**федеральное Государственное БЮДЖЕТНОЕ образовательное учреждение высшего образования «Башкирский государственный медицинский университет» МинистерствА здравоохранениЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Кафедра поликлинической терапии С КУРСОМ ИДПО**

 УТВЕРЖДАЮ

 зав.каф.поликлинической

 терапии с курсом ИДПО

  д.м.н., профессор Волевач Л.В.

 «30» ноября 2016 г.

**Методические указания для студентов**

по самостоятельной аудиторной работе

по дисциплине Поликлиническая терапия

**«Особенности ведения пожилых больных в условиях поликлиники»**

**Лечебный факультет**

Дисциплина поликлиническая терапия

Специальность 31.05.01. –лечебное дело

Курс 5 Семестр IX

Отделение очное

Уфа – 2016 г.

Тема:«Особенности ведения пожилых больных в условиях поликлиники» в соответствии с ФГОС ВО (2016), рабочей программы дисциплины поликлиническая терапия, утвержденной в 2016г. ректором Павловым В.Н.

Авторы: проф. Крюкова А.Я., проф. Низамутдинова Р.С.,

 проф. Сахаутдинова Г.М., доц. Тувалева Л.С.,

 доц. Курамшина О.А., доц. Габбасова Л.В.

 Рецензенты: д.м.н., профессор Мирсаева Г.Х.

Утверждено на заседании кафедры, протокол № 4 от 30.11.2016 г.

**«Особенности ведения пожилых больных в условиях поликлиники»**

1. **Актуальность темы:**
* Постарение населения – одна из глобальных проблем, тревожащих почти все страны мира.
* В РФ лица пожилого возраста – 1/5 всего населения, из них 3,2 млн. человек – 80 лет и старше.
* Средняя продолжительность жизни в мире – 78 лет.
* I место занимает Япония – 78,3. В России – 67,2 года.
* Феномен «российского креста»: рождаемость снижается, а продолжительность жизни возрастает.
* С начала 1990-х гг. Россия в демографическом кризисе: смертность растет, рождаемость снижается.
* По продолжительности жизни мужчин Россия на 15-ом месте.
* К 2025 г. ожидается, что каждый 5-й гражданин РФ будет в возрасте 60 лет и старше.
* Доля среди людей 60 лет и старше приближается к 25%.
* Увеличивается число одиноко живущих и старых – более 10 млн. человек.

ГЕРОНТОЛОГИЯ – наука, изучающая закономерности старения живых организмов, а также отдельные его аспекты: биологические, медицинские, психологические, социальные, экономические.

Биология старения – раздел геронтологии, объединяющий изучение процесса старения живых организмов на разных уровнях их организации: субклеточном, клеточном, тканевом, органном, системном.

Социальная геронтология – изучает влияние условий жизни на процессы старения и стареющего человека и разрабатывает мероприятия, направленные на устранение отрицательного воздействия факторов окружающей среды в целях максимального продления активной и полноценной жизни человека.

Гериатрия – учение о болезнях пожилых и старческого возраста.

**Теории старения**

Вопросы « Почему наступает старость…?» и « Как сохранить молодость…?» волновали людей во все времена.

Классики отечественной биологии И. И. Мечников, И. П. Павлов, А. А. Богомолец, А. В. Нагорный внесли значительный вклад в формирование представлений о сущности старости.

И. И. Мечников - аутоинтоксикационная теория. Для сохранения молодости предлагал ЗОЖ и правильное питание, особое внимание уделял кисломолочным продуктам. Он считается родоначальником отечественной геронтологии.

И. П. Павлов – связывал ведущие механизмы старения с изменениями нервной деятельности, которые приводят к изменениям во всех органах и системах. (АДС).

А. А. Богомолец предполагал, что старение определяется возрастными изменениями со стороны сократительной ткани. Для замедления предлагал применять антиретикулярную цитотоксическую сыворотку.

А. В. Нагорный считал, что старение – это системный процесс, связанный с затуханием самообновления.

