عروقی
- ۲۲۱ ۱-۲-۸-۱ حمله قلبی
- ۲۲۲ ۲-۲-۸-۱ بیماری عروق کرونر
- ۲۲۲ ۳-۲-۸-۱ آریتمی
- ۲۲۳ ۴-۲-۸-۱ کاردیومیوپاتی
- ۲۲۳ ۵-۲-۸-۱ نارسایی قلبی
- ۲۲۴ ۶-۲-۸-۱ بیماری عروق محیطی
- ۲۲۵ ۷-۲-۸-۱ نارسایی میترا

- ۲۲۶..... ۸-۲-۸- آنژین.....
- ۲۲۶..... ۹-۲-۸- علائم هشداردهنده حمله قلبی.....
- ۲۲۷..... ۱۰-۲-۸- عوامل خطر غیرقابل کنترل در بیماری‌های قلبی و عروقی.....
- ۲۲۷..... ۱۱-۲-۸- عوامل خطر قابل کنترل در بیماری‌های قلبی و عروقی.....
- ۲۲۷..... ۱۲-۲-۸- درمان دارویی بیماری قلبی.....
- ۲۲۸..... ۱۳-۲-۸- افراد در معرض خطر.....
- ۲۲۸..... ۱۴-۲-۸- پیشگیری از بیماری‌های قلبی.....
- ۲۲۹..... ۳-۸- پرفشاری خون.....
- ۲۳۱..... ۱-۳-۸- اندازه‌گیری فشارخون.....
- ۲۳۱..... ۲-۳-۸- علل ایجاد فشارخون بالا.....
- ۲۳۲..... ۳-۳-۸- پیشگیری از بیماری فشارخون.....
- ۲۳۳..... ۴-۳-۸- عوارض فشارخون بالا.....
- ۲۳۴..... ۵-۳-۸- درمان.....
- ۲۳۴..... ۴-۸- دیابت.....
- ۲۳۶..... ۱-۴-۸- دیابت در ایران.....
- ۲۳۷..... ۲-۴-۸- اهمیت تشخیص به موقع دیابت.....
- ۲۳۷..... ۳-۴-۸- انواع دیابت.....
- ۲۳۹..... ۴-۴-۸- عوامل خطر ساز ابتلا به دیابت نوع ۲.....
- ۲۳۹..... ۵-۴-۸- عوارض دیابت.....
- ۲۳۹..... ۱-۵-۴-۸- عوارض میکروواسکولار.....
- ۲۴۰..... ۲-۵-۴-۸- عوارض ماکروواسکولار.....
- ۲۴۱..... ۶-۴-۸- تشخیص.....
- ۲۴۲..... ۷-۴-۸- روش‌های کنترل قند خون.....
- ۲۴۳..... ۱-۷-۴-۸- روش‌های غیر دارویی.....
- ۲۴۵..... ۲-۷-۴-۸- روش‌های دارویی.....
- ۲۴۶..... ۵-۸- سرگیجه.....

