

新西部 NEW WEST

杂志介绍

机构设置

联系我们

期刊证书

系 统 | 举报信
公 告 | 再告作者

举报信
再告作者

Windows Vista + Windows Live
数字生活 要出彩



下半月刊
中国学术类

科学发展 | 热点聚焦 | 西部论坛 | 财政金融 | 区域经济 | 领导决策 | 哲学美学
经济论坛 | 经营管理 | 公共管理 | 文史纵横 | 党史党建 | 教育探索 | 和谐社会
环境能源 | 信息科技 | 影视传媒 | 心理健康 | 博硕园地 | 他山之石 | 法制建设

新西部 > 心理健康 > 正文

老年人景观疗养的意义和需求模式研究

作者: 浙江工业大学 武文婷 赵衡宇 任彝 2009-06-01 查看次数: 119 期刊时间: 2009年2月

[摘要] 景观疗养是把景观作为一种疗养因子,人们通过对其感受所产生的心理、生理效应,从而达到预防疾病、增强体质、促进健康、调节心理平衡的目的。老年人景观疗养既是游览,又能预防和治疗疾病,还能进行社会交往。因此,要根据不同的需求采用不同的景观疗养模式。景观疗养必须突出医疗防护;要注意劳逸结合,适度游览。

[关键词] 老年人; 景观疗养; 意义; 需求模式

随着经济的发展和人民生活水平的提高,我国已提前进入老龄社会,如何提高老年人生活质量已成为亟待解决的问题。景观疗养是从医学、美学、心理学和气象学等观点出发,把景观作为一种疗养因子,人们通过对其感受所产生的心理、生理效应,能达到预防疾病、增强体质、促进健康、调节心理平衡的目的。它有显著的医疗保健价值,具有良好的开发前景。景观疗养在老年人生活中发挥着不可替代的作用。

一、老年人身心特征和景观疗养的意义

老年人大多是即将或者已经从工作岗位退下,社会环境的变迁和家庭状况变化无不影响他们的心理,这种影响表现在许多方面。感知能力减弱:如老年人与周围环境产生隔阂,可引起抑郁、焦虑、淡漠、孤独等复杂的心理反应;记忆力下降:表现在近期记忆力下降明显,远期记忆力减弱较慢,机械记忆力下降而意识记忆力有所增强;活动力下降:老年人的人格特征一般表现为运动性、灵活性和积极性降低。

景观按形成的方式可分为自然景观和人文景观,按景观外貌特征可分为山地景观、海滨景观、湖泊景观、森林景观、草原景观、沙漠景观、喷泉景观、建筑景观、人文景观等。景观疗养资源包括自然景观、人文景观疗养,两者均给人以美的感受。

独特而优美的自然景观对疗养者的身心健康可起到无可替代的作用。晨起散步、海水浴和日光浴、欣赏优美自然风景等活动,充分利用各种自然疗养因子,达到加强机体的生理活动,促进新陈代谢,改善通气和循环障碍等,从而获得消除疲劳、愉悦心情、增强体质、防治疾病、促进身心健康的效果。

历史悠久的人文景观,浓郁的文化氛围,可使疗养者精神上得到满足。可以根据疗养者的体力情况,注意动静结合,使其适度的参与参观和游览活动,通过独特的人文景观疗养,使疗养者求知和审美的需求得到满足,使其感到轻松和愉悦。人文景观能予人以爱国主义教育,使人的心灵受到强烈的震撼,从而达到消除紧张、焦虑状态,使人心情开朗、情绪稳定、食欲增加、睡眠改善,进而达到祛病强身的作。

景观是疗养因子的重要组成部分,是各种疗养因子与文化高层次的有机结合,也是一种综合防治疾病保健康复的有效方法。景观疗养因子对机体产生的作用是综合性的。景观的形象具有直观的物态性、四维的时空性、全面的通感性,它对大脑皮质和心理状态有良好的调节作用。美丽的景观可以陶冶人的性情,使激动的心情趋于平静、愉快和乐观,能产生安神、镇静作用,并能协调神经反射。在景观疗养及游览中,精神愉快,脱离对健康不利的环境,使人生活在与其生活节律大体一致的环境中,使机体病理反映和不正常的物质代谢趋于好转和恢复正常。这种心情有利于增强体质和身体康复。自



西部政要访谈

动态新闻 更多>>

- 敬告作者
- 新西部杂志社踊跃向四川灾区捐款

最新招聘 更多>>



然景观和人工景观疗养因子资源丰富，在疗养或旅游时，可同时接受诸多疗养因子的综合作用，从而起到促进身心健康和防治疾病的作用。

[1] [2] [3]

相关文章

暂时没有相关的文章!

[在线交流](#) | [更多评论信息 >>](#)

会员帐号:	<input type="text"/>	帐号密码:	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> 匿名发表
<input type="text"/>				验证码: <input type="text"/>
				
				<input type="button" value="提交评论"/>

[新西部杂志社简介](#) | [招聘信息](#) | [联系方式](#)

西部开发网精品栏目: [西部招商引资](#) [西部旅游](#) [西部人物](#) [西部文化](#) [西部概况](#) [西部房产](#) [西部大开发优惠政策](#) [西部美食](#)
[违法不良信息举报中心](#) [不良信息举报信箱](#) 客服电话: 029-82301998 举报电话: 029-82302829 主编信箱: zhubian@cnwest.cc

[About CnWest](#) - [西开简介](#) - [网站地图](#) - [联系我们](#) - [招聘信息](#) - [客户服务](#) - [广告服务](#) - [网络营销](#) - [帮助中心](#)
中国西部开发网版权所有 增值电信业务经营许可证编号: 陕B2-20050078 陕ICP备06005707号 服务电话: 029-82301997
本站所有文章、数据仅供参考,使用前务请仔细阅读免责声明,风险自负。



© 2005-2007