**Основоположники отечественной биологии.**

И. И. Мечников (1845-1916гг.) И. П. Павлов (1849-1936)

Основоположник научной геронтологии – Корничевский.
Н. Эммаунэль и Д. Харисон обосновали теорию свободнорадикального старения.
Концепция Хетокса ( 1961-1965): старение организма – это старение клетки.
Теория В. В. Фрольки утверждает, что старение – разрушительный, вероятностный процесс, развивающийся в организме с генетически запрограммированными свойствами.
Старение – это разрушительный процесс, неизбежно развивающийся с возрастом в результате нарастающего повреждающего действия экзогенных факторов и ведущий к недостаточности физиологических функций организма.
Старость – это закономерно наступающий заключительный этап жизнедеятельности человека, являющийся следствием старения.
Витаукт – процесс, стабилизирующий жизнедеятельность организма, повышающий его надежность, направленный на предупреждение живых систем с возрастом и увеличение продолжительности жизни.
Биологический возраст – это мера старения организма, его здоровья, предстоящая продолжительность жизни.
Чем больше календарный возраст опережает биологический, тем медленнее темпы его старения, тем больше будет продолжительность его жизни.

**МЕХАНИЗМЫ ВИТАУКТА**

1. Генотипические – генетически запрограммированные механизмы:

 система антиоксидантов

 система микросомального окисления печени

 система репарации ДНК

 антигипоксическая система

II. Фенотипические – механизмы, возникающие в течение всей жизни благодаря процессам саморегуляции, что сохраняет адаптационные возможности организма.

 появление многоядерных клеток

 увеличение размеров митохондрий

 гипертрофия и гиперфункция отдельных клеток в условиях гибели части их

 повышение чувствительности к медиаторам в условиях ослабления нервного контроля.

Органные изменения и снижение функций в старости (к 75 годам):

* Вес мозга 56%
* Церебральная циркуляция 80%
* Сердечный выброс в покое 70%
* Скорость регуляции pH крови 17%
* Количество почечных гломерул 56%
* Клубочковая фильтрация 69%
* Почечный плазмоток 50%
* Количество нервных клеток 63%
* Скорость проведения по нервам 90%
* Количество вкусовых рецепторов 35%
* Максимальная утилизация кислорода 40%
* Максимальный уровень вентиляции 53%
* Максимальный форсированный выдох 43%
* Жизненная емкость легких 56%
* Мышечная сила костей 55%
* Максимальная продолжительная работа 70%
* Максимальная краткосрочная работа 40%
* Основной обмен веществ 84%
* Содержание жидкости в организме 82%

Вес тела (мужчины) 88%

**Наиболее частые хронические заболевания пожилых людей в общей практики:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Диагноз** | **Процент**  |
| **Гипертоническая болезнь** | **13,0** |
| **Заболевания сердца (кроме ИБС )** | **11,9** |
| **Сахарный диабет** | **11,5** |
| **Артриты**  | **7,6** |
| **ИБС** | **7,3** |
| **Нарушения мозгового кровообращения** | **7,2** |
| **Бронхиты**  | **3,5** |
| **Другие заболевания скелета, мышц, соединительной ткани** | **2,7** |
| **Несуставной ревматизм** | **2,5** |
| **Бронхиальная астма** | **2,2** |