- ۲۴۷ ۱-۵-۸- آسیب‌شناسی سرگیجه.
- ۲۴۸ ۲-۵-۸- مدیریت سرگیجه.
- ۲۴۹ ۶-۸- زمین خوردن.
- ۲۵۰ ۱-۶-۸- دلایل زمین خوردن.
- ۲۵۳ ۷-۸- چند دارویی (پلی فارمسی).
- ۲۵۵ ۸-۸- یبوست.
- ۲۵۷ ۹-۸- پوکی استخوان (استئوپروز).
- ۲۶۰ ۱-۹-۸- تشخیص پوکی استخوان.
- ۲۶۰ ۲-۹-۸- پیشگیری از پوکی استخوان و یا جلوگیری از پیشرفت آن.
- ۲۶۰ ۱-۲-۹-۸- ورزش منظم.
- ۲۶۱ ۲-۲-۹-۸- تغذیه مناسب.
- ۲۶۱ ۳-۲-۹-۸- درمان دارویی.
- ۲۶۲ ۱۰-۸- آرتريت.
- ۲۶۲ ۱-۱۰-۸- استئوآرتريت.
- ۲۶۵ ۲-۱۰-۸- آرتريت روماتوئيد.
- ۲۶۷ ۱۱-۸- سرطان.
- ۲۶۸ ۱-۱۱-۸- شایع‌ترین سرطان‌ها.
- ۲۶۸ ۱-۱-۱۱-۸- سرطان ریه.
- ۲۶۹ ۲-۱-۱۱-۸- سرطان کورکتال.
- ۲۷۱ ۳-۱-۱۱-۸- ملانوما (سرطان پوست).
- ۲۷۳ ۴-۱-۱۱-۸- سرطان مثانه.
- ۲۷۳ ۵-۱-۱۱-۸- سرطان دهانه رحم.
- ۲۷۴ ۶-۱-۱۱-۸- سرطان رحم.
- ۲۷۴ ۷-۱-۱۱-۸- سرطان سینه.
- ۲۷۶ ۸-۱-۱۱-۸- سرطان پروستات.
- ۲۷۷ ۱۲-۸- سالمند آزاری.

۲۸۰	۱۳-۸- بیماری‌های عفونی در دوران سالمندی.....
۲۸۲	۱۴-۸- پنومونی.....
۲۸۳	۱-۱۴-۸- تشخیص علائم پنومونی در سالمندان.....
۲۸۴	۲-۱۴-۸- عوامل خطر ساز بیماری پنومونی.....
۲۸۴	۳-۱۴-۸- راه‌های پیشگیری از ابتلا به پنومونی.....
۲۸۵	۴-۱۴-۸- مراقبت‌های مورد نیاز سالمندان مبتلا به پنومونی.....
۲۸۵	۵-۱۴-۸- استراحت، هیدراتاسیون و نظارت دقیق بر سالمند بیمار.....
۲۸۶	۱۵-۸- عفونت‌های ادراری.....
۲۸۶	۱۶-۸- سل ریوی.....
۲۸۷	۱۷-۸- عفونت زخم بستر.....
۲۸۷	۱۸-۸- بی‌اختیاری ادرار.....
۲۸۸	۱-۱۸-۸- علت‌های بی‌اختیاری ادرار در سالمندان.....
۲۸۹	۲-۱۸-۸- دلایل بی‌اختیاری ادرار.....
۲۸۹	۳-۱۸-۸- انواع بی‌اختیاری ادرار.....
۲۹۰	۱-۳-۱۸-۸- بی‌اختیاری فوریتی.....
۲۹۰	۲-۳-۱۸-۸- بی‌اختیاری استرسی.....
۲۹۰	۳-۳-۱۸-۸- بی‌اختیاری ناشی از حجم زیاد ادرار.....
۲۹۱	۴-۳-۱۸-۸- بی‌اختیاری عملکردی.....
۲۹۱	۵-۳-۱۸-۸- بی‌اختیاری ترکیبی.....
۲۹۱	۴-۱۸-۸- ارزیابی کلینیکی در سالمندان با بی‌اختیاری ادراری.....
۲۹۲	۵-۱۸-۸- بررسی و تشخیص بی‌اختیاری ادرار.....
۲۹۲	۶-۱۸-۸- عوامل خطر ساز اختصاصی در ایجاد بی‌اختیاری ادراری در سالمندان.....
۲۹۳	۷-۱۸-۸- درمان بی‌اختیاری ادرار در سالمندان.....
۲۹۴	منابع.....
۲۹۷	فصل نهم: تغذیه در دوران سالمندی.....