**Характеристика признаков старения различных систем и возможных факторов, способных привести к отягощению этого процесса:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Система:** | **Анатомо-физиологические изменения:** | **Клинические проявления:** | **Факторы, ускоряющие развитие возрастных изменений:** |
| Кожа  | Дегенеративная атрофия всех слоев кожи, наиболее выраженная в зоне подкожной жировой клетчатки. Уменьшение содержания эластических волокон, дегидратация клеток эпидермиса. Снижение числа и ослабление функции потовых и сальных желез. Выпадение волос, нарушение роста ногтей. Повышенная хрупкость сосудов, расширение венул и вен. Увеличенное образование кожного пигмента. Прогрессирующая атрофия кожных рецепторов, сопровождающаяся снижением температурной и болевой чувствительности.  | Сухость кожи, образование морщин и дополнительных складок кожи (мешки под глазами, двойной подбородок) | Солнечное облучение. Воздействие химических веществ. Температурные воздействия. Ношение неудобной одежды и обуви. |
| Сердечно-сосудистая система  | Уменьшение числа клеток миокарда, расширение полостей сердца, сопровождающееся клапанной недостаточностью. Склеротические изменения эндокарда. Нарастающая плотность и снижение эластичности «сосудов котла», приводящая к росту сопротивления сосудов изгнания крови. Снижение чувствительности барорецепторов. | Сердечный выброс снижается на 1% в год после 30 лет, ударный объем снижается на 0,7% в год в состоянии покоя. Увеличение пульсового давления и гипертензивных реакций на нагрузку и стресс. Склонность к нарушению сердечного ритма при нагрузке и стрессе. | Неконтролируемая АГ, ИБС. Аритмия (гемодинамически значимая). Клапанно - миокардиальная дисфункция. Застойная СН. |
| Система дыхания | Увеличение переднезаднего размера грудной клетки, прогрессирующий парез, ослабление дыхательной мускулатуры. Уменьшение числа альвеолярных перегородок легкого – ослабление эластичности легочной ткани. Снижение защитной функции кашля и мукоциллиарного очищения бронхиального дерева. Понижение жизненной емкости легких, показателей форсированного выдоха, максимального объема дыхания. | Прогрессирующее увеличение объема остаточного воздуха. Увеличение риска развития инфекционных заболеваний легких. | Курение. Вторичные хронические обструктивные заболевания легких. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Система пищеварения** | **Пищевод: снижение перисталь-тической активности, ахалазия, образование пульсионных дивер-тикулов. Желудок: снижение секреции соляной кислоты до 20% от уровня наблюдавшегося в молодом возрасте, увеличение частоты атрофического гастрита (до 40% - после 65 лет). Увеличение частоты выявления и метаплазии слизистой. Кишечник: удлинение кишечни-ка, атрофия пейеровых бляшек и других скоплений лимфатичес-кой ткани. Дивертикулез толсто-го кишечника (свыше 59% - в возрасте 80 лет), снижение перистальтики. Печень: вес снижается на 20% к 80 годам. Частота обнаружения камней желчного пузыря превышает 40% к 80 годам.** | **Дисфагия, гастроэзо-фагеальный реф-люкс. Диспепсичес-кий симптомоком-плекс, гастралгия, непереносимость молока. Развитие пернициозной ане-мии. Гипохлоргид-рия. Запоры, недер-жание кала, кишеч-ные кровотечения. Нарушения белково-синтетической функ-ции печени. Наруше-ние метаболизма лекарств. Увеличение активности транс-аминаз, щелочной фосфатазы.** | **Нарушение диеты. Бесшлаковая диета, злоупотребление слабительными. Алкоголизм. Прием различных медикаментов (полипрагмазия)** |

**При лечении пациентов пожилого и старческого возраста необходимо учитывать возрастные особенности:**

* Снижение адаптационных возможностей организма.
* Изменения процесса всасывания лекарств.
* Замедление выведения лекарств из организма.
* Ослабление активных ферментных систем.
* Увеличение длительности циркуляции лекарств в организме.
* Изменение способности белков крови связывать лекарства.
* Повышение чувствительности к лекарствам.
* Множественность заболеваний.

**Течение заболевания в пожилом и старческом возрасте.**

В гериатрической практике различают:

* бессимптомные возрастные изменения
* заболевания, имеющие хроническое течение

Трудности, с которыми сталкиваются врачи при работе с пожилыми больными:

* полиморбидность
* ятрогении
* возрастные изменения со стороны иммунной системы, ССС, АД
* часто возрастные изменения (ГЛЖ, систолический шум, снижение кислотообразующей функции желудка) ошибочно трактуют как проявление заболевания
* атипичность, малосимптомность.

**Общие проблемы пожилых:**

**Ятрогении**

* связанные с лечением:

 лекарственные

 хирургические

 связанные с физическим методом лечения

* связанные с диагностическими исследованиями:

 риск применения самого диагностического метода

 погрешности при проведении манипуляции

 избыток диагностических исследований

* связанные с профилактическими мероприятиями (в основном с прививками):

 риск в связи с побочными действиями препарата

 ошибки при проведении профилактического мероприятия

* информационные ятрогении:

 высокий уровень медицинской информативности

 самолечение больного

* ятрогении псевдоболезни:

 установление ошибочного диагноза

* прочие

**Психические расстройства:**

Удовлетворительное приспособление к старению происходит при определенных личностных чертах:

* Стабилизация личностных черт характера и ровного поведения
* Позитивное отношение к окружающим
* Принятие себя
* Удовлетворение от прошлого и настоящего
* Активная жизненная позиция
* Позитивная оценка своего здоровья
* Интеллектуальная сохранность
* Понимание своих чувств

Проявление психического расстройства, приводящие к следующим симптомам:

* Нарушение сна
* Снижение памяти
* Эмоциональная лабильность
* Снижение настроения
* Нарушение поведения
* Нарушение сознания

**3 основных симптома в геронтопсихиатрической практике:**

* Делирий
* Деменция
* Депрессия

Нарушения подвижности:

* Изменения состояния костной ткани
* Изменение структуры суставов
* Изменение мышечного аппарата
* Нарушение чувствительности

Нарушение функции тазовых органов

Нарушение гемостаза

**Питание пожилых людей**

* В пищевом рационе соотношение б:ж:у – 1:0,9:3,5(т.е. уменьшается доза жиров и углеводов), у молодых соотношение1:1,1:4,1
* Ограничить потребление продуктов, содержащие пуриновые основания, щавелевую кислоту и холестерин
* Рациональное 4-х разовое питание
* Рекомендуемая калорийность 1900-2000 ккал для женщин, 2000-3000 ккал для мужчин старше 60 лет
* Калорийность 1-го завтрака 25% суточного рациона

 2-го завтрака 15% суточного рациона

 обеда – 40-45%

 ужина – 15-20%.

В России лица пожилого и старческого возраста испытывают хронический дефицит микронутриентов, особенно в зимний период. Зимний рацион питания пожилого человека, состоящий из рафинированных продуктов, практически лишен витаминов.
Длительный дефицит витаминов и минеральных элементов ведет к уменьшению качества жизни и может явиться причиной развития тяжелых заболеваний.
Полиморбидности сопутствует полипрагмазия, но некоторые препараты взаимодействуют с витаминами и минералами и вследствие нарушают их всасывание.
Так, кортикостероидные гормоны способствуют всасыванию B6. Метформин нарушает всасывание B12. Антациды уменьшают уровень B1, сердечные гликозиды усиливают терапевтический эффект B1. По мнению ряда исследователей пациентам старших возрастных групп не хватает витамина С, который обладает противоопухолевым действием, поддерживает ресурс pH желудочного сока и предотвращает инфицирование H. pylori. Витамины с липотропными свойствами: холин, миозит, B12 и фолиевая кислота, B6 и пантотеновая кислота, а также полиненасыщенные жирные кислоты. В отношении минералов: Zn мощный антиоксидант; кофактор онкобелков и принимает участие в метастазировании. Поэтому онкобольным ограничивают пищу с Zn, т.к.усугубляется опухолевый процесс. А здоровым добавление Zn в диету потенцирует резистентность к опухолям. Магний функционирует в качестве кофактора более чем 300 ферментативных реакций, играет особую роль в функционировании тканей, обладающих проводящей способностью (нервная и проводящая система).

**Основные принципы медикаментозной терапии пожилых людей:**

* Назначать минимум препаратов с уменьшением доз в разы по сравнению с принятыми средними терапевтическими. Недолжно быть полипрагмазии, несмотря на полиморбидность;
* С учетом полиморбидности лечить самое опасное для пациента заболевание;
* Применять препараты, оказывающие минимальное влияние на социальную активность и качество жизни: лечение не должно быть тяжелее самой болезни;
* Выбирать оптимальную кратность приема лекарств – 1 – 2 раза в сутки;
* Максимально индивидуализировать дозы, проводить ежедневный мониторинг при их подборе;
* Иметь возможность коррекции дозировок лекарственных средств;
* Информировать пациента и его родственников о сути заболевания, принципах лечения и необходимости соблюдения предписаний врача;
* При оказании экстренной помощи вводить лекарства парентерально, так как всасывание лекарств в ЖКТ с возрастом резко ухудшается;
* Длительный прием препаратов приводит к повышению дозировки и увеличению опасности интоксикации. Поэтому показана частая замена лекарств, без или перерыва в их приеме;
* Склонность к самолечению;
* Медперсонал и родственники должны знать признаки передозировки принимаемых лекарств и их побочные действия;
* Шире использовать в работе методы физической психологической реабилитации, фитотерапию и гомеопатические средства, особенно на завершающем этапе;
* Контролировать потребление жидкости и выделение

Реабилитация – система медицинских, педагогических, профессиональных , юридических, социальных мероприятий, направленных на восстановление здоровья и трудоспособности лиц с ограниченными физическими и психическими возможностями в результате перенесенных заболеваний и травм.

**Основные принципы реабилитации:**

* Раннее начало проведения реабилитационных мероприятий
* Этапность реабилитации
* Преемственность и непрерывность реабилитационных мероприятий
* Комплексный характер реабилитации
* Индивидуальный подход к составлению программ реабилитации

**Этапы реабилитации:** - госпитальный;
 - амбулаторно-поликлинический
 - санаторно-курортный

**Составляющие реабилитационной программы:**

* медицинская
* психологическая
* социально – экономическая
* профессиональная

**Медицинская реабилитация осуществляется как традиционными, так и альтернативными средствами.**

К последним относятся:

* ЛФК
* физиотерапия
* трудотерапия и бытовая реабилитация
* диетотерапия
* фитотерапия
* рефлексотерапия
* мануальная терапия
* ароматерапия
* арттерапия и т. д.

**Особенности реабилитации в гериатрии:**

* процессы реадаптации идут медленно, поэтому реабилитация более длительная;
* компенсаторные возможности ограничены, и реабилитационные программы должны быть адекватны;
* предпочтительнее в медицинской реабилитации использовать альтернативные методы, так как с возрастом быстрее развиваются интоксикации и аллергизации:
* более эффективны групповые методики

1. Старение – это не болезнь, а неизбежный (физиологический) этап развития организма. Однако в процессе старения развивается возрастная патология, увеличивается вероятность возникновения многих заболеваний, которые встречаются и у молодых.

2. Множественность хронически протекающих заболеваний взаимно отягощают друг друга, ухудшают прогноз.

3. На фоне снижения реактивности, изменений иммунитета заболевания протекают «атипично», бессимптомно, скрыто.

4. Диагностика более сложная: полиморбидность, стертость и атипичность течения заболеваний, возрастные изменения, при которых степень тяжести поражения организма часто не соответствует маловыраженной симптоматике заболевания.

5. Принципы гериатрической рациональной фармакотерапии – индивидуальный подход к подбору лекарственных доз, которые должны быть в 1,5 – 2 раза меньше доз, рекомендуемых людям среднего возраста.

6. Важной проблемой является проблема ятрогении – отрицательного воздействия неправильно понятых больным слов врача.

7. Важный момент – деонтологический.

8. Деонтологический аспект взаимосвязан с психологическим. Важно! Помни психологию стареющего человека.

9. Приоритет профилактического направления. Борьба с преждевременным старением, своевременное лечение заболеваний – позволяет добиться улучшения качества жизни и долголетия.

10. Чисто медицинские проблемы среди проблем старения занимает 16%, а остальные – проблемы социальные.

**Основные направления профилактики ускоренного старения:**

* Воздействие на факторы риска;
* Увеличение доходов населения;
* Улучшение социальной защиты и медицинского обслуживания;
* ЗОЖ
* Активный, двигательный режим;
* Сбалансированное питание;
* Устранение вредных привычек;
* Правильный режим труда и отдыха;
* Ранняя диагностика, профилактика и адекватное лечение заболевания;
* Назначение геропротекторов.

**2. Учебные цели:** овладение врачебными навыками ранней диагностики, проведения ВТЭ, назначения индвидуализированного лечения больных пожилого возраста в усло­виях поликлиники.

**Для формирования профессиональных компетенций студент должен знать:**

* факторы риска
* этиологию патогенез, современную классификацию
* методику сбора жалоб, анамнеза заболевания, объективного доследова­ния больного
* интерпретацию результатов лабораторно-инструментальных методов ис­следования
* принципы ВТЭ
* средства этиотропной, патогенетической, симптоматической медикаментозной и немедикаментозной терапии лиц пожилого возраста
* особенности клинических проявлений и лечения заболевания у больных лиц пож и при сочетанной патологии
* принципы реабилитации больных с заболеваниями внутренних органов
* методы первичной, вторичной третичной профилактики

**Для формирования профессиональных компетенций студент должен уметь:**

* провести раннюю диагностику болезней внутренних органов у лиц пожилого возраста
* проводить дифференциальную диагностику с другими заболеваниями, имеющими сход­ную симптоматику
* назначить план дополнительного обследования
* оценить результаты клинических и лабораторно-инструментальных ис­следований
* сформулировать диагноз в соответствии с современной классификацией
* осуществить своевременную госпитализацию больного
* назначить больному индвидуализированное лечение
* провести экспертизу нетрудоспособности
* назначить комплекс профилактических мероприятий с применением ме­дикаментозных и немедикаментозных методов лечения.
* проводить мероприятия по первичной, вторичной профилактике болезней внуренних органов***.***

**Для формирования профессиональных компетенций студент должен владеть:**

* методами общеклинического обследования**,**
* интерпретацией результатов лабораторных, инструментальных методов диагностики,
* владеть методами оказания неотложной догоспитальной медицинской помощи,
* алгоритмом постановки предварительного диагноза с последующим направлением к соответствующему врачу-специалисту,
* алгоритмом развернутого клинического диагноза,
* основами ведения медицинской документации
* основами медицинской, физической, психологической и социальной реабилитации.