۲۹۸	۱-۹- مقدمه
۳۰۱	۲-۹- آب و مایعات بدن
۳۰۲	۳-۹- پروتئین
۳۰۳	۴-۹- کربوهیدرات‌ها و فیبر
۳۰۵	۵-۹- انرژی
۳۰۶	۶-۹- چربی
۳۰۷	۷-۹- ویتامین و مواد معدنی
۳۰۸	۱-۷-۹- ویتامین‌های محلول در آب
۳۰۸	۱-۱-۷-۹- ویتامین B
۳۱۰	۲-۱-۷-۹- ویتامین C
۳۱۰	۲-۷-۹- ویتامین‌های محلول در چربی
۳۱۱	۱-۲-۷-۹- ویتامین A
۳۱۱	۲-۲-۷-۹- ویتامین D
۳۱۲	۳-۲-۷-۹- ویتامین E
۳۱۲	۴-۲-۷-۹- ویتامین K
۳۱۳	۸-۹- مواد معدنی
۳۱۳	۱-۸-۹- کلسیم
۳۱۴	۲-۸-۹- فسفر
۳۱۵	۳-۸-۹- سایر مواد معدنی
۳۱۶	۹-۹- سوء تغذیه
۳۱۷	۱۰-۹- بی‌اشتهایی دوران سالمندی
۳۲۰	منابع
۳۲۱	فصل دهم: ارتقای سلامت سالمندان
۳۲۲	۱-۱۰- مقدمه
۳۲۳	۲-۱۰- ارتقای سلامت

۳۲۴	۳-۱۰- پیشگیری از بیماری‌ها.....
۳۲۴	۱-۳-۱۰- پیشگیری سطح اول.....
۳۲۴	۲-۳-۱۰- پیشگیری سطح دوم.....
۳۲۵	۳-۳-۱۰- پیشگیری سطح سوم.....
۳۲۵	۴-۳-۱۰- پیشگیری سطح چهارم.....
۳۲۷	۴-۱۰- موانع ارتقاء سلامت.....
۳۲۸	۵-۱۰- آموزش به سالمندان.....
۳۲۹	۱-۵-۱۰- تغییرات طبیعی سالمندی که در امر آموزش مداخله می‌نماید و راه‌های مقابله.....
۳۳۰	۲-۵-۱۰- اهمیت و ضرورت آموزش بهداشت در سالمندان.....
۳۳۱	۶-۱۰- اصول یادگیری در بزرگسالان.....
۳۳۳	۷-۱۰- تشخیص و تعیین نیازهای آموزشی سالمندان.....
۳۳۵	منابع.....
۳۳۷	فصل یازدهم: مراقبت از سالمندان.....
۳۳۸	۱-۱۱- مقدمه.....
۳۳۹	۲-۱۱- مفهوم مراقبت.....
۳۳۹	۳-۱۱- مدل‌های ارائه خدمات بهداشتی به سالمندان.....
۳۳۹	۱-۳-۱۱- مدل پزشکی.....
۳۴۰	۲-۳-۱۱- مدل اجتماعی.....
۳۴۰	۳-۳-۱۱- مدل همه‌جانبه‌ی مراقبت بهداشتی.....
۳۴۱	۴-۱۱- الگوهای مراقبتی.....
۳۴۱	۱-۴-۱۱- الگوی خانواده محور.....
۳۴۲	۲-۴-۱۱- الگوی خود مراقبتی.....
۳۴۳	۳-۴-۱۱- برنامه مراقبت روزانه.....
۳۴۵	۴-۴-۱۱- الگوی مشارکت اجتماعی سالمندان.....

۳۴۶.....	۱۱-۵- سیستم‌های مراقبت از سالمندان در جهان.....
۳۴۸.....	منابع.....
۳۴۹.....	فصل دوازدهم: بازنشستگی و اوقات فراغت دوران سالمندی
۳۵۰.....	۱۲-۱- مقدمه.....
۳۵۱.....	۱۲-۲- بازنشستگی.....
۳۵۲.....	۱۲-۳- سالمندی و نگرش‌های شغلی.....
۳۵۳.....	۱۲-۴- تصمیم برای بازنشستگی.....
۳۵۴.....	۱۲-۵- بازنشستگی به عنوان یک واقعه.....
۳۵۵.....	۱۲-۶- اثرات بازنشستگی بر افراد.....
۳۵۶.....	۱۲-۷- تفریح و اوقات فراغت.....
۳۶۰.....	منابع.....
۳۶۱.....	سایر منابع مورد استفاده