**3. Необходимые базисные знания и умения:**

-анатомо-физиологические особенности органов и систем

-методика исследования

-возрастные особенности

**4. Вид занятия:** практическое занятие

**5. Продолжительность занятия**: 6 академических часов

**6. Оснащение кабинета:** таблицы, плакаты, диапроектор, альбомы по фармакотерапии

**Литeрaтурa:**

**Основная:**

1. Поликлиническая терапия: учебник для студентов медицинских вузов, рек. УМО мед. и фармац. вузов РФ / А. Я. Крюкова [и др.]; под ред. А. Я. Крюковой ; МЗ и соц. развития РФ, Башк. гос. мед. ун-т. - Уфа: Гилем, 2009. - 325 с.
2. Поликлиническая терапия: учебник/ Г. И. Сторожаков, И. И. Чукаева, А. А. Александров. - 2-е изд., перераб. и доп.- М.: ГЭОТАР-МЕДИА, 2013-640 с.
3. Поликлиническая терапия: учебное пособие/М.В. Зюзенков (и др.); под редакцией М.В. Зюзенкова. –Минск: Высшая школа, 2012. – 608 с.
4. Поликлиническая терапия: учебник /под ред И.Л. Давыдкина, Ю.В. Щукина. – М.:ГЭОТАР-Медиа, 2013. – 688 с.

**Дополнительная:**

1. Пульмонология в поликлинической практике: уч.пособие для студентов / Сост.: А.Я. Крюкова, Р.С. Низамутдинова, Е.А. Никитина, О.А. Курамшина, Л.С. Тувалева, Л.В. Габбасова; под ред.проф. А.Я. Крюковой. – Уфа: Изд-во ГБОУ ВПО БГМУ Минздрава России, 2012. – 154с.
2. Роль образовательных программ для пациентов в условиях модернизации профилактического направления здравоохранения: уч.пособие для студентов / Сост.: А.Я. Крюкова, Р.С. Низамутдинова, Г.М. Сахаутдинова, О.А. Курамшина, Л.С. Тувалева, Л.В. Габбасова, Ю.А. Кофанова; под ред.проф. А.Я. Крюковой. – Уфа: Изд-во ГБОУ ВПО БГМУ Минздрава России, 2012. – 203с.
3. Фитотерапия в амбулаторно-поликлинической практике: уч.пособие для студентов / Сост.: Крюкова А.Я., Кудашкина Н.В., Пупыкина К.А., Сахаутдинова Г.М., Низамутдинова Р.С., Хасанова С.Р., Тувалева Л.С., Курамшина О.А., Фархутдинов Р.Г., Кофанова Ю.А., Габбасова Л.В.; под ред.проф. А.Я. Крюковой. – Уфа: Изд-во ГБОУ ВПО БГМУ Минздрава России, 2012. – 115с.
4. Кардиология : национальное руководство / под ред. Е. В. Шляхто. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2015. - 800 с.
5. Диетотерапия при заболеваниях внутренних органов: учебное пособие для студентов, обучающихся по спец. «Лечебное дело»/ ГБОУ ВПО БГМУ Минздрава России; сост. А. Я. Крюкова [и др.]. - Уфа: Изд-во ГБОУ ВПО БГМУ Минздрава России, 2015 - 2015Ч. 1: учебное пособие/ сост. А. Я. Крюкова [и др.]. - 2015. - 82 с.
6. Ранняя диагностика и профилактика психических растройств в пожилом возрасте"А.Г. Соловьев, В.В. Попов, И.А. НовиковаУчебно-методическое пособие*,* Архангельск, 2015.
7. Профилактика старения для всех А.Ю.Гиль, Е.А.Милова, Д.А.Халтурина
под ред. В.Н.Анисимова М.: Издательство «Учитель», 2